



Mein Leben, mein Zuhause

Wohnberatung und
Wohnungsanpassung
in Nordrhein-Westfalen

Inhalt

Wohnberatung

Wohnraumanpassung

Hilfsmittel und Technik

Finanzierung

Wohnalternativen

Materialien

Impressum

Inhaltsverzeichnis

1 Wohnberatung

Grundlagen	06
Tätigkeiten	07
Ablauf	08

2 Wohnraumanpassung

Allgemein	12
Anpassungen Raum für Raum	
Eingang	14
Wohnzimmer	16
Schlafzimmer	17
Küche	18
Bad	20
Treppe	22
Balkon	23
Demenz	
	24

3 Hilfsmittel & Technik

Digitale Hilfen	30
Technik bei Demenz	32
Notrufsysteme	34
Hilfsmittel	36
Alltagshilfen	38

4 Finanzierung

Kostenträger und Bedingungen	42
------------------------------	----

5 Wohnalternativen

Wohnumfeld	50
Wohnformen	52

6 Materialien

Weitere Broschüren	56
Kontaktstellen	57
Ausstellungen	60

7 Impressum

Herausgeber und Bildnachweise	63
-------------------------------	----

Wohnberatung

Wohnraumanpassung

Hilfsmittel und Technik

Finanzierung

Wohnalternativen

Materialien

Impressum

1

Grundlagen	06
Tätigkeiten	07
Ablauf	08



Gemeinsam mit der Wohnberatung überprüfen Sie, ob Ihre Wohnung auch auf Dauer den eigenen Bedürfnissen entspricht und welche Anpassungen möglich sind.

Grundlagen

Zuhause wohnen bleiben

Wohnwünsche und -bedarfe verändern sich im Laufe des Lebens. Die meisten Menschen möchten so lange wie möglich selbstbestimmt in den eigenen vier Wänden wohnen – auch wenn der Alltag durch gesundheitliche Einschränkungen beschwerlicher wird.

Das Thema Barrierefreiheit wird heute im Neubau mitgedacht, jedoch wohnt auch in Nordrhein-Westfalen (im Folgenden mit NRW abgekürzt) ein Großteil der Menschen im Wohnungsbestand. Umso wichtiger ist es diesen Bestand entsprechend umzugestalten und anzupassen. Dabei sollten neben der individuellen Eigenständigkeit im Alltag auch Sicherheitsaspekte eine Rolle spielen.

Diese Broschüre bietet Ihnen vielfältige Anregungen, wie sich eine Wohnungsanpassung sinnvoll und effizient umsetzen lässt. Sie stellt das besondere Angebot der Wohnberatung in NRW vor, zeigt konkrete Lösungen für verschiedene Wohnbereiche auf und informiert über geeignete Hilfsmittel sowie unterstützende Technik für den Alltag. Darüber hinaus gibt sie einen Überblick über Fördermöglichkeiten, beleuchtet spezielle Anforderungen bei der Wohnungsanpassung für Menschen mit Demenz und stellt alternative Wohnformen vor. In manchen Fällen kann ein Wohnungswechsel die beste Lösung sein, um Sicherheit und Selbstständigkeit zu erhalten.

Wohnberatungsstellen

Die über 100 Wohnberatungsstellen in NRW sind Anlaufstellen zu allen Fragen der Wohnraumanpassung. Ob es um Alltagshilfen, technische Hilfsmittel oder um eine Ausstattungsveränderung Ihrer Wohnung geht: In den Wohnberatungsstellen NRW finden Sie kompetente und umfassende Beratung, kostenlos und unabhängig. Auch bei eventuell notwendigen Umbauten sowie in Sachen Finanzierung und Antragstellung steht Ihnen die Wohnberatung mit Rat zur Seite oder informiert Sie auf Wunsch auch über geeignete unterstützende Dienste und passende alternative Wohnformen.



Wohnberatung NRW
Landeskoordination

Das Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales des Landes Nordrhein-Westfalen fördert gemeinsam mit den Landesverbänden der Pflegekassen NRW eine Koordinierungsstelle, welche die Wohnberatungsstellen fachlich und organisatorisch unterstützt. Rat-suchende können sich über das Themenfeld Wohnberatung auf den Internetseiten der Koordination lk-wohnberatung.nrw informieren und die Kontaktdaten der zuständigen Wohnberatungsstellen, sowie Musterwohnungen finden.

Gemeinsam Lösungen finden.

Gesundheitliche Einschränkungen können den Alltag erheblich beeinträchtigen – etwa, wenn die Mobilität erschwert ist oder nachlässt, Türen für den Rollator zu schmal sind oder der Einstieg in die Badewanne nicht möglich ist und eine Dusche fehlt. Umso wichtiger ist es, Wohn- und Lebensbereiche barrierearm und bedarfsgerecht zu gestalten.

Die Wohnberatungsstellen unterstützen in der Regel nicht bei der Suche nach Wohnungen und verfügen nicht über Informationen zu freien Wohnungen in den Städten und Gemeinden.

Was ist das Ziel der Wohnberatung?

Ziel der Wohnberatung ist es, dass Sie Ihre Selbstständigkeit und Selbstbestimmung im eigenen Zuhause so lange wie möglich erhalten. Im Mittelpunkt stehen der Schutz vor Unfallrisiken durch vorhandene Barrieren, die Erleichterung des Alltags sowie die Vermeidung von Einsamkeit und sozialer Isolation, die durch eingeschränkte Teilhabemöglichkeiten entstehen können. Eine qualifizierte Wohnberatung kann zum Erhalt von Selbstständigkeit beitragen, die Bedingungen für häusliche Pflege verbessern und in manchem Fall dazu beitragen einen Umzug in eine stationäre Einrichtung zu vermeiden.

Wer finanziert die Wohnberatung?

Die Kommunen und Landesverbände der Pflegekassen fördern das Angebot der Wohnberatung in NRW. Mit Hilfe dieser Förderung arbeiten die Wohnberatenden aktiv daran, den Herausforderungen des Wohnens im Alter zu begegnen und allen Menschen ein selbstbestimmtes Leben zu ermöglichen. Darüber hinaus gibt es Angebote, welche ausschließlich aus kommunalen oder Eigenmitteln finanziert werden. Für Sie ist die Beratung kostenfrei.



Wohnberater und Wohnberaterinnen informieren Sie über individuelle Anpassungsmöglichkeiten und unterstützen bei der Planung und Umsetzung geeigneter Maßnahmen. Das Angebot richtet sich an alle Interessierten unabhängig davon, ob bereits Einschränkungen bestehen. Auch Angehörige, Planende und Vermieter und Vermieterinnen können die Beratung in Anspruch nehmen.

Welche Schritte umfasst eine Wohnberatung?





1. Kontakt

Im ersten Gespräch steht das gegenseitige Kennenlernen im Mittelpunkt. Gemeinsam klären wir Ihren Bedarf und informieren Sie über Möglichkeiten Wiederherstellung und Förderung eines selbstständigen Wohnens.



2. Hausbesuch

In Ihrer Häuslichkeit erfolgt eine vertiefte Bedarfsklärung. Wir nehmen die bestehende Wohnsituation genau auf und beraten Sie individuell zu möglichen Lösungen. Dazu zählen:

- Anpassungen der Ausstattung
- Einsatz geeigneter Hilfsmittel
- Umorganisation der Wohnung
- Bauliche Veränderungen

Auch Informationen zu möglichen Finanzierungs- und Fördermöglichkeiten sind Bestandteil dieses Termins.



3. Maßnahmenplanung

Wenn aus unserer Beratung eine Umsetzung erfolgen soll, können wir Sie weiter unterstützen, bei:

- Konkreter Maßnahmenplanung
- Hilfe bei der Beantragung von Zuschüssen oder Kostenübernahmen wie z. B. bei der Pflegekasse oder Sozialhilfeträgern
- Unterstützung bei der Kommunikation mit Vermietern und Handwerksbetrieben
- Einholen und Bewerten von Kostenvoranschlägen

Im Rahmen eines individuellen Fallmanagements begleiten wir Sie im Bedarfsfall.



4. Bewilligung

Nach der Antragstellung heißt es zunächst, die Bewilligung möglicher Zuschüsse oder Fördermittel abzuwarten. Parallel kann bereits geklärt werden, welche Fachfirmen die Maßnahmen umsetzen. Sobald alle Voraussetzungen erfüllt sind, beauftragen Sie die Durchführung der Maßnahmen bei den ausgewählten Handwerksbetrieben.



5. Durchführung

Die geplante Wohnungsanpassung wird durch Fachbetriebe umgesetzt. Im Bedarfsfall kann die Wohnberatungsstelle im Prozess unterstützend tätig werden, beispielsweise durch eine Vermittlung bei Unklarheiten.



6. Ergebniskontrolle

Nach Umsetzung der Maßnahmen freuen wir uns über Ihre Rückmeldung zur Wirksamkeit der Anpassungen, gerne auch mit Fotos der umgesetzten Maßnahme. Ihre Rückmeldungen helfen uns, die Qualität unserer Beratung und Arbeit kontinuierlich zu verbessern.

Wohnraumanpassungen in Mietobjekten sind grundsätzlich möglich. Bauliche Veränderungen müssen vorab mit dem Vermieter abgestimmt werden. Bitte sprechen Sie uns an!

Wohnberatung

Wohnraumanpassung 

Hilfsmittel und Technik

Finanzierung

Wohnalternativen

Materialien

Impressum

2

Allgemein	12
Anpassungen Raum für Raum	
Eingang	14
Wohnzimmer	16
Schlafzimmer	17
Küche	18
Bad	20
Treppe	22
Balkon	23
Demenz	24



Ausreichend Bewegungsfläche und gut erreichbarer Stauraum unterstützt dabei, den Alltag selbstständig meistern zu können.

Allgemein

Sicher und komfortabel in den eigenen vier Wänden

Der Abbau von Barrieren im eigenen Wohnumfeld fördert nicht nur die persönliche Sicherheit und das eigene Wohlbefinden, sondern steigert nicht zuletzt auch ganz generell den Wohnwert einer Wohnung oder eines Hauses. Schon kleine Veränderungen können in Ihrer Wohnung viel bewirken: Sie gewinnen spürbar an Bequemlichkeit und Lebensqualität.



Check

Können Sie alle Fenster bequem öffnen und schließen?

Bewegungsfläche

Einer der ersten Schritte einer effizienten Wohnungsanpassung besteht darin, ausreichend Platz zu schaffen. Überlegen Sie, ob sich einzelne Möbel oder Einrichtungsgegenstände reduzieren lassen, um Wege zu erleichtern und den Alltag komfortabler zu machen. Mehr Bewegungsfreiheit hilft nicht nur Ihnen, sondern auch Angehörigen oder professionellen Pflegekräften im Alltag. Geben Sie stabilen, sicheren und alltagstauglichen Möbelstücken den Vorrang gegenüber wackeligem Mobiliar. Damit Sie sich mit Hilfsmitteln bewegen können, sind passende Türbreiten entscheidend. Zu schmale Zimmertüren lassen sich in vielen Fällen verbreitern.

Das Prinzip „Mehr Platz“ gilt zudem im Detail: Räumen Sie Schränke so um, dass häufig benötigte Dinge sicher, bequem und möglichst ohne Hilfsmittel erreichbar sind. Selten genutzte Küchenutensilien, Kleidung oder Unterlagen können in den oberen Etagen verstaut werden.

**Tipp:**

Vielleicht ist die Umorganisation eine gute Gelegenheit, Schrankinhalte zu prüfen: Wird wirklich alles noch gebraucht, oder lässt sich manches aussortieren?



Ein Nachtlicht mit Bewegungsmelder erhöht die Sicherheit.

Stolperfallen

Oft sind es scheinbar harmlose Hindernisse, die zu schweren Stürzen führen können. Teppiche, Läufer oder Matten werden leicht zur Stolperfalle, wenn sie Falten werfen, hochstehende Ecken haben oder nicht fest auf dem Boden liegen. Mehr Sicherheit bieten rutschhemmende Unterlagen, gummierte Rückseiten oder haftende Klebestreifen. In Fluren und Durchgängen ist es am sichersten, ganz auf Läufer zu verzichten, damit Wege frei und eben bleiben.

Telefon-, Strom- oder Verlängerungskabel, die über den Boden führen, erhöhen das Sturzrisiko. Sie sollten möglichst so verlegt werden, dass niemand darüber laufen muss, beispielsweise in Kabelkanälen entlang der Wand oder in geeigneten Bodenfugen. Kabelgebundene Geräte wie Staubsauger sollten nach dem Gebrauch direkt weggeräumt werden. Schnurlose, akkubetriebene Geräte können eine sinnvolle Alternative sein.

Schlecht erkennbare Türschwellen, Kanten und Bodenunebenheiten können zur Stolpergefahr werden. Sichere Übergänge entstehen durch bündig verlegte Bodenbeläge oder flache Rampen, die Räume ohne Hindernisse verbinden und auch mit Rollator oder Rollstuhl gut passierbar machen.

Licht

Eine gute Beleuchtung ist in allen Innen- und Außenbereichen besonders wichtig. Sie hilft dabei, sich auch im Dunkeln sicher zu orientieren, Stolperstellen frühzeitig zu erkennen und Wege verlässlich zu finden. Ausreichendes Licht erleichtert alltägliche Handgriffe, unterstützt beim Lesen und entlastet die Augen – vor allem dann, wenn beispielsweise Flur oder Bad nachts häufiger genutzt werden.

Achten Sie darauf, dass Leuchten so positioniert und ausgerichtet sind, dass keine Blendung entsteht. Eine kostengünstige und leicht zu installierende Alternative zu umfassenden Beleuchtungssystemen sind Steckdosenlampen, Stehleuchten oder Deckenstrahler.

Für zusätzliche Orientierung bieten sich Nachtlichter an, die sich bei Dämmerung automatisch einschalten und bei Tageslicht wieder ausschalten. Alternativ zeigen kleine Lämpchen oder Leuchtstreifen auf den Tastern bei Dunkelheit an, wo sich die Lichtschalter befinden. Treppen lassen sich mit speziellen Leuchtstreifen oder kabellosen Wandleuchten gezielt und sicher ausleuchten.



Eingang

Gut ankommen

Ein überdachter, barrierefreier Zugang ermöglicht eine sichere Erschließung.

Ein sicherer und gut zugänglicher **Hauseingang** ist wichtig. Der Eingangsbereich sollte ausreichend beleuchtet sein, Bewegungsmelder sorgen automatisch für Licht und erhöhen so Sicherheit und Komfort. Gut sichtbare und jederzeit lesbare Namensschilder sowie Hausnummern erleichtern Besucherinnen und Besuchern die Orientierung und helfen im Notfall Rettungskräften, die Wohnung schnell zu finden.



Check:

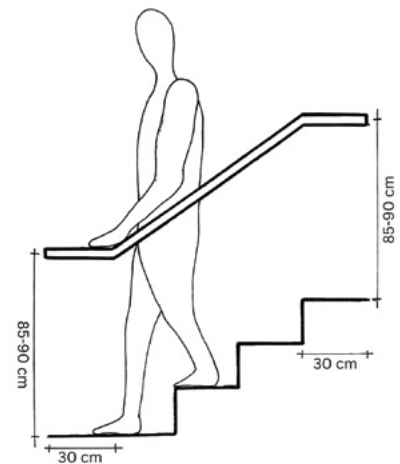
Ist der Eingangsbereich überdacht?

Sind **Stufen oder Treppen** zu überwinden, bieten gut durchdachte **Handläufe** und ein rutschsicherer Bodenbelag vor der Eingangstür Sicherheit. Handläufe sollten gut zu umfassen sein und jeweils um 30 Zentimeter über die erste und letzte Stufe hinausragen, um auch diese bequem und sicher gehen zu können.

Soll nur ein geringer Niveauunterschied zum Haus mit einem fahrbaren Hilfsmittel überwunden werden, kann eine flache **Rampe** in Verbindung mit einem Handlauf Stufen ersetzen. Solch eine Rampe kann fest gebaut oder als mobiles Hilfsmittel installiert werden. Bei größeren Höhenunterschieden oder wenig Platz können oft **Lifte** oder **Hebebühnen** eingesetzt werden. So sind Eingänge auch für Menschen im Rollstuhl oder mit Rollator gut zu benutzen.

Wenn die Nutzung oder Anpassung des Hauseingangs an einen besonderen Bedarf nicht möglich ist, muss eine andere Lösung gesucht werden. Je nach Situation kann ein neu zu erstellender Hauseingang auf der Rückseite des Hauses erfolgen. Vielleicht kommt die Terrasse, ein Wintergarten oder ein niedriger Balkon für die Erschließung in Frage oder es kann ein Fenster zu einer schwellenlosen Tür umgebaut werden. Die Wohnberatung unterstützt Sie bei der Suche nach einer für Sie passenden Lösung.

Der Handlauf sollte über die erste und letzte Stufe hinausreichen, damit man sich beim Betreten und Verlassen der Treppe sicher festhalten kann. Er sollte gut greifbar sein (Durchmesser 3–4,5 cm) und ausreichend Abstand zur Wand haben (min. 5 cm). Die Enden sollten so gestaltet sein, dass man nicht hängen bleibt oder abrutscht.



Ein Weitwinkelspion in der **Wohnungs- oder Haustür** verschafft Ihnen Sicherheit und Kontrolle darüber, wer sich vor der Tür aufhält. Diese optischen Hilfen lassen sich bei fast allen Türen nachrüsten oder in der Höhe versetzen. Digitale Lösungen wie z.B. ein Türklingel-Kamera-System können den Alltag oft erleichtern.

Wenn Sie das Läuten der Tür häufiger überhören, weil Sie vielleicht die hohen Töne der **Klingel** schlechter wahrnehmen als früher, bietet sich ein Zwei-Ton-Gong an.



Tipp:

Digitale Türklingeln mit Kameras und Türöffner können per App gesteuert werden und ermöglichen ein sicheres Türöffnen bequem vom Sofa aus.

Bei einer stärkeren Hörbeeinträchtigung kann zusätzlich eine Lichtzeichenklingel sinnvoll sein, die durch ein optisches Signal auf Besucher aufmerksam macht.

Der **Flur** Ihrer Wohnung oder Ihres Hauses sollte ausreichend Platz und Helligkeit bieten. Sinnvoll sind eine bequem zu erreichende Garderobe und eine Sitzgelegenheit. Schaffen Sie – wenn nötig – Platz um Hilfsgeräte wie den Rollator abzustellen.



Eine Sitzgelegenheit im Eingangsbereich erleichtert das Schuhe anziehen.



Wohnzimmer

Hell und komfortabel

Ausreichend Belichtung und Bewegungsfreiheit erleichtern die Fortbewegung.

Generell gilt auch im Wohnzimmer: ausreichend **Bewegungsfläche** schaffen und Stolperfallen vermeiden trägt zum Komfort und zur Sicherheit bei. Kleinmöbel können oft einen anderen Platz finden, Stehlampen können durch Hängelampen oder wandmontierte Lampen ersetzt werden. Rutschfeste Matten geben Teppichen Halt auf dem Boden. Teppichkanten können durch aufstehende Möbel gesichert werden.

Das Wohnzimmer sollte, wie alle anderen Räume, möglichst hell, schattenlos und blendfrei ausgeleuchtet sein. Am besten ist eine gute Mischung direkter und indirekter **Beleuchtung**. Die Lichtqualität kann durch eine höhere Beleuchtungsstärke, der Abstimmung mit den Umgebungsflächen und Dimmern optimiert werden. Eine helle Deckenbeleuchtung, die direkt an der Tür eingeschaltet werden kann, sollte um weitere Lichtquellen ergänzt werden können. Vor allem an Ihrem Lieblingsplatz sollten Sie bei gutem Licht mühelos Lesen und Ihrem Hobby nachgehen können. Im Optimalfall regulieren Sie Licht und Helligkeit mit einer Fernbedienung.

Ideal sind kippsichere **Möbel**, die praktisch und komfortabel zu nutzen sind. Oftmals sind Sessel, Sofas und Stühle so niedrig, dass das Hinsetzen und Aufstehen mühsam werden kann. Es müssen deswegen nicht gleich neue Möbel angeschafft werden - eine bewährte kleine Maßnahme mit großer Wirkung ist der Einsatz von erhöhten Möbelfüßen, z.B. vom Schreiner oder aus dem Fachhandel, die fest mit dem Möbelstück verbunden werden, können Sie eine komfortable Höhe Ihrer Möbel erreichen. Eine bequeme Sitzgelegenheit am Fenster ermöglicht auch Menschen mit eingeschränkter Mobilität den Blick nach Draußen.



Sogenannte Aufstehhilfen oder Aufstehsessel sollten Sie vor dem Kauf ausprobieren. So können Sie am besten bewerten, welche Funktionen und Größe Ihren Bedürfnissen entsprechen.



Schlafzimmer

Platz zum Bewegen

Diverse Hilfsmittel können das Aufstehen aus dem Bett vereinfachen.

Tagsüber wird es selten betreten, dabei ist es so wichtig: das Schlafzimmer. Wie für alle Räume sind auch im Schlafzimmer **Platz und Licht** von großer Bedeutung. Das Bett, die Schränke und das Fenster sollten durch freie Gehwege leicht zugänglich sein. Durch einen gut zu erreichenden Lichtschalter direkt am Bett können sie das Licht bei Bedarf leicht bedienen. Um auch in der Nacht eine sichere Orientierung zu haben, können Sie Bewegungsmelder nutzen, die automatisch für Licht sorgen, sobald Sie das Bett verlassen.

Am **Bett** sind ausreichend große Ablageflächen wichtig, z.B. ein stabiler Nachttisch für ein Telefon, Getränke und persönlich benötigte Utensilien. Die meisten Betten können bei Bedarf durch Möbelerhöher oder erhöhte Möbelfüße auf eine angenehme Höhe angepasst werden. Oft kann auch ein Bettgriff, ein an der Wand montierter Griff oder ein sogenannter „Bettgallen“ helfen, das Aufrichten und Aufstehen zu erleichtern. Bei größerer Mobilitätseinschränkung kann ein verstellbarer Einlegerahmen, der mit verstellbaren Kopf- und Fußteilen ausgestattet und auch in der Liegehöhe verstellbar ist, gute Dienste leisten.

In kleinen Schlafzimmern kann der Einbau einer **Schiebetür** eine gute Lösung sein, um mehr Platz zu schaffen. Das gleiche Prinzip funktioniert auch für den **Schrank**: Schiebetüren sind raumsparend und komfortabel. Eine Innenbeleuchtung der Schränke, die sich auch nachträglich anbringen lässt, erleichtert das Finden und Unterscheiden von Kleidung. Spezielle LED-Leuchten etwa werden lediglich eingeklebt und durch Berührung eingeschaltet. Um Kleidung und Wäsche beispielsweise im Sitzen leichter zu erreichen, kann ein Kleiderlift angebracht oder die Kleiderstange und Einlegeböden niedriger angebracht werden.



Eine einfache und kostengünstige Möglichkeit vorhandene Schlaf- oder Sitzmöbel zu erhöhen sind Möbelfüße vom Schreiner oder aus dem Fachhandel.



Höhenverstellbare Arbeitsflächen erleichtern die Küchennutzung.

Küche

Alles in Reichweite

Für viele Menschen ist die Küche das Herz des Zuhauses. Hier wird nicht nur gekocht, sondern auch zusammengesessen, gesprochen und Zeit miteinander verbracht. Umso wichtiger ist es, dass die Küche sicher, komfortabel und möglichst selbständig nutzbar bleibt.

Grundsätzlich gilt: Häufig genutzte Dinge sollten gut erreichbar sein und sich leicht verstauen lassen. Es kann daher sinnvoll sein, Schränke und Ablagen so zu organisieren, dass Alltagsgegenstände in Griffnähe stehen.

Ausreichende **Bewegungsflächen** sind die Basis einer praktischen Küche. Entlang der Küchenzeile sollte genügend Platz zum Gehen, Drehen und Wenden - auch mit Rollstuhl oder Rollator - vorhanden sein. Für eine bessere Nutzbarkeit können Herd, Spüle und Arbeitsfläche über Eck angeordnet werden.

Bei **Arbeitsplatten** kommt es auf die passende Höhe, gute Erreichbarkeit und eine ausreichende Beleuchtung an. Die Arbeitshöhe sollte dem individuellen Bedarf angepasst sein, damit Tätigkeiten wie Schneiden, Abwaschen oder Vorbereiten gut möglich sind.

Wenn die Küche im Sitzen (z.B. mit einem Stuhl oder Rollstuhl) genutzt werden soll, ist ein unterfahrbare Bereich, der ausreichend Raum für die Beine bietet, wichtig.

Wird die Arbeitsfläche von zwei Menschen mit unterschiedlichen Bedarfen an die Höhe der Arbeitsfläche genutzt, können höhenverstellbare Arbeitsplatten eingebaut oder nachgerüstet werden. Auch das **Spülbecken** sollte leicht zu bedienen sein. Eine Einhebelmischbatterie ist alltagstauglich, bei Bedarf mit verlängertem Hebel oder Auszugbrause.

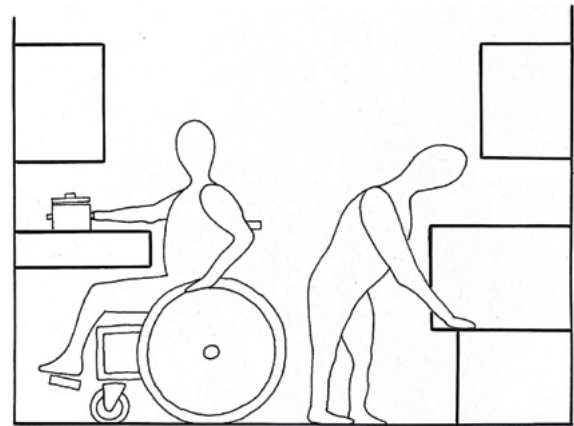
Bei den **Unterschränken** erleichtern Auszüge und Schubladen den Zugriff deutlich, da Inhalte übersichtlich sind und kein tiefes Bücken nötig ist. Ausziehbare Körbe oder Karusselllösungen können zusätzlichen Komfort bringen.



Check:

Gibt es genügend leicht zugängliche Steckdosen auf Arbeitshöhe? Sind die Armaturen leicht zu bedienen?

Richten Sie Ihre Küche so ein, dass eine komfortable Nutzung möglich ist. Eine angenehme Griffhöhe, die auch aus dem Rollstuhl gut erreichbar ist, liegt bei Unterschränken bei etwa 40 cm und bei Oberschränken bei etwa 140 cm. Abhängig von Ihrer eigenen Größe sollten Sie für einen unterfahrbaren Bereich min. 67 cm einplanen.



Oberschränke sollten so montiert sein, dass wichtige Gegenstände ohne riskantes Strecken oder Klettern erreichbar sind. Für eine Erreichbarkeit im Sitzen können höhenverstellbare Oberschränke montiert werden. Eine blendfreie **Beleuchtung** unter den Hängeschränken, direkt über den Arbeitsflächen ermöglicht sicheres Arbeiten.

Elektrogeräte lassen sich komfortabler nutzen, wenn sie in einer günstigen Greif- und Sichthöhe eingebaut sind.



Hochgebaute Elektrogeräte in der Küche sind rückschonend und erleichtern die Bedienung.

Ein erhöht eingebauter Backofen oder Geschirrspüler reduziert die Notwendigkeit, sich zu bücken. Gleiches gilt für Kühlschrank und Gefrierfach, wenn diese gut erreichbar angeordnet sind.

Darüber hinaus gibt es Haushaltsgeräte mit **Unterstützungsfunktionen**, etwa Geschirrspülmaschinen mit anhebbarem Geschirrkorb oder Backöfen mit versenkbarer Frontscheibe oder seitlich öffnender Tür. **Herdwächter** können die Sicherheit in der Küche erhöhen und helfen, Brände zu verhindern. Bei einer gefährlichen Überhitzung unterbrechen sie automatisch die Stromzufuhr zum Herd.



Tipp:

Achten Sie bei der Anordnung von Geräten auf eine einfache und gut zugängliche Bedienung. Berücksichtigen Sie dabei Ihre persönlichen Gewohnheiten und alltäglichen Routinen, um den Küchenalltag möglichst komfortabel zu gestalten.



Bad

Sicher, selbstbestimmt und ungestört im eigenen Bad

Es gibt viele Möglichkeiten die Körperpflege im Bad selbstständig durchzuführen oder eine pflegende Person zu erleichtern.

Die meisten Menschen wünschen sich, möglichst lange selbstständig zu bleiben. Gerade bei der Körperpflege kommt diesem Wunsch eine zentrale Bedeutung zu. Schon kleinere körperliche Einschränkungen können dazu führen, dass die Nutzung des Badezimmers schwieriger wird und gleichzeitig das Risiko für Stürze steigt. Mehr Sicherheit, mehr Eigenständigkeit und eine Entlastung in der Pflege lassen sich dabei durch den Einsatz von Hilfsmitteln und/oder baulichen Anpassungen erreichen.

Wenn Menschen sich im Sitzen waschen, ist mehr Beinfreiheit hilfreich. Das gelingt besonders gut, wenn das **Waschbecken** unterfahrbar ist und ein Flachsiphon verwendet wird. Ein Spiegel, der bis zum Waschbecken reicht, sorgt dafür, dass Sie sich auch im Sitzen gut sehen können. Praktisch sind auch Mischarmaturen mit langem Hebel, da sie sich leichter bedienen lassen. Armaturen mit eingebautem Thermostat schützen vor Verbrühungen.

Bei der **Toilette** ist ebenfalls die passende Höhe entscheidend. Gerade bei Bewegungseinschränkungen kann eine höher montierte Toilette oder eine Toilettensitzerhöhung das Hinsetzen und Aufstehen deutlich erleichtern, da Standardhöhen für viele Menschen zu niedrig sind.

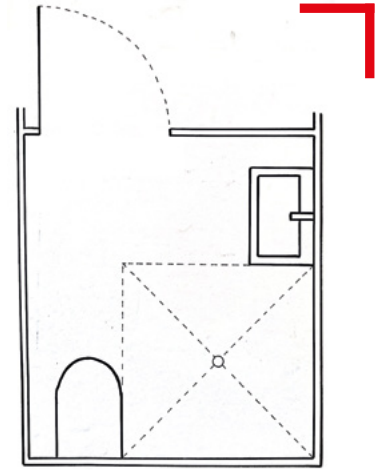
Haltegriffe oder Stützklappgriffe neben dem WC geben zusätzliche Sicherheit und Komfort. Viele Toilettensitzerhöhungen sind bereits mit Armstützen ausgestattet. Für die **Badewanne** gibt es verschiedene Hilfsmittel, die den Einstieg wieder ermöglichen oder erleichtern können, etwa ein Badewannenlift oder ein Badebrett. Wichtig ist dabei, dass Sie Ihre Beine selbstständig über den Wannenrand heben können – oder dass Ihnen jemand dabei helfen kann. Auch bei einer herkömmlichen **Dusche** mit zu hohem Einstieg lassen sich Hilfsmittel einsetzen. Besonders komfortabel und sicher ist jedoch eine schwellenlose, bodengleiche Dusche, die in den meisten Badezimmern nachgerüstet werden kann.



Check

Ist der Fußboden rutschfest, auch wenn er feucht ist?

Gerade in kleinen Badezimmern ist eine bodengleiche Dusche besonders vorteilhaft, da sie begeh- und bei Bedarf auch befahrbar ist. Dadurch wird die Bewegungsfreiheit erhöht und zugleich entsteht zusätzliche Bewegungsfläche, etwa für eine unterstützende Person. Eine nach außen öffnende Badezimmertür stellt sicher, dass die Tür auch nach einem Sturz im Innenraum nicht blockiert werden kann.



Sie kann entweder als geflieste Fläche oder als „flache Duschtasse“ ausgeführt werden. In beiden Fällen sollte die Rutschfestigkeit beachtet werden. Diese kann beispielsweise durch nachträglich eingesetzte Matten, Anstriche oder Aufkleber erhöht werden.

Bodengleiche Duschen bieten allen Menschen – ob jung oder alt, beweglich oder bewegungseingeschränkt – hohen Komfort. Ein stabiler Duschstuhl erhöht zusätzlich die Sicherheit. Bei Bedarf kann man auch mit einem Duschrollstuhl in die Dusche fahren. Als Abtrennung bietet ein hochwertiger beschwerter **Duschvorhang** die größte Bewegungsfreiheit und ist auch in Pflegesituationen praktisch. Der Vorhang kann je nach Bedarf verschoben werden und schränkt daher die Bewegungsfreiheit nicht ein. Wenn Sie eine **Duschabtrennung** bevorzugen, sollte sie vollständig wegklappbar sein, damit sie nicht im Weg ist, falls Sie beim Duschen Unterstützung benötigen. Gerade in kleinen Badezimmern ist eine bodengleiche Dusche besonders vorteilhaft, da sie begeh- und bei Bedarf auch befahrbar ist. Dadurch wird die Bewegungsfreiheit erhöht und zugleich entsteht zusätzliche Bewegungsfläche, etwa für eine unterstützende Person.

Zusätzliche Haltegriffe bringen Sicherheit und Komfort – am Waschbecken, am WC, in der

Dusche oder an der Badewanne. Sie sollten immer dort montiert werden, wo Sie sie tatsächlich benötigen. Haltegriffe gibt es in vielen Formen und Materialien. Achten Sie darauf, dass sie rutschhemmend sind und sich farblich gut von den Fliesen abheben, damit Sie sie im Bedarfsfall schnell erkennen. Nehmen Sie sich Zeit zu überlegen, welche Ausführung für Sie am besten passt und wo die Griffe positioniert sein sollten.

Auch die **Badezimmertür** kann zur Sicherheit beitragen. Ideal ist, wenn sie nach außen aufgeht, damit helfende Personen den Raum erreichen können, falls jemand im Bad stürzt. Öffnet die Tür nach innen, kann es passieren, dass die gestürzte Person davor liegt und den Zugang blockiert. Darüber hinaus ist ein Türschloss, das sich von außen mit einer Münze öffnen lässt, sinnvoll.

In vielen Wohnungen und Häusern sind Badezimmertüren schmaler als andere Zimmertüren. Dann können sie für Hilfsmittel wie Rollator oder Rollstuhl unter Umständen zu eng sein. Türen lassen sich jedoch verbreitern. Im Zuge eines Umbaus kann man die Tür auch so einbauen, dass sie in den Flur öffnet. Wenn dort zu wenig Platz für den Türanschlag ist, kann alternativ eine platzsparende Lösung wie eine Schiebetür sinnvoll sein.



Treppe

Sicher in die nächste Etage

Ein sehr bekanntes Hilfsmittel ist der Treppenlift.

Treppen müssen sicher benutzbar sein. Wichtig ist, sie gut zu beleuchten und die Stufenkanten kontrastreich zu gestalten. Oft ist an Treppen nur an einer Seite ein **Handlauf** vorhanden, ein zweiter Handlauf lässt sich jedoch an fast jeder Treppe nachrüsten. So können Sie sich – auch wenn Sie z. B. einen Gehstock benutzen – immer gut festhalten, ob beim Hinunter- oder beim Hinaufgehen. Auch Menschen mit einer Sehschwäche werden durch Handläufe sicher geführt. Handläufe sollten griffsicher und kontrastreich sein. Gut nutzbar sind Handläufe, wenn sie über die oberste und die unterste Stufe der Treppe 30 cm hinausgehen, sodass Sie auch dort einen sicheren Halt haben. Wenn ein Treppenabsatz vorhanden ist, ermöglichen ein Stuhl oder eine kleine Bank eine Verschnaufpause.

Können Sie die Treppe nicht mehr zu Fuß überwinden, kann ein **Treppenlift** helfen. Das kann ein Sitzlift sein oder ein Plattformlift zur Nutzung mit dem Rollstuhl. Weil es unterschiedliche Treppen und Bedürfnisse gibt, gibt es eine Vielzahl von Lift-Modellen mit unterschiedlichen Sitzen, Montage- und Antriebsarten.

Auch **Treppensteigergeräte**, die mit einem Sitz ausgestattet sind oder an einen Rollstuhl angedockt werden können, können helfen, Stufen zu überwinden. Allerdings muss es eine weitere Person geben, die dieses Gerät bedienen kann. Dafür ist kein großer

Kraftaufwand notwendig, wohl aber eine gewisse Technik in der Handhabung. Wie das Gerät funktioniert, wird Ihnen vom Personal der Sanitätshäuser bzw. von Vertreterinnen oder Vertretern der Herstellerfirmen gezeigt und erläutert.

Häufig lassen sich Einfamilienhäuser so **umorganisieren**, dass das Treppensteigen vermeidbar wird. Vielleicht gibt es im Erdgeschoss einen Raum, den Sie als Schlafzimmer nutzen können? Dann sollte auf dieser Etage auch ein barrierefreies Duschbad vorhanden sein. Eventuell lässt es sich in einen ehemaligen Hauswirtschaftsraum einbauen. Oder das vorhandene Gäste-WC kann zum Duschbad erweitert werden, indem Sie eine Flurnische oder die Speisekammer mit einbeziehen.



Tipp:

Holen Sie mehrere unverbindliche Angebote ein und vergleichen Sie diese, bevor Sie einen Auftrag erteilen. Unterschreiben Sie nie beim ersten Hausbesuch einer Vertreterin oder eines Vertreters einen Vorvertrag oder Kaufvertrag.



Balkon

Raus an die frische Luft, wann immer Sie möchten

Schwellenlose Übergänge beugen Stürzen vor.

Ein Balkon oder eine Terrasse schenkt kleine Freiheiten im Alltag. Gerade mit körperlichen Einschränkungen, ist es wichtig, ohne großen Aufwand kurz an die frische Luft zu kommen. Damit der Balkon oder die Terrasse erreicht werden kann, braucht es einen sicheren, bequemen und möglichst **schwellenfreien Übergang** zwischen Wohnung und Freisitz. Der Wechsel von drinnen nach draußen – und wieder zurück – sollte mühelos funktionieren und keine Stolpergefahren bieten. Die Wohnberatung hilft dabei, passende Lösungen zu finden, Barrieren abzubauen und die Sicherheit zu verbessern.

Ideal ist der Einbau einer **Balkontür** mit ausreichender Breite und ohne Schwelle („Nullschwelle“). Kann die Türschwelle nicht abgebaut werden, lässt sie sich aber häufig auch mit überschaubarem Aufwand überwinden – zum Beispiel durch eine feste oder mobile Rampe oder eine elektrisch zu bedienende Rampe. Manchmal erleichtern auch schon eine stabile Stufe mit sicherem Auftritt und ein fest montierter **Haltegriff** im Übergangsbereich das Hinaustreten deutlich.

Zusätzlich kann es sinnvoll sein, die Schwelle farblich zu markieren, damit sie besser wahrgenommen wird. Wenn der **Balkon- oder Terrassenboden** durch einen Belag, zum Beispiel Holz, angehoben wird, kann das den Übergang zur Tür verbessern. Dabei muss oft auch die

Höhe der Brüstung oder des Geländers geprüft und gegebenenfalls angepasst werden. Ob und was nötig ist, lässt sich in der Beratung klären.



Check:

Ist das Balkongeländer grifffest und sicher?

Ebenso entscheidend ist ein ebener, rutschfester Bodenbelag, der auch bei Nässe Trittsicherheit bietet, sowie Fußmatten oder Gitterroste, die bündig in den Boden eingelassen werden, damit sie nicht zur Stolperfalle werden. Für zusätzlichen Komfort sorgt ein geeigneter **Sonnen-, Regen- und Windschutz**, damit Sie sich bei (fast) jedem Wetter gerne draußen aufhalten. Achten Sie außerdem auch im **Garten** auf gute Beleuchtung, einen stabilen rutschfesten Bodenbelag der Wege und Handläufe, besonders an Treppen und Stufen.



Tipp:

Wer gerne gärt, findet in Hochbeeten eine praktische Unterstützung: Sie erleichtern die Arbeit, schonen Rücken und Gelenke und machen die Pflege von Pflanzen komfortabler.



Biografische Erinnerungen, gewohnte Rituale sowie das Aufrechterhalten altbekannter Abläufe auch in der Wohnung unterstützen die Alltagsbewältigung einer an Demenz erkrankten Person.

Demenz

Wohnungsanpassung für Menschen mit Demenz

Eine Wohnungsanpassung ist immer eine individuelle Angelegenheit; notwendige Veränderungen orientieren sich stets an Ihren individuellen Bedürfnissen. Ein Aspekt, der insbesondere dann von Bedeutung ist, wenn in Ihrem Haushalt ein Mensch mit Demenz lebt. Hier gilt es einen sorgsamsten Kompromiss zwischen dem Erhalt der für den Erkrankten wichtigen vertrauten Umgebung und notwendigen Veränderungen im Sinne der Barrierefreiheit und Sicherheit zu finden.

Analysieren Sie – am besten gemeinsam mit den Fachleuten der Wohnberatung NRW – die Gegebenheiten vor Ort aus Sicht des an Demenz erkrankten Angehörigen. Zunehmende Vergesslichkeit, eine eingeschränkte Alltagskompetenz, ein nachlassendes (Kurzzeit-) Gedächtnis und Ängste sind Teil des Krankheitsbildes. Zugleich haben auch Menschen mit Demenz nach wie vor Wünsche und Bedürfnisse. Sie erinnern sich vielfach noch sehr gut an Ereignisse und Personen aus der Vergangenheit und sind in der Lage, sinnliche, atmosphärische und leibliche Erfahrungen zu machen.

Viele Menschen mit Demenz haben Angst im Dunkeln und vernachlässigen teilweise ihre Körperpflege, während gleichzeitig eine gestörte Feinmotorik und ein nachlassender Gleichgewichtssinn ihre Bewegungsabläufe erschweren und das Sturzrisiko erhöhen. Der körperliche und seelische Zustand von Menschen mit einer Demenz ist individuell verschieden und ändert sich im Verlauf der Erkrankung. Deshalb ist es wichtig, für jeden Menschen einzeln zu schauen, welche Anpassungen der Wohnung in welcher Phase der Erkrankung sinnvoll sind.



Kleine Erinnerungen unterstützen bei gewohnten Abläufen.



Gewohnte Elemente fördern das Wohlbefinden in der eigenen Wohnung.

Besondere Anforderungen in der Wohnung

Anpassungsmaßnahmen für Menschen mit Demenz sollten einfach und leicht verständlich sein. Sie dürfen auf keinen Fall zu weiterer Verwirrung führen, können und sollten jedoch die Sinnes- und Denkfunktion durchaus zusätzlich anregen und unterstützen. Eine entsprechende Gestaltung der Wohnung kann auf diese Weise die Mobilität und die Weiterführung gewohnter Aktivitäten fördern.

Räumliche Orientierung erleichtern

Kontrastreiche Markierungen können dabei helfen, wichtige Türen oder Lichtschalter – also etwa jene zum Bad oder zum Schlafzimmer – wiederzuerkennen. Gleichzeitig sollten Reizüberflutungen durch gemusterte Tapeten, Vorhänge und Teppiche möglichst reduziert werden, ohne dass die an Demenz erkrankte Person auf vertraute und lieb gewonnene Einrichtungsgegenstände allzu sehr verzichten muss.

Bedenken Sie: Bekannte Gegenstände können helfen, wichtige Orte leichter wiederzuerkennen. Ebenso kann die farbige Kennzeichnung oder helle Beleuchtung von Türen dazu beitragen, dass zentrale Anlaufpunkte in der Wohnung leichter wiedererkannt werden.

Türen, die nicht unbedingt notwendig sind, sollten ausgehängt werden. Türen, die hingegen an „sensible Orte“ führen – also beispielsweise nach draußen oder über eine Treppe hinunter in den Keller –, sollten mit einem akustischen Signal gekoppelt werden. Hier reicht bereits eine kleine Glocke, die an der Tür angebracht wird, damit Sie deren Benutzung stets mitbekommen.

Alternativ zu akustischen Lösungen gibt es auch Türsensoren, die ein stilles Signal z.B. an ein Smartphone schicken.

Mehr Informationen zu technischen Unterstützungssystemen finden Sie im folgenden Kapitel **Hilfsmittel und Technik**.



Nahestehende An- und Zugehörige können eine große Stütze im Leben einer pflegebedürftigen Person sein. Sie können Sicherheit und Vertrautheit vermitteln.

Pflegende und Angehörige: Sorgen Sie auch für sich selbst

Vielfach vergessen Angehörige und Pflegende über die alltägliche Betreuung eines Menschen mit Demenz die eigenen Bedürfnisse oder stellen sie bewusst hinten an. Insbesondere, wenn Sie in derselben Wohnung leben wie die erkrankte Person, sollten Sie sich dort auch persönliche Rückzugsräume schaffen, in die Sie sich bewusst zurückziehen können, um sich zu erholen.

Verzichten Sie darüber hinaus nicht auf zusätzliche Hilfe – aus der Nachbarschaft, aus dem Freundeskreis, von einem Pflegedienst. So schaffen Sie sich Zeit und Raum für eine Auszeit, persönliche Unternehmungen und die Förderung auch der eigenen Gesundheit.

Beratungsangebot nutzen:

Auch im Hinblick auf eine Wohnungsanpassung bei Menschen mit Demenz sind die Wohnberatungsstellen in NRW hilfreiche Anlaufstellen. Spezialisierte Beratungsangebote hält darüber hinaus die Deutsche Alzheimergesellschaft **[deutsche-alzheimer.de](https://www.deutsche-alzheimer.de)**.

Weitere unterstützende Maßnahmen:



Zeitliche Orientierung fördern

Nutzen Sie am besten digitale Uhren mit arabischem Zifferblatt und Kalender an zentralen Orten. Richten Sie den Speiseplan und Blumendekorationen nach den Jahreszeiten aus und unterstützen Sie ritualisierte Handlungsabläufe.



Bewegungsraum schaffen

Entfernen Sie die Möbel aus der Mitte der Räume und verzichten Sie auf kleine Ausstattungsgegenstände. Halten Sie die Gänge frei, um Bewegung zu ermöglichen; sorgen Sie dafür dass eine Sitzmöglichkeit, z.B. ein stabiler Stuhl mit Armlehnen im Aktivitätszentrum der Häuslichkeit vorhanden ist, so dass die erkrankte Person auch dort am Familienleben teilhaben kann. Ziehen Sie die Anschaffung eines Rollators in Betracht, falls Schwierigkeiten beim Gehen bestehen.



Ängsten und Verwirrtheit begegnen

Behalten Sie bekannte und liebe Gewohnheiten, zum Beispiel das gemeinsame Blumengießen, den Mittagsschlaf nach dem Essen oder das gemeinsame Holen der Post, bei. Lassen Sie bei Angst vor Dunkelheit Lichter brennen (Nachtlichter) und nutzen Sie möglichst indirekte Beleuchtung, damit keine Schatten entstehen. Decken Sie Spiegel ab, falls das eigene Spiegelbild bei der an Demenz erkrankten Person Angst auslöst und schließen Sie nachts die Vorhänge.



Vor Verletzungen schützen – Sicherheit erhöhen

Bewahren Sie Elektrogeräte, die nicht mehr eigenständig benutzt werden sollen, ebenso wie Werkzeuge, Streichhölzer, Putzmittel, Alkohol und zerbrechliche Gegenstände außer Sicht- und Reichweite des Menschen mit Demenz auf. Beseitigen Sie Stolperfallen und entfernen Sie giftige Zimmerpflanzen aus der Wohnung. Verzichteten Sie darauf, knarrende Böden oder quietschende Türen zu reparieren, da Geräusche beim Herumwandern so besser wahrgenommen werden können. Nutzen Sie außerdem Steckdosensicherungen, Zeitschaltuhren für Elektrogeräte sowie Rauch-, Gas- und Wassermelder, um die Sicherheit zu erhöhen.



Hilfsmittel und Haushaltsgeräte individuell einsetzen

Hilfsmittel für Menschen mit Demenz müssen eindeutig und leicht bedienbar sein. Der Einsatz darf nicht zusätzlich verwirren oder ängstigen. So kann beispielsweise ein Badewannenlifter hilfreich sein, um leichter in die Badewanne hinein- und auch wieder herauszukommen. Er kann aber auch Ängste auslösen, weil das Prinzip nicht mehr verstanden wird. Das Gleiche gilt etwa für Rollatoren. Wenn diese Situation eintritt, ist es besser, auf solche Hilfsmittel zu verzichten.

Wohnberatung

Wohnraumanpassung

Hilfsmittel und Technik

Finanzierung

Wohnalternativen

Materialien

Impressum

3

Digitale Hilfen	30
Technik bei Demenz	32
Notrufsysteme	34
Hilfsmittel	36
Alltagshilfen	38

Hilfsmittel und Technik können Sie wirksam bei einer selbständigen Lebensführung unterstützen. Das beginnt mit relativ einfachen Dingen, wie Bade- und Duschhilfen, Rollatoren oder Pflegebetten und endet bei technischen Pflegehilfsmitteln wie Sturzsensoren oder digitalen Assistenzsystemen mit Erinnerungshilfen.

Digitale Hilfen

Unterstützende Technik im Alltag



Sie gehören längst fest zum Alltag: **Telefone und Smartphones** mit besonders Tasten, einer einfachen großen Tasten, einer einfachen Menüführung, mit extra lauten Klingeltönen und einer individuell einstellbaren Gesprächslautstärke sowie mit einem Display, auf dem die Schrift besonders groß angezeigt wird. All das erleichtert Ihnen die Bedienung des Gerätes auch bei einer Seh- oder Hörschwäche. Viele Hörgeräte bieten die Möglichkeiten den gesprochenen Ton statt auf der Hörmuschel direkt auf dem Hörgerät zu empfangen. Wenn Sie unsicher sind, ob ihr Hörgerät die Funktion bietet, können Sie sich bei Ihrem Hörgeräteakustiker erkundigen.

Über eine **Blitzlichtanlage** oder ein **Vibrationskissen** können Geräusche visuell oder haptisch dargestellt werden.

Digitale Lupen oder **Vorlesegeräte** bieten die Möglichkeit, auch bei einer Seheinschränkung, Schriftstücke lesen zu können. Es gibt auch (kostenlose) Apps für das Smartphone, die über die Smartphone-Kamera den Text von Briefen oder Zeitungen vorlesen können. **Digitale Zeitungen und E-Books** haben ebenfalls häufig eine Vorlesefunktion und sind zukünftig verpflichtet diese anzubieten. Über **Etikettenlesegeräte** können beispielsweise Gewürze oder Vorratsgläser beschriftet und vorgelesen werden.

Wenn die Mobilität eingeschränkt ist, können **digitale Türklingeln mit Kameras** und Türöffner dabei helfen den erwarteten Besuch einzulassen ohne, dass ein Gang zur Tür notwendig ist. So können auch (überwiegend) bettlägerige Menschen selbständig Besucher empfangen.

Mit Wochentag und Tageszeit beschriftete Medikamentendosen erleichtern die korrekte Einnahme von Medikamenten. **Elektronische Medikamentenspender** können zudem zeitlich individuell programmiert werden und erinnern mit einem Signal an die rechtzeitige Einnahme der Tabletten.



Das persönliche Umfeld kann zur Unterstützung bei der Nutzung digitaler Geräte einbezogen werden.



Mit einer **Herdsicherung** lässt sich die Gefahr eines Küchenbrandes durch Überhitzung von Herdplatten minimieren. Das Warngerät ist nachträglich anbringbar und schaltet den Herd automatisch nach einer vorher bestimmten Kochzeit oder bei zu großer Hitzeentwicklung ab. Grundsätzlich muss die Wohnung mit **Rauchmeldern** ausgestattet sein. Bei einer Höreinschränkung sollte dieser mit einer **Blitzlichtfunktion** ausgestattet sein. Ein **Vibrationskissen** für das Bett kann zusätzliche Sicherheit geben, damit der Rauchmelder im Schlaf wahrgenommen wird.

Wasserschäden oder auch die Gefahr von Verbrühungen können durch den Einsatz von so genannten **Wasserregulatoren** und **Wassermeldern** vermieden werden. Über die Regulatoren kann eine bestimmte Temperatur

voreingestellt werden; die Melder signalisieren per Alarm, wenn Wasser überläuft und sich auf dem Boden sammelt – etwa, weil das Badewasser nicht abgedreht wurde.

Spezielle **Assistenzsysteme** schalten laufende Wasserhähne sogar komplett aus, sobald sich niemand mehr im Bad befindet. CO₂-Melder sollten in Räumen mit Verbrennungsquellen (Kamin, Gastherme, Gasherd) angebracht werden.



Smart-Home-Systeme bestehen aus verschiedenen Komponenten und können auf unterschiedliche Einschränkungen abgestimmt werden, beispielsweise durch Blitzlichtsignale oder akustische Signaltöne.

Technik bei Demenz

Digitale Unterstützung für herausfordernde Lebenssituationen



Menschen mit Demenz können durch digitale Produkte in ihrer Selbstständigkeit und Sicherheit im Alltag unterstützt werden. Da insbesondere das Kurzzeitgedächtnis häufig beeinträchtigt ist, kommt es nicht selten vor, dass Gegenstände verlegt oder Termine vergessen werden.

Um dem entgegenzuwirken, stehen verschiedene technische Hilfsmittel zur Verfügung. Dazu gehören beispielsweise **Gegenstandsfinder**, die auf Knopfdruck ein akustisches Signal abgeben oder sich per GPS orten lassen.

Ebenso gibt es **Assistenzsysteme mit Erinnerungsfunktionen**, die an Termine, die Einnahme von Medikamenten oder auch an ausreichende Flüssigkeitszufuhr erinnern.

Geräte wie **Fernbedienungen oder Telefone mit besonders einfacher Tastenbedienung** oder mit bildgestützter Orientierung können ebenfalls dazu beitragen, die Nutzung im Alltag zu erleichtern. Bilderrahmen, Kalender oder Uhren mit Datums-, Uhrzeit-, und Tageszeitanzeige können die zeitliche Orientierung verbessern.



Technische Geräte sollten leicht bedienbar sein.



Neben der Sicherheit, kann die richtig angewandte Technik auch das Wohlbefinden einer an Demenz erkrankten Person erhöhen.



Auch im Bereich der Sicherheit gibt es zahlreiche unterstützende Technologien. Bereits erwähnte Warnsysteme wie **Herdwächter**, **Wassermelder** oder **Sturzsensoren** können sowohl den Betroffenen als auch Angehörigen ein erhöhtes Sicherheitsgefühl geben. Ergänzend dazu informieren **Meldesysteme** wie **Türsensoren** darüber, wenn bestimmte Bereiche betreten oder verlassen werden. **Bettsensoren** oder **Sensormatten** signalisieren, wenn eine Person das Bett verlässt, und senden einen Alarm an die betreuende Person. Gangunsichere Menschen oder Menschen mit Demenz können so etwa beim Gang zur Toilette sicher begleitet werden. Diese Systeme können entweder hörbare oder stille Alarmer auslösen. Insbesondere bei Menschen mit Demenz kann es sinnvoll sein, auf stille Alarmer zurückzugreifen, um Angst oder Verunsicherung

zu vermeiden. In diesem Fall wird das Signal beispielsweise direkt an ein Smartphone übermittelt, ohne vor Ort einen lauten Alarm auszulösen. **Sensorbasierte Alltagserkennung** erkennt einen typischen Tagesrhythmus und meldet Abweichungen an An- und Zugehörige. Dies könnte zum Beispiel das Ausbleiben des morgendlichen Kaffeekochens oder das Öffnen des Kühlschranks sein. Viele Angehörige sorgen sich zudem, wenn Menschen mit Demenz das Haus verlassen. Hier bieten **Trackingsysteme** eine mögliche Unterstützung. Wichtig ist, dass diese speziell für den Einsatz am Menschen entwickelt wurden. Geräte, die dauerhaft GPS-Signale senden, haben oft eine begrenzte Akkulaufzeit und müssen regelmäßig geladen werden. Alternativ gibt es Systeme mit sogenannten **Geofences**, die erst dann ein Signal senden, wenn ein zuvor festgelegter sicherer Bereich verlassen wird, oder Geräte, die nur im Notfall aktiv ein Signal aussenden. GPS-Tracker sind in unterschiedlichen Formen erhältlich. Einige Beispiele sind **wasserdichte Module zum Einnähen in Kleidung, smarte Schuhsohlen, Gehstöcke, Uhren oder Ketten**. So kann individuell entschieden werden, welche Variante am besten geeignet ist und zuverlässig getragen wird.



Im Notfall selbstständig Hilfe rufen zu können, vermittelt Sicherheit.

Notrufsysteme

Kleine Hilfe – große Wirkung

Ein sinnvolles und für die eigene Sicherheit interessantes technisches Hilfsmittel. Die Auswahl hat sich in den letzten Jahren deutlich vergrößert. Neben dem **klassischen Hausnotruf** gibt es **digitale Assistenzsysteme, die mit Sturzsensoren** gekoppelt sind und bei einem Sturz im Haus ein Notrufsignal z.B. an Angehörigen senden. So genannte **Smart-Watches** sind Uhren, die häufig mit einem eingebauten Sturzsensor ausgestattet sind und bei einem Sturz automatisch ein Notrufsignal aussenden.

So funktioniert der Hausnotruf

Sie erhalten ein Hausnotrufgerät, das entweder über Ihren Telefonanschluss, ihren Router oder mittels eigener SIM-Karte über den Mobilfunk mit einer Hausnotrufzentrale verbunden ist. Zum System gehört ein wasserdichter und stoßfester Notrufknopf, den Sie am Arm oder an einer Kette immer bei sich tragen, so können Sie ihn sogar unter der Dusche tragen. Sobald Sie Hilfe benötigen, beispielsweise, weil Sie gestürzt sind, drücken Sie den Knopf – und automatisch wird eine Verbindung zu Ihrer Hausnotrufzentrale hergestellt, in der rund um die Uhr eine Ansprechperson zur Verfügung steht.

Dort kann nachverfolgt werden, wer den Notruf gesendet hat, sodass Ihnen der Hausnotrufanbieter schnell Hilfe schicken kann.

Der Hausnotrufzentrale liegen alle wichtigen Daten zu Ihrer Person vor, so dass die jeweils richtigen Maßnahmen umgehend eingeleitet werden können – angefangen von der Alarmierung des Rettungsdienstes bis hin zur Benachrichtigung Ihrer Angehörigen.

Sie selbst bleiben solange mit dem Team verbunden, bis Ihre Situation geklärt ist. Manchmal arbeiten Hausnotrufanbieter mit den örtlichen Pflegediensten zusammen, sodass im Falle eines Notrufs eine vertraute Person des Pflegedienstes alarmiert wird.

Wenn Sie einen Pflegedienst haben, können Sie dort nachfragen, ob dieser so eine Kooperation mit einem Hausnotrufanbieter anbietet. Es kann hilfreich sein, dass Sie regelmäßig die Probetaste des Hausnotrufs betätigen, um sich an diesen Vorgang zu gewöhnen. Nur dann nutzen Sie den Notruf auch im Notfall automatisch. Klären Sie vorab mit dem Hausnotrufanbieter, inwiefern so eine Testphase möglich ist.

Die Wohnberatungsstellen in NRW informieren anbieterunabhängig über die Möglichkeiten von technischen und digitalen Hilfsmitteln sowie Notrufsystemen. Gemeinsam mit Ihnen wird die Wohnberatung ein für Sie individuell passendes Hilfsmittel suchen und wenn möglich und nötig bei der Beantragung der Kostenübernahme unterstützen. Hilfsmittel und Notrufsysteme können ein zusätzliches Maß an Sicherheit und Unabhängigkeit bieten – nicht nur für alleinstehende Menschen, sondern beispielsweise auch für Menschen mit Behinderung oder wenn Sie unter einer chronischen Erkrankung leiden.

Mehr ist möglich: Zusatzleistungen des Hausnotrufes

Über die grundsätzliche Hilfeleistung hinaus besteht bei vielen Anbietern die Möglichkeit, weitere Zusatzleistungen zum Hausnotruf hinzu zu buchen, die in der Regel mit Zusatzkosten verbunden sind. Hierzu gehören z.B. mobile Notrufsender, die auch unterwegs einen Notruf absenden können, oder die Hinterlegung des Wohnungsschlüssels bei der Hausnotrufzentrale.

Oder Sie hinterlegen bei der Hausnotrufzentrale einen Schlüssel, was insbesondere dann hilfreich sein könnte, wenn schnelle Hilfe notwendig ist, Sie aber nicht mehr selbst die Tür öffnen können. Und auch spezielle Rauchmelder lassen sich direkt mit der den Sie am Arm oder an einer Kette immer bei sich tragen, so können Sie ihn sogar unter der Dusche tragen.

Weitere Notrufsysteme

Neben dem klassischen Hausnotruf gibt es noch weitere Systeme. Die meisten Produkte werden jedoch nicht von der Pflegekasse finanziert. Hierzu gehören zum Beispiel **Smarte Gehstöcke** oder **Smart-Watches** die, je nach individueller Einstellung, ein Signal an An- und Zugehörige oder eine offizielle Notrufzentrale der Feuerwehr schicken.

Assistenzsysteme mit Sturzsensoren können Sturzereignisse in der eigenen Wohnung erkennen und einen Notruf an An- und Zugehörige senden.



Eine Smartwatch kann das Vertrauen in den eigenen Körper stärken und gibt im Notfall Sicherheit.



Hilfsmittel ermöglichen die selbstständige Lebensführung und fördern die Teilhabe.

Hilfsmittel

Für viele Situationen die richtige Lösung

Hilfsmittel im eigenen Wohnraum können Sie wirksam bei einer selbständigen Lebensführung unterstützen: Es geht um die Erleichterung oder Ermöglichung der Fortbewegung, der Körperpflege oder ganz allgemein dem Leben.

Einige Hilfsmittel können von der Kranken- oder Pflegekasse finanziert oder bezuschusst werden. Hierzu benötigen Sie eine ärztliche Verordnung oder eine Verordnung durch eine Pflegekraft, womit Sie das Produkt im Fachgeschäft erstehen können. Hier müssen Sie in der Regel nur einen geringen Eigenanteil zahlen.

Der Vorteil: Sie haben für das Hilfsmittel in der Regel nur ein zweckgebundenes Nutzungsrecht, aber im Falle eines Defekts muss das Sanitätshaus das Hilfsmittel reparieren oder einen Ersatz zur Verfügung stellen.

Wir nennen hier einige der häufigsten Hilfsmittel, welche im Rahmen einer Wohnberatung zur Sprache kommen. Zur allgemeinen Nutzung gehören beispielsweise **Rollatoren** oder **Pflegebetten**, welche von der Pflegekasse finanziert werden. Beim Aufstehen aus dem Bett können **Aufrichthilfen** wie **Bettleitern** oder **Boden-Deckenstangen** unterstützen. Im hochgradigen Pflegefall können **Patienten-Lifter** Angehörige und Pflegekräfte beim Heben und Umsetzen entlasten.

Für das An- und Entkleiden können **An- und Ausziehhilfen** für Schuhe, Socken, Hosen Hemden oder Jacken helfen. Diese helfen beispielsweise etwas hochziehen oder Knöpfe durch Knopflöcher zu stecken.



Sitzmöglichkeiten in der Dusche erleichtern die Körperpflege.



Ein-Hand-Bedienungen ermöglichen auch bei eingeschränkter Motorik die selbstständige Körperpflege.

Für das Badezimmer gibt es viele weitere Hilfsmittel: Das Waschen kann durch einen **Duschhocker** oder **Duschstuhl** mit individuell in der Höhe verstellbaren Beinen erleichtert werden. Die passende Größe und ein sicherer Stand sind weitere wichtige Eigenschaften eines guten Duschhockers.

Einzelne Modelle verfügen zudem über eine kleine Rückenlehne, Armlehnen oder einen speziellen Ausschnitt für den Intimbereich; hier können Sie die Auswahl Ihren Bedürfnissen anpassen.

Auf der Internetseite hilfsmittelfinder.de können Sie Hilfsmittel für verschiedene Nutzungen finden. Das Informationsangebot gibt einen Überblick über die Möglichkeiten und bietet allgemeine Hinweise zum Ablauf einer Finanzierung, jedoch keine produktbezogenen Hinweise zur Finanzierung.

Haltegriffe helfen beim Hinsetzen und Aufstehen und werden zum Teil von der Kranken- oder Pflegekasse finanziert. Haltegriffe zum Kleben werden durch Sanitätshäuser angeboten. Haltegriffe zum Bohren werden häufig nur durch Sanitärfachbetriebe angebracht. Zusätzlich gibt es noch Haltegriffe mit Saugnäpfen.

Erkundigen Sie sich im Vorfeld unbedingt bei Ihrer Wohnberatungsstelle, welcher Haltegriff für Ihre individuelle Situation am geeignetsten ist. Dies ist sowohl von Ihrem persönlichen Gesundheitszustand aber auch von den baulichen Gegebenheiten abhängig.

Wenn Sie eine Badewanne nutzen und Schwierigkeiten beim Ein- und Ausstieg haben kann ein **Badewannenbrett** oder ein **Badewannenlift** helfen.

Es muss nicht immer gleich viel Technik oder ein teures Hilfsmittel sein. Viele alltägliche Verrichtungen in Wohnung und Haushalt werden mit kleinen Alltagshilfen einfacher – oder lassen sich sicherer handhaben. Aus dem Erfahrungsschatz der Wohnberatungsstellen ergeben sich viele Beispiele an einfachen Lösungsmöglichkeiten, von denen wir Ihnen einige vorstellen möchten.

Alltagshilfen

Wenn kleine Lösungen den Unterschied machen



Spezielle Flaschen-, Glas- und Dosenöffner

ermöglichen das Öffnen auch bei geringer Kraft in den Händen. Alternativ kann auch manchmal ein **Nussknacker** schon helfen. Zum Essen gibt es viele verschiedene **Bestecke**, die sich in Form, Gewicht und Griffdicke unterscheiden. Manchmal reicht es schon eine dünne Rohrisolierung aus dem Baumarkt, um den Griff des Bestecks besser greifen zu können.

Stifte mit Griffverdickungen können auch bei Gelenkerkrankungen in den Händen noch gut gehalten werden und ermöglichen ein schmerzfreieres Schreiben. Ein **Einkaufstrolley** kann helfen die Einkäufe ohne das Tragen schwerer Tüten sicher nach Hause zu bringen. Manche Trolleys haben einen eingebauten Klappsitz, sodass zwischendurch Pausen gemacht werden können.

Ein **Stiefelknecht** kann beim Ausziehen der Schuhe unterstützen und **flexible Schuhbänder** ermöglichen das An- und Ausziehen der Schnürschuhe, ohne dass jedes Mal eine Schleife gebunden werden muss. Eine **Fenstergriffverlängerung** erleichtert die Bedienung von schwer erreichbaren Fenstergriffen und ermöglicht das Öffnen und Schließen von Fenstern auch im Sitzen.



Lassen Sie sich beraten, welche Hilfen Ihren Alltag erleichtern können.



Mit ausreichend Licht und einer blendfreien Beleuchtung, beispielsweise durch Stehlampen oder Deckenstrahler, lassen sich Wege und Hindernisse besser erkennen. **Nachtlichter mit Bewegungsmelder oder Dämmerungssensor** können dabei helfen, auch bei Dunkelheit beispielsweise den Gang ins Bad sicherer zu gestalten.

Verwenden Sie statt Hockern oder gar Stühlen immer eine **TÜV geprüfte Haushaltsleiter**, wenn Sie beispielsweise eine Glühlampe austauschen müssen, etwas oben aus einem Schrank holen möchten oder um die Gardinen aufzuhängen. Für mehr Sicherheit beim Arbeiten in der Küche mit einer Hand eignen sich kleine **rutschfeste Gummimatten**. Sie geben Ihnen sicheren Halt und erleichtern auch das Öffnen von Flaschen.



Bewegungsmelder und Lichtsensoren beugen Stürze bei Dunkelheit vor.

Wohnberatung

Wohnraumanpassung

Hilfsmittel und Technik

Finanzierung

Wohnalternativen

Materialien

Impressum

4

Kostenträger und Bedingungen	42
------------------------------	----



Die Wohnberatung unterstützt dabei, die passende Finanzierungsmöglichkeit für Ihre Bedarfe herauszufinden.

Kostenträger und Bedingungen

Mögliche Darlehen, Zuschüsse oder Kostenübernahmen

Erweisen sich mit Blick auf die Barrierefreiheit und eigene Sicherheit größere Umbaumaßnahmen in Ihrem Haus oder Ihrer Wohnung als sinnvoll, stellt sich schnell die Frage nach den Kosten. Wie teuer ist der notwendige Umbau? Und wer bezahlt ihn?

Es gibt spezielle Finanzierungsmöglichkeiten für ältere Menschen (ab 60 Jahren), Menschen mit Behinderung (meist ab einem Grad der Behinderung von 50) und Pflegebedürftige sowie für Menschen nach einem Unfall. Darüber hinaus gibt es Finanzierungs- und Fördermöglichkeiten für Eigentümer und Eigentümerinnen, sowie allgemein für Mieter und Mieterinnen.



Tipp:

Während eines Umbaus gibt es die Möglichkeit die Kurzzeitpflege in Anspruch zu nehmen.

Mögliche Finanzierungsarten und Kostenträger sind im Folgenden kurz beschrieben:

Pflege-/Krankenkassen

Wohnumfeldverbessernde Maßnahmen sind bauliche Veränderungen oder die entsprechende Ausstattung des Wohnraumes von Pflegebedürftigen und werden von der Pflegekasse mit bis zu 4.180 Euro pro Maßnahme gefördert. Ziel ist es, die häusliche Pflege zu erleichtern und die Selbständigkeit der Person zu stärken. Ein Verzeichnis über mögliche wohnumfeldverbessernde Maßnahmen auf den Seiten des GKV-Spitzenverbandes

gkv-spitzenverband.de/pflegeversicherung/wum/wum_verzeichnis/verzeichnis_wum.jsp

gibt einen Überblick was bezuschusst werden kann. Es wird in jedem Einzelfall bewertet, ob die beantragte Maßnahme notwendig ist. Als eine Maßnahme gelten alle zum Zeitpunkt der Antragstellung notwendigen Anpassungen.

Zunächst sollte ein Antrag mit Kostenangebot über die geplanten Maßnahmen bei der Pflegekasse stellen, eine Bewilligung abgewartet und erst nach der Zustimmung der Pflegekasse ein Auftrag vergeben werden. Die meisten Pflegekassen haben das Antragsformular auf ihrer Internetseite hinterlegt. Eine Liste mit den Kontaktdaten der Pflegekassen finden Sie über das Internet im Pflegewegweiser

pflwegweiser-nrw.de/liste-kontaktdaten-der-pflegekassen

Weitere Informationen oder Unterstützung finden Sie bei Ihrer Wohnberatungsstelle. Bei Veränderung der Pflegesituation kann erneut eine Maßnahme beantragt werden. Leben mehrere Pflegebedürftige in einer gemeinsamen Wohnung, dürfen die Zuschüsse für Maßnahmen zur Verbesserung des gemeinsamen Wohnumfeldes einen Betrag in Höhe von 4.180 Euro je Pflegebedürftigen nicht übersteigen. Der Gesamtbetrag je Maßnahme ist auf 16.720 Euro begrenzt.



Tipp:

Der Zuschuss kann auch bei einem erforderlichen Umzug für die Transportkosten beantragt werden. Mit dem Zuschuss kann z.B. der Ab- und Aufbau von Möbeln, das Ein- und Auspacken von Kisten und das Anbringen von Lampen finanziert werden. Hierbei gilt der gleiche Höchstbetrag wie bei der Maßnahme zur individuellen Verbesserung des Wohnumfeldes.

Hilfsmittel werden von Ihrer Krankenkasse finanziert, wenn sie erforderlich sind, um

- den Erfolg der Krankenbehandlung zu sichern,
- einer drohenden Behinderung vorzubeugen oder
- eine Behinderung auszugleichen.

Pflegehilfsmittel werden von ihrer Pflegekasse finanziert, wenn die Pflege ambulant erfolgt, z.B. in der eigenen Wohnung oder in einer Pflege-Wohngemeinschaft. Sie sollen dazu beitragen

- die Pflege zu erleichtern und
- die Selbständigkeit auch bei Pflegebedürftigkeit zu erhalten.

Die Kosten für Hilfsmittel und Pflegehilfsmittel werden je nach Indikation von der Krankenkasse oder Pflegekasse übernommen.

Überörtliche Sozialhilfeträger: Landschaftsverbände in NRW

Die Landschaftsverbände Rheinland und Westfalen-Lippe finanzieren für Menschen mit einer wesentlichen Behinderung ab 18 Jahren im Rahmen der Eingliederungshilfe Maßnahmen im Bereich des privaten Wohnumfelds. Die übernommenen Maßnahmen müssen die gesellschaftliche Teilhabe fördern, eine Behinderung ausgleichen oder eine drohende Behinderung abwenden. Im Rahmen der Hilfe zur Pflege werden Maßnahmen finanziert, welche dazu dienen die notwendige Pflege, beispielsweise durch den Besuch einer Tagespflege, sicherzustellen.

Für Leistungen des sozialen Entschädigungsrechts (Leistungen für Kriegs- oder Wehrdienstbeschädigte, Opfer von Straftaten, Opfer von unrechtmäßiger Haft in der ehemaligen DDR etc.) sind auch die Landschaftsverbände zuständig.

Weitere Informationen zu den Voraussetzungen und den Förderungen findet man bei den

**Landschaftsverbänden. lvr.de,
lwl-soziales.de**



Es gibt viele Möglichkeiten finanzielle Unterstützung für barrierefreies Wohnen zu erhalten. Die Wohnberatung unterstützt sie bei der Recherche.

Örtliche Sozialhilfeträger: Sozialämter

Diverse Hilfen

Die Sozialämter der Kreise oder kreisfreien Städte bieten verschiedene Hilfsangebote. Beispiele hierfür sind: finanzielle Hilfen, Hilfsmittel, Hilfen zur Beschaffung und Erhaltung einer Wohnung, Hilfe zur Pflege oder Eingliederungshilfen für Menschen mit Behinderung, die unter 18 Jahre alt sind.

Informationen erhalten Sie bei Ihrer zuständigen Kommune und bei den Wohnberatungsstellen.

Kommunale Sondermittel

Manche Kommunen und Kreise verfügen über kommunale Sondermittel. Informationen gibt es bei der jeweiligen Kommune/Gemeinde oder der Wohnberatungsstelle in Ihrer Nähe.

Gesetzliche Unfallversicherung

Haben Sie einen Arbeitsunfall erlitten oder sind durch Ihren Beruf erkrankt und sind in der gesetzlichen Unfallversicherung versichert, gibt es Leistungen über die Unfallversicherung. Erhalten können Sie Hilfsmittel oder Wohnungshilfen (Anpassung des Wohnraums oder Bereitstellung behindertengerechten Wohnraums). Die Antragstellung erfolgt vor Ort oder über das Serviceportal im Internet:

serviceportal-uv.dguv.de

Gesetzliche Rentenversicherung

Auch von der Rentenversicherung sind unter bestimmten Bedingungen Leistungen zu erhalten. Sie nennen sich Hilfsmittel und berufsfördernde Leistungen.

Voraussetzung für deren Erhalt sind die erhebliche Gefährdung oder die Minderung der Erwerbstätigkeit sowie versicherungsrechtliche Voraussetzungen.

[deutsche-rentenversicherung.de](https://www.deutsche-rentenversicherung.de)



Tipp:

Bei einem bestehenden Riester-Vertrag gibt es die Möglichkeit, sich für einen altersgerechten Umbau Gelder auszahlen zu lassen.

riester.deutsche-rentenversicherung.de/DE/Lohnt-sich-Riester/Riester-fuer-Ihr-Eigenheim/riester-fuer-ihr-eigenheim_node.html

Mieterinnen und Mieter, Eigentümerinnen und Eigentümer

Kosten für Wohnungsanpassungsmaßnahmen können von Ihnen selbst übernommen werden – egal ob sie im Eigentum oder im gemieteten Wohnraum leben. In vielen Fällen tun sie das auch, weil sie keinen Anspruch auf eine Förderung haben. Vermieter und Vermieterinnen sind häufig bereit, Kosten für Maßnahmen zu übernehmen, wenn diese den Wohnungswert steigern.

Steuerliche Vergünstigungen

Wenn Sie steuerpflichtig sind, können Ihre Aufwendungen für den behindertengerechten Umbau des Hauses oder der Wohnung als außergewöhnliche Belastungen angerechnet werden. Im Einkommensteuergesetz gibt es verschiedene Regelungen dazu, ausführlichere Informationen finden Sie dazu auf der Internetseite

betanet.de/behinderung-steuervorteile.html

Wohnraumförderung NRW

Durch die Modernisierungsförderung des Landes Nordrhein-Westfalen werden unter anderem Maßnahmen zur Verbesserung der Barrierefreiheit in bestehenden Mietwohnungen und Eigenheimen sowie Eigentumswohnungen gefördert. Diese Darlehen können alle Eigentümerinnen und Eigentümer beantragen. Bei Selbstnutzung sind bestimmte Einkommensgrenzen einzuhalten. Die Darlehen werden über die örtlichen Wohnungsämter bzw. Wohnungsbauförderungsämter beantragt. Die genauen Richtlinien und das zuständige Wohnungsamt bzw. Wohnungsbauförderungsamt sind abrufbar unter:

nrw.bank.de

Mittel der Kreditanstalt für Wiederaufbau (Hausbank)

Günstige Darlehen für den alters- und behindertengerechten Umbau gibt es über KfW-Mittel. Diese werden über die Hausbank beantragt. Sie können sowohl von Vermietende als auch von Mietende beantragen werden. Bei einem Mietverhältnis ist vorab die Zustimmung des Vermietenden einzuholen. Es gibt weder persönliche noch finanzielle Voraussetzungen. Weitere Informationen finden Sie im Zuschussportal

kfw.de

Stiftungen

Im Handbuch der Deutschen Stiftungen kann geprüft werden, welche überörtlichen bzw. örtlichen Stiftungen ggf. zur Unterstützung der Finanzierung in Frage kommen. Das Verzeichnis Deutscher Stiftungen ist auch in öffentlichen Bibliotheken einsehbar. Weitere Informationen finden Sie auf den Internetseiten

[stiftungssuche.de
.nrw/stiftungsverzeichnis/stiftungen-suchen](http://stiftungssuche.de.nrw/stiftungsverzeichnis/stiftungen-suchen)

Wohnberatung

Wohnraumanpassung

Hilfsmittel und Technik

Finanzierung

Wohnalternativen

Materialien

Impressum

5

Wohnumfeld	50
Wohnformen	52



Die selbstständige Fortbewegung im bekannten Sozialraum ermöglicht Freiheit und Flexibilität.

Wohnumfeld

Leben im Quartier

So lange wie möglich selbstbestimmt in den eigenen vier Wänden leben: Dieser zentrale Wunsch vieler Menschen geht auch mit der Tatsache einher, dass die meisten bereits seit Jahrzehnten in ein und demselben Viertel wohnen, hier feste soziale Strukturen aufgebaut haben und sich auskennen.

Zuhause bedeutet immer auch zuhause im Quartier, im Stadtteil, im eigenen Dorf. Ein Umstand, der auch im Rahmen einer Wohnungsanpassung nicht unberücksichtigt bleiben kann; allerdings auch kritisch angeschaut werden sollte.

Tatsache ist: Mit zunehmenden Einschränkungen oder Alter verkleinert sich in der Regel der Aktionsradius eines Menschen. Im gleichen Maße kommt dem direkten Wohnumfeld größere Bedeutung zu.

Eine objektive Beurteilung Ihres Wohnviertels, Ihres Quartiers, sollte sich an den Themenschwerpunkten Versorgungssicherheit, Mobilität, Freizeitangebote und Kontakt-, Teilhabe- und Beratungsmöglichkeiten orientieren.

Können Sie Arztpraxen, Geschäfte, den Wochenmarkt oder auch den Friseur fußläufig oder problemlos per ÖPNV erreichen? Fühlen Sie sich nach wie vor sicher in Ihrem Viertel oder meiden Sie „dunkle Ecken“? Haben Sie die Möglichkeit, Ihre Freizeit abwechslungsreich zu gestalten – auch außerhalb Ihrer eigenen Wohnung?

Prüfen Sie Ihr Wohnumfeld im Hinblick auf die vorstehenden Aspekte und überlegen Sie, was Ihnen wichtig ist. Denn um so lange wie möglich eigenständig in der gewohnten Umgebung leben können, ist es auch wichtig zu wissen, auf welche Unterstützung Sie in Ihrer Nähe zählen können.

Bisweilen kann es tatsächlich sinnvoll sein, noch einmal umzuziehen, damit ein selbstbestimmtes Leben weiterhin möglich bleibt.

Die folgenden Punkte können eine Rolle beim Wohnumfeld spielen:



Versorgungssicherheit

- Einkaufsmöglichkeiten für alle Dinge des täglichen Bedarfs
- mobiler Einkaufs- und Wäscheservice, Menüservice
- Optiker, Hörgeräteakustiker, Friseur, Fußpflege
- Wäschereien, Reinigungen
- Arztpraxen, Apotheken, Krankenhäuser, Pflegedienste, Physiotherapeuten
- soziale Beratungsstellen: Pflegestützpunkte, Sozialstationen, Wohnberatungsstellen, Pflegeberatungsstellen
- handwerkliche Hilfen, Begleit- und Fahrdienste, Winterdienst
- Netzwerke nachbarschaftlicher oder ehrenamtlicher Unterstützung



Mobilität

- Anschluss an den öffentlichen Nahverkehr, überdachte Haltestellen, Sitzmöglichkeiten, barrierefreie Ein- und Ausstiegsmöglichkeiten
- gut ausgebaute Radwege, breite Bürgersteige, glatte Oberflächen von Straßen und Plätzen
- sichere Überwege über Straßen und Gleise; Ampelphasen mit ausreichend langen Grünphasen
- Bänke zum Ausruhen, Handläufe an öffentlichen Treppen, barrierefreie Zugänge zu öffentlichen Gebäuden und Geschäften, Toiletten im öffentlichen Raum
- sichere Straßen, gute Beleuchtung, keine „dunklen Ecken“



Freizeitmöglichkeiten

- Cafés, Restaurants, Angebot eines Mittagstisches
- Sportangebote, Schwimmbad
- Grünflächen und Parkanlagen in der Nähe
- kulturelle Angebote: Bücherei, Konzerte, Theater, Vorträge



Kontaktmöglichkeiten

- Familie, Nachbarschaft, Freundinnen und Freunde, Vereine
- Begegnungsstätten und/oder offene Nachbarschaftstreffs, Bildungsangebote
- Kirchengemeinden, Seniorentreffs
- Besuchsdienste
- Selbsthilfe- oder Angehörigengruppen zu bestimmten Erkrankungen
- Möglichkeiten der digitalen Teilhabe

Wenn ein Umzug notwendig wird, haben Sie verschiedene Möglichkeiten: Mittlerweile existieren zahlreiche Wohnformen, die Eigenständigkeit ebenso fördern wie Unterstützungsmöglichkeiten und das Gemeinschaftsgefühl. Was möglich ist und welches Modell Ihren individuellen Bedürfnissen am besten entspricht, können Sie gemeinsam im Gespräch mit den Expertinnen und Experten der Wohnberatung herausfinden.

Wohnformen

Gemeinsam statt allein



Im Quartier inklusiv leben.

Quartierskonzepte

Sogenannte Quartierskonzepte versuchen verschiedene Bausteine zu mischen. Zentral ist, dass nicht einzelne Versorgungseinseln separat zu sehen sind, sondern dass ein sozial-räumlicher Ansatz gewählt wird.

Barrierefreies Wohnen, teilstationäre und gegebenenfalls auch stationäre Ansätze in einem Quartier werden gemeinsam gedacht und die Ressourcen weiterer sozialer, konfessioneller, kultureller oder auch gewerblicher Angebote in Netzwerke eingebunden. Ziel ist eine möglichst umfassende Versorgungssicherheit in vertrauten Quartiersstrukturen zu schaffen. Ein sehr bekannter Ansatz eines selbstbestimmten Wohnens mit Versorgungssicherheit im Quartier ist das „Bielefelder Modell“.



Ein wohnliches Zuhause auch bei höherem Unterstützungsbedarf.

Ambulant betreute (Pflege-) Wohngemeinschaften

Diese Wohnform ist geeignet für Menschen, die zur Bewältigung ihres Alltags Unterstützung, oder auch Pflege benötigen. Ambulant betreute (Pflege-) Wohngemeinschaften sind „mehr“ als Servicewohnen und „weniger“ als Pflegeheime. Betreuungs- und Pflegekräfte organisieren Haushalt und Pflege; über Art und Umfang dieser Hilfen entscheiden jedoch Sie selbst. Auch für Menschen mit einer Demenzerkrankung kann eine ambulant betreute Wohngemeinschaft eine geeignete Wohnform sein. Zu unterscheiden sind selbstverantwortete (Pflege-) Wohngemeinschaften, die durch die Bewohnerschaft bzw. ihre An- und Zugehörigen initiiert und verantwortet werden, und sogenannte anbietersverantwortete (Pflege-) Wohngemeinschaften. Hier ist in der Regel ein Pflegedienst hauptverantwortlich für das Angebot.

Der Begriff „Betreutes Wohnen“ ist nicht geschützt. Daher wurde auf Bundesebene die DIN 77800 „Qualitätsanforderungen an Anbieter der Wohnform Service Wohnen für Senioren“ veröffentlicht sowie in NRW das Qualitätssiegel Betreutes Wohnen geschaffen [kuratorium-nrw.de](https://www.kuratorium-nrw.de). Beide Siegel richten sich an Anbieter. Für Verbraucher*innen bieten sie aber die Chance, nach zertifizierten Häusern zu suchen.



Hausgemeinschaften ermöglichen Gemeinschaft und Privatheit.

Wohnprojekte und Hausgemeinschaftsmodelle

Mehr Gemeinsamkeit bei gleichzeitigem Erhalt der eigenen Selbstständigkeit- und Privatheit: Die Mitglieder einer Hausgemeinschaft verfügen jeweils über eine eigene Wohnung, teilen sich jedoch Gemeinschafts- und Wirtschafts-räume, so dass das Miteinander im Haus über ein normales nachbarschaftliches Verhältnis hinausgeht. Entsprechende Wohnmodelle sind nicht nur stark durch ein partizipatives Ideal geprägt, sondern oft auch generationen-übergreifend und nachhaltig orientiert.



In den eigenen vier Wänden mit der Sicherheit der zukünftigen Versorgung.

Betreutes Wohnen oder Wohnen mit Service

Beim „Betreuten Wohnen“ oder besser „Wohnen mit Service“ wird das Wohnungsangebot mit Dienstleistungskomponenten kombiniert. Diese Dienstleistungen sind immer zusätzlich zur Grundmiete und Nebenkosten über eine Servicepauschale zu vergüten. Zu unterscheiden sind dabei die Grundservicleistungen von ergänzenden Wahlleistungen. Während die Kosten des Grundleistungspaketes unabhängig von der tatsächlichen Inanspruchnahme immer anfallen, sind Wahlleistungen (z.B. hauswirtschaftliche und pflegerische Hilfen) individuell buchbar und extra zu vergüten. Im Vordergrund des „Wohnen mit Service“ steht der Gedanke, so viel Selbstständigkeit wie möglich zu erhalten und so viel Betreuung oder Service wie nötig zu bieten. In vielen betreuten Wohnanlagen wird darüber gezielt der Kontakt zu anderen Bewohnerinnen und Bewohnern gefördert, um Vereinsamung entgegenzuwirken.

Wohnberatung

Wohnraumanpassung

Hilfsmittel und Technik

Finanzierung

Wohnalternativen

Materialien

Impressum

6

Weitere Broschüren	56
Kontaktstellen	57
Ausstellungen	60

Digital verfügbar oder gedruckt zu Ihnen

Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales des Landes Nordrhein-Westfalen

Fürstenwall 25
40219 Düsseldorf

Onlinebestellung unter
mags.nrw/broschuerenservice

- Den Alltag gemeinsam meistern – Angebote zur Unterstützung im Alltag für Menschen mit Pflegebedarf und pflegende An- und Zugehörige in NRW

Ministerium für Heimat, Kommunales, Bau und Digitalisierung des Landes Nordrhein-Westfalen

Hubertusstraße 9
40219 Düsseldorf

Onlinebestellung unter
mhkbd.nrw/broschueren

Telefon 0211 837 1001

- Wohnungen fürs Leben –
Barrierefrei bauen in Nordrhein- Westfalen
- Fördern, was Wohnungen schafft.
Modernisierungsrichtlinie 2023 bis 2027
- Pixi-Wissen Barrierefreies Wohnen

Fach- und Koordinierungsstelle der Regionalbüros Alter, Pflege und Demenz im Kuratorium Deutsche Altershilfe

Hohenzollernring 57
50672 Köln

Digital verfügbar unter
alter-pflege-demenz-nrw.de/produkt

- Zu Hause Wohnen mit Demenz

Kontaktstellen

Wissen weiter vertiefen

Agentur Barrierefrei NRW

Die vom Land Nordrhein-Westfalen geförderte Agentur Barrierefrei NRW informiert und berät zu Fragen der Umsetzung von Barrierefreiheit. Gemeinsam mit der Wohnberatung des Kompetenzzentrum Barrierefreiheit Volmarstein gGmbH präsentiert sie in einer Musterausstellung Lösungen für barrierefreies Arbeiten am Computer sowie für barrierefreies und technikunterstütztes Wohnen in der Grundschoßter Straße 40, 58300 Wetter

Telefon: 023 35 / 96 81 59

ab-nrw.de

BAG Selbsthilfe – Bundesarbeitsgemeinschaft Selbsthilfe von Menschen mit Behinderung und chronischer Erkrankung und ihren Angehörigen e. V.

Die BAG ist die Vereinigung der Selbsthilfeverbände behinderter und chronisch kranker Menschen und ihrer Angehörigen in Deutschland. Die Homepage enthält neben aktuellen Meldungen und der Zeitschrift „Selbsthilfe“ vor allem eine umfangreiche Linkliste zu den Mitgliedsverbänden.

Telefon: 0211 31 00 60

bag-selbsthilfe.de

Barrierefrei Leben e.V.

Der Verein „Barrierefrei Leben“ bietet in seinem Internetportal Informationen für ältere Menschen, Menschen mit Behinderungen sowie pflegebedürftige Menschen und Angehörige, die ihre Wohnsituation durch Hilfsmiteileinsatz, Wohnungsanpassung, Umbau oder barrierefreies Bauen verbessern wollen.

online-wohn-beratung.de

Beauftragte der Landesregierung für die Belange der Menschen mit Behinderungen in NRW

Die Beauftragte berät bei Gesetzesvorhaben der Landesregierung. Zudem zählen beispielsweise der Austausch und die Zusammenarbeit mit verschiedenen Akteuren der Behindertenpolitik, die Entwicklung von Vorschlägen zur Umsetzung einer inklusiven Gesellschaft sowie die Information der Öffentlichkeit über behindertenpolitische Entwicklungen in Nordrhein-Westfalen zu ihren Aufgaben.

lbbp.nrw.de

BIVA-Pflegeschutzbund

Der Verein setzt sich bundesweit für die Rechte und Interessen von Menschen ein, die Hilfe oder Pflege benötigen, insbesondere für Menschen welche in betreuten Wohnformen leben. Das schließt sowohl alle Menschen ein, die im Alter und bei Behinderung selbst Wohn- und Pflegeangebote in Anspruch nehmen, als auch deren Angehörige, die sich in der schwierigen Situation von Pflege und Betreuung befinden. Für Vereinmitglieder bietet der BIVA-Pflegeschutzbund u.A. individuelle (Rechts-)Beratung in Konfliktsituationen und bei allen Fragen zu Heimrecht und Leben im Alter.

biva.de

Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen e. V. (BAGSO)

Die BAGSO ist die Lobby der älteren Menschen in Deutschland. Unter ihrem Dach haben sich über 100 Verbände mit etwa 13 Millionen Senioren zusammengeschlossen. Sie vertritt deren Interessen gegenüber Politik, Wirtschaft und Gesellschaft, wobei sie auch die nachfolgenden Generationen immer im Blick hat. Darüber hinaus zeigt sie durch Publikationen und Veranstaltungen Wege für ein möglichst gesundes und kompetentes Altern auf.

Telefon: 0228 24 99 930

bagso.de

Bundesarbeitsgemeinschaft Wohnungsanpassung (BAG)

In der BAG sind Wohnberatungsangebote und Beratungsstellen, Einzelpersonen und Institutionen organisiert, die die Weiterentwicklung des Themas Wohnberatung unterstützen. Zweck der BAG ist die Unterstützung des selbstständigen Wohnens von älteren Menschen und Menschen mit Behinderung. Sie setzt sich nicht nur für Wohnungsanpassung ein, sondern auch für den Neubau und die Modernisierung von Wohnungen.

Telefon: 030 47 47 47 00

wohnungsanpassung-bag.de

Fach- und Koordinierungsstelle der Regionalbüros Alter, Pflege und Demenz

Die zwölf Regionalbüros Alter, Pflege und Demenz Nordrhein-Westfalen setzen sich dafür ein, die Unterstützungs- und Versorgungsangebote für pflegebedürftige Menschen sowie deren An- und Zugehörige in Nordrhein-Westfalen vor Ort weiterzuentwickeln. Dort erhalten Sie Informationen zu Angeboten zur Unterstützung im Alltag, zur Pflegeberatung sowie zu vielen weiteren Themen rund um Pflege und Betreuung in Ihrer Region. Die Fach- und Koordinierungsstelle in Trägerschaft des Kuratoriums Deutsche Altershilfe begleitet die Regionalbüros fachlich und ist zentrale Anlaufstelle auf Landesebene. Hier finden Sie die Adressen der Regionalbüros, sowie zum Kompetenzzentrum Hörschädigung im Alter, welches ebenfalls zum Netzwerk gehört. Sie wird gefördert von der Landesregierung und der Träger der Pflegeversicherung NRW.

Telefon: 030/221 82 98 -27

alter-pflege-demenz-nrw.de

Forum Seniorenarbeit NRW

Das Forum Seniorenarbeit bietet eine Plattform zu aktuellen Themen der gemeinwesenorientierten Seniorenarbeit und des bürgerschaftlichen Engagements älterer Menschen in und für NRW.

Telefon: 0221 93 18 470

forum-seniorenarbeit.de

Landesseniorenvertretung NRW

Die Landesseniorenvertretung Nordrhein-Westfalen e. V. (LSV NRW) ist die Dachorganisation der kommunalen Seniorenvertretungen (SV). Sie ist konfessionell ungebunden, verbandsunabhängig und parteipolitisch neutral.

Telefon: 0251 21 20 50

lsv-nrw.de

Landesarbeitsgemeinschaft Wohnberatung NRW (LAG)

Die LAG Wohnberatung NRW ist ein Zusammenschluss von Beratungsstellen für alters- und behindertengerechtes Wohnen. Die LAG Wohnberatung NRW fördert deren Informationsaustausch und stärkt ihre gemeinsame politische Interessenvertretung. Sie informiert auf Ihrer Internetpräsenz zu aktuellen Themen der Wohnberatung.

wohnberatungsstellen.de

Pflegewegweiser NRW

In der NRW-größten Datenbank für Senioren- und Pflegeberatung finden Sie passende Anlaufstellen für Ihre Fragen in Ihrer Kommune. Auf der Internetpräsenz können Sie sich informieren über Pflege-Themen und die sogenannte 24-h-Pflege durch ausländische Betreuungskräfte. Eine umfassende Erstinformationen für Pflegenden Angehörige finden Sie im digitaler Wegweiser für pflegende Angehörige (ANNA).

[**pflegewegweiser-nrw.de**](https://www.pflegewegweiser-nrw.de)

Unfallkasse NRW

Die Unfallkasse bietet ein Portal zum Thema „Sicheres Pflegen zu Hause“, wo konkrete Wohnungsanpassungen in einer digitalen Musterwohnung aufgezeigt werden. Der Schwerpunkt liegt auf potentiellen Gefährdungsmöglichkeiten im Wohnraum und wie ihnen vorgebeugt oder sie behoben werden können.

[**sicheres-pflegen-zuhause.de**](https://www.sicheres-pflegen-zuhause.de)

Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen

Die Verbraucherzentrale bietet hilfreiche Informationen rund um die Themen Gesundheit, Pflege und Wohnen. Verbraucherinnen und Verbraucher erhalten zudem kompetente Rechtsberatungen zu Verträgen wie Kaufverträgen, Handwerkerverträgen oder Mietverträgen.

[**verbraucherzentrale.nrw**](https://www.verbraucherzentrale.nrw)

wir pflegen NRW e.V.

Der Landesverband des bundesweiten Vereins wir pflegen! ist eine unabhängige Stimme pflegender Angehöriger in Nordrhein-Westfalen, welcher sich für Verbesserungen in der häuslichen Pflege und die Anerkennung der Arbeit der Pflegenden einsetzt. Als Interessenvertretung und Selbsthilfeorganisation vernetzt, stärkt und vertritt er Menschen, die Fürsorge leisten – in Familien, Partnerschaften und Nachbarschaften.

[**wir-pflegen.nrw**](https://www.wir-pflegen.nrw)

Zuhause im Alter

Das Serviceportal des Bundesministerium für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend bietet Informationen und Hinweise zum Thema selbstständiges und selbstbestimmtes Wohnen im Alter. Es richtet sich an Seniorinnen und Senioren sowie an weitere Akteurinnen und Akteure wie zum Beispiel Wohnungsunternehmen und Pflegedienste.

[**serviceportal-zuhause-im-alter.de**](https://www.serviceportal-zuhause-im-alter.de)

Ausstellungen

Vor Ort informieren

Deutsche Gesellschaft für Gerontotechnik

Das umfangreiche Ausstellungszentrum zum Thema Bauen und Wohnen gliedert sich in die Bereiche Mobilität, Pflege, Küche und Haushalt, Badwelten und Haustechnik, Elektro- und Gebäudeautomation sowie Sicherheit und Kommunikation. In einem eigenen Musterhaus wird demonstriert, wie generationengerechtes Bauen in der Praxis aussehen kann – und welche Planung und empfehlenswerte Produkte es erfordert. Das Ziel: ein stimmiges, generationenübergreifendes Wohnumfeld.

Adresse:

GGT Deutsche Gesellschaft für Gerontotechnik
Max-Planck-Straße 5
58638 Iserlohn

Telefon: 02371 95 950

gerontotechnik.de

Kompetenzzentrum Barrierefreiheit Volmarstein

In der Ausstellung "Barrierefreies Wohnen und Arbeiten" zeigen die Wohnberatung des KBV und die Agentur Barrierefrei NRW praxisnahe Beispiele für barrierefreies und technikunterstütztes Wohnen sowie Lösungen für barrierefreie Büroarbeitsplätze. Ein Besuch ist nach vorheriger Terminabstimmung möglich.

Adresse:

KBV Kompetenzzentrum Barrierefreiheit Volmarstein
Grundschoßfelder Straße 40
58300 Wetter

Telefon: 02335 96810

kb-esv.de

Wohnberatung

Wohnraumanpassung

Hilfsmittel und Technik

Finanzierung

Wohnalternativen

Materialien

Impressum

Druck

Hausdruck

Herausgeber

Ministerium für Arbeit, Gesundheit und
Soziales des Landes Nordrhein-Westfalen

Fürstenwall 25,
40219 Düsseldorf
info@mags.nrw.de
mags.nrw

Text & Redaktion

Landeskoordination Wohnberatung NRW in
Trägerschaft der BAG Wohnungsanpassung e.V.
unter Mithilfe von den Wohnberatungsstellen
in Aachen, Düsseldorf, des Ennepe-Ruhr-
Kreises und des Rheinisch-Bergischem-Kreis

Gestaltung

Zitrus Design, Köln

Fotos/Grafiken

stock.adobe.com: Prazis Images (Titelbild),
Landeskoordination Wohnberatung NRW
(S. 12, 15, 18, 21, 20, 24),
Dietrich Hackenberg (S. 7, 8, 16, 17, 18, 20, 22,
31, 32, 34, 37, 39, 42), Niedersächsische Fach-
stelle für Wohnberatung (S. 17),
iStock: sankai (S. 6), eclipse_images (S. 12),
michaklootwijk (S. 13), Yes (S. 14), kovaciclea
(S. 15), PIKSEL (S. 16, 25, 53), AnVr (S. 19), free-
mixer (S. 23), Arturo Pena Romano Medina (S.
24), ArtMarie (S. 26), Anchiy (S. 31), Toa55 (S.
33), Studio CJ (S. 35), FatCamera (S. 36), Vud-
hikul Ocharoen (S. 37), Anna Koberska (S. 39),
MileA (S. 39), Pekic (S. 45), Eva-Katalin (S. 50),
FG Trade (S. 52), Halfpoint (S. 52), Zinkevych
(S. 53)

Gefördert durch die

LANDESVERBÄNDE
DER PFLEGEKASSEN

Landesverbände der Pflegekassen

und dem



Verband der Privaten
Krankenversicherung

Verband der privaten Pflegekassen.

© MAGS, Juli 2026

Die Druckfassung kann bestellt oder
heruntergeladen werden:

im Internet:

mags.nrw/broschuerenservice

oder telefonisch unter
0211 837-1001



Ministerium für Arbeit, Gesundheit und
Soziales des Landes Nordrhein-Westfalen

Fürstenwall 25
40219 Düsseldorf