



Landkreis Meißen

# Ein Leben lang zu Hause wohnen



Maßnahmen zur Wohnraumanpassung im Landkreis Meißen



**A**m 01.04.2019 startete der Pflegedienst mit zwei Mitarbeiterinnen. Die gute Zusammenarbeit mit Kliniken und Hausärzten ließ uns weiter wachsen. Seitdem sichert unser Pflegedienst die ambulante Versorgung für Riesa, Weida, Merzdorf bis Hirschstein ab.

Es stellte sich uns die Frage, was wir für Menschen machen können, die jahrelang ihre Angehörigen ohne einen freien Tag pflegen. So entstand die Idee, **Patienten-Urlaubsreisen mit Pflegebetreuung** anzubieten. Ob mit Rollator oder Rollstuhl – wir machen alles möglich.

Um noch mehr Entlastung für die pflegenden Angehörigen zu schaffen, gründeten wir 2012 eine **Tagespflege**. Montag bis Freitag von 07.00–16.00 Uhr werden hier unsere Tagesgäste ganzheitlich und liebevoll betreut.

**Unser Fahrdienst** holt die Senioren zu Hause ab. Die Fahrzeiten können individuell mit dem Fahrdienst vereinbart werden, egal, ob jemand auf den Rollstuhl oder auf ein Gehbänkchen angewiesen ist.

# 20 Jahre Pflegedienst Reinländer und Tagespflege Seniorengarten

Der Tag in unserer Tagespflege beginnt mit einem gemeinsamen Frühstück, dem Morgensport und einer Zeitungsschau. Ab ca. 9.00 Uhr gibt es viele Beschäftigungsmöglichkeiten, beispielsweise Spiele wie Rommee, Halma „Mensch ärgere dich nicht“ und Skat, Kreatives Gestalten, Vorträge und vieles mehr. An schönen Tagen gehen wir in die Natur, mittwochs auf den Markt am Rathausplatz. Oder wir schlendern einfach über die Geschäftsstraße. Der Besuch in der Eisdielen ist ein beliebtes Ziel im Sommer. Zusätzlich kommen noch regelmäßig die Ergotherapie, Physiotherapie, der Friseur und die medizinische Fußpflege ins Haus.

Nach dem Mittagessen ist von 12.00 bis 14.00 Uhr Mittagsruhe in den dazu bereitstehenden Ruhesesseln. Wer keine Mittagsruhe machen möchte, findet genügend Raum, sich anderweitig zu beschäftigen. Beendet wird der Tag mit einem schönen Kaffeetrinken. Für die Heimreise steht unser freundlicher Fahrdienst ab 15.30 Uhr bereit.

Um dem täglichen Ablauf mehr Abwechslung zu geben, haben wir uns ein **jährliches Zusatzangebot** ausgedacht. Wir feiern und unternehmen, was das Zeug hält, planen schnellstmöglich für das nächste Jahr unsere Ausflüge und Jahreszeitenfeste. Unsere Tagesgäste geben hier gern den Ton an, denn sie sagen uns, was sie erleben wollen. Egal wie, unsere Tagesgäste können hier so richtig am Leben teilhaben.

Gegen das Alleinsein und um die pflegenden Angehörigen zu entlasten, haben wir für Sie die Möglichkeit geschaffen, mal einen „Probetag“ bei uns zu verbringen, um unser freundliches Team und unsere Tagesgäste kennenzulernen. Dies verpflichtet Sie zu nichts. Auch die Entscheidung, wie oft Sie unsere Tagespflege in der Woche besuchen wollen, legen Sie alleine fest. Sie werden durch unseren Fahrdienst abgeholt und wieder nach Hause gefahren. Auch Fahrten sitzend im Rollstuhl sind für uns kein Problem. Rollstuhlsicherungen sind in unseren Kleinbussen vorhanden.

Wenn Sie jetzt der Meinung sind, dass wir das Richtige für Sie haben, dann rufen Sie uns an unter 03525 / 7767723 und wir kümmern uns um den Rest. Wir sind Montag bis Freitag von 7.00–16.00 Uhr für Sie erreichbar. Über die Kosten für Tagespflege und welche Kosten die Pflegekasse übernimmt, informieren wir Sie gern bei einem persönlichen Gespräch in unserer Tagespflege.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Ihre Anke Reinländer

**Ambulanter Regionaler Pflegedienst**

**Anke Reinländer • Dorfstr. 3 • 01594 Nickritz**

**Telefon: 03525 655269 • Fax: 03525 529831**

**E-Mail: [info@pflegedienst-reinlaender-riesa.de](mailto:info@pflegedienst-reinlaender-riesa.de)**

**Internet: [www.pflegedienst-reinlaender-riesa.de](http://www.pflegedienst-reinlaender-riesa.de)**

**Sehr geehrte Damen und Herren,  
liebe Bürgerinnen und Bürger,**

im Freistaat Sachsen leben mehr als 4 Millionen Einwohner, davon sind über ein Viertel älter als 65 Jahre. Entsprechend der prognostizierten demografischen Entwicklung wird der Anteil an älteren Menschen bis 2030 auf über ein Drittel der Gesamtbevölkerung ansteigen. Der Landkreis Meißen verzeichnet eine ähnliche Bevölkerungsentwicklung. Von den heute knapp 250.000 im Landkreis lebenden Menschen sind 27 % über 65 Jahre, bis 2030 wird dieser Anteil auf 32 % steigen.

Dank der guten medizinischen Versorgung kann eine steigende Lebenserwartung verzeichnet werden.

Dem Thema „Wohnen im Alter“ kommt angesichts dieser steigenden Anzahl älterer Menschen und deren Wunsch, selbstbestimmt und im gewohnten Lebensumfeld alt zu werden, eine besondere Bedeutung zu.

Lebensqualität und Wohlergehen werden im hohen Maße von der eigenen Wohnsituation bestimmt. Das gilt für Menschen in allen Alters- und Lebensphasen. Besonders für ältere Menschen gewinnen Wohnung und Wohnumfeld eine immer größere Bedeutung, wenn es um Teilhabe am gesellschaftlichen Leben und Netzwerke aus Familie und Nachbarschaft geht. Versorgung und Pflege älterer Menschen und die damit verbundenen Strukturen des Ehrenamtes und der Partizipation konzentrieren sich auf das lokale Lebensumfeld.

Die Schaffung von altersgerechtem Wohnraum, besonders auch in ländlichen Gebieten unseres Landkreises, ist die Voraussetzung, auch bei Pflegebedarf längst möglich in den eigenen vier Wänden verbleiben zu können.

Oft genügen schon einfache Maßnahmen der Wohnraumanpassung wie der Einbau einer ebenerdigen Dusche, die Beseitigung von Schwellen und Stolperfallen (Teppiche, Kabel etc.) oder das Anbringen von Haltegriffen an Treppen oder im Badbereich, um das Leben in der eigenen Wohnung zu erleichtern.



Mit der vorliegenden Broschüre möchten wir Ihnen einen Überblick über geeignete Maßnahmen einer solchen Wohnraumanpassung geben, Ansprechpartner vermitteln und ergänzende Angebote der Unterstützung im Alltag im Landkreis Meißen anbieten.

Barrierefreie Gestaltung der Wohnung, das ist ein generationsübergreifendes Thema, was nicht nur ältere Menschen und Menschen mit einer Behinderung betrifft. Auch für junge Familien mit Kindern und Bauherren jeden Alters bedeutet barrierearmer Wohnraum einen großen Gewinn.

Janet Putz  
1. Beigeordnete Landkreis Meißen

# Inhaltsverzeichnis

|                                                                                      |           |                                                                                  |           |
|--------------------------------------------------------------------------------------|-----------|----------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>Grußwort</b>                                                                      | <b>1</b>  | <b>Checkliste</b>                                                                | <b>24</b> |
| <b>Pflege- und Versorgungskoordination im Landkreis Meißen</b>                       | <b>4</b>  | <b>„Ein Leben lang zu Hause wohnen“</b>                                          | <b>24</b> |
| <b>Wegweiser Älter Werden</b>                                                        | <b>5</b>  | <b>Wohnraumanpassung bei Demenz</b>                                              | <b>26</b> |
| <b>Kreissozialamt Meißen – Beratung und Unterstützung</b>                            | <b>6</b>  | Die Bedeutung der eigenen vier Wände für Demenzkranke . . . . .                  | 26        |
| Betreuungsbehörde – Betreuung, Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung . . . . .    | 6         | Wohnraumanpassung – Veränderungen werden nötig . . . . .                         | 26        |
| Wohngeld . . . . .                                                                   | 6         | <b>Finanzierungs- und Fördermöglichkeiten</b>                                    | <b>27</b> |
| Hilfe zur Pflege . . . . .                                                           | 7         | <b>Sicherheit im häuslichen Umfeld</b>                                           | <b>30</b> |
| Versicherungsamt – Rente . . . . .                                                   | 7         | Sicherung von Haus und Wohnung . . . . .                                         | 30        |
| Grundsicherung im Alter . . . . .                                                    | 7         | Beratung durch die Polizei . . . . .                                             | 30        |
| Schwerbehindertenausweis . . . . .                                                   | 8         | <b>Partner für Gesundheit im Alter</b>                                           | <b>31</b> |
| Landesblindengeld . . . . .                                                          | 8         | Elblandkliniken in Meißen, Radebeul und Riesa – Wir sind für Sie da! . . . . .   | 31        |
| <b>Altersgerechtes Wohnen und ambulante Versorgung für ein gelingendes Altern</b>    | <b>10</b> | Geriatrisches Netzwerk Radeburg: Standfest im Alltag – Sturzprävention . . . . . | 31        |
| Barrierefrei in den eigenen vier Wänden – die Wohnberatung stellt sich vor . . . . . | 10        | Bin ich sicher gehfähig? . . . . .                                               | 32        |
| Unterstützung im Alltag . . . . .                                                    | 11        | Präventionskurs „Standfest im Alltag“ . . . . .                                  | 32        |
| Ergänzende und unabhängige Teilhabeberatung (EUTB) Meißen inklusiv e. V. . . . .     | 13        | Ansprechpartner . . . . .                                                        | 32        |
| <b>Rundgang durch die Räume</b>                                                      | <b>14</b> | <b>Hilfe und Unterstützung</b>                                                   | <b>33</b> |
| Eingang, Treppenhaus und Flur . . . . .                                              | 14        | Die Pflegereform . . . . .                                                       | 33        |
| Bad, WC . . . . .                                                                    | 15        | Pflegegrade und Leistungen . . . . .                                             | 34        |
| Küche . . . . .                                                                      | 16        | Alle Leistungen seit 2017 im Überblick . . . . .                                 | 34        |
| Wohnzimmer . . . . .                                                                 | 18        | Pflegearten . . . . .                                                            | 35        |
| Schlafzimmer . . . . .                                                               | 20        | Unterstützung für pflegende Angehörige . . . . .                                 | 36        |
| Balkon, Garten . . . . .                                                             | 21        | Pflegeberatung . . . . .                                                         | 37        |
| <b>Nützliche Hilfsmittel</b>                                                         | <b>22</b> | <b>Weitere wichtige Ansprechpartner zum Thema „Wohnen und Leben im Alter“</b>    | <b>37</b> |
| <b>Alter und Technik – Altersgerechte Assistenzsysteme</b>                           | <b>23</b> | <b>Notruftafel</b>                                                               | <b>38</b> |
| Hausnotruf . . . . .                                                                 | 23        | <b>Impressum</b>                                                                 | <b>38</b> |
|                                                                                      |           | <b>Branchenverzeichnis</b>                                                       | <b>40</b> |

# Residenz „Zur Fahenschneiderei“



**Sie suchen einen Pflegedienst mit Kompetenz und Leidenschaft?  
Dann sind Sie bei uns richtig!**

- ambulante Pflege mit Schwerpunkten, u. a.  
Wundmanagement, Demenz, Diabetes, Schmerztherapie
- Demenz-Wohngemeinschaft
- altersgerechtes, barrierefreies Wohnen
- Hausnotruf, Fahrdienst, Betreuung, Hauswirtschaft
- Busreisen und Veranstaltungen für Senioren

**24 Stunden  
Bereitschaft**

## Häusliche Kranken- und Seniorenpflege Ute Broggio GmbH

Döbelner Straße 1 · 01683 Nossen · Telefon: 035242 47823 · Fax: 035242 47824  
E-Mail: pdutebroggio@gmx.de



### ANGEBOTE DES HÄUSLICHEN PFLEGE- DIENSTES SYLVIA ENGELHARDT

- Tagespflege in Meißen, Schützstraße 4  
Telefon: 03521 451468
- Betreutes Wohnen in Nossen und Meißen  
Telefon: 035242 650848 Nossen und  
03521 451468 Meißen
- Häuslicher Pflegedienst in Nossen und Meißen  
Telefon: 035242 650848 Nossen und  
03521 451468 Meißen
- Podologie in Nossen und Meißen  
Telefon: 0163 2373614
- Demenz-Wohngruppen in Nossen  
Telefon: 035242 650848 Nossen und  
03521 451468 Meißen
- Palliativpflege
- Kurzzeitpflege // Verhinderungspflege  
Telefon: 03521 717660 Meißen

#### TAGESPFLEGE

Den Tag gemeinsam verbringen und abends wieder zu Hause sein. Von Montag bis Sonntag planen wir gemeinsam die Inhalte des Tages.

Wir bieten mit unserer Tagespflege eine interessante Alternative. In geselliger Runde gestalten wir gemeinsam den Tagesablauf mit unseren Klienten, die tagsüber Pflege und Betreuung benötigen.

#### Das Angebot in Kurzform:

- Spielen, Malen, Basteln
- Kochen und Backen
- Singen und Erzählen
- Gedächtnistraining
- Bewegungsübungen und Gymnastik
- Ausflüge
- gemeinsame Mahlzeiten
- Fahrdienst
- Behandlungspflege wie Injektionen und Medikamente

#### BETREUTES WOHNEN

Der Grundgedanke unseres Betreuten Wohnens ist es, selbstbestimmt in seinen eigenen vier Wänden zu leben, jedoch ohne auf Serviceleistungen, soziale Kontakte und Freizeitangebote zu verzichten. Unsere Senioren werden, wenn gewünscht, ganzheitlich pflegerisch und medizinisch versorgt. Zu einem bunten Freizeitangebot treffen sich unsere Senioren hier im Haus in der Begegnungsstätte zu Geselligkeit, Gesprächen,

künstlerischer und geistiger Betätigung, sowie zu gemeinsamen Mittagessen.

#### HÄUSLICHER PFLEGEDIENST

- Grundpflege
- Behandlungspflege (Ausführung ärztlicher Anordnungen)
- Pflege bei Verhinderung der Pflegeperson
- Beratungsgespräche
- Schulungen in der eigenen Häuslichkeit
- Essen auf Rädern
- Fahr- und Begleitedienste
- Individuelle Betreuungsangebote
- Haushaltshilfe
- Palliativpflege, Sterbebegleitung

#### DEMENTZ-WOHNGRUPPE

Schwerpunkt der Pflege und Betreuung von demenzerkrankten Menschen ist das gemeinschaftliche Leben, das so aktiv und selbstbestimmt wie möglich geführt werden soll. Dafür sind 2 Wohngruppen eingerichtet worden. Jede Wohngruppe hat ein gemeinsames Wohnzimmer mit offener Küche und Essbereich und ein großes Pflegebad. Das Besondere ist die familiäre Gemeinschaft, die den örtlich, zeitlich, situativ und persönlich desorientierten Bewohnern Unterstützung, Sicherheit und

Geborgenheit gibt. Im Mittelpunkt steht der häusliche Alltag. Regelmäßige Tagesabläufe und feste Strukturen gehören zum Alltag der demenzerkrankten Bewohner. Dazu gehören Tätigkeiten wie den Tisch decken oder das Geschirr abwaschen. Dabei werden sie von einer ständig anwesenden Pflegekraft unterstützt. Gemeinsames Spielen, Erzählen und Handarbeiten fördern Geist, Körper und Geschicklichkeit.

Das Erleben der Natur ist für Demenzerkrankte von Bedeutung. Deshalb haben die Bewohner bei uns die Möglichkeit, unseren großzügigen Garten mitzugestalten und zu nutzen.

#### KURZZEITPFLEGE

Pflegebedürftige Menschen in den Pflegestufen I bis III können im Jahr bis zu 28 Tage Kurzzeitpflege und 28 Tage Verhinderungspflege (Pflege zur Vermeidung eines Krankenhausaufenthaltes) in Anspruch nehmen. Dabei übernimmt die Pflegeversicherung die Kosten, die mit der Pflege verbunden sind. Somit müssen Sie nur für Unterkunft und Verpflegung Ihrer Angehörigen bezahlen.

**Zur ständigen Erweiterung unserer Einrichtung suchen wir regelmäßig qualifizierte Pflegefachkräfte.**

„Es geht nicht darum, dem Leben mehr Tage zu geben,  
sondern den Tagen mehr Leben“



### PiA Pflegeteam

Johannesstr. 26 · 01640 Coswig  
Telefon: 03523 235704  
E-Mail: pia-pflegeteam@gmx.de  
Fax: 03523 7745461

### Cicley Saunders

#### Unsere Leistungen:

- Grundpflege
- hauswirtschaftliche Versorgung
- umfassende soziale Betreuung, Schwerpunkt Demenzbetreuung
- Pflegeberatung
- würdevolle Sterbebegleitung
- Vermittlung von weiteren Diensten z. B. „Essen auf Rädern“, Hausnotruf, Fahrdienste uvm.
- häusliche Krankenpflege

# Pflege- und Versorgungskoordination im Landkreis Meißen

## Selbstbestimmt alt werden

Der weitere Ausbau des Pflegenetzes des Landkreises Meißen, eine enge Zusammenarbeit mit den Kommunen mit dem Ziel interkommunaler Kooperation und die Sicherung einer guten Versorgung im Alter, besonders in den ländlichen Räumen, bestimmen die Arbeit der Pflege- und Versorgungskoordination im Landkreis. Grundlage für den Aufbau von zukünftigen Versorgungsstrukturen ist eine zunehmende Fokusverschiebung von Pflege auf Wohnen, von Bedarfs- statt Versorgungsorientierung und von Vollversorgung hin zu Mitgestaltung, Eigenverantwortung und Beteiligung.

## Folgende Schwerpunkte bestimmen die Arbeit der Pflege- und Versorgungskoordination:

- › **Stärkung der Beratungskompetenzen der Kommunen:** zweijährige Fortbildung kommunaler Versorgungslotsen und Ansprechpartner in den Kommunen
- › **Regionale Vernetzung der Akteure der Altenhilfe:** Arbeitsgruppen, Pflegestammtische in den Sozialregionen, Fachtagungen zu geriatrischen und gerontopsychiatrischen Themen, jährliche Pflegekonferenz
- › **Stärkung der Orientierungs- und Handlungskompetenz von Pflegebedürftigen und deren Angehörigen:** Informationsbroschüre „Wegweiser Älter werden“

- › **Unterstützung der Kommunen bei der Schaffung von ländlichen Versorgungsstrukturen:** Organisation von Gesprächen mit Bürgermeistern, Trägern der Altenhilfe und potenziellen Investoren, Koordination und Moderation ländlicher Versorgungs- und Pflegeprojekte
- › **Zugehende Beratung für den ländlichen Raum:** zugehende Wohnberatung und Umbaubegleitung bei Wohnungsanpassungsmaßnahmen durch den Verein „Lebenswertes Zuhause e. V.“, Rentenberatung durch das Versicherungsamt des Landkreises, Vorsorgeberatung durch den Betreuungsverein Meißen e. V.

## Dagmar Socher, Netzwerkkoordinatorin Demografie und Pflege

Landratsamt Meißen, Dezernat Soziales  
Loosestraße 17/19, 01662 Meißen  
Telefon: 03521 725-3109  
Telefax: 03521 725-3100  
E-Mail: [dagmar.socher@kreis-meissen.de](mailto:dagmar.socher@kreis-meissen.de)  
Internet: [www.kreis-meissen.de](http://www.kreis-meissen.de)

Das Projekt wird gefördert durch:



Freistaat  
SACHSEN

STAATSMINISTERIUM  
FÜR SOZIALES UND  
VERBRAUCHERSCHUTZ



# Wegweiser Älter Werden

Zur Unterstützung für ein gelingendes Altern haben wir als Landkreis Meißen im Rahmen der Förderung „Pflegebudget 2018“ des Sächsischen Staatsministeriums für Soziales und Verbraucherschutz den „Wegweiser Älter Werden“ erstellt.

Die Informationskanäle über etablierte Unterstützungs- und Teilhabestrukturen in den Landkreisen und kreisfreien Städten Sachsens, flankiert von einer Vielzahl gesetzlicher Regelungen und Leistungsansprüche, sind vielfältig und teilweise schwer zu überschauen.

Wir verfolgen mit unserer Broschüre das Ziel, viele vorhandene Informationen gut gegliedert zusammenzufassen, kurz zu erläutern und auf weiterführende Literatur zu Finanzierung, Leistungsumfang und gesetzlichen Regelungen hinzuweisen. Damit möchten wir in unterschiedlichen Lebenssituationen des Alltags unterstützen, mit Rat und Tat zur Seite stehen, um einen möglichst langen Verbleib im eigenen Zuhause, in der Gemeinde und in dem gewohnten Freundes- und Bekanntenkreis zu ermöglichen.

Für ein gutes und aktives Altern braucht es die Fürsorge der Gesellschaft, aber auch die Eigeninitiative und gegenseitige Hilfe als die beste Sicherung von Teilhabe im Alter. Die hier aufgeführten Themen Aktives Altern – Wohnen im Alter – Gesundheit – Pflege – Vorsorgeregulungen – gesetzliche Leistungen bieten dafür eine erste Unterstützung.



Die Broschüre ist im Kreissozialamt erhältlich:

**Kreissozialamt Meißen**

Loosestraße 17/19 Haus A, Infothek im EG  
01662 Meißen

E-Mail: [kreissozialamt@kreis-meissen.de](mailto:kreissozialamt@kreis-meissen.de)



© aletia2011 - stock.adobe.com



## Betreuungsbehörde – Betreuung, Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

Es kann (gesundheitliche) Situationen in Leben geben, in denen man nicht in der Lage ist, Entscheidungen zu treffen. Für diese Situationen können und sollten vorab Regelungen getroffen werden. Es gibt unterschiedliche Möglichkeiten dafür:

### Vorsorgevollmacht

In einer Vorsorgevollmacht legen Sie schriftlich fest, welche Person Entscheidungen in Ihrem Sinne treffen darf. Oftmals werden nahe Angehörige oder andere nahestehende Personen dafür benannt. Diese bevollmächtigten Personen sind „der oder die Vorsorgebevollmächtigte“.

### Betreuungsverfügung

Wenn Sie keine Vorsorgevollmacht erteilen wollen, können Sie in der Betreuungsverfügung festlegen, welche Person rechtliche/-r Betreuer/-in werden soll, wenn eine Betreuung notwendig wird. Ebenso kann hier vermerkt werden, wer keinesfalls diese Aufgabe übernehmen soll. Ein/-e Betreuer/-in wird durch das Betreuungsgericht bestellt.

### Patientenverfügung

Sie können Ihren Willen vorab in einer Patientenverfügung festhalten. Sie dient Ihren Vorsorgebevollmächtigten oder Betreuer/-in als Hilfestellung zur Entscheidungsfindung. Sie sollte mit Ihrem Hausarzt besprochen werden. Wichtig ist, dass Ihre Angehörigen wissen, wo Sie diese aufbewahren.

Beratung und Unterstützung zu diesen Themen erhalten Sie in der Betreuungsbehörde des Landkreises.

Kontakt:

#### **Betreuungsbehörde im Kreissozialamt Meißen**

Loosestraße 17/19 Haus A, Erdg.

01662 Meißen

Telefon: 03522 3033191

E-Mail: [kreissozialamt@kreis-meissen.de](mailto:kreissozialamt@kreis-meissen.de)

Außenstellen: Riesa: Heinrich-Heine-Straße 1,  
Großenhain: Remonteplatz 8

## Wohngeld

Wohngeld ist eine wirtschaftliche Unterstützung für Menschen mit geringem Einkommen, um angemessen wohnen zu können. Wohngeld wird für selbstgenutzte Mietwohnungen, Eigentumswohnungen oder auch Eigenheime gezahlt.

Zur Feststellung der Wohngeldhöhe wird das Haushaltseinkommen, die monatliche Miete oder Belastung und die Anzahl der im Haushalt lebenden Personen herangezogen. Beratung und den erforderlichen Antrag erhält man im Kreissozialamt Meißen, Wohngeldstelle (elektronisch verfügbar auch auf der Internetseite des Kreissozialamtes) oder in den jeweiligen Wohngeldbehörden der Städte Meißen, Radebeul, Coswig und Riesa.

Kontakt:

#### **Kreissozialamt Meißen, Sonstige soziale Leistungen**

Loosestraße 17/19 Haus A, 1. OG, Zimmer 1.20

01662 Meißen

Telefon: 03521 7253131

E-Mail: [kreissozialamt@kreis-meissen.de](mailto:kreissozialamt@kreis-meissen.de)

Internet: [www.kreis-meissen.org/2762.html](http://www.kreis-meissen.org/2762.html)

**Die Städte Meißen, Radebeul, Coswig und Riesa haben eigene Wohngeldbehörden!**

## Hilfe zur Pflege

„Hilfe zur Pflege“ ist eine Leistung der Sozialhilfe.

Mit der Einführung der Pflegegrade zum 1. Januar 2017 wurden auch die Leistungen der Hilfe zur Pflege an das Vorliegen mindestens des Pflegegrades 2 geknüpft.

Hilfe zur Pflege kann beansprucht werden, wenn folgende Voraussetzungen erfüllt sind:

- › der bestehende Pflegebedarf kann mit den Leistungen der Pflegekasse und/oder privater Pflegeversicherungen nicht gedeckt werden **oder**
- › Personen haben zwar einen Pflegebedarf gemäß den Pflegegraden 2 bis 5 durch die Pflegekasse zuerkannt bekommen, verfügen jedoch über keinen Pflegegrad, weil der pflegerische Bedarf voraussichtlich nur für weniger als sechs Monate besteht **oder**
- › Personen haben keine Ansprüche aus der gesetzlichen und/oder privaten Pflegeversicherung

Weitere Informationen und Beratung erteilt das Kreissozialamt.

Kontakt:

**Kreissozialamt Meißen, Sozialhilfe 2**

Loosestraße 17/19 Haus A, 1. OG, Zimmer 1.30  
01662 Meißen

Telefon: 03521 7253131

E-Mail: [kreissozialamt@kreis-meissen.de](mailto:kreissozialamt@kreis-meissen.de)

Internet: [www.kreis-meissen.org/2722.html](http://www.kreis-meissen.org/2722.html)

## Versicherungsamt – Rente

Der Rentenantrag kann im Rahmen einer persönlichen Beratung bei der Deutschen Rentenversicherung gestellt werden.

Weiterhin kann die Hilfe der Versichertenberater und Versichertenältesten sowie der Mitarbeiter der Versicherungsämter oder Gemeindeverwaltungen in Anspruch genommen werden.

Die Formulare können bei den genannten Stellen angefordert oder direkt online ausgefüllt und abgeschickt werden. Der Antrag auf Altersrente ist schon frühzeitig (etwa drei Monate vor dem maßgeblichen Geburtstag) oder innerhalb von drei Kalendermonaten nach Ablauf des Monats, in dem Sie die entsprechenden Voraussetzungen erfüllen (z. B. Vollendung des 63. oder 65. Lebensjahres), zu stellen.

Das **Versicherungsamt des Kreissozialamtes** berät zu folgenden Themen:

- › Regelaltersrente
- › Altersrente für langjährig Versicherte
- › Altersrente für schwerbehinderte Menschen
- › Rente wegen verminderter Erwerbsfähigkeit
- › Erziehungsrente
- › Witwen- und Witwerrente
- › Antragstellung

Kontakt:

**Kreissozialamt Meißen, Versicherungsamt**

Loosestraße 17/19 Haus A, 1. OG, Zimmer 1.15  
01662 Meißen

Telefon: 03521 7253127

E-Mail: [ksa.versicherungsamt@kreis-meissen.de](mailto:ksa.versicherungsamt@kreis-meissen.de)

Internet: [www.kreis-meissen.org](http://www.kreis-meissen.org)

## Grundsicherung im Alter

Diese Grundsicherung ist eine eigenständige Leistung der Sozialhilfe und der Hilfe zum Lebensunterhalt vorrangig. Als bedarfsorientierte Basisleistung sichert sie den Lebensunterhalt für Menschen, die aufgrund von Alter oder voller Erwerbsminderung auf Dauer nicht mehr erwerbstätig sein können. Höhe und Umfang der Grundsicherung sind mit der Hilfe zum Lebensunterhalt der Sozialhilfe vergleichbar.

Weitere Informationen und Beratung erteilt das Kreissozialamt.

Kontakt:

**Kreissozialamt Meißen, Sozialhilfe 1**

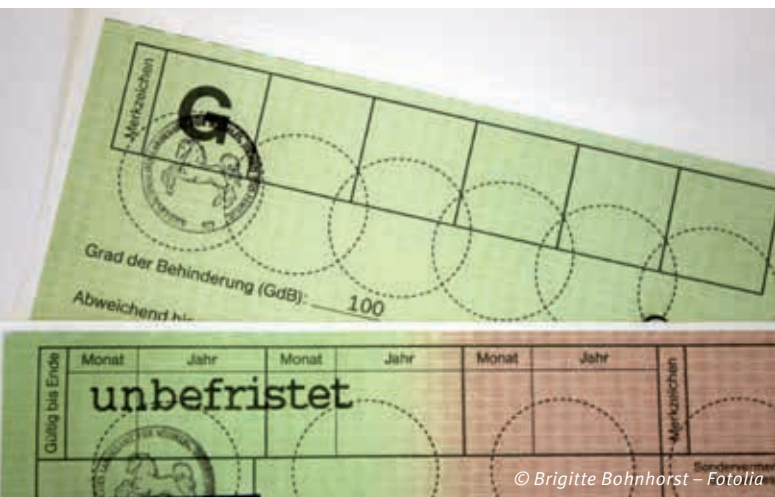
Loosestraße 17/19 Haus A, 1. OG, Zimmer 1.29  
01662 Meißen

Telefon: 03521 7253111

E-Mail: [kreissozialamt@kreis-meissen.de](mailto:kreissozialamt@kreis-meissen.de)

Internet: [www.kreis-meissen.org/2713.html](http://www.kreis-meissen.org/2713.html)





## Schwerbehindertenausweis

Der Schwerbehindertenausweis ist ein bundesweit einheitlicher Nachweis über den Status als schwerbehinderter Mensch und gibt Auskunft über Schwere der Behinderung. In ihm sind der Grad der Behinderung (GdB) und eventuelle Merkzeichen festgehalten. Schwerbehindertenausweise werden überwiegend unbefristet ausgestellt – Ausnahmen sind vorgesehene Nachprüfungen o. Ä. Unter einer Behinderung ist ein Abweichen der körperlichen Funktion, geistigen Fähigkeit oder seelischen Gesundheit von dem für das Lebensalter untypischen Zustand über mehr als 6 Monate und eine daraus folgende Beeinträchtigung der Teilhabe am Leben in der Gesellschaft (§ 2 Abs. 1 SGB IX) zu verstehen.

### Wichtige Hinweise

- ▶ Anträge stellen und Informationen erhalten Sie im zuständigen Kreissozialamt oder im Sozialamt Ihrer kreisfreien Stadt.
- ▶ Die Antragstellung mit dem behandelnden Arzt absprechen.
- ▶ Bereits vorhandene ärztliche Unterlagen bei der Antragstellung mit einreichen (z. B. Krankenhausentlassungsbericht, Kurbericht, alle die Behinderung betreffenden Befunde in Kopie).
- ▶ Lichtbild bereithalten (nicht mit dem Antragsformular einreichen).

Kontakt:

**Kreissozialamt Meißen, SG Schwerbehinderung**

Loosestraße 17/19 Haus A, EG, Zimmer 13, 01662 Meißen

Telefon: 03521 7253151

E-Mail: [kreissozialamt@kreis-meissen.de](mailto:kreissozialamt@kreis-meissen.de)

Internet: [www.kreis-meissen.org/2727.html](http://www.kreis-meissen.org/2727.html)

## Landesblindengeld

Nach dem Gesetz über die Gewährung eines Landesblindengeldes und anderer Nachteilsausgleiche (Landesblindengeldgesetz – LBlindG) erhalten

- ▶ blinde Menschen
- ▶ hochgradig sehschwache Menschen
- ▶ gehörlose Menschen
- ▶ schwerstbehinderte Kinder (mit einem Grad der Behinderung von 100)

Geldleistungen unabhängig von Einkommen und Vermögen. Das Gesetz regelt finanzielle Zuwendungen für Menschen mit genannten Behinderungen, die eine finanzielle Unterstützung in Form eines Nachteilsausgleiches erhalten.

### Leistungen

- ▶ für hochgradig Sehbehinderte: monatl. 62 Euro
- ▶ für Gehörlose: monatl. 115 Euro
- ▶ für schwerstbehinderte Kinder: monatl. 100 Euro
- ▶ für Blinde und gleichzeitig Gehörlose: 147 Euro

Beratung und Unterstützung bei der Beantragung erteilt das Kreissozialamt.

Kontakt:

**Kreissozialamt Meißen, SG Schwerbehinderung**

Loosestraße 17/19 Haus A, EG, Zimmer 13

01662 Meißen

Telefon: 03521 7253151

E-Mail: [kreissozialamt@kreis-meissen.de](mailto:kreissozialamt@kreis-meissen.de)

Internet: [www.kreis-meissen.org/2727.html](http://www.kreis-meissen.org/2727.html)

## Evelyn Hofmann

Häusliche Kinder- & Krankenpflege-  
Seniorenbetreuung GmbH

Büro: Dresdner Str. 64a · 01689 Weinböhla  
Tel.: 03 52 43 / 3 16 67 · Fax: 03 52 43 / 4 56 16  
Funk: 0177 / 2 40 03 99  
pflagedienst-hofmann@gmx.de



© sepy - Fotolia

# ACIDOSE-LYMPHMASSAGE

nach Rosemarie Holzer



- Friseur
- Haarverlängerung
- Kosmetik
- medizinische Fußpflege

Die **Acidose-LymphMassage** nach Rosemarie Holzer aktiviert den ganzen Körper und führt gleichzeitig zu einer angenehmen seelischen und körperlichen Entspannung. Sie umfasst eine gezielte Meridian- und Reflexzonenmassage, die die Energie wieder frei fließen lässt. Damit können sich die Selbstheilungskräfte entfalten der Mensch hat mehr Kraft, mehr Energie und schöpft neuen Lebensmut.



Niederau 03 52 43 / 3 69 47 | Coswig 03 52 3 / 5 01 35 | E-Mail monikaseifert56@web.de



Deutsches  
Rotes  
Kreuz

Kreisverband Großenhain e.V.  
Bobersbergstraße 14  
01558 Großenhain  
Tel.: 03522-514410  
E-Mail: personal@drkgrh.de  
[www.drkgrh.de](http://www.drkgrh.de)



**Auf die Hacken...  
fertig...los!**



Altenpflege-  
DEINE BERUFUNG MIT HERZ.

[www.drkgrh.de](http://www.drkgrh.de)

# Altersgerechtes Wohnen und ambulante Versorgung für ein gelingendes Altern

## Barrierefrei in den eigenen vier Wänden – die Wohnberatung stellt sich vor



## Lebenswertes Zuhause e.V.

Jeder möchte, wenn möglich, bis ins hohe Alter in seiner Heimat, seiner gewohnten Umgebung, in seinem Ort und bei seinen langjährigen Bekannten und Nachbarn leben. Leider ist das oft aus rein praktischen Gründen wie den unüberwindbaren Treppenstufen, der zu hohen Badewanne oder zu schmalen Türdurchgängen nicht möglich. Umbauten scheinen zu teuer und der Kampf mit der Beantragungsbürokratie für den Einzelnen kaum zu bewältigen. Auch Unkenntnis über Fördermöglichkeiten spielt oftmals eine Rolle, warum die Wohnung aufgegeben werden muss.

Hier kann im Landkreis Meißen der Verein „Lebenswertes Zuhause“ helfen. Die Mitglieder des Vereins schließen die Lücke zwischen staatlichen Förderangeboten und deren praktischer Nutzung durch die betroffenen Menschen, indem sie umfangreiche Hilfe bei der Beantragung und

der Durchführung des Umbaus, bis hin zur Abrechnung mit den Förderstellen geben.

So können Menschen mit Pflegegrad bis zu 4.000 Euro von der Pflegekasse für wohnfeldverbessernde Maßnahmen erhalten.

Zusätzlich gibt es seit dem Jahr 2017 in Sachsen ein neues Förderprogramm „Wohnraumanpassung für mobilitäts-eingeschränkte Personen“. Das beinhaltet unter anderem nicht rückzahlbare Zuschüsse zwischen 8.000 Euro und bis zu 25.000 Euro. Sachsen fördert also altersgerechte und behindertengerechte Umbauten in selbst genutzten Wohnungen oder Einfamilienhäusern.

„Das Landesprogramm steht allen Menschen offen, die dauerhaft in ihrer Mobilität eingeschränkt sind. Dazu muss der Betroffene keinen Pflegegrad haben“, so René Köhler vom Verein „Lebenswertes Zuhause e. V.“

Bezuschusst werden 80 Prozent der förderfähigen Umbaukosten, zum Beispiel Anpassungen in Bädern und Küchen, an Balkonen, Schwellen oder Türen. Der Verein „Lebenswertes Zuhause e. V.“ hilft den Senioren und ihren Angehörigen bei der Beantragung dieser Zuschüsse und ist



## Lebenswertes Zuhause e.V.

**Wohnberatung und Fördermittelberatung für barrierefreies Wohnen.**

Niederfährer Straße 57 · 01662 MEISSEN  
Telefon: (0 35 21) 45 85 51  
Mobil: (0 176) 56 90 11 76  
E-Mail: [mail@lebenswertes-zuhause.de](mailto:mail@lebenswertes-zuhause.de)  
[www.lebenswertes-zuhause.de](http://www.lebenswertes-zuhause.de)



Unser Projektmanagement für ein gelingendes Altern im Landkreis Meißen wird von der Europäischen Union gefördert.



**Einfach. Helfen.**



© Getty Images/Hemera

auch bei der praktischen Durchführung der Umbauten immer als Ansprechpartner da. So berät der Verein, plant und führt das Projekt mit Fachbetrieben überwiegend aus der Region durch.

Dagmar Socher, Pflegekoordinatorin für den Landkreis Meißen, dazu: „Die Wohnberatung des Vereins ermöglicht einen längstmöglichen Verbleib im gewohnten Lebensumfeld und ist ein wichtiger Baustein für ein gelingendes Altern unserer Seniorinnen und Senioren im Landkreis Meißen. Der Verein hilft professionell, und zwar in einem Umfang, wie es ihn bisher aus einer Hand im Landkreis nicht gab.“

Eine kurze Übersicht über aktuelle Fördermöglichkeiten mit nicht rückzahlbaren Zuschüssen:

#### **Pflegekasse:**

Hat eine im Haushalt lebende Person einen Pflegegrad, kann bei der Pflegekasse ein Umbauzuschuss bis 4.000 Euro beantragt werden.

#### **Freistaat Sachsen:**

Der Freistaat Sachsen unterstützt Menschen mit einer Mobilitätseinschränkung. Hierbei ist es unabhängig, ob ein Pflegegrad vorliegt oder nicht. Es können Zuschüsse bis 10.000 Euro und bei Nachweis über die Notwendigkeit eines Rollstuhles bis 25.000 Euro beantragt werden.

#### **Bundesministerium des Innern, für Bau und Heimat:**

Der Bund bezuschusst Maßnahmen zur Barrierereduzierung mit 10 % der Investitionskosten, bis max. 6.250 Euro. Die Förderungen sind teilweise untereinander kombinierbar.

Die Mitglieder des Vereins beraten Sie gern zu barrierefreiem und altersgerechtem Wohnen.

### **Unterstützung im Alltag**

#### **„Helfende Hände“ – ein Projekt des Gemeinnützigen Sozialen Förderkreises e. V.**

Der Gemeinnützige Soziale Förderkreis e. V. wurde 1990 gegründet. Seitdem unterstützen wir Menschen aller Altersgruppen bei der Bewältigung ihrer Probleme. Unter anderem sind wir im Bereich der Altenarbeit langjährig aktiv und halten ein vielfältiges Angebot für ältere, kranke und auf Hilfe angewiesene Menschen im Landkreis Meißen bereit. Es ist das Ziel unserer Arbeit, die Lebensqualität dieser Menschen zu erhalten bzw. zu verbessern. Unsere Mitarbeiter/-innen informieren über verschiedene Dienste, können notwendige Hilfen organisieren bzw. leisten und bieten gesellige, unterhaltende oder kulturelle Veranstaltungen an. Unsere Angebote sollen deshalb den Kontakt zu Mitmenschen, die Eigenständigkeit und die Bewältigung des Alltags in der eigenen Umgebung so lange wie möglich erhalten.

Kostenfrei können wir seit 2006 in Zusammenarbeit mit dem Jobcenter des Landkreises Meißen durch die Maßnahme „Helfende Hände“ zusätzlich unterstützende Tätigkeiten anbieten, die Menschen mit Hilfebedarf bei der Bewältigung ihrer alltäglichen Aufgaben benötigen. Die Maßnahme „Helfende Hände“ sieht sich als Ergänzung für hilfebedürftige Menschen, die keinen Anspruch auf Leistungen der Pflegekassen haben, und steht damit nicht in Konkurrenz zu professionellen Einrichtungen. Es werden hierüber keine Leistungen im Bereich der Pflege und Hauswirtschaft erbracht. Die Unterstützungsleistungen umfassen persönliche Hilfen, durch die die Betroffenen selbst sowie deren Angehörige und/oder Nachbarn entlastet werden können.

### Tätigkeiten, die wir Ihnen anbieten können:

- › Begleitung zu Einkäufen, Ärzten, Behörden und bei Spaziergängen
- › Hilfe beim Ausfüllen von Anträgen und Formularen, Unterstützung beim Schreiben von Briefen
- › Führen von Gesprächen und Vorlesen aus einem Buch/einer Zeitung
- › Begleitdienste zu und Vorbereitung von gesellschaftlichen Anlässen, Feiern und Festen
- › Beratung bei Problemen, Vermittlung sozialer Dienste bei Bedarf u. v. m.

Darüber hinaus können Sie aus weiteren Angeboten wählen, die Ihren Bedürfnissen entsprechen, Ihnen mehr Freiraum geben oder aber zu Ihrer abwechslungsreichen

Freizeitgestaltung beitragen. Besuchen Sie uns einfach mal in unserer Begegnungsstätte „Schiffchen für Jederman“ – sie ist ein Ort des gesellschaftlichen Treffens und Miteinanders für alle Bürger der Stadt Meißen, ob Groß oder Klein. Nutzen Sie als Besucher die Gelegenheit, mit anderen in Kontakt zu treten und sich auszutauschen, sich im Rahmen vielseitiger Freizeitangebote zu beschäftigen und inspirieren zu lassen sowie an Informationsveranstaltungen, Feiern und Ausflügen teilzunehmen. Für Ausflüge steht Ihnen unser Fahrdienst zur Verfügung – diesen Dienst können Sie beispielsweise auch für persönliche Einkaufsfahrten nutzen.

Möchten Sie gern eine Familienfeier oder ein Klassentreffen ausrichten und sind auf der Suche nach geeigneten Räumlichkeiten? Wir vermieten unsere Begegnungsstätte zu Veranstaltungen aller Art von Feiern bis zu Seminaren. Weiterhin können wir Sie bei Ihren alltäglichen Aufgaben im Haushalt entlasten, wenn Ihnen die Aufgaben zu beschwerlich sind oder die Zeit zu knapp ist. Mit unserer Waschküche im Schiffchen kümmern wir uns fachgerecht um Ihre Wäsche. Das Angebot umfasst einen Wasch-, Bügel- und Lieferservice. Außerdem können haushaltsnahe Dienste/häusliche Betreuung nach § 45b SGB XI erbracht werden.

Aber auch im Bereich Hauswirtschaft und Hausmeister-tätigkeiten können wir Ihnen zur Hand gehen. Sie wünschen hierfür mehr Informationen? Dann setzen Sie sich mit uns in Verbindung!

Und so erreichen Sie uns:

procivitate.de/grossenhain/aw



**Altengerechtes  
Wohnen  
Großenhain**

- ✓ 10 Altersgerechte Wohnungen
- ✓ Zentrumsnah

Mozartallee 121  
01558 Großenhain  
Fon: 0 35 22.52 66 60  
hl.grossenhain@procivitate.de

 **pro  
civitate**

Wir beraten  
Sie gern!



**Gemeinnütziger Sozialer Förderkreis e.V.**  
**Projekt „Helfende Hände“**  
Siebeneichener Straße 2-3 • 01662 Meißen  
Tel.: 03521 / 40 898 29  
E-Mail: info@gsf-meissen.de  
Internet: www.gsf-meissen.de

Unterstützung für Menschen mit Hilfebedarf bei der Bewältigung ihrer alltäglichen Aufgaben z. B. Begleitung zu Einkäufen, Ärzten und bei Spaziergängen sowie Unterhaltung und Vorlesen u.v.m.




## Ergänzende und unabhängige Teilhabeberatung (EUTB) Meißen inklusiv e. V.

Seit Juni 2018 ist die neue Beratungsstelle für Menschen mit Behinderungen und deren Angehörige im Landkreis Meißen für Sie erreichbar. Zu allen Fragen der Teilhabe können Sie sich kostenlos beraten lassen. Sie haben beispielsweise Fragen zur Assistenz oder zu Hilfsmitteln? Sie wollen wissen, was ein Teilhabeplan ist?

### Die Berater/-innen unterstützen Sie bei folgenden Themen:

- › Im Vorfeld der Beantragung von Leistungen, wie beispielsweise einer Leistung zur medizinischen Rehabilitation und der Zuständigkeit der Rehabilitationsträger.
- › Die Beratung soll Ihnen helfen, dass Sie selbstbestimmt leben können.
- › Zu all Ihren Fragen rund um das Thema Teilhabe, wie beispielsweise der Teilhabe am Arbeitsleben. Teilhabe am Arbeitsleben heißt, Ihre Möglichkeiten beruflicher Perspektiven entdecken, den passenden Arbeitsplatz finden und erhalten.
- › Zu allen Fragen, die die finanzielle Zuwendung für Familie, Arbeit, Wohnen, Freizeit und medizinische Betreuung betreffen.

Beratung erfolgt ganz nach Ihren individuellen Bedürfnissen, unabhängig von Trägern, die Leistungen bezahlen oder erbringen, ergänzend zur Beratung anderer Stellen und auf „Augenhöhe“, damit Sie selbstbestimmt Entscheidungen treffen können.

Kontakt:

**Meißen inklusiv e. V.**

Niederauer Straße 26/28  
in Meißen

Telefon: 03521 7279190

E-Mail: [info@meissen-inklusiv.de](mailto:info@meissen-inklusiv.de)

Internet: [www.meissen-inklusiv.de](http://www.meissen-inklusiv.de)

### Büro Meißen

Montag 09.00 bis 12.00 Uhr und  
Donnerstag 13.00 bis 16.00 Uhr  
sowie nach Vereinbarung

### zusätzliche Beratungszeiten:

- › Diakonie Riesa, Hohe Straße 9  
Dienstag 09.00 bis 11.00 Uhr
- › Lebenshilfe Großenhain, Heimweg 5  
Dienstag 13.00 bis 16.00 Uhr

*Pflege ist Vertrauenssache*



## Ambulanter Pflegedienst Tages- & Nachtpflege Altersgerechtes Wohnen

Kurt-Schlosser-Str. 22  
01591 Riesa

Telefon: (03525)518110

Telefax: (03525)518101

E-Mail: [info@elblandschwestern.de](mailto:info@elblandschwestern.de)

Home: [www.elblandschwestern.de](http://www.elblandschwestern.de)

# Rundgang durch die Räume

In etlichen Lebenssituationen wird der Verbleib in der eigenen Wohnung ohne Wohnraumanpassung schwierig. Der folgende „Rundgang“ durch die verschiedenen Räume eines Haushalts führt Ihnen vor, an welchen Stellen Umbaumaßnahmen vorgenommen werden können, um das selbstständige Leben in der Wohnung oder im Eigenheim zu erleichtern.

Bitte beachten Sie, dass nur eine kleine Auswahl von möglichen Hilfsmitteln oder Umbaumaßnahmen angesprochen wird. Manche Tipps können selbstverständlich in mehreren Räumen angewandt werden. Bei einer individuellen Wohnberatung kann abgeklärt werden, wie Ihre Wohnsituation noch besser gestaltet werden kann.

## Eingang, Treppenhaus und Flur

1. Ein Bewegungsmelder für die Außenbeleuchtung vor der Eingangstür lässt Besucher besser erkennen und verringert die eigene Sturzgefahr.
2. Ein Vordach vor der Eingangstür dient als Watterschutz und verringert bei Nässe die Rutschgefahr.
3. Sitzgelegenheiten und Abstellflächen im Eingangsbereich ermöglichen Ruhepausen.
4. Leuchtende Lichtschalter können auch im Dunkeln problemlos bedient werden.
5. Eine beleuchtete Klingel ist hilfreich, damit es nicht zu Verwechslungen zwischen der Klingel und den Lichtschaltern kommt.

6. Der Türspion sollte nicht zu hoch sein. Eventuell zwei Türspione in unterschiedlicher Höhe einbauen lassen (zum Beispiel 1,20 m und 1,60 m).
7. Durch die Grundierung von Türschwellen werden mögliche Stolperfallen behoben. Auch fällt es Rollstuhlfahrern leichter, durch Türen zu fahren.
8. Glatte Treppenstufen können schwerwiegende Stürze verursachen. Deshalb ist es ratsam, Treppen, Stufen und Podeste mit selbstklebenden Anti-Rutsch-Belägen rutschfest zu machen.
9. Beidseitige Geländer bzw. Handläufe verhelfen zu mehr Stabilität und Sicherheit. Geländer mit Beleuchtung sind auch im Dunkeln leicht zu finden. Deren optimale Höhe beträgt circa 90 cm.
10. Bei einer Gehbehinderung empfiehlt es sich, einen Treppenlift einbauen zu lassen.



## Bad, WC

1. Ein ausreichend breiter Zugang ohne Schwelle ermöglicht es Ihnen, problemlos ins Bad zu gelangen.
2. Nach außen schwingende Türen ermöglichen Helfern oder Angehörigen mühelos, gestürzte Personen zu erreichen.
3. Bauen Sie für den Notfall eine Notrufanlage oder Inaktivitätserkennung ein.
4. Eine bodengleiche Dusche erleichtert die Nutzung der Duschkabine/des Duschbereiches und reduziert das Stolperrisiko.
5. Feste Duschtrennwände sind Barrieren! Deshalb sollte der Spritzschutz der barrierefreien Dusche aus beweglichen Duschwänden oder einem Duschvorhang bestehen.
6. Rutschsichere Matten in Wanne und Dusche sind unerlässlich.
7. Kleine oder rutschhemmende Fliesen bzw. Fußböden verringern die Gefahr des Ausrutschens.
8. Gut erkennbare, stabile Haltegriffe und Stützstangen sorgen für mehr Sicherheit.
9. Eine Sitzgelegenheit vor dem Waschbecken sowie ein Duschhocker in der Duschkabine erleichtern den Wasch-/Duschvorgang. Deshalb ist es ratsam, Unterbauten am Waschbecken zu entfernen.
10. Einhebelarmaturen sind leichter zu bedienen.
11. Ein höhenverstellbares Waschbecken lässt sich individuell anpassen.
12. Eine individuell angepasste Höhe der Toilette sowie Haltegriffe an der Wand können das Aufstehen und Hinsetzen erleichtern.
13. Verstellbare Spiegel erleichtern die Körperpflege.
14. Ein Badewannenlift oder ein Badebrett helfen beim Ein- und Aussteigen ohne fremde Hilfe.
15. Heizkörper können auch als Handtuchhalter genutzt werden.

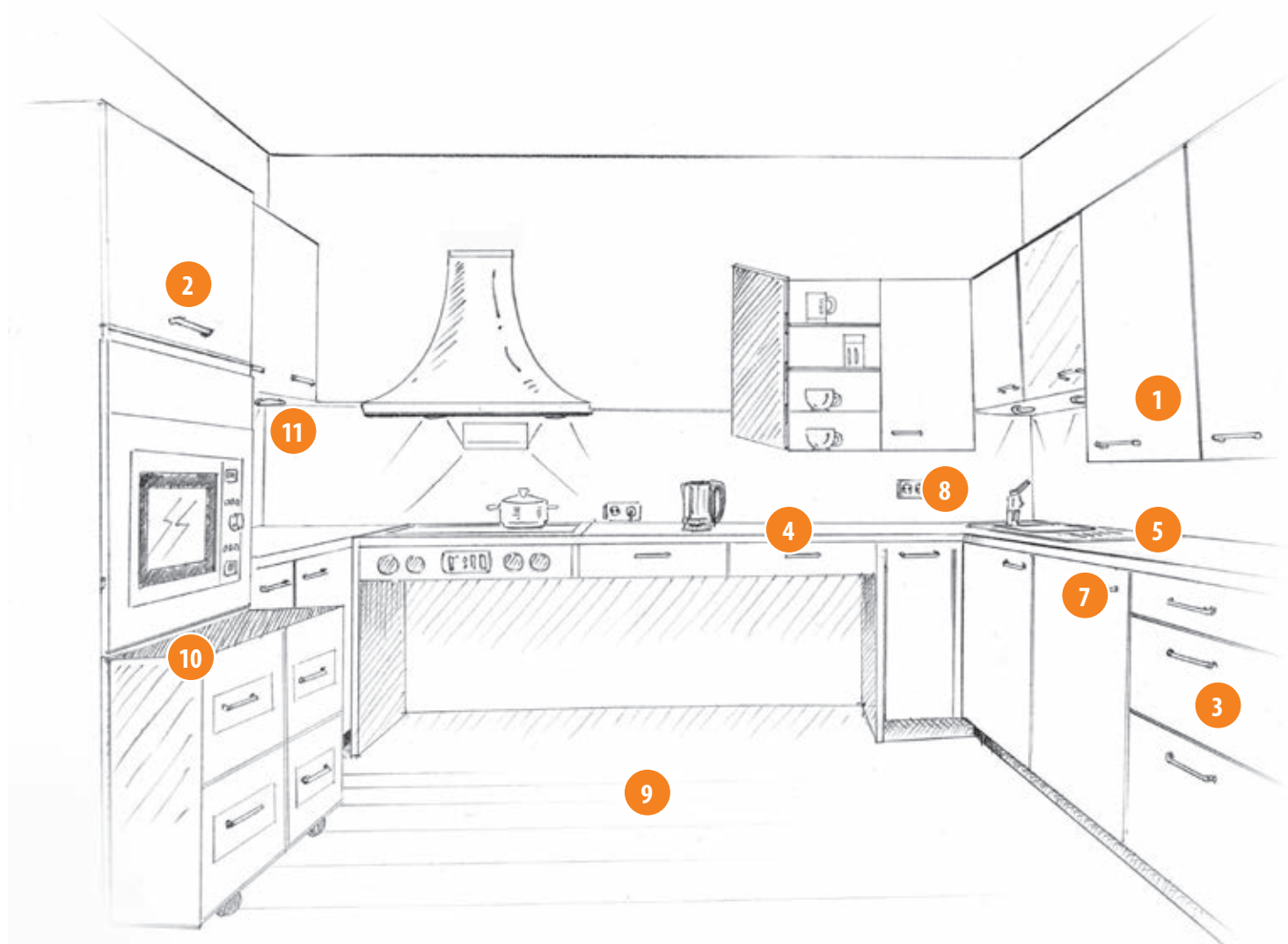


© Polylooks

## Küche



1. Senken Sie Hängeschränke so ab, dass Sie den Inhalt, ohne sich zu strecken, entnehmen können.
2. Planen Sie einen gut erreichbaren Platz für die Lagerung von Vorräten und Behältern ein. Eventuell den Inhalt der Oberschränke umräumen.
3. Bauen Sie Unterschränke mit Auszügen und Schubladen ein.
4. Passen Sie die Höhe der Arbeitsplatte an, sodass Sie bei Bedarf im Sitzen arbeiten können. Und verschaffen Sie sich unterhalb der Arbeitsfläche genug Raum für Beinfreiheit.



5. Schaffen Sie auf den Arbeitsflächen genug Platz zum Arbeiten – ebenso im Bereich des Spülbeckens.
6. Achten Sie auf eine sinnvolle Anordnung der Arbeitsfelder.
7. Bringen Sie rund um den Arbeitsbereich leichtgängige Hebel und Türgriffe sowie ausreichend stabile und gut erreichbare Haltegriffe an.
8. Steckdosen, Beleuchtung und Schalter sollten sich in Greifhöhe befinden.
9. Rutschfester Bodenbelag sorgt für mehr Standfestigkeit.
10. Runden Sie spitze und gefährliche Möbelkanten ab.
11. Gute Lichtquellen entspannen die Augen und erhöhen die Konzentrationsfähigkeit.
12. Spezielles Geschirr und Besteck erleichtern das Essen und Trinken: Besteck mit Fingergriffmulden, Kombination aus Gabel und Messer, gewinkeltes Besteck, rutschfeste Unterlagen, Deckelöffner usw.
13. Ein Handbesen und eine Kehrschaufel mit langem Griff ermöglichen das Kehren, ohne sich zu bücken.
14. Damit die Küche geräumiger ist, sollten Sie sich auf wenige nützliche Möbel beschränken.



### Gesundheitsangebote & Prävention

für Körper - Seele - Geist

- Klangmassage nach Peter Hess®
- Entspannungskurse (PMR, AT, KoE)
- Betriebliche Gesundheitsförderung
- Niedrigschwelliges Betreuungs- und Entlastungsangebot
- Ergotherapie



@ anja.klimpel@impuls-gf.de  
www.impuls-gf.de  
☎ 03523/9082695



Bewegung - Entspannung - Aktivierung



**Ambulanter Pflegedienst**  
**Annett Götz GmbH**  
**www.pflegedienst-goetz.de**

### Unsere Leistungen:

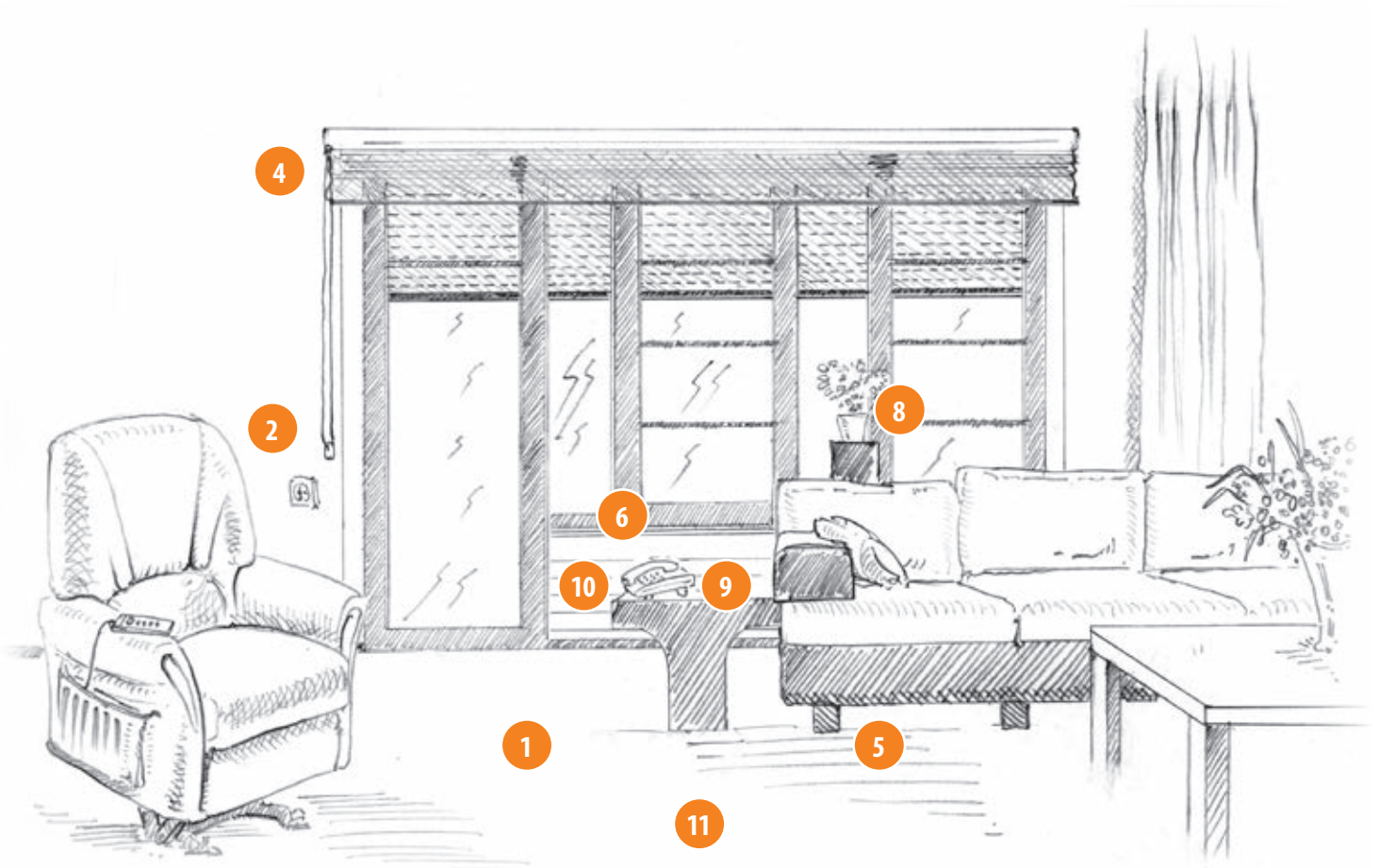
- Pflegeleistungen nach SGB XI
- Ausführung ärztlicher Verordnungen nach SGB V
- Beratungsbesuche
- Betreuungsleistungen nach § 45b SGB XI
- Vermittlung von Pflegehilfsmitteln,  
Hausnotruf und Essen auf Rädern
- Hauswirtschaftliche Versorgung für unsere Pflegekunden



**Zum Hinterwinkel 9, OT Scharfenberg**  
**01665 Klipphausen,**  
**Tel. 03521/4761355 Funk 0172/3509429**  
**e-mail: info.pflegedienst-goetz.de**

## Wohnzimmer

1. Genügend Bewegungsfreiheit steigert die Lebensqualität, zum Beispiel durch das Entfernen von überflüssigen Möbeln.
2. Lassen Sie leuchtende Lichtschalter einbauen, die gut erreichbar sind. Eventuell können auch Bewegungsmelder installiert werden.
3. Faltbare Gehgestelle (Gehbank) bieten festen Halt und ermöglichen eine sichere Fortbewegung innerhalb der Wohnung.
4. Elektrische Rollläden öffnen und schließen automatisch und erfordern kaum Kraftaufwand.
5. Schaffen Sie sich Sitzmöbel in geeigneter Höhe an oder passen Sie diese durch Holzklötze vom Schreiner an.
6. Um auch im Sitzen einen guten Blick aus dem Fenster zu haben, sollten Fensterbrüstungen eine Höhe von maximal 60 cm haben.
7. Aufstehsessel sind bequem und unterstützen das Aufstehen.
8. Blumen und Grünpflanzen sollten gut zugänglich sein, sodass sie ohne Probleme gewässert werden können.
9. Das Telefon sollte sich immer in greifbarer Nähe zu den Sitzmöbeln befinden.
10. Fernbedienung und Telefon mit großen Symbolen erleichtern die Nutzung.
11. Stolperfallen wie Teppichkanten, Läufer ohne rutschhemmende Unterlage, schummrige Licht und sperrige Möbel sind zu vermeiden.
12. Ausreichend Steckdosen an der Wand vermeiden die Verlegung von Verlängerungskabeln.
13. Bedienungselemente wie zum Beispiel Lichtschalter, Steckdosen etc. sollten in einer Höhe von 85 cm angebracht oder individuell an die geeignete Höhe angepasst werden.



# Der Pflegedienst „Rothenbücher“ stellt sich vor

Wenden Sie sich  
direkt an uns!

01665 Garsebach • OT Semmelsberg  
Polenzer Straße 3  
Tel. 03521 403094 • Fax 03521 459275  
Tel. 0172 7966850

## Im Einsatz sind

- Staatlich geprüfte Krankenschwestern
- Altenpflegerinnen
- Hauswirtschaftlerinnen

## Wir arbeiten zusammen mit

- Ärzten und Krankenhäusern
- Kranken- und Pflegekassen
- Behörden und Einrichtungen

## Dienst am hilfsbedürftigen Menschen

- Alle können unsere Dienste in Anspruch nehmen.
- Unsere Schwestern kommen zu Ihnen ins Haus und Sie bleiben in Ihrer vertrauten Umgebung.

## Leistungen

Laut ärztlicher Verordnung und Pflegeversicherungsgesetz

- Häusliche Krankenpflege
- Pflegevertretung bei Urlaub
- Behandlungspflege
- Hauswirtschaftlicher Dienst
- Mobiler Sozialer Hilfsdienst
- Vermittlung von Hausnotruf
- Ausleihe von Pflegehilfsmitteln
- Vermittlung von Friseur und med. Fußpflege
- Blutdruckkontrolle



## ErgoTherapie

Gabriele Reißig

staatl. anerkannte Ergotherapeutin

besondere  
Lebenssituationen  
verändern  
die Anforderungen  
an Ihr Wohnumfeld



[www.ergo-meissen.de](http://www.ergo-meissen.de)

## Unsere erfahrenen Therapeuten

- ➡ analysieren gemeinsam mit Ihnen Ihre Wohnsituation
- ➡ beraten Sie zu geeigneten und erforderlichen Maßnahmen der Wohnraumanpassung
- ➡ empfehlen Ihnen geeignete Hilfsmittel

Kontakt ➡ Martinstr. 6 01662 Meißen  
Tel.: 03521 40 71 977

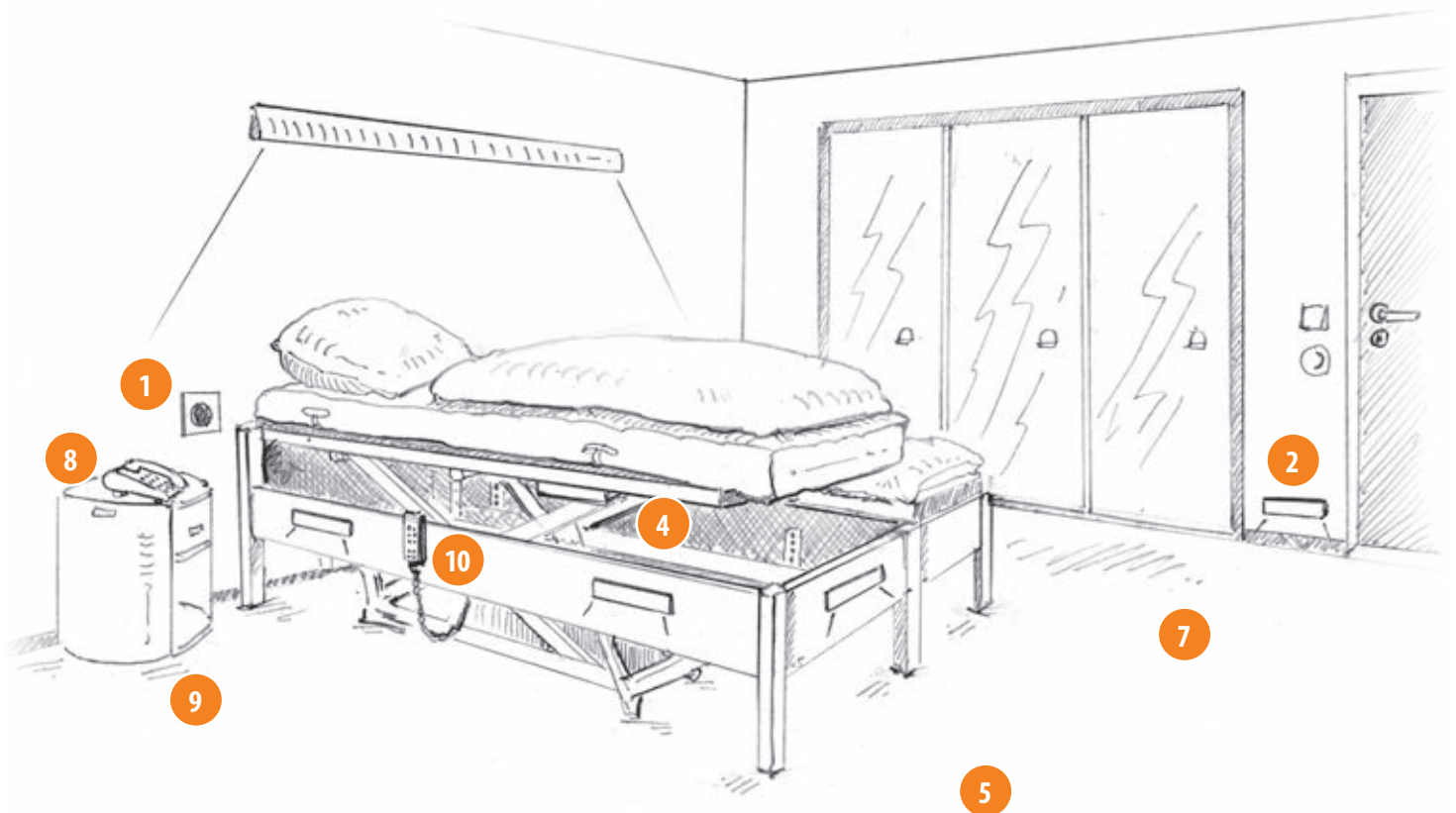


© Robert Kneschke – Fotolia

## Schlafzimmer

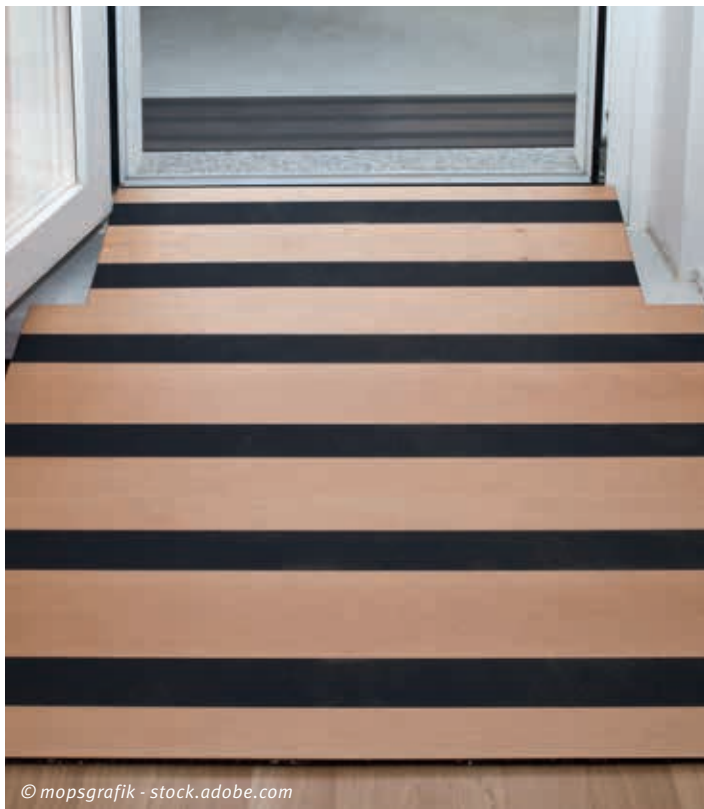
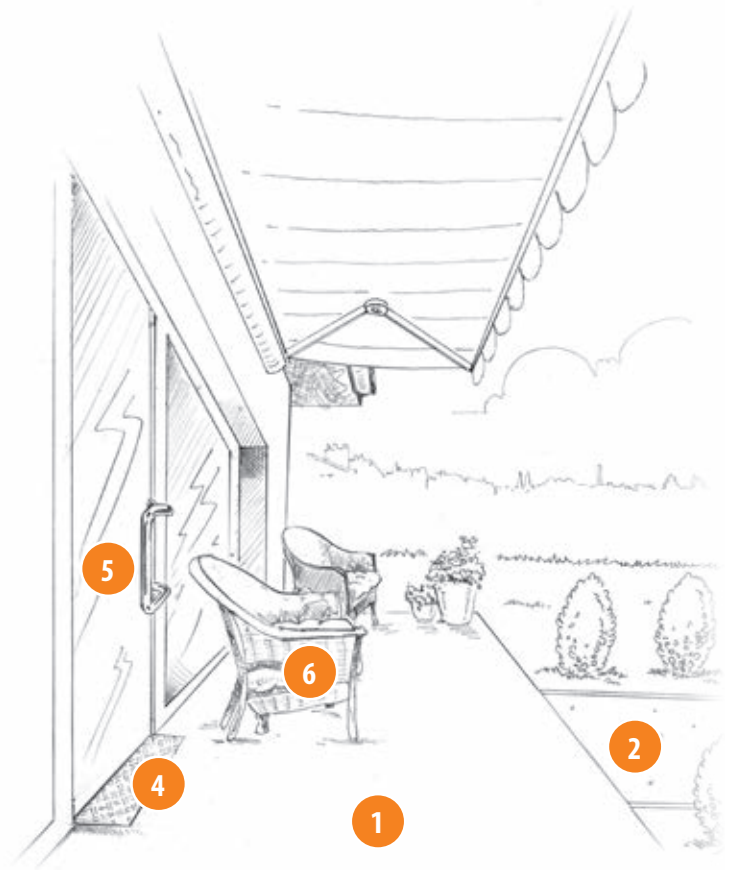


1. Lichtschalter sollten auch vom Bett aus erreicht werden können.
2. Für den nächtlichen Weg zur Toilette wären Nachtlichter hilfreich für die Orientierung im Dunkeln (eventuell Bewegungsmelder).
3. Eine Zeitschaltuhr, um Jalousien oder Rollläden täglich zu einer fest programmierten Zeit automatisch zu öffnen oder zu schließen, ist sinnvoll.
4. Eine individuell angepasste Höhe des Bettgestells oder eine erhöhte Matratze erleichtert das mühe-lose Aufstehen (eventuell verstellbare Kopf- bzw. Fußteile).
5. Das Bett sollte von drei Seiten zugänglich sein, um Platz für notwendige Pflegemaßnahmen zu haben.
6. Schaffen Sie genügend Bewegungsfreiheit und Stützmöglichkeiten.
7. Stolperfallen wie Teppichkanten sollten vermieden werden.
8. Sinnvoll wäre ein zweiter Telefonanschluss. Neben dem Bett sollte genug Platz für das Telefon bzw. den Hausnotruf vorhanden sein.
9. Ein Nachttisch auf Rollen kann immer in die richtige Position gebracht werden.
10. Elektrische Pflegebetten sind komfortabel und erleichtern bei Bedarf die Pflege.



## Balkon, Garten

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



© mopsgrafik - stock.adobe.com



© Polylooks

## Nützliche Hilfsmittel

Um ein möglichst selbstständiges Leben führen zu können, müssen die Gegebenheiten im Wohnraum so angepasst werden, dass beispielsweise der Toilettengang, die tägliche Hygiene oder die Nahrungsaufnahme möglichst lange mühelos bewältigt werden können.

Neben Umbaumaßnahmen können kleine Hilfsmittel den Alltag erheblich erleichtern. Eine bewährte Gehhilfe ist zum Beispiel der Rollator, von dem es auch eine klappbare Variante gibt. Voraussetzung für den häuslichen Gebrauch ist, dass genug Freiraum vorhanden ist.

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

Im Badezimmer ist es wichtig, mit Haltegriffen für mehr Standsicherheit zu sorgen und Rutschgefahren zu vermeiden. Ein drehbarer und verschiebbarer Duschsitz, der am Duschtassenrand aufgesetzt wird, hilft Ihnen beim Ein- und Aussteigen in die Dusche und kann, ohne aufstehen zu müssen, bewegt werden. Sehr nützlich für die tägliche

Hygiene ist beispielsweise ein Dusch-WC mit Warmwasser-Unterduche und Warmluft-Trocknung.

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

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

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

### Ihr kompetenter Partner wenns um gutes HÖREN geht!

Besuchen Sie uns in der Altstadt von Meißen  
auf der Gerbergasse 4



**HÖRAKUSTIK**  
ADRIAN RÖSSGER

Weil Hören Lebensfreude ist!

Gerbergasse 4 – 01662 Meißen  
T. 03521-476 05 91  
info@hoerakustik-roessger.de  
www.hoerakustik-roessger.de

Öffnungszeiten:  
MO – FR 9 bis 17 Uhr  
Und nach Vereinbarung

Natürliches  
Hörerlebnis  
Diskreteste Hörlösungen  
Exzellente Beratung  
03521-476 05 91



# Alter und Technik – Altersgerechte Assistenzsysteme

„Ambient Assisted Living“ (AAL) steht für Konzepte, Produkte und Dienstleistungen, die neue Technologien in den Alltag einführen, um die Lebensqualität für Menschen in allen Lebensphasen, vor allem im Alter, zu erhöhen. Ins Deutsche übersetzt, steht AAL für Altersgerechte Assistenzsysteme für ein gesundes und unabhängiges Leben. Die AAL-Technologie wird sowohl zur Steigerung der Lebensqualität, zum sparsamen Energiemanagement als auch für ein komfortables, selbstständiges Leben im häuslichen Umfeld angewandt. So werden Smart-Home-Technologien eingesetzt, um wiederkehrende Prozesse selbstständig zu steuern.

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

- › automatische Abschaltung des Herdes bei Abwesenheit
- › Überwachung von Häusern und Wohnungen, Schutzmaßnahmen gegen Einbrüche
- › individuelle Beleuchtungs-, Raumtemperatur- oder Musiksteuerung
- › Steuerung von Lampen, Heizungen und anderen Elektrogeräten mit dem Smartphone
- › automatisches Öffnen und Schließen von Rollläden
- › intelligente Rauchmelder informieren bei Brandverdacht auch Verwandte oder Nachbarn
- › Eingangsüberwachung mit Türöffnung
- › Klingel mit optischem Signal

- › Transponder zur Türöffnung
- › automatische Flurbeleuchtung

Die Anwendungen sind einfach zu beherrschen und können nahezu unauffällig in den Alltag eingebunden werden. Die Systeme werden an die spezielle Lebenssituation der betroffenen Personen angepasst und können bei Bedarf verändert oder erweitert werden.

## Hausnotruf

Der Hausnotruf ist ein Hilfsmittel, das alleinstehenden Menschen ein hohes Maß an Sicherheit bietet. Bei einem Sturz oder plötzlicher Übelkeit kann der Hausnotruf Abhilfe schaffen und schnelle Hilfe bieten. Auf dem Markt gibt es unterschiedliche Systeme, die Funktionsweise der Hausnotrufgeräte ist immer dieselbe: Dabei trägt man einen kleinen Funksender bei sich, der mit einer Notrufzentrale verbunden ist. Wird der Knopf gedrückt, ruft die Zentrale zu Hause an und meldet sich über einen speziellen Lautsprecher, der ebenfalls zum System gehört. Falls dabei keine Antwort gegeben wird, benachrichtigt die Notrufzentrale einen Angehörigen, der vorher festgelegt wurde.

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

Wir helfen gern!

**Ambulanter Pflegedienst**

**Thomas Ilgen**  
Examinierter Altenpfleger

Großenhainer Straße 66  
01662 Meißen

Tel.: 03521 / 717904  
Fax: 03521 / 717908



Ihr regionaler Hausnotruf-Ansprechpartner:

**Deutsches Rotes Kreuz** 

DRK Kreisverband Meißen e.V.

Bergstraße 8

01662 Meißen

Tel.: 03521 / 7587 0

[info@drk-meissen.de](mailto:info@drk-meissen.de)

[www.DRK-Meissen.de](http://www.DRK-Meissen.de)

- Vermittlung Hausnotruf
- Schlüsselhinterlegung
- Bereitschaftsdienste
- Aus- und Fortbildung von Ersthelfern
- Sanitätswachdienste
- Schulsanitätsdienst
- Jugendarbeit
- Kleiderkammer

# 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. rutsicher 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 einbruchssichere 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, um 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? |    |      |

| 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? |    |      |



### Häusliche Krankenpflege Mißbach GmbH

Niedergasse 20 b • 01468 Reichenberg

**Telefon:** 0351 8384493

**Telefax:** 0351 83372171

**Internet:** [www.missbach-krankenpflege.de](http://www.missbach-krankenpflege.de)

**E-Mail:** [info@missbach-krankenpflege.de](mailto:info@missbach-krankenpflege.de)



ZWECKVERBAND ABFALLWIRTSCHAFT OBERES ELBTAL

### Wertstoffhöfe:

Gröbern, Gropitz

Mo. 08:00 – 18:00 Uhr, Di. – Fr. 08:00 – 16:30 Uhr,  
Sa 08:00 – 12:00 Uhr

Großenhain, Meißen, Nossen, Weinböhla

Mo., Mi., Fr. 13:00 – 18:00 Uhr, Sa 08:00 – 12:00 Uhr

**Mehr Infos:** [www.zaoe.de](http://www.zaoe.de), Tel. 0351 4040450



## Die Bedeutung der eigenen vier Wände für Demenzkranke

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

Wenn das Gedächtnis nachlässt und die Orientierung im Laufe einer Demenzerkrankung immer schwieriger wird, erhält die eigene Wohnung und gewohnte Umgebung einen besonders hohen Stellenwert. In den eigenen vier Wänden werden durch die Krankheit verloren gegangene Fähigkeiten kompensiert. Betroffene müssen sich nicht an eine neue, fremde Umgebung anpassen.

Die eigene Wohnung hat vielfältige Funktionen: Sie bietet Handlungs- und Bewegungsmöglichkeiten, sie bietet einen Gefühls- und Wahrnehmungsraum, hier findet Kommunikation statt und man identifiziert sich mit ihr. Immerhin ist die Wohnung ein Teil des Lebens. Je mehr sich Demenzkranke in ihre Wohnung zurückziehen – da alltägliche Dinge wie Einkaufen oder Spaziergehen immer schwieriger und irgendwann unmöglich werden – desto höher wird ihre Bedeutung. Hier kennen sich Erkrankte aus, fühlen sich geborgen, wohl und sicher. Trotz der nachlassenden Fähigkeiten können sie hier noch eine Weile ihren Alltag bewältigen.

## Wohnraumanpassung – Veränderungen werden nötig

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

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

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

# Finanzierungs- und Fördermöglichkeiten



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

Dies ist auch im Hinblick auf die Bezuschussung der baulichen Maßnahmen wichtig. Denn Pflegekassen unterstützen im Rahmen der Pflegeleistungen eine Wohnraumanpassung für Pflegebedürftige (gemäß § 40 SGB XI) mit maximal 4.000 Euro einmalig für alle Maßnahmen der Barrierefreiheit. Falls später weitere Umbauten benötigt wer-

den sollten, kann die Pflegekasse unter Umständen erneut Zuschüsse gewähren. Voraussetzung für einen Zuschuss ist, dass die baulichen Maßnahmen die häusliche Pflege entweder überhaupt erst ermöglichen oder erheblich erleichtern oder die Belastung für den Pflegebedürftigen beziehungsweise die Pflegeperson verringern.

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

## Finanzielle Fördermöglichkeiten in der Übersicht

In den einzelnen Bundesländern gibt es unterschiedliche Förderprogramme und Bewilligungskriterien. Deshalb sollten Sie sich unbedingt vor Baubeginn nach einer Förderung durch Ihr Bundesland oder durch Ihre Kommune erkundigen. Weitere Informationen bzw. kostenlose Beratung erhalten Sie direkt bei der Beratungsstelle der Sächsischen Aufbau-bank, Telefon: 0351 4910-0 oder unter [www.sab.sachsen.de](http://www.sab.sachsen.de).

| Programme                                              | Leistungen                                                                                                                                   | Quellenverweis/Bemerkung/weitere Informationen                                                                                                                                                                                                              |
|--------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>KfW Altersgerecht-Umbauen-Kredit</b>                | Ab 0,75 % effektiver Jahreszins, bis zu 50.000 Euro Kreditbetrag pro Wohneinheit                                                             | <a href="http://www.kfw.de/inlandsfoerderung/Privatpersonen/Bestandsimmobilien/Barrierereduzierung/">www.kfw.de/inlandsfoerderung/Privatpersonen/Bestandsimmobilien/Barrierereduzierung/</a><br>Hotline: 0800 539 9002 Für Eigentümer, Mieter und Vermieter |
| <b>KfW Altersgerecht Umbauen-Investitions-zuschuss</b> | Bis zu 12,5 % der förderfähigen Kosten maximal 6.250 Euro pro Wohneinheit (bei Kombination von Maßnahmen Barrierereduzierung/Einbruchschutz) |                                                                                                                                                                                                                                                             |

| Programme                                                                                                                      | Leistungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Quellenverweis/Bemerkung/weitere Informationen                                                                                                                                                                                                                                                         |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Wohnraumanpassung – Förderung der Anpassung von Wohnraum an Belange von Menschen mit Mobilitätseinschränkungen (RL WRA)</b> | Der Freistaat Sachsen fördert die Anpassung von Wohnraum an die speziellen Bedürfnisse mobilitätseingeschränkter Bewohner bei gemietetem und selbst genutztem Wohnraum. Die Förderung erfolgt in Form eines Zuschusses und beträgt 80 % der förderfähigen Kosten.                                                                                                         | Sächsische Aufbaubank – Förderbank (SAB)<br>Pirnaische Straße 9<br>01069 Dresden<br>Telefon: 0351 4910-0<br>Telefax: 0351 4910-40 00<br>E-Mail: <a href="mailto:servicecenter@sab.sachsen.de">servicecenter@sab.sachsen.de</a><br>Internet: <a href="http://www.sab.sachsen.de">www.sab.sachsen.de</a> |
| <b>Förderung des seniorengerechten Umbaus von Wohnraum (RL Seniorengerecht Umbauen – RL SeBau)</b>                             | Der Freistaat Sachsen fördert Baumaßnahmen, die notwendig sind, um einen seniorengerechten Mindeststandard der Mietwohnung und ihres Zugangs zu erreichen. Antragsberechtigt sind Eigentümer und Erbbauberechtigte. Die Förderung erfolgt in Form eines Zuschusses und beträgt 40 % der notwendigen Ausgaben für die förderfähigen Maßnahmen.                             | Sächsische Aufbaubank – Förderbank (SAB)<br>Pirnaische Straße 9<br>01069 Dresden<br>Telefon: 0351 4910-0<br>Telefax: 0351 4910-40 00<br>E-Mail: <a href="mailto:servicecenter@sab.sachsen.de">servicecenter@sab.sachsen.de</a><br>Internet: <a href="http://www.sab.sachsen.de">www.sab.sachsen.de</a> |
| <b>Pflegekassen<br/>Wohnumfeldverbessernde Maßnahmen</b>                                                                       | Pro Maßnahme bis zu 4.000 Euro (bis 16.000 Euro wenn mehrere Anspruchsberechtigte zusammen wohnen). Gefördert werden Maßnahmen der Anpassung des Wohnumfelds an die besonderen Belange des Pflege- oder Betreuungsbedürftigen, z. B. Badumbau, Türverbreiterungen, fest installierte Rampen und Treppenlifte usw. Die Leistung ist unabhängig von Einkommen und Vermögen. | Das Bundesgesundheitsministerium bietet Online-Broschüren zur Pflege- und Krankenversicherung<br>Internet: <a href="http://www.bmg.bund.de">www.bmg.bund.de</a>                                                                                                                                        |
| <b>Rentenversicherungsträger (für Angestellte) Agentur für Arbeit Erhaltung der Selbstständigkeit und der Arbeitskraft</b>     | zur Beschaffung, Ausstattung und Erhaltung einer behinderungsgerechten Wohnung                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Internet:<br><a href="http://www.deutsche-rentenversicherung.de">www.deutsche-rentenversicherung.de</a>                                                                                                                                                                                                |
| <b>Berufsgenossenschaften Beschaffung und Erhaltung einer behinderungsgerechten Wohnung</b>                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>▸ bei Umbaumaßnahmen bis zu 100 %</li> <li>▸ bei Neubau zinsgünstiges Darlehen in angemessener Höhe</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                     | Erkundigen Sie sich bei Ihrem Arbeitgeber nach der für Sie zuständigen Berufsgenossenschaft                                                                                                                                                                                                            |
| <b>Stiftungen Je nach Stiftungszweck, hier: selbstständige Lebensführung</b>                                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>▸ individuelle Förderung</li> <li>▸ Geldspenden/Beihilfen</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                               | Internet: <a href="http://www.stiftungsindex.de">www.stiftungsindex.de</a>                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>Sozialhilfe</b>                                                                                                             | Zuschuss im erforderlichen Umfang                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |

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

# WALTHER

*Wir tun was für Ihre Füße.*

 **Orthopädie-  
schuhtechnik  
& Podologie**

Inh.: Simon Arndt e. K.  
Orthopädieschuhmachermeister

Kurt-Hein-Straße 22  
01662 Meißen  
Tel. 03521 73 12 52  
Fax 03521 71 08 52

Am Markt 25  
01623 Lommatzsch  
Tel. 035241 51695

info@orthopaedie-schuhtechnik-walther.de  
www.orthopaedie-schuhtechnik-walther.de

- Orthopädische Schuhe nach Maß
- Einlagen nach Maß
- Zurichtungen am Konfektionsschuh
- Moderne Bequem-Schuhmode
- Podologische Fußbehandlung/ Fußpflege
- Beratung bei Fußproblemen



## Sanitätshaus & Orthopädietechnik Tom Schreiter

Hauptstraße 23 | 01640 Coswig  
Tel.: 03523 5342454 | Fax: 03523 5342456  
E-Mail: sanitaetshausschreiter@yahoo.de



„Unser Maß ist der Mensch“

### Unsere Kompetenzen:

- Konzentration auf einen Standort
- Inhabergeführte Werkstatt im Haus
- Einlagenversorgung mit 3-D-Scan
- Fußdruckmessung
- Ganganalyse
- Orthopädische Versorgung
- Venen- und Lymphzentrum
- Sportlerversorgung
- Hausbesuche
- Elektromedizinische Geräte
- Postoperative Versorgung
- und Hilfsmittel

### Öffnungszeiten:

Mo-Do 9:00–18:00 Uhr  
Fr 9:00–15:00 Uhr  
Hausbesuche nach Vereinbarung



© Getty Images/F1online RF

# Sicherheit im häuslichen Umfeld



## Sicherung von Haus und Wohnung

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

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

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

### Gegen ungebetene Gäste können Sie sich außerdem mit diesen Vorkehrungen schützen:

- › Ein Türspion bietet Ihnen die Möglichkeit zu sehen, wer vor der Tür steht, ohne die Tür öffnen zu müssen. Bewährt haben sich auch digitale Türspione, die anhand der größeren Bildfläche ein deutliches Bild vom Geschehen vor der Tür liefern.

- › Ein Bewegungsmelder vor der Haustür bringt nicht nur mehr Licht ins Dunkel, er schüchtert auch den ungebetenen Gast ein, weil er somit leichter identifizierbar ist.
- › Mit einem Türsprechsystem können Sie zuerst mit dem Besucher sprechen, bevor Sie ihm per Knopfdruck die Tür öffnen. Viele Modelle bieten auch eine Videobildfunktion an, welche dank Infrarot sogar bei Dunkelheit ein klares Bild liefern.
- › Hilfreich ist auch eine Schutztür aus Stahl, die eine abschreckende Wirkung haben kann.
- › Zudem kann die Haustür mit einer zusätzlichen Türsicherung wie ein Türschloss oder ein Sicherheitsschließblech aufgerüstet werden.

## Beratung durch die Polizei

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

### Polizeiliche Beratungsstelle für den Landkreis Meißen

(Landkreis Meißen gehört zur Polizeidirektion Dresden)  
Besucheradresse:

Polizeidirektion Dresden  
Polizeiliche Beratungsstelle Dresden  
Schießgasse 7  
01067 Dresden

Telefon: 0351 483-2243

E-Mail: [praevention.pd-dresden@polizei.sachsen.de](mailto:praevention.pd-dresden@polizei.sachsen.de)

[https://www.polizei.sachsen.de/de/beratungsstellen\\_pdd.htm](https://www.polizei.sachsen.de/de/beratungsstellen_pdd.htm)

# Partner für Gesundheit im Alter

## Elblandkliniken in Meißen, Radebeul und Riesa – Wir sind für Sie da!



Die Anforderungen an die Pflegekräfte haben sich in den letzten Jahren durch eine Vielzahl an gesetzlichen Neuerungen sowie eine zunehmende Digitalisierung verändert. Unsere Pflegekräfte geben ihr Bestes, damit sich die Patienten bei uns gut umsorgt fühlen. Mit über 1.000 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern ist die Pflege die größte Berufsgruppe in den ELBLANDKLINIKEN. Je Standort kümmern sich mehr als 300 Fachkräfte um das Patientenwohl. Es ist täglich eine große Herausforderung, die Patientenversorgung in hoher Qualität zu sichern. In unseren Kliniken wird großer Wert darauf gelegt, dass Pflegekräfte entsprechend ihrem Fachgebiet durch regelmäßige Fort- und Weiterbildungen stets die aktuellen Kenntnisse, Fähigkeiten und Fertigkeiten besitzen.

Das Berufsbild der Pflegekräfte in den ELBLANDKLINIKEN hat sich gewandelt. Insbesondere sind es zusätzliche Anforderungen in der Taktfrequenz der Patientenversorgung, administrativer Tätigkeiten sowie der Dokumentation, bei denen der Aufwand immens gestiegen ist. Die Sorge um das Wohlbefinden der Patienten hat absolute Priorität bei uns.

Viele unserer Patientinnen und Patienten bedürfen auch nach dem Krankenhausaufenthalt einer weiteren Unterstützung und Pflege, welche sich nahtlos an den stationären Aufenthalt anschließen muss. Dafür gibt es in den ELBLANDKLINIKEN ein organisiertes Entlassmanagement. Ziel des Entlassmanagements ist es, den individuellen Unterstützungsbedarf möglichst zeitnah und gemeinsam mit unseren Patienten bzw. deren Angehörigen zu erkennen und entsprechende Maßnahmen zur Versorgung einzuleiten.

Unser Behandlungsteam bespricht Ihre geplante Entlassung direkt mit Ihnen und/oder Ihrem Vertreter. Das medizinische Team, bestehend aus Ärzten, Pflegedienstmitarbeitern, Therapeuten und Sozialdienstmitarbeitern, arbeitet hier eng zusammen und bezieht bei Bedarf auch die nachsorgenden Einrichtungen mit ein.

Weiterhin führen wir regelmäßige Pflegestammtische mit allen an der Pflege und Nachbehandlung beteiligten

Pflegeeinrichtungen und ambulanten Diensten durch. Gemeinsam wollen wir sicherstellen, dass die Patienten sowohl im Krankenhaus als auch in der stationären und ambulanten Nachsorge eine gute und qualitativ hochwertige Betreuung und Pflege erhalten.

## Geriatrisches Netzwerk Radeburg: Standfest im Alltag – Sturzprävention



Geriatrisches Netzwerk Radeburg



### Bin ich sicher gehfähig?

- ▶ Gleichgewicht und Balance bereiten mir ab und an Probleme.
- ▶ Unebene Wege lassen mich unsicher im Gang werden.
- ▶ Die Bewältigung von Spaziergängen, die länger als eine halbe Stunde sind, fällt mir zunehmend schwerer.
- ▶ Ich versuche unbekannte Strecken aus Angst zu Stürzen zu vermeiden.
- ▶ Ich stolpere immer mal wieder.
- ▶ Hin und wieder bleibe ich hängen, z. B. an einer Treppenstufe oder an Absätzen.
- ▶ Ist stelle fest, dass es mir zunehmend schwerfällt, mich rechtzeitig abzufangen, wenn ich ausrutsche.
- ▶ In den letzten 6 Monaten bin ich mindestens einmal weggeknickt, gerutscht oder hingefallen.
- ▶ Beim Verlassen meiner Wohnung bei Dunkelheit bin ich besonders vorsichtig, um nicht zu stürzen.



© Robert Kneschke - stock.adobe.com



Wenn Sie eine oder mehr Aussagen auf sich beziehen können, informieren Sie bitte Ihren Hausarzt. Für gezieltere Tests kann dieser Sie unter anderem an die Geriatriische Institutsambulanz (GIA) in Radeburg für weitere Untersuchungen überweisen.

## Bin ich sicher gehfähig?

Gangunsicherheiten sind für ältere Menschen nicht nur ein häufiges, sondern auch ein folgenschweres Phänomen. Studien zeigen, dass 30 % der über 65-Jährigen mindestens einmal pro Jahr stürzen. Mit steigendem Alter nimmt diese Frequenz weiter zu, so spielen diese in 40 % aller Pflegeheimweisungen eine wesentliche Rolle. Stürze können eine Gefährdung der Selbstständigkeit, Einschränkungen in der Alltagsbewältigung oder Pflegebedürftigkeit mit sich bringen. Um möglichst viele Stürze zu minimieren und die Folgen einzuschränken, gilt es, gezielte Maßnahmen zu ergreifen.

## Präventionskurs „Standfest im Alltag“

Im Rahmen einer Pilotstudie zum Thema Sturz untersuchten die Fachkliniken für Geriatrie Radeburg Senioren über mehrere Jahre. Darauf aufbauend wurde ein Präventionskurs entwickelt, welcher die Studienerkenntnisse aufgreift und anwendet. „Standfest im Alltag“ richtet sich an Menschen im höheren Lebensalter, die auch weiterhin Alltagsaktivitäten ausführen und sicher auf beiden Beinen gehen möchten. Im Mittelpunkt des Kurses stehen der Muskelaufbau und die Verbesserung der Gleichgewichtsfähigkeit. Beide Komponenten sind ausschlaggebend für ein sicheres Gehen und Stehen im Alltag. Die Sensibilisierung für häufiges Hinfallen und Stolperfallen soll zudem die Sturzhäufigkeit und die Angst vor Stürzen verringern. Die Durchführung in geleiteten Kleingruppen unterstützt

die Teilnehmer beim Erlernen der Übungen und gewährleistet ein risikofreies Trainieren. Die Leitung des Kurses erfolgt durch einen lizenzierten Sturztrainer und Physio-/Ergotherapeuten. Zudem werden die Teilnehmer durch ein Heimtrainingsprogramm befähigt, auch über den Kurs hinaus zu Hause weiter zu üben. Die Kurskosten werden bei regelmäßiger Teilnahme durch die Krankenkassen anteilig erstattet. Das GerN Radeburg informiert über aktuelle Kursangebote.

### Ziele des Kurses:

- Kräftigung des Bewegungsapparats
- Schulung der Gleichgewichtsfähigkeit
- Verbesserung der Mobilität, Gehsicherheit und -geschwindigkeit
- Verbesserung der Beweglichkeit und Standsicherheit
- Erlernen von Übungen zur Integration in den häuslichen Alltag

## Ansprechpartner

Zur Implementierung der Kurse im Landkreis und darüber hinaus wurde ein Weiterbildungskonzept entwickelt, welches die Ausbildung von Sportwissenschaftlern, Physio- und Ergotherapeuten zu Übungsleitern in der Sturzprävention ermöglicht. Mittels der Zertifizierung durch die Zentrale Prüfstelle Prävention (ZPP) kann „Standfest im Alltag“ durch geschulte Trainer in Praxen oder Gesundheitseinrichtungen angeboten. Ziel ist es, den Senioren einen möglichst wohnortnahen Kurs in Sachsen zur Verfügung stellen zu können.

### Ihr Ansprechpartner für:

- kostenlose & unabhängige Senioreninformation
- Checkliste: Stolpergefahren in der Häuslichkeit
- Hinweise zum Präventionskurs „Standfest im Alltag“

Kontakt:

### Fachkliniken für Geriatrie Radeburg

Geriatrisches Netzwerk Radeburg

Telefon: 035208 88624

weitere Informationen unter [www.gern-radeburg.de](http://www.gern-radeburg.de)



Ihre Ansprechpartnerin:  
Sandy Meusel  
Zentrumskoordinatorin

# Hilfe und Unterstützung

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

## Die Pflegereform

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

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

Seit dem 1. Januar 2017 erhalten Demenzkranke und körperlich Pflegebedürftige, die ähnlich selbstständig eingeschätzt werden, den gleichen Pflegegrad und haben

Anspruch auf die gleichen Leistungen der Pflegekasse. Die Pflegestufen von null bis drei wurden abgeschafft und durch fünf Pflegegrade ersetzt.

Um Leistungen aus der Pflegeversicherung zu erhalten, muss die Einstufung in einen Pflegegrad bei der zuständigen Pflegekasse beantragt werden. Dieser Antrag ist formlos möglich. Zu beachten ist jedoch, dass Leistungen aus der Pflegeversicherung nicht rückwirkend erbracht werden.



© Marisa Howenstine - unsplash.com



**Bei uns in guten Händen**

- **im Betreuten Wohnen**  
mit Begegnungsstätte in  
Meißen, Coswig & Radebeul
- **beim Ambulanten  
Pflegedienst**  
mit Pflege, Pflegeberatung,  
Betreuung von Menschen mit  
Demenz, Essen auf Rädern,  
Hausnotruf

☎ 03523 7740050

**VOLKSSOLIDARITÄT**  
Elbtalkreis-Meißen e.V.  
[www.vs-elbtal.de](http://www.vs-elbtal.de)



## Lebenshilfe Großenhain

**Verband für Menschen  
mit geistiger Behinderung e. V.**

Heimweg 5 | 01558 Großenhain  
Telefon 03522 52153-30  
[info@lebenshilfe-grossenhain.de](mailto:info@lebenshilfe-grossenhain.de)



**Betreuung und Unterstützung  
für Menschen mit geistiger Behinderung  
und ihre Angehörigen im ambulanten  
und stationären Bereich**

- in der Wohngemeinschaft
- in der eigenen Wohnung
- in der Familie und der Freizeit

**Ihre Ansprechpartner:**

|                                |                |
|--------------------------------|----------------|
| Zentrale                       | 03522 52153-30 |
| Familienunterstützender Dienst | 03522 52153-31 |
| Fahrdienst                     | 03522 52153-32 |
| Wohneinrichtung                | 03522 52153-33 |

Besuchen Sie uns  
auf unserer Homepage  
[www.lebenshilfe-grossenhain.de](http://www.lebenshilfe-grossenhain.de)



Der Leistungsanspruch beginnt frühestens ab dem Monat der Antragstellung. Anstelle eines schriftlichen Antrags kann auch ein Pflegestützpunkt aufgesucht oder ein Hausbesuch eingefordert werden. In diesen Fällen kümmert sich der Pflegeberater um die weitere Antragstellung. Der Antragsteller wird von einem Gutachter des Medizinischen Dienstes der Krankenversicherung anhand eines Fragebogens überprüft, um den Grad der Selbstständigkeit zu ermitteln. Auf der Grundlage dieses Gutachtens entscheidet die zuständige Pflegekasse, ob der Antrag auf Zuerkennung eines Pflegegrades bewilligt wird. Im Gegensatz zur alten Methode, in der die benötigte Pflegezeit der jeweiligen Person gemessen wurde, werden im neuen Bewertungssystem Punkte vergeben, die darstellen, inwieweit die Selbstständigkeit eingeschränkt ist. Eine geringe Beeinträchtigung der Selbstständigkeit entspricht dem Pflegegrad eins. Die schwerste Beeinträchtigung, bei der besondere Anforderungen an die pflegerische Versorgung gestellt werden, erhält die Einordnung in den Pflegegrad fünf. Nach der erfolgten Feststellung des Pflegegrades bekommt der Antragsteller die entsprechende Leistung aus der Pflegeversicherung.

## Pflegegrade und Leistungen

### Der Pflegebedürftigkeitsbegriff 2017 im Detail

Am 1. Januar 2017 wurde der neue Pflegebedürftigkeitsbegriff eingeführt. Dies bedeutet eine andere Bewertung der Pflegebedürftigkeit und eine andere Einstufung in Pflegegrade. Wurden bisher nur körperliche Beeinträchtigungen für die Feststellung von Pflegebedürftigkeit bewertet, werden nun alle für Pflegebedürftigkeit relevanten Aspekte berücksichtigt. Dabei ist es also gleichgültig, ob körperliche, psychische oder kognitive Beeinträchtigungen vorliegen.

### Wie wird die Pflegebedürftigkeit festgestellt?

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

### Diese Selbstständigkeit wird in folgenden Bereichen beurteilt:

- Mobilität
- Kognitive und kommunikative Fähigkeiten
- Verhaltensweisen und psychische Problemlagen
- Selbstversorgung
- Bewältigung von und selbstständiger Umgang mit krankheits- oder therapiebedingten Anforderungen und Belastungen
- Gestaltung des Alltagslebens und sozialer Kontakte

### Die Überleitung in die Pflegegrade

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

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

| In Pflegestufen bis 31.12.2016 | In Pflegegraden seit 2017 |
|--------------------------------|---------------------------|
| 0                              | 1                         |
| I                              | 2                         |
| II                             | 3                         |
| III                            | 4                         |
| III (Härtefall)                | 5                         |

Quelle: Bundesministerium für Gesundheit

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

| In Pflegestufen bis 31.12.2016 | In Pflegegraden seit 2017 |
|--------------------------------|---------------------------|
|                                | 1                         |
| 0                              | 2                         |
| I                              | 3                         |
| II                             | 4                         |
| III                            | 5                         |

Quelle: Bundesministerium für Gesundheit

## Alle Leistungen seit 2017 im Überblick

In den Pflegegrad 1 werden seit 2017 erstmals Menschen eingestuft, die noch keine erheblichen Beeinträchtigungen haben, aber bereits eingeschränkt sind. Diese können beispielsweise Beratungsleistungen in Anspruch nehmen, erhalten einen Wohngruppenzuschlag in ambulant betreuten Wohngruppen, eine Versorgung mit Pflegehilfsmitteln sowie Zuschüsse bei Maßnahmen der Wohnraumanpassung und bei vollstationärer Pflege. In den Pflegegraden 1 bis 5 können Versicherte zusätzlich für anerkannte Angebote und zugelassene Pflegeeinrichtungen einen Entlastungsbetrag von 125 Euro geltend machen. Innerhalb der stationären Pflege bleiben die Eigenanteile ab Pflegegrad 2 einheitlich. Das heißt, dass wenn sich der Pflegegrad erhöht, der Eigenanteil deswegen nicht steigt. Darüber hinaus gilt ein Bestandsschutz: Falls Pflegebedürftige nach der Neuregelung nur noch Anspruch auf geringere Leistungen der Pflegeversicherung hätten, wird dieser Differenzbetrag durch die Pflegekasse gedeckt. Durch die Einführung des neuen Pflegebedürftigkeitsbegriffs haben mehr Menschen einen Anspruch auf Pflegeleistung. Daraus ergibt sich ein Anstieg des Beitragssatzes der Pflegeversicherung seit dem 1. Januar 2017 um 0,2 Prozentpunkte.

| Pflegegrade  | Geldleistung<br>ambulant | Sachleistung<br>ambulant | Entlastungsbetrag<br>ambulant (zweckgebunden) | Leistungsbetrag<br>vollstationär |
|--------------|--------------------------|--------------------------|-----------------------------------------------|----------------------------------|
| Pflegegrad 1 |                          |                          | 125 Euro                                      | 125 Euro                         |
| Pflegegrad 2 | 316 Euro                 | 689 Euro                 | 125 Euro                                      | 770 Euro                         |
| Pflegegrad 3 | 545 Euro                 | 1.298 Euro               | 125 Euro                                      | 1.262 Euro                       |
| Pflegegrad 4 | 728 Euro                 | 1.612 Euro               | 125 Euro                                      | 1.775 Euro                       |
| Pflegegrad 5 | 901 Euro                 | 1.995 Euro               | 125 Euro                                      | 2.005 Euro                       |

Quelle: Bundesministerium für Gesundheit

## Pflegearten

Nicht nur Unfälle und Krankheiten, sondern auch altersbedingte körperliche und psychische Beeinträchtigungen können zu erheblichen Problemen bei der Alltagsbewältigung führen. Ganz im Interesse der Betroffenen gibt es verschiedene Pflegearten, die zu Hause oder in einer professionellen Einrichtung genutzt werden können. Ob Sie als pflegebedürftige Person in den eigenen vier Wänden von einem **Angehörigen** oder einer ausgebildeten **Pflegekraft** versorgt werden oder ob Sie eine stationäre Einrichtung besuchen, hängt in erster Linie von Ihrer Entscheidung ab. Dabei kommen verschiedene Faktoren ins Spiel, wie der Grad der Pflegebedürftigkeit, die Höhe der

Pflegekosten und die bauliche Beschaffenheit der eigenen Wohnung. Deshalb ist es sehr wichtig, dass Sie sich über die unterschiedlichen Möglichkeiten informieren und beraten lassen. Durch die Pflegeberater und Pflegeberaterinnen Ihrer Krankenkasse und in den örtlichen Pflegestützpunkten erfahren Sie, welche Art der Pflege für Sie am geeignetsten ist.

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



Partnerin  
**Kinaesthetics**  
Deutschland

**Sylvia Jaster**  
Kinaesthetics-Trainerin

Am Weidengrund 7  
01665 Klipphausen  
T +49 3521 452389  
M +49 174 5193999  
sylvia.jaster@kinaesthetics-net.de  
www.kinaesthetics.de

Lohnsteuerhilfeverein  
„Oberes Elbtal-Meißen“ e.V.

**LStHV OEM**

**Freizeit statt Steuerzeit**

Im Rahmen einer Mitgliedschaft leisten wir ganzjährig  
**Hilfe in Lohnsteuersachen**  
Wir beraten Sie auch gern zu **Renten**, zur **Lohnsteuerermäßigung**, zu Fragen beim **Kindergeld** und **Nichtveranlagungsbescheinigungen**.

**www.lohnsteuerhilfe-meissen.de**

Beratungsstellen:  
**Uwe Reichel**  
Martinstraße 10, 01662 Meißen  
Tel. (0 35 21) 40 08 00  
**Thomas Greim**  
Talstraße 5, 01662 Meißen  
Tel. (0 35 21) 45 24 07



*Doch bleib daheim*  
**seniorenhaushaltsdienstleistungen**

*Hauservice – Gartenpflege – Hilfe am PC und vieles mehr (fragen Sie uns)*

Enrico Fox  
Romerstraße 28, 01640 Coswig  
Telefon: 03523 2390489  
Mobil: 0176 62179198  
E-Mail: fox@seniorenhaushalt.org  
Web: www.seniorenhaushalt.org

**Alltagsbegleitung Radebeul**

Michael Ernst • Wasastraße 50 • 01445 Radebeul  
Telefon: 0351 8362523 Fax: 0351 8362488  
Internet: www.alltagsbegleitung-radebeul.de  
E-Mail: info@alltagsbegleitung-radebeul.de

**Unterstützung und Hilfe im Alltag**

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

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

Darüber hinaus stehen Ihnen unterschiedliche **stationäre Pflegeeinrichtungen** zur Auswahl. Wichtige Kriterien sind zum einen die Entfernung zur Familie und zum anderen das Leistungsangebot und die Lebensqualität in der Einrichtung. So ist die Höhe der Kosten für eine stationäre Pflegeeinrichtung von mehreren Rahmenbedingungen abhängig. Diese wären einerseits die Ausstattung und die Lage des Pflegeheims und andererseits der **Pflegegrad**, in den Sie eingestuft wurden.

Die **Pflegeversicherung** kann Sie in vielerlei Hinsicht unterstützen. Informieren Sie sich sorgfältig, welche Betreuungsmaßnahmen zum Leistungsspektrum der Versicherung gehören. Wichtig ist außerdem, welche Voraussetzungen für entsprechende Maßnahmen vorliegen müssen. Auch die Frage, welche sonstigen Finanz- und

Sachdienstleistungen Pflegebedürftige und ihre Angehörigen beanspruchen können, sollten Sie ausführlich mit einem Pflegeberater besprechen.

Nehmen Sie sich genug Zeit und verschaffen Sie sich einen Überblick über die verschiedenen Möglichkeiten, damit Sie eine gute Entscheidung treffen können.

## Unterstützung für pflegende Angehörige

Pflegende Angehörige können Beratungsangebote der örtlichen Sozialhilfeträger und der Krankenkassen in Anspruch nehmen. Ebenfalls möglich ist der Besuch von Beratungsstellen oder Selbsthilfegruppen sowie Fortbildungen im Bereich der Pflege. In den Veranstaltungen lernen Angehörige richtige und sachgerechte Grundpflege durchzuführen, aber auch der Umgang mit Stress oder mit schwierigen Situationen wird vermittelt. Auch die kirchlichen Träger wie Caritas und Diakonie bieten pflegenden Angehörigen die Möglichkeit, Informationen zu erhalten. Zudem ist es möglich, dass pflegende Angehörige einen Erste-Hilfe-Kurs machen können. Daneben können berufstätige Angehörige eine sogenannte Pflegezeit nehmen. Diese ist gesetzlich garantiert und bietet Angehörigen die Möglichkeit, eine Betreuung zu Hause durchzuführen.

An finanziellen Entlastungen ist die steuerliche Geltendmachung in der Einkommensteuererklärung möglich. Seitens der Sozialhilfeträger können pflegende Angehörige

## Betreutes Wohnen carpe diem in Meißen und Radebeul

Sie selbst oder Ihre Angehörigen wollen tagsüber abwechslungsreich gut betreut werden? Dann sind Sie bei uns an der richtigen Adresse. Neben dem Betreuten Wohnen bietet carpe diem alle Dienstleistungen von ambulanter und stationärer Pflege bis hin zur Tagespflege. Gerne informieren wir Sie über unser umfangreiches Angebot.

Senioren-Park carpe diem · Tel.: 03521/405-0

Unsere Standorte:

Dresdner Straße 34a und Lutherplatz 2 in 01662 Meißen, Schlegelstr. 1-3 in 01445 Radebeul

[www.senioren-park.de](http://www.senioren-park.de)



Individuelle  
Wohnungsberatung  
nach Absprache!

Jetzt 3x in der Region!



...nutze den Tag!

auch zusätzliche Hilfen für die Pflegebedürftigen im Sinne von medizinischem Hilfebedarf bekommen. Eine Pflegefachkraft für einige Stunden kann zudem zur Entlastung der eigenen pflegerischen Tätigkeit beitragen. Darüber hinaus bietet der Staat auch die Möglichkeit, für Angehörige eine finanzielle Unterstützung zu leisten, wenn diese Betroffene zu Hause pflegen. Ist eine Versorgung nur in Teilen notwendig, können haushaltsnahe Dienstleistungen, in Ergänzungen mit der Übernahme durch die Pflege von Angehörigen, diese komplettieren.

## Pflegeberatung

Mit den Leistungen der Pflegeversicherung haben sich in den letzten Jahren die Rahmenbedingungen für Pflegebedürftige verbessert. Um eine gute Versorgung in vertrauter Umgebung zu gewährleisten, können viele Alternativen und Leistungen genutzt werden. Ein kompetenter Pflegeberater oder eine Pflegeberaterin Ihrer Pflegekasse informiert Sie zu den Dienstleistungsangeboten, Leistungsansprüchen, Möglichkeiten der aktiven Lebensgestaltung, zur neuen Pflege-reform und zu allen Fragen rund um das Thema Pflege.

## Weitere wichtige Ansprechpartner zum Thema „Wohnen und Leben im Alter“

### Beratungszentrum für barrierefreies Planen und Bauen in Sachsen

- Koordinierungsstelle:  
Telefon: 0371 334030  
E-Mail: [barrierefrei@vdk-sachsen.de](mailto:barrierefrei@vdk-sachsen.de)  
Internet: [www.vdk.de/barrierefreies-sachsen](http://www.vdk.de/barrierefreies-sachsen)
- Beratungsstelle für den Landkreis Meißen:  
Telefon: 0351 317460  
E-Mail: [dresden@aksachsen.org](mailto:dresden@aksachsen.org)

### Landesinitiative Demenz

Antonstraße 39, 01097 Dresden  
Telefon: 0351 81085123  
Telefax: 0351 81085124  
E-Mail: [info@landesinitiative-demenz.de](mailto:info@landesinitiative-demenz.de)  
Internet: [www.landesinitiative-demenz.de](http://www.landesinitiative-demenz.de)

### Gesundheitsamt des Landkreises Meißen

Dresdner Straße 25, 01662 Meißen  
Telefon: 03521 7253402  
Telefax: 03521 7253400  
E-Mail: [gesundheitsamt@kreis-meissen.de](mailto:gesundheitsamt@kreis-meissen.de)  
Internet: [www.kreis-meissen.org](http://www.kreis-meissen.org)

### Landesarbeitsgemeinschaft Selbsthilfe Sachsen e. V. (Förderung Maßnahmen zur Wohnungsanpassung)

SELBSTHILFENETZWERK SACHSEN  
Michelangelostraße 2, 01217 Dresden  
Thomas Naumann, Beratungsstelle  
„Wohnraumförderung“  
Telefon: 0351 4793500  
E-Mail: [naumann@selbsthilfenetzwerk-sachsen.de](mailto:naumann@selbsthilfenetzwerk-sachsen.de)  
Internet: [www.selbsthilfenetzwerk-sachsen.de](http://www.selbsthilfenetzwerk-sachsen.de)



Christliche  
Sozialstation  
Meißen e.V.

Alles was  
**Spaß macht,  
hält jung!**



**Sozialstation \* Tagespflege \* Demenz-Wohngemeinschaft**

Hirschberghaus  
Hirschbergstraße 2  
01662 Meißen

☎ 03521 - 45 25 89  
✉ [christliche@sozialstation-meissen.de](mailto:christliche@sozialstation-meissen.de)  
[www.sozialstation-meissen.de](http://www.sozialstation-meissen.de)



| Bereich: Notfall                                                                                       | Telefon                         |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|
| Unfall/Überfall                                                                                        | 110                             |
| Notfallrettung/Feuerwehr                                                                               | 112                             |
| Notfallrettung<br>bei Ausfall des Rufes 112                                                            | 03521<br>732000                 |
| Dringender Hausbesuchsdienst<br>Mo. – Fr. 19.00 – 07.00 Uhr<br>Sa./So./Feiertage – rund um die Uhr     | 03521 738521<br>03521<br>732000 |
| Krankenwagen                                                                                           | 03521 19222                     |
| Unfallsprechstunde Meißen<br>Robert-Koch-Platz<br>Mo. – Fr. 08.00 – 19.00 Uhr<br>Sa. 08.00 – 13.00 Uhr | 03521 739823                    |
| Giftinfozentrum                                                                                        | 0361 730730                     |

| Bereich: Gesundheit                              | Telefon       |
|--------------------------------------------------|---------------|
| Elblandklinikum Meißen                           | 03521 743-0   |
| Elblandklinikum Radebeul                         | 0351 833-30   |
| Elblandklinikum Riesa                            | 03525 7540    |
| Fachkrankenhaus Coswig                           | 03523 65-0    |
| Fachkliniken für Geriatrie<br>Radeburg           | 035208 8850   |
| Rehazentrum Großenhain                           | 03522 530     |
| Suchtberatungsstellen<br>der Diakonie Meißen     | 03521 738173  |
| Suchtberatungsstellen<br>der Diakonie Riesa      | 03525 632136  |
| Suchtberatungsstellen<br>der Diakonie Großenhain | 03522 32634   |
| Gesundheitsamt                                   | 03521 7253402 |

| Bereich: Havariedienste                                  | Telefon      |
|----------------------------------------------------------|--------------|
| Handwerker                                               | 0351 2024181 |
| Havariedienst                                            | 0351 4969393 |
| ENSO-Gasstörung                                          | 0180 2787901 |
| ENSO-Stromstörung                                        | 0180 2787902 |
| ENSO-Wasserstörung                                       | 0180 2787903 |
| Heizungsnotdienst                                        | 0351 422800  |
| Technischer Notdienst                                    | 0351 2024646 |
| Telekom-Entstörstelle                                    | 0800 3302000 |
| SEEG Meißen und<br>treuhänderisch verwaltete Grundstücke | 03521 47430  |
| Comtel-Kabelfernsehen<br>rund um die Uhr                 | 0172 3507766 |
| Glasnotdienst                                            | 0172 3510456 |
| Pannenhilfe (ADAC)                                       | 0351 447880  |
| Wasserrettung                                            | 0172 3530345 |



© der.Schwede – Fotolia



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



**in Zusammenarbeit mit:**  
Landkreis Meißen, Loosestr. 17, 01662 Meißen

**Redaktion:**  
Verantwortlich für den amtlichen Teil: Landkreis Meißen, Loosestr. 17, 01662 Meißen  
Verantwortlich für den sonstigen redaktionellen Inhalt: mediaprint infoverlag gmbh  
Verantwortlich für den Anzeigenteil: mediaprint infoverlag gmbh – Goran Petrusevic

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

**Quellennachweis für Fotos/Abbildungen:**  
Foto Deckblatt: Fly Ralf Menzel  
Foto S. 1 (1. Beigeordnete): Christin Schöne, Meißen  
Umschlagseite 4: kleine Bilder (v. l. n. r.): goodluz – Fotolia, goodluz – stock.adobe.com,  
Ingo Bartussek – Fotolia, großes Bild: Syda Productions – stock.adobe.com  
Weitere Bildnachweise stehen in den jeweiligen Fotos.

01662039/1. Auflage 2019

**Druck:**  
mediaprint solutions GmbH  
Eggertstraße 28  
33100 Paderborn

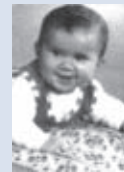
**Papier:**  
Umschlag: 250 g Bilderdruck, dispersionslackiert  
Inhalt: 115 g weiß, matt, chlor- und säurefrei

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.

Gesundheit bis ins  
hohe Alter



Ein -loses Lächeln ist  
nur einmal schön.



**Dipl. Stomat. Petra Starke**

Fachzahnärztin für Allgemeine Stomatologie

Dorfstraße 8 OT Sora • 01665 Klipphausen

Tel.: 035204 / 5244



**ELBLANDKLINIEN Stiftung & Co. KG**  
**ELBLANDKLINIKUM Radebeul | Meißen | Riesa**  
Nassauweg 7 | 01662 Meißen

**Bewirb Dich unter:**  
Telefon: 03521-7430  
E-Mail: [bewerbung.meissen@elblandkliniken.de](mailto:bewerbung.meissen@elblandkliniken.de)

[www.elblandkliniken.de/karriere](http://www.elblandkliniken.de/karriere)

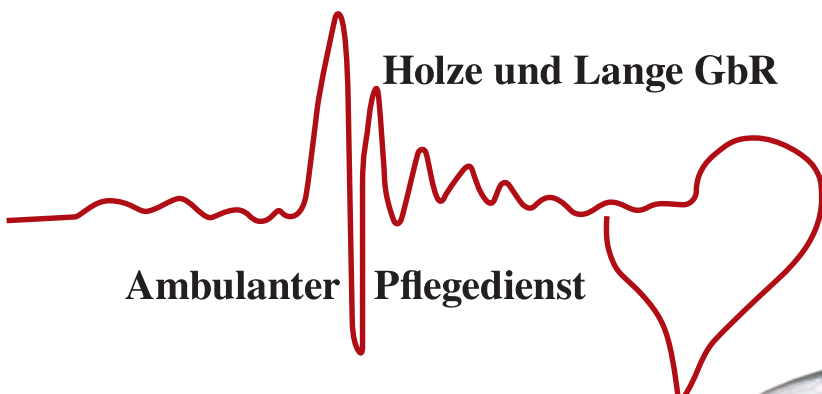


# Branchenverzeichnis

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

|                           |                                           |                                       |                               |
|---------------------------|-------------------------------------------|---------------------------------------|-------------------------------|
| Abfallwirtschaft          | 25                                        | Hörakustik                            | 22                            |
| Acidose-Lymphmassage      | 9                                         | Hörtest                               | 22                            |
| Alltagsbegleitung         | 35                                        | Klinik                                | 39                            |
| Altersgerechtes Wohnen    | 10, 12, 13                                | Kosmetik                              | U 3                           |
| Ambulante                 |                                           | Krankenhaus                           | 39                            |
| Pflegedienste             | U 2, 3, 9, 13, 17, 19, 23, 25, 33, 37, 40 | Lohnsteuerhilfe                       | 35                            |
| Apotheke                  | U 3                                       | Massagen                              | U 3                           |
| Betreutes Wohnen          | 3, 33, 36                                 | Orthopädietechnik                     | 29                            |
| Demenz-Wohngemeinschaft   | 3, 37                                     | Pflegedienste                         | U 2, 3, 9, 13, 17, 19, 23, 25 |
| Entsorgung                | 25                                        | Rückengerechte Pflege – Kinaesthetics | 35                            |
| Ergotherapie              | 19                                        | Sanitätshaus                          | 29                            |
| Erste Hilfe               | 23                                        | Schuhtechnik                          | 29                            |
| Friseur                   | 9                                         | Sozialstation                         | 37                            |
| Gesundheitsförderung      | 17                                        | Steuererklärung                       | 35                            |
| Haushaltsdienstleistungen | 35                                        | Tagespflege                           | U 2, 3, 13, 36, 37            |
| Hausnotrufe               | 23, 33                                    | Wohnraumanpassung                     | 10, 19                        |
| Hilfe und Unterstützung   | 12, 33, 35                                | Zahnärztin                            | 39                            |

*U = Umschlagseite*



**Holze und Lange GbR**

**Ambulanter Pflegedienst**

Telefon: 03521 7545231  
Telefax: 03521 7545503

E-Mail: [pflegedienst-holze-lange@gmx.de](mailto:pflegedienst-holze-lange@gmx.de)  
[www.pflegedienst-holze-lange.de](http://www.pflegedienst-holze-lange.de)





**MARKT  
APOTHEKE**

LOMMATZSCH



Beratung zu Gesundheitsfragen, Arzneimitteln und Impfungen

Bestimmung wichtiger Gesundheitsparameter

Diabetikerartikel

Naturheilkunde und alternative Heilkunde

Belsana®-Venencenter

Mutter-Kind-Apotheke



**MARKT  
KOSMETIK**

LOMMATZSCH



Klassische Kosmetik

Massagen & Ganzkörperbehandlungen

Make-up | Maniküre

Alles individuell und mit hochwertigen Produkten!

Pneumatische Pulsationsmassage nach Deny:

Sie vereint die klassischen Methoden des Schröpfens, der Lymphdrainage  
und der Massage bzw. der Reflexzonenmassage.

Magnetschmuck von Energetix

