



Alltagshilfen und Hilfsmittel

Liebe Leserin, lieber Leser,

mit dieser Broschüre möchten Ihnen die Pflegestützpunkte Berlin einen Überblick über Alltagshilfen und Hilfsmittel geben, die Ihnen das Leben in Ihrer Wohnung und im Alltag erleichtern. Mehr Komfort, mehr Sicherheit, mehr Teilhabe sind oft schon durch kleine Maßnahmen zu erreichen.



Die Broschüre kann die persönliche Beratung nicht ersetzen. Die Pflegestützpunkte beraten Sie kostenfrei und neutral zu Hilfsmitteln und auch zu den Möglichkeiten der Wohnungsanpassung. Wenn Sie es wünschen, kommen wir gern zu Ihnen zum Hausbesuch. Wir informieren Sie über geeignete Hilfen und deren Finanzierung.

Träger der Pflegestützpunkte Berlin sind die Berliner Kranken- und Pflegekassen und das Land Berlin.

Themen-Übersicht

Sitzen und Aufstehen	4
Unterstützung im Bad	6
Anpassung des Wohnumfeldes	14
Unterstützung in der Küche	20
Anziehen und Greifen	30
Lesen und Schreiben	32
Pfiffige Alltagshelfer	34
Telefonieren	46
Hilfe rufen	48
Gesundheit und Wohlbefinden	50
Smartphone und Co	52
Kontakt	Rückseite

Hinweise der Redaktion

- Die Angaben in diesem Heft wurden nach bestem Wissen und Gewissen recherchiert und zusammengestellt.
- Trotzdem kann sich der Fehlerteufel eingeschlichen haben. Alle Angaben erfolgen daher ohne Gewähr. Insbesondere die angegebenen Richtpreise (Stand 01/2021) dienen nur der Orientierung und können von den Preisen der jeweiligen Anbieter abweichen.
- Die Abbildungen sind Beispielabbildungen und stellen nicht in jedem Fall ein konkret erhältliches Produkt dar.



Möbelerhöher

für flache Sitz- u. Liegemöbel

- ▶ Ideal um Betten, Sofas oder Tische in eine bequeme Höhe anzuheben;
- ▶ Erleichtert das Hinlegen und Aufstehen aus dem Bett, das Hinsetzen und Aufstehen von Sofa, Sessel oder Stuhl;
- ▶ Vor dem Kauf auf eine ausreichende Tragfähigkeit und notwendige Höhe achten;
- ▶ Tischler fertigen elegante Möbelerhöher aus Holz mit besonders hoher Tragfähigkeit.



Drehkissen

für Auto und Wohnung

- ▶ Entlastet Rücken, Hüfte u. Knie, weil man sich sitzend mit geringem Kraftaufwand drehen kann;
- ▶ Besteht aus zwei Schichten: Die untere liegt fest auf der Sitzfläche auf, die obere dreht sich mit dem Körper;
- ▶ Achtung! Wegen der gewölbten Sitzschale der Autositze sollten Sie zum Höhenausgleich unter das Drehkissen ein normales Sitzkissen legen.

Bezugsquellen:

Sanitätshaus, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

4er-Set ab 20 €

Bezugsquellen:

Sanitätshaus, Versandhandel, Supermarkt

ungefährer Richtpreis:

ca. 15 bis 30 €



Aufstehhilfe

mechanisch oder elektrisch

- ▶ Die Aufstehhilfe wirkt als sanftes Katapult und entlastet die Knie und die Hüfte;
- ▶ Beim Setzen wird eine Pumpe zusammengedrückt, die sich beim Aufstehen entspannt und die Person in die Höhe hebt;
- ▶ Menschen, deren nachlassende Kräfte ein selbstständiges Aufstehen nicht mehr ermöglichen, sollten das Modell mit Elektroantrieb wählen (Foto);
- ▶ Die Aufstehhilfe ist transportabel.

Lattenrost

mit elektr. Höhenverstellung

- ▶ Alternative zum Pflegebett;
- ▶ Hilfe für Menschen, die Probleme mit dem Aufrichten haben;
- ▶ Passen in jeden herkömmlichen Bettkasten;
- ▶ Durch eine Fernbedienung wird die Höhe der Matratze so justiert, dass Hinlegen und Aufstehen schmerzminimiert möglich sind;
- ▶ Ermöglicht das gemeinsame Schlafen im Doppelbett, wenn ein Partner ein Pflegebett benötigt.

Bezugsquellen:

Sanitätshaus, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ca. 170 € / 270 € (mech./elektr.)

Bezugsquellen:

Sanitätshaus, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ca. 1.000 € (verordnungsfähig)



Haltegriffe

für den Sanitärbereich

- ▶ Das Plus an Sicherheit beim Gang zur Toilette, in der Badewanne oder unter der Dusche;
- ▶ Wenn Haltegriffe nicht geschraubt werden, eignen sich bei gefliesten Wänden Klebe- oder Saugnapfsysteme (Festigkeit der Fliesen prüfen!);
- ▶ Bei Klebe- und Saugnapfgriffen vor dem Kauf über die Maximalbelastung informieren und darauf achten, dass ein Lockern des Griffes angezeigt wird (bei Saugnapf-Systemen).



Stützgriffe

für den Toilettenbereich

- ▶ Stützgriffe geben Sicherheit und fördern den selbstständigen Gang auf die Toilette;
- ▶ Stützgriffe werden am besten angeschraubt;
- ▶ Wenn Stützgriffe nicht geschraubt werden, eignen sich bei gefliesten Wänden auch Saugnapfsysteme (Festigkeit der Fliesen prüfen!);
- ▶ Stützgriffe können platzsparend an die Wand geklappt werden.

Bezugsquellen:

Sanitätshaus, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 60 € (verordnungsfähig)

Bezugsquellen:

Sanitätshaus, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 150 € (verordnungsfähig)



Sicherheitsgriffe

für die Badewanne

- ▶ Die zusätzlichen Griffe erleichtern das Betreten und Verlassen der Badewanne;
- ▶ Flexible Klemmplatten mit Schraubmechanik sorgen für sicheren Halt am Wannenrand;
- ▶ Zahlreiche Modelle erhältlich;
- ▶ Achten Sie beim Kauf auf die Tragfähigkeit der Griffe und Sicherheitsmerkmale wie gummierte und rutschhemmende Klemmplatten.

WC-Lift

mit elektr. Höhenverstellung

- ▶ Dienen Menschen mit Knie- und Hüftproblemen als Hilfe beim Hinsetzen und Aufrichten;
- ▶ Schützen und fördern die Selbstständigkeit im intimen Bereich des Alltags;
- ▶ Können auch nachträglich durch Vorwandmontage installiert werden;
- ▶ Höhenverstellung mit Fernbedienung;
- ▶ Heben und senken Menschen mit einem Körpergewicht bis zu 200 kg.

Bezugsquellen:

Sanitätshaus, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ca. 150 €

Bezugsquellen:

Sanitätshaus, Sanitär- u. Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 4.500 € (ohne Montage)



Dusch-WC

mit Trocknungsluftdusche

- ▶ Die ideale Toilette für Menschen mit eingeschränkten Bewegungsmöglichkeiten;
- ▶ Kann nachgerüstet werden;
- ▶ Auf Knopfdruck reinigt ein ausfahrbarer Duschkopf mit einem Wasserstrahl den Intimbereich. Anschließend trocknet eine Luftdusche die Haut;
- ▶ Nach dem Gebrauch spült desinfizierende Flüssigkeit die Dushdüse ab;
- ▶ Krankenkassen können die Kosten übernehmen (Hilfsmittelnnummer notwendig).



WC-Sitzerhöhung

passend für jede Toilette

- ▶ Sitzerhöhung wird einfach auf die Toilettenschüssel montiert;
- ▶ Aus Kunststoff;
- ▶ Erhöht die Sitzfläche und erleichtert so das Hinsetzen und Aufstehen;
- ▶ Ergonomisch geformt;
- ▶ Auch mit Seitenstützen erhältlich;
- ▶ Achten Sie auf regelmäßige Reinigung!

Bezugsquellen:

Sanitätshaus, Sanitär- u. Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 700 € (verordnungsfähig)

Bezugsquellen:

Sanitätshaus, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 30 € (verordnungsfähig)



Handbrause

für das Waschbecken

- ▶ Praktisch für bewegungs-
eingeschränkte Personen ohne
barrierefreie Dusche;
- ▶ Viele Einsatzmöglichkeiten, z.B.
zum Haare waschen über dem
Waschbecken oder Reinigung
des Intimbereichs während des
Sitzens auf dem WC;
- ▶ Wasser Start-/Stop-Knopf am
Duschkopf;
- ▶ Kann einfach an der Armatur
nachgerüstet werden, inkl.
Wandhalterung.

Schwamm-Stock

als Wasch- und Cremehilfe

- ▶ Der ergonomisch geformte
Griffstock erleichtert mit
seinem Schwammkopf das
Auftragen von Duschgel
oder Körperlotion an schwer
erreichbaren Körperstellen;
- ▶ Geeignet für die Reinigung und
Pflege von Rücken, Füßen und
Unterschenkeln;
- ▶ Der Schwammkopf kann
bei Bedarf separat erneuert
werden.

Bezugsquellen:

Sanitärhandel, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

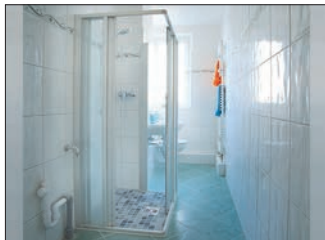
ab 15 €

Bezugsquellen:

Sanitätshaus, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ca. 15 €



Badumbau

mit ebenerdiger Dusche

- ▶ Der Abbau von Barrieren im Bad ist eine Voraussetzung für die Selbstständigkeit im Alter;
- ▶ Das Austauschen der Wanne gegen eine ebenerdige Dusche ist häufig die beste Lösung;
- ▶ Wer größere Umbauarbeiten vermeiden möchte, kann auf aufwandsarme Systemlösungen zurückgreifen;
- ▶ Bei Vorliegen eines Pflegegrades kann der Badumbau durch die Pflegekasse bezuschusst werden.

Bezugsquellen:

Sanitärfachhandel

ungefährer Richtpreis:

projektabhängig



Pumpe

für bodengleiche Duschen

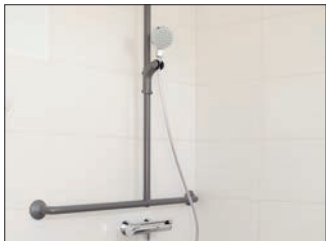
- ▶ In Wohnungen ab dem ersten Obergeschoss sind bodengleiche Duschen schwer umzusetzen, da das Gefälle für den Wasserablauf fehlt;
- ▶ Pumpensysteme lösen dieses Problem, weil sie das Wasser aus dem Ablauf saugen, der dann nur wenige Zentimeter Einbautiefe benötigt;
- ▶ Mit solchen Pumpen sind bodengleiche Duschen ohne großen baulichen Aufwand in jedem Geschoss möglich;
- ▶ Produktbeispiel: Sanftläufer.

Bezugsquellen:

Sanitärfachbetrieb, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ca. 1.000 € (ohne Montage)



Haltegriff-Systeme

für Dusche und Badewanne

- ▶ Haltegriffsysteme vermindern die Sturzgefahr, wo es nass und rutschig ist;
- ▶ Durch verschiedene Griff- und Haltemöglichkeiten gewähren sie einen sicheren Stand unter der Dusche und erleichtern die Nutzung der Badewanne;
- ▶ Die Systeme können auf die individuellen Bedürfnisse angepasst werden;
- ▶ Zum Schrauben (empfohlen) oder mit Saugnäpfen (wenn Schrauben nicht möglich).

Duschsitz

mit Klappfunktion

- ▶ Bietet zugleich Bequemlichkeit und Sicherheit unter der Dusche;
- ▶ Kann platzsparend angeklappt werden;
- ▶ Vor dem Kauf über die Tragfähigkeit informieren;
- ▶ Hochpreisige Modelle sind höhenverstellbar;
- ▶ Befestigung bei massiven Ziegelwänden problemlos möglich, bei anderen Wandtypen (z.B. Trockenbau) sollte eine Fachfirma konsultiert werden.

Bezugsquellen:

Sanitätshaus, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 350 €

Bezugsquellen:

Baumarkt, Sanitär- und Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 60 €



Duschrolle

zur Wandmontage

- ▶ Erleichtert den Ein- und Ausstieg bei Duschwannen;
- ▶ Alternative zur barrierefreien Dusche;
- ▶ Der Duschrolle wird an die Wand montiert und kann hochgeklappt werden;
- ▶ Ständer im vorderen Bereich sorgen für sicheren Stand;
- ▶ Personen setzen sich auf den Sitz und schieben sich dann sitzend nach hinten über die Duschwanne.



Badewannen-Tür

zum leichten Ein- u. Ausstieg

- ▶ Beseitigt Barrieren für die Nutzung der Badewanne;
- ▶ Alternative zum aufwändigen Umbau des Bades oder zur Nutzung von Wannerliften;
- ▶ Die Türöffnung kann in jede Wanne geschnitten werden, die Türen werden auf Maß gefertigt;
- ▶ Mehrere Jahre Garantie auf Dichtigkeit der Tür;
- ▶ Verschiedene Türhöhen zur Auswahl, hohe Türen erfüllen gleichzeitig den Zweck einer Duschwand.

Bezugsquellen:

Hegert GmbH

ungefährer Richtpreis:

auf Anfrage

Bezugsquellen:

Sanitärfachhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 2.600 €



Lifter

für die Badewanne

- ▶ Erleichtert den Ein- und Ausstieg;
- ▶ Elektrische Unterstützung beim Absenken und Aufrichten;
- ▶ Herausnehmbar, wenn andere Personen die Wanne nutzen;
- ▶ Mit Seitenklappen, Nackenstütze und hohem Rücken erhältlich;
- ▶ Achten Sie auf fachgerechte Reinigung!

Handbrause

mit drehbarem Griff

- ▶ Modell „Hansamedijet Flex“ mit 360° frei drehbarem Bügelgriff;
- ▶ Durch den Bügelgriff für Personen geeignet, die normale Duschköpfe nicht halten können - sie „haken“ die Hand in den Bügelgriff ein und haben so volle Kontrolle;
- ▶ Auch Pflegenden wird durch den drehbaren Duschkopf das Waschen unterstützungsbedürftiger Personen wesentlich erleichtert.

Bezugsquellen:

Sanitätshaus, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 250 € (verordnungsfähig)

Bezugsquellen:

Sanitärfachhandel

ungefährer Richtpreis:

ca. 45 €



Haltegriffe

und Geländer

- ▶ Überall dort empfehlenswert, wo einzelne Stufen oder Absätze die Stolper- und Sturzgefahr erhöhen;
- ▶ Ob (zweiter) Handlauf im Treppenhaus, ein Geländer am Hauszugang, oder Haltegriffe an der Balkontür - die Montage ist meistens einfach und preiswert, aber die Wirkung ist groß.



Rampensystem

für Innen- und Außenbereich

- ▶ Rampen werden nach Bedarf aus einzelnen PVC-Bausteinen zusammengesteckt;
- ▶ Gestalten Hindernisse wie Stufen, kleine Treppen oder Schwellen barrierefrei;
- ▶ Bausteine eignen sich auch zum Auslegen von Hohlfächen wie Duschwannen, die dann mit einem Rollstuhl oder Rollator befahren werden können;
- ▶ Rutschhemmend, wasser- und UV-beständig, spülmaschinengeeignet.

Bezugsquellen:

Baumarkt, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 25 €

Bezugsquellen:

Sanitätshaus, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

projektabhängig



Dreh-Schwenk-Sitz

für Balkontür und Bad

- ▶ Sitz, der um eine Stange geschwenkt wird, die an Boden und Decke befestigt ist;
- ▶ Hilft beim Überwinden von Schwellen;
- ▶ Eignet sich auch als Einstiegshilfe in Duschwannen;
- ▶ Der drehbare Sitz hat Armlehnen und eine arretierbare Sitzfläche, die Sitzhöhe ist flexibel;
- ▶ Die Tragkonstruktion aus Edelstahl hat eine Tragkraft bis zu 150 kg und wird individuell angepasst.

Schiebetür-Antrieb

mit Öffnungsautomatik

- ▶ Schiebetür ersetzt „normale“ Türen und kann so mit Rollator oder Rollstuhl besser passiert werden;
- ▶ Tür öffnet sich, wenn sich die Person nähert (Bewegungsmelder) oder ein Taster gedrückt wird;
- ▶ Qualitätsmerkmale: Hinderniserkennung, Einstellmöglichkeiten für Öffnungsgeschwindigkeit sowie Offenhaltungszeiten und Möglichkeit, bei Stromausfall manuell zu öffnen / zu schließen.

Bezugsquellen:

Sanitärfachhandel, online bei Fa. Hegert

ungefährer Richtpreis:

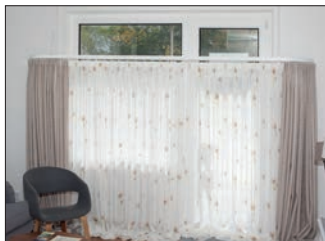
ab ca. 1.000 € (ohne Montage)

Bezugsquellen:

Elektrobetrieb, Baumarkt, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab ca. 700€ (ohne Montage)



Gardinenlift

für leichtes Auf- u. Abhängen

- ▶ Nie mehr auf die Leiter steigen!
- ▶ Gardinen werden an einer Gardinenstange befestigt, die wie ein Rollladen hinaufgezogen und herabgelassen werden kann;
- ▶ Der Mechanismus ist unauffällig und für Gäste kaum zu erkennen;
- ▶ Geeignet für viele verschiedene Gardinenarten;
- ▶ Verringert die Gefahr schwerer Stürze.



Treppenlift

für pflegende Angehörige

- ▶ Treppenlifte sind ein geeignetes Hilfsmittel, wenn Stufen die Bewegungsfreiheit einschränken;
- ▶ Das selbstständige Überwinden von Treppen entlastet auch pflegende Angehörige;
- ▶ Bei Vorliegen eines Pflegegrades kann der Treppenlift durch die Pflegekasse bezuschusst werden;
- ▶ Achtung! Lassen Sie sich vor Vertragsabschluss in einem Pflegestützpunkt beraten.

Bezugsquellen:

Raumausstatter

ungefährer Richtpreis:

projektabhängig, ab 250 €

Bezugsquellen:

Sanitätshaus, online bei Herstellern

ungefährer Richtpreis:

projektabhängig



Schlüsselantrieb

mit Fernbedienung

- ▶ Ein Schlüsselantrieb wird einfach innen auf den im Schloss steckenden Schlüssel gesetzt, kein Bohren an der Tür nötig;
- ▶ Bei Betätigen der Fernbedienung wird die Tür durch Drehen des Schlüssels geöffnet oder geschlossen;
- ▶ Nur für Türen geeignet, die von außen geöffnet werden können, wenn innen der Schlüssel steckt;
- ▶ Je nach Gerät Steuerung über Funkfernbedienung oder App.

Hotelkarten-Schalter

zum zentralen Strom-Ein/Aus

- ▶ Hotelcard-Schalter können in die Stromkreise eingesetzt werden, an die Haushaltsgeräte angeschlossen sind, von denen eine erhöhte Brandgefahr ausgeht;
- ▶ Diese Gegenstände können dann nur noch genutzt werden, wenn eine Plastikkarte im Schalter steckt. Wird z.B. vor dem Verlassen der Wohnung die Karte entfernt, ist die Stromversorgung während der Abwesenheit unterbrochen.

Bezugsquellen:

Baumarkt, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 75 €

Bezugsquellen:

Elektrofachbetrieb

ungefährer Richtpreis:

ab 50 € (ohne Montage)



Komfort-Steckdose

mit Auswurfmechanik

- ▶ Für Menschen mit schwacher Greiffähigkeit eine große Erleichterung;
- ▶ Flache und festsitzende Stecker werden durch das Betätigen der Auswurfmechanik mühelos aus der Steckdose entfernt;
- ▶ Das anstrengende Fummeln oder Herausreißen an der „Strippe“ entfällt.



Objekt-Steckdose

mit flexiblen Seitenwänden

- ▶ Verringert die Sturzgefahr durch umherliegende Kabel (z.B. Staubsauger, Bügeleisen);
- ▶ Durch die flexiblen Seitenwände der Steckereinfassung lösen sich Stecker aus der Dose, wenn das Kabel ruckartig gespannt / gezogen wird;
- ▶ Schützt Personen, aber auch Haushaltsgeräte und Elektro-Installationen vor Schäden.

Bezugsquellen:

Elektrofachbetrieb

ungefährer Richtpreis:

ab 10 € (ohne Montage)

Bezugsquellen:

Elektrofachbetrieb

ungefährer Richtpreis:

ca. 25 € (ohne Montage)



Funk-Steckdose

mit Fernbedienung

- ▶ Ideal für Menschen mit eingeschränkter Mobilität und für das Schalten schwer erreichbarer Geräte;
- ▶ Einfache Systeme arbeiten mit batteriebetriebenen Fernbedinungen;
- ▶ Tipp: EnOcean-Systeme, die keine Batterien benötigen. Der Schalter funktioniert wie ein Dynamo, der durch die Bewegung beim Bedienen ausreichend Strom erzeugt, um ein Funksignal zu senden. Batterien werden so überflüssig.

Garagen-Box

für Rollatoren und E-Scooter

- ▶ Gerade in Mehrfamilienhäusern verursachen im Treppenhaus abgestellte Rollatoren Engpässe auf wichtigen Fluchtwegen für den Notfall;
- ▶ Eine Rollatorbox, die vor dem Hauseingang aufgestellt wird, beseitigt das Problem;
- ▶ E-motorbetriebene Mobilitätshilfen können so sicher und aufwandsarm geparkt und, bei Verlegung eines Stromanschlusses, geladen werden.

Bezugsquellen:

Bau- oder Elektromarkt, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 20 € | EnOcean ab 90 €

Bezugsquellen:

Vermieter, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 500 € (ohne Montage)



Herdüberwachung

mit Herdabschaltung

- ▶ Herdüberwachungen bestehen aus zwei Komponenten: einem Sensor und einem Schalter, der vom Elektriker in die Stromzuleitung eingebaut wird;
- ▶ Registriert der Sensor eine Gefährdung, wird dies zunächst durch einen Alarmton signalisiert. Erfolgt kein manuelles Abschalten des Herdes, unterbricht das System die Stromzufuhr;
- ▶ Herd funktioniert anschließend wieder wie gewohnt.



Backofen

im Hochschrank

- ▶ Backöfen, die in den Schränken der Küche verbaut sind, sehen schick aus, erleichtern das Kochen und Backen und schonen den Rücken;
- ▶ Die Geräteoberkante sollte Ihrer Schulterhöhe entsprechen;

Bezugsquellen:

Elektrofachbetrieb, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 300 € (ohne Montage)

Bezugsquellen:

Küchenstudio, Möbelhaus

ungefährer Richtpreis:

ab 300 € (ohne Montage)



Herd

mit Unterfahr-Möglichkeit

- ▶ Ist der Backofen im Hochschrank verbaut, ist unter dem Herd viel Platz;
- ▶ Dadurch können Nutzer eines Rollstuhls oder eines Rollators den Herd gut erreichen;
- ▶ Auch Menschen, die ohne Gehhilfen mobil sind, können auf einem Stuhl sitzend das Essen bequem zubereiten.

Küchenregal

mit ausziehbarem Boden

- ▶ So werden auch hohe Oberschränke leichter nutzbar;
- ▶ Durch spezielle Beschläge lassen sich obere Regalböden leicht herunterziehen;
- ▶ Kann in Oberschränken leicht nachgerüstet werden.

Bezugsquellen:

Küchenstudio, Möbelhaus

ungefähre Richtpreis:

keine Angabe

Bezugsquellen:

Küchenstudio, Tischler, Versandhandel

ungefähre Richtpreis:

ab ca. 180 €



Schränklift

mit Elektroantrieb

- ▶ Schränklift senkt Oberschränke ab und ermöglicht den Zugriff auch aus sitzender Position;
- ▶ Schränklift kann nachgerüstet werden;
- ▶ Ein Schalter in der Arbeitsplatte steuert Hinauf / Hinab;
- ▶ Die Schränke vollziehen mit dem Lift eine Diagonalebewegung und bewegen sich abwärts gleichzeitig nach vorn / aufwärts nach hinten;
- ▶ Eine Schutzvorrichtung verhindert das unbeabsichtigte Auffahren.



Oberschränktür

mit Druckschalter u. E-Antrieb

- ▶ Die Tür des Oberschranks lässt sich ohne Kraftaufwand durch leichten Druck öffnen und faltet sich nach oben auf.
- ▶ Dadurch ragt die geöffnete Tür nicht in den Raum.
- ▶ Zum Schließen befindet sich der Schalter in der Seitenwand des Oberschranks.
- ▶ Bei Stromausfall ist die Tür auch von Hand zu bedienen.

Bezugsquellen:

Küchenstudio, Tischler, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab ca. 1.500 € (ohne Montage)

Bezugsquellen:

Küchenstudio, Tischler, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab ca. 400€ (ohne Montage)



Geschirrspüler

mit Unterkorb-Lift

- ▶ Der untere Geschirrkorb lässt sich leicht nach oben ziehen, so dass ein einfaches Ein- und Ausräumen ohne Bücken möglich ist;
- ▶ Dadurch lässt sich der Geschirrspüler auch im Sitzen leicht bedienen;
- ▶ Bis jetzt sind nur ausgewählte Modelle mit dieser Ausstattung erhältlich, z.B. der Marke AEG.

Küchengeräte

mit Sprachausgabe

- ▶ Hilfreich für sehbeeinträchtigte Menschen, die gern in der Küche aktiv sind;
- ▶ Die Messwerte erscheinen auf einer Anzeige und werden zusätzlich auch per Sprache ausgegeben;
- ▶ Achten Sie beim Kauf auf die Qualität und die Lautstärke der Sprachansage.

Bezugsquellen:

Küchen- / Elektromarkt, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 800 €

Bezugsquellen:

Elektrofachmarkt, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 45 €



Tassen

mit konischen Innenwänden

- ▶ Durch die konischen Innenwände kann der Becher geleert werden, ohne den Kopf in den Nacken zu legen;
- ▶ Ideal für das selbstständige Trinken bettlägeriger Personen;
- ▶ Rein äußerlich sind die Becher nicht von normalen Tassen zu unterscheiden;
- ▶ Auch mit Thermofunktion erhältlich.



Teller

mit erhöhtem Rand

- ▶ Teller ermöglicht das Aufnehmen von Nahrung mit nur einer Hand;
- ▶ Entlastet Pflegende und Gepflegte, da selbstständiges Essen unterstützt wird;
- ▶ Der erhöhte Rand schiebt das Essen auf die Gabel / den Löffel;
- ▶ An der Unterseite befindet sich eine Gummierung / ein Saugnapf für die rutschfeste Positionierung auf dem Tisch;
- ▶ Aus Plastik oder Keramik.

Bezugsquellen:

Sanitätshaus, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 6 €

Bezugsquellen:

Sanitätshaus, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 15 €



Brettchen

mit Pollern und Kantenwinkel

- ▶ Das Brettchen ermöglicht es, Brote mit einer Hand zu schmieren;
- ▶ Das Brett besitzt zwei angewinkelte Ecken mit erhöhten Punkten und eine rutschfeste Oberfläche;
- ▶ Die angewinkelte Seite wird gegen die Tischkante gelegt, so dass das Schneidebrett beim Gebrauch nicht verrutscht;
- ▶ Die Unterseite ist außerdem mit rutschhemmenden Noppen versehen.

Küchenbesteck

mit abgewinkeltem Griff

- ▶ Der angewinkelte Griff entlastet bei der Nutzung Hand, Handgelenk und Arm, weil die natürliche Haltung der Hand beibehalten bleibt;
- ▶ Gummierter Griff sorgt für zusätzlichen Halt;
- ▶ Zahlreiche Besteckteile mit abgewinkeltem Griff erhältlich.

Bezugsquellen:

Sanitätshaus, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 10 €

Bezugsquellen:

Sanitätshaus, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 15 €



Besteck

mit gummierten Griffen

- ▶ Löffel, Gabel und Messer mit verdickten Handgriffen für besseren, sicheren Halt;
- ▶ Die abgerundete Klinge des Messers erleichtert die Schneidbewegungen;
- ▶ Löffel und Gabel sind auch mit abgewinkelten Besteckköpfen erhältlich, die eine eingeschränkte Beweglichkeit des Handgelenks ausgleichen.



Gyroskop-Besteck

zum Ausgleichen des Zitterns

- ▶ Geeignet für Menschen mit starkem Tremor;
- ▶ Der Löffel gleicht das Zittern der Hände durch digital gesteuerte Mini-Motoren aus;
- ▶ Löffel vibriert entgegengesetzt zur Zitterbewegung, wodurch der Besteckkopf in relativ ruhiger Lage zum Mund geführt werden kann;
- ▶ Mit Gabel- und Löffelkopf erhältlich.

Bezugsquellen:

Sanitätshaus, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

Einzel ca. 8 € | Set ca. 25 €

Bezugsquellen:

Online-Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ca. 300 €



Öffnungshilfe

für Schraubdeckelflaschen

- ▶ Festsitzende Drehverschlüsse gehören zu den häufigsten Ärgernissen des Alltags;
- ▶ Einfache Öffnungshilfen können das Problem beheben;
- ▶ Öffner nur auf den Deckel setzen, durch die breite Grifffläche können Sie die Flasche dann mit geringem Kraftaufwand - ohne abzurutschen - öffnen.

Überkochschutz

für Töpfe

- ▶ Produktname „Kochblume“;
- ▶ Der Deckel aus Silikon verhindert die Verschmutzung des Herdes;
- ▶ Überkochende Flüssigkeit kann durch Öffnungen in der Mitte austreten und fließt später von dort zurück in das Kochgefäß;
- ▶ Für verschiedene Topf- und Pfannengrößen erhältlich;
- ▶ Achtung: Der Durchmesser des Silikondeckels muss einige Zentimeter größer sein als der Durchmesser des Kochgefäßes.

Bezugsquellen:

Haushaltswaren- / Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 5 €

Bezugsquellen:

Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ca. 25 €



Elektrische Öffner

für Konserven

- ▶ Konserven öffnen leicht gemacht;
- ▶ Selbst preiswerte Geräte erzielen gute Ergebnisse: einfach auf die Konserve auflegen und anschalten;
- ▶ Die Öffner fahren selbstständig am Rand entlang und öffnen so die Konservendose.
- ▶ Achten Sie vor dem Kauf darauf, dass das Gerät über einen Magneten verfügt, mit dem Sie den Deckel nach dem Öffnen von der Dose heben können.



Elektrische Öffner

für Drehverschlüsse

- ▶ Öffnen Drehverschlüsse verschiedener Größen durch automatisch verstellbaren Werkzeugkopf;
- ▶ Geeignet für Drehverschlüsse von Flaschen, Tuben, Tablettendosen, Gläsern u.s.w.;
- ▶ Gerät einfach aufsetzen und mit Knopfdruck anschalten;
- ▶ Nur für Menschen geeignet, die Flaschen und Gläser noch festhalten können, da sich die Gegenstände ansonsten mitdrehen.

Bezugsquellen:

Elektrofachmarkt, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 15 €

Bezugsquellen:

Elektrofachmarkt, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 20 €



Sicherheitsstöpsel

mit Überlaufschutz

- ▶ Reduziert die Gefahr durch überlaufendes Wasser;
- ▶ Druckentlastungsmechanismus im Stöpsel sorgt dafür, dass Wasser abfließt, wenn Wasserhöhe im Becken einen kritischen Punkt erreicht;
- ▶ Verringert auch das Verbrühungsrisiko: Stöpsel verändert die Farbe bei heißen Wassertemperaturen;
- ▶ Bei Kauf darauf achten, ob Stöpsel für Badewanne oder Waschbecken benötigt wird;
- ▶ Handelsname: Magiplug.

Wasserwächter

mit Alarmfunktion

- ▶ Geräte signalisieren Wasseraustritt oder feuchte Böden durch einen lauten Alarmton;
- ▶ Kommt der Sensor mit Wasser in Berührung, wird der Alarm ausgelöst;
- ▶ Erhöht den Schutz vor Wasserschäden und senkt die Gefahr von Stürzen wegen rutschiger Wasserlachen;
- ▶ Können flexibel hingelegt oder fest in Schränken / an Wänden montiert werden.

Bezugsquellen:

Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

10 - 20 €

Bezugsquellen:

Baumarkt, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 15 €



Anziehhilfe

für Strümpfe und Socken

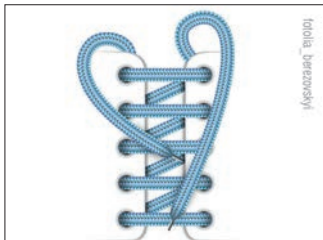
- ▶ Erleichtert das Anziehen, da man sich nicht so tief bücken muss;
- ▶ Socke wird mit der Hand auf die Hilfe gesteckt, die Fußspitze in die Hilfe gestellt
- ▶ An langen Bändern wird die Hilfe herausgezogen, wodurch sich der Strumpf über den Fuß zieht;
- ▶ Nicht geeignet für Kompressionsstrümpfe zur Thromboseprophylaxe.

Bezugsquellen:

Sanitätshaus, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ca. 10 €



Schnürsenkel

elastisch, für alle Schnürschuhe

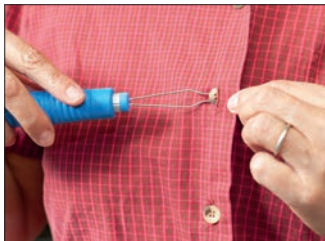
- ▶ Verwandeln Schnürschuhe in Slipper;
- ▶ Vereinfachtes Anziehen, wenn das Schnüren und Schleife binden schwer fällt;
- ▶ Nutzung eines Schuhlöffels kann notwendig sein;
- ▶ Unauffällig, effektiv und in vielen Farben erhältlich.

Bezugsquellen:

Sanitäts- / Schuhhaus, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

2 bis 5 € pro Paar



Knöpffhilfe

mit gummiertem Griff

- ▶ Ideal für Menschen mit eingeschränkter Fingermotorik;
- ▶ Die Knöpffhilfe ist eine praktische Unterstützung zum Zuknöpfen von Blusen, Hemden, Hosen und Jacken;
- ▶ Einfache Handhabung: Öse durch das Kopfloch schieben, dann die Öse über den Knopf legen und Öse mit Knopf durch das Knopfloch zurückziehen.

Greifzange

für Haushalt und Garten

- ▶ Zum rückschonenden Aufnehmen, Heranholen oder Wegstellen von Gegenständen;
- ▶ Ideal bei schmalen und schwer erreichbaren Stellen;
- ▶ Zange wird durch leichten Druck am ergonomisch geformten Handgriff betätigt;
- ▶ Für Rechts- und Linkshänder geeignet.

Bezugsquellen:

Sanitätshaus, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 7 €

Bezugsquellen:

Einzel- / Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

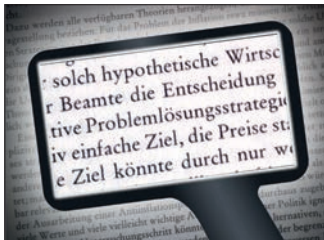
ab 5 €



Griffhilfen

für alle gängigen Stifte

- ▶ Erleichtern das Festhalten und Führen von Stiften;
- ▶ Geeignet für alle gängigen Stifte;
- ▶ Werden einfach aufgesteckt;
- ▶ Ergonomisch geformt, je nach Bedürfnis verschiedene Griffhaltungen möglich



Lupe

mit LED-Licht

- ▶ Die LED-Beleuchtung der Lupe hebt den Gebrauchswert für sehbeeinträchtigte Menschen;
- ▶ Mit Batteriebetrieb.

Bezugsquellen:

Schreibwaren- / Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 2 €

Bezugsquellen:

Elektromarkt, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ca. 20 €



eBook-Reader

mit flexibler Buchstabengröße

- ▶ Die Buchstabengröße kann bei den Geräten jederzeit verändert werden;
- ▶ Fast alle Bücher sind auch in elektronischer Form erhältlich und können auf einem Lesegerät gelesen werden;
- ▶ Einfacher festzuhalten als ein Buch, da deutlich leichter;
- ▶ Elektronische Bücher auch in Bibliotheken ausleihbar;
- ▶ Teilweise mit Beleuchtung;
- ▶ Auch Tageszeitungen sind für E-Book-Reader erhältlich.

Elektronische Lupe

mit Lesebildschirm

- ▶ Vergrößern klein Gedrucktes und sonstige Gegenstände um ein Vielfaches;
- ▶ Kontraste/Farben können je nach Bedürfnis eingestellt werden, z.B. weiße Schrift auf schwarzem Untergrund;
- ▶ Manche Modelle machen auch Fotos vom Vergrößerungsobjekt;
- ▶ Bei hochpreisigen Modellen ist eine Kostenübernahme durch die Krankenkasse möglich.

Bezugsquellen:

Buchladen, Elektromarkt, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 80 €

Bezugsquellen:

Optiker, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ca. 60 - 600 €



Griffverlängerung

für Fenstergriffe

- ▶ Einfache und universelle Lösung für schwer erreichbare Fenster;
- ▶ Gebrauch auch im Sitzen oder Liegen möglich;
- ▶ Reichweite je nach Bedarf bis zu 2 m Länge;
- ▶ Die Hülse des Fensteröffners über den Fenstergriff schieben und durch Drehen des Griffes das Fenster öffnen, kippen oder schließen.



Gehstock

mit LED-Beleuchtung im Griff

- ▶ Die Gehstöcke verfügen im Griff über batteriegespeiste LED-Leuchten, die den Weg vor den Füßen über mehrere Meter ausleuchten;
- ▶ Manche Stöcke verfügen auch über einen beweglichen Fuß mit mehreren großen Gummipoppen. Dadurch können diese Gehhilfen auf ebenem Untergrund selbstständig stehen;
- ▶ Zusätzlich lassen sich manche Modelle zusammenfallen.

Bezugsquellen:

Tischler, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 70 € (verordnungsfähig)

Bezugsquellen:

Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 25 €



Pinzette

mit Lupe und LED-Licht

- ▶ Durch die Vergrößerung der an der Pinzette montierten Lupe lassen sich kleine Gegenstände besser erkennen;
- ▶ An der Lupe kann auch ein batteriegespeistes LED-Licht eingeschaltet werden, das den Greifbereich der Pinzette ausleuchtet.



Sockellicht

mit Bewegungsmelder

- ▶ Verringert die Stolpergefahr;
- ▶ LED-Leuchte in unterschiedlichen Größen, die überall auf die Sockelleiste geklebt werden kann;
- ▶ Mit einem Bewegungsmelder ausgestattet gibt sie dort Licht, wo es gebraucht wird;
- ▶ So können unübersichtliche Ecken ausgeleuchtet werden und der nächtliche Weg ins Badezimmer wird sicherer.

Bezugsquellen:

Sanitätshaus, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ca. 15 €

Bezugsquellen:

Baumarkt, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 10 €



LED-Nachtlicht

mit Bewegungsmelder

- ▶ 3 in 1 - Funktion: Nachtlicht, Notlicht bei Stromausfall und Taschenlampe;
- ▶ Im Dunkeln schaltet der Bewegungsmelder bei Aktivität im Raum ein Flächenlicht ein, das selbstständig wieder erlischt;
- ▶ Das LED-Nachtlicht steckt in einer Steckdosenhalterung. Daher ist die Taschenlampe immer geladen;
- ▶ Fällt der Strom aus, beginnt die Lampe sofort zu leuchten.

Bezugsquellen:

Elektromarkt, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ca. 20 €



Abschaltautomatik

an Haushaltsgeräten

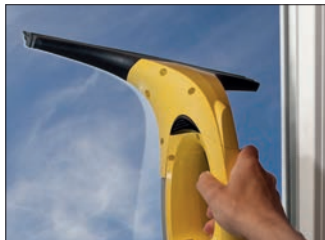
- ▶ Haushaltsgeräte mit Abschaltautomatik verringern die Gefahr von Wohnungsbränden;
- ▶ Empfehlenswert bei Geräten, die aus Strom Wärme erzeugen, wie z. B. Herde, Öfen, Bügeleisen, Kaffeemaschinen, Heizmatten usw.;
- ▶ Abschaltautomatik ist zeit- oder sensorgesteuert und beeinträchtigt die übrigen Funktionen des jeweiligen Gerätes nicht.

Bezugsquellen:

Elektromarkt, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

geräteabhängig



Haushaltsroboter

für innen und außen

- ▶ Haushaltsroboter übernehmen z. B. Staubsaugen, Fensterputzen oder Rasenmähen;
- ▶ Roboter führen die Arbeiten weitgehend selbstständig aus und entlasten Menschen von anstrengenden Routine-tätigkeiten;
- ▶ Zur Bedienung der Haushaltsroboter sind keine technischen Spezialkenntnisse erforderlich.

Fensterputzer

mit Wasserabsaugung

- ▶ Erleichtern das Reinigen der Fenster;
- ▶ Da das Wasser abgesaugt wird, entfällt das Wischen und Abreiben der nassen Scheiben;
- ▶ Auch zum Reinigen von Glastischen geeignet;
- ▶ Akku-Betrieb.

Bezugsquellen:

Elektromarkt, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 250 € (je nach Anwendungsgebiet)

Bezugsquellen:

Baumarkt, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 35 €



Sprechender Wecker

mit Zeit- u. Temperaturansage

- ▶ Die Uhren zeigen nicht nur, was die Stunde geschlagen hat, sondern sagen die Zeit und die Raumtemperatur an, wenn man sie mit der Hand berührt;
- ▶ Außerdem können manche Wecker so eingestellt werden, dass sie tagsüber zu jeder vollen Stunde die Uhrzeit automatisch ansagen;
- ▶ Achten Sie beim Kauf auf Qualität und Lautstärke der Sprachausgabe, die von Modell zu Modell stark variieren können.



Wecker

mit Vibrationskissen

- ▶ Für hörbeeinträchtigte Menschen;
- ▶ Das Vibrationskissen ist mit dem Wecker über ein langes Kabel verbunden und wird z.B. unter das Kopfkissen gelegt;
- ▶ Kann auch mit der Türklingel, dem Rauchmelder, oder dem Telefon verbunden werden, damit nachts ohne Hörgeräte diese Signale empfangen werden;
- ▶ Bei starker Hörbeeinträchtigung kann ein solches System vom Arzt verordnet werden.

Bezugsquellen:

Elektromarkt, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 10 €

Bezugsquellen:

Hörgeräteakustiker, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 45 €



Fotoalbum

mit Textansage zu Bildern

- ▶ Ein sprechendes Fotoalbum verfügt über einen Speicher, auf dem Spracherkklärungen zu den einzelnen Bildern hinterlegt werden;
- ▶ Die Sprachaufnahmen werden dann zu den einzelnen Bildern abgerufen;
- ▶ Aufnahmen können beliebig gelöscht und erneuert werden;
- ▶ Es sind auch Apps für Smartphones und Tablets erhältlich, die eine ähnliche Funktion erfüllen.



Fernbedienung

mit erleichterter Bedienung

- ▶ Universalfernbedienungen, die auf jedes Gerät angelernt werden können, beschränken sich auf die basal notwendigen Funktionen;
- ▶ So wird einer Überforderung bei der Bedienung oder dem nichtbeabsichtigten Auslösen von Funktionen vorgebeugt;
- ▶ Beim Kauf sollte man darauf achten, dass die Fernbedienung beim Batteriewechsel die gespeicherten Einstellungen behält.

Bezugsquellen:

Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ca 50 €

Bezugsquellen:

Elektromarkt, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 15 €



Rauchwarnmelder

für Hörgeschädigte

- ▶ Der Rauchwarnmelder kommuniziert per Funk mit einer Steuerungszentrale, an die ein Vibrationskissen und ein Stroboskoplicht angeschlossen sind;
- ▶ Im Fall von Rauchentwicklung werden hörbeeinträchtigte Menschen durch das blitzende Licht oder die Vibration des Kissens geweckt.



Digitaler Türspion

mit Kamera und Monitor

- ▶ Bestehend aus einer Kamera in der Tür und einem Monitor in der Wohnung;
- ▶ Die Kamera, welche nicht als solche zu erkennen ist, ersetzt den Türspion;
- ▶ Der Monitor ist via Kabel mit der Kamera verbunden und wird mit Klebestreifen an der Tür befestigt;
- ▶ Drückt man den Knopf am Monitor, erscheint für ca. 10 Sekunden das Bild und schaltet sich dann wieder ab.

Bezugsquellen:

Elektrofachmarkt, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

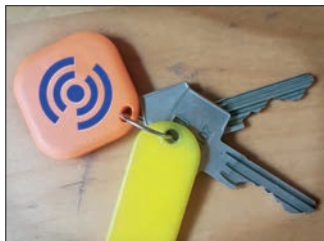
ca. 170 €

Bezugsquellen:

Baumarkt, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 80 €



Gegensprechanlage

mobil, für die Wohnungstür

- ▶ Für die Wohnungstür, Set bestehend aus Sender (an der Tür) und Empfänger;
- ▶ Mit / ohne Videoübertragung erhältlich;
- ▶ Auf Funkbasis, einfach zu montieren;
- ▶ Empfänger kann z. B. mit ins Bett oder auf das Sofa genommen werden, sodass man von dort feststellen kann, wer vor der Tür steht;
- ▶ Koppelbar mit einem Funk-Schlüsselantrieb (siehe S. 15)

Schlüsselfinder

auf Funkbasis oder Bluetooth

- ▶ Schlüsselfinder sind gefragt, wenn Menschen Dinge in der eigenen Wohnung nicht mehr wiederfinden oder absichtlich verstecken;
- ▶ Sie können z.B. für pflegende Angehörigen beim Suchen eine wertvolle Unterstützung sein;
- ▶ An Gegenständen wie Schlüsseln werden die Empfänger befestigt. Drückt man am Sender einen Knopf, weisen die Empfänger mit akustischen Signalen auf ihren Ablageort hin.

Bezugsquellen:

Elektrofachmarkt, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 120 €

Bezugsquellen:

Elektrofachmarkt, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 20 €



Rufgong

mit Erweiterungsmöglichkeiten

- ▶ Ein Rufgong signalisiert den Gast vor der Tür durch lautes Klingeln und optische Signale;
- ▶ Die Geräte können separat betrieben oder in die vorhandene Klingelanlage integriert werden;
- ▶ Der Rufgong ist durch Batteriebetrieb mobil und kann in jeden Raum der Wohnung, auf die Terrasse oder in den Garten mitgenommen werden;
- ▶ Kann mit Zusatzgeräten (z.B. Bewegungsmelder, Türkontakt) per Funk kombiniert werden.



Zusatzsensoren

als Rufgong-Erweiterung

- ▶ Erhältlich sind z. B. Bewegungsmelder oder Tür- und Fenstermagnet-Sets;
- ▶ Rufgong und Zusatzsensoren sind über Funk verbunden, das Verlegen von Leitungen ist nicht notwendig;
- ▶ Erfüllen ähnliche Funktionen wie eine Alarmanlage;
- ▶ Sie können auch in der häuslichen Pflege eingesetzt werden, um z. B. das unbemerkte Verlassen der Wohnung zu verhindern.

Bezugsquellen:

Baumarkt, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

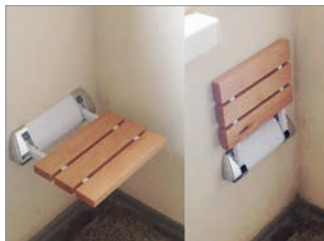
ab 60 €

Bezugsquellen:

Baumarkt, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

25 €



Schuhkrallen

für den Winter

- ▶ Schuhkrallen sind die Schneeketten für Fußgänger;
- ▶ Kleine Metallstifte unter der Sohle sorgen für sicheren Gang auf schneeglatten Flächen und beugen Stürzen vor;
- ▶ Schuhkrallen werden über die Schuhe gezogen;
- ▶ Abhängig vom Modell ist das Überstreifen unterschiedlich schwierig; am einfachsten in der Handhabung sind Schuhkrallen mit Klettverschluss.

Klappsitz

im Treppenhaus

- ▶ Im höheren Alter kann das Treppensteigen beschwerlich werden;
- ▶ Wo kein Personenaufzug verfügbar ist, können Klappsitze im Treppenhaus eine große Erleichterung sein;
- ▶ Durch die Klappfunktion bleiben die Flucht- und Rettungswege frei;
- ▶ Praktische und preiswerte Lösung für Miets- und Mehrfamilienhäuser.

Bezugsquellen:

Sanitätshaus, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

25 €

Bezugsquellen:

Baumarkt, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 60 €



Tritt- und Sturzmatte

mit Alarmfunktion

- ▶ Sturzmatten - mit Dämpfungsfunktion - werden vor die Betten sturzgefährdeter Personen gelegt, um Stürze abzufangen;
- ▶ Koppelbar mit Alarmmeldung, wenn die Matte betreten wird oder wenn sich ein Sturz ereignet;
- ▶ Auch als Meldesystem nutzbar, wenn die Trittmatte vor die Tür gelegt wird, um ein unbemerktes Entweichen demenziell erkrankter Menschen zu vermeiden.



Einkaufstrolley

mit Treppensteiger

- ▶ Dieser Trolley lässt sich leicht über Treppen und Stufen ziehen;
- ▶ Die abnehmbare Tasche aus wasserabweisendem Material hat ein großes Fassungsvermögen und lässt sich auch gut ohne Gestell tragen;
- ▶ Die Räder sind abnehmbar und der Griff faltbar, so lässt sich der Trolley auch leicht im Auto transportieren.

Bezugsquellen:

Sanitätshaus, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

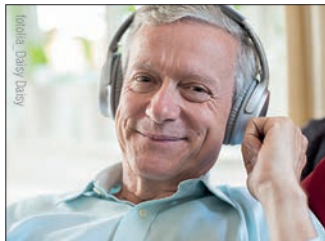
ab 70 € (ohne Dämpfungsfunktion)

Bezugsquellen:

Sanitätshaus, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 80 €



Treppensteiger

für Rollstühle

- ▶ Die Systeme ermöglichen Rollstuhlnutzern das Überwinden von Treppen;
- ▶ Steigmechanismus: Zwei Radpaare klettern Stufen hinauf oder hinab;
- ▶ Kann auch an den Rollstuhl montiert werden, so dass Rollstuhlnutzer nicht „umsteigen“ müssen;
- ▶ Wird von einer zweiten Person bedient, die hinter dem Gerät geht;
- ▶ Batteriebetrieben.

TV-Kopfhörer

auf Funkbasis

- ▶ Hörverstärker für die direkte Übertragung des Fernsehtons ins Ohr, speziell für hörbeeinträchtigte Menschen;
- ▶ Gewünschte, zu verstärkende Frequenz (hoch/tief) kann eingestellt werden;
- ▶ Für die gelegentliche Nutzung, wenn Sie kein Hörgerät tragen möchten / können;
- ▶ Verschiedene Formen, auch als Kinnbügel-Kopfhörer;
- ▶ Einfach anzuschließen.

Bezugsquellen:

Sanitätshaus, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ca. 5800 € (verordnungsfähig)

Bezugsquellen:

Hörgeräteakustiker, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 45 € (qualitätsabhängig)



Großtastentelefon

mit Foto-Wahltasten

- ▶ Durch die großen Wähltasten wird die Bedienung wesentlich erleichtert;
- ▶ Die Rufnummern der wichtigsten Kontaktpersonen können auf Foto-Wahltasten programmiert werden;
- ▶ Eingehende Anrufe werden durch besonders lautes Klingeln und eine blinkende LED-Anzeige signalisiert;
- ▶ Beim Kauf darauf achten, dass das Modell höfegerätekompatibel ist.



Schnurloses Telefon

mit Notruf-Anhänger

- ▶ Schnurloses Telefon mit Notrufknopf, das wie eine Kette getragen wird;
- ▶ Betrieben als Nebenstelle eines DECT-Schnurlostelefon (auch im Set erhältlich);
- ▶ Eingehende Anrufe werden durch Drücken des Knopfes angenommen, Telefonieren im Freisprechmodus;
- ▶ Durch längeres Drücken des Knopfes wird ein automatischer Notruf zu einer Vertrauensperson aufgebaut.

Bezugsquellen:

Elektromarkt, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 25 €

Bezugsquellen:

Elektromarkt, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 60 €



Großtasten-Handy

mit Notruf-Funktion

- ▶ Die Bedienelemente sind übersichtlicher und größer als bei herkömmlichen Handys;
- ▶ Die Geräte verfügen über einen SOS-Knopf, durch dessen Drücken im Fall der Fälle ein Notruf ausgelöst wird;
- ▶ Die Nummern von Notfallkontakten können individuell programmiert werden;
- ▶ Die Verwendung von Notrufnummern der Polizei oder des Rettungsdienstes als Notfallkontakte ist untersagt.



Mobiltelefon

mit einfachster Bedienung

- ▶ Für Personen mit körperlichen und geistigen Defiziten oder geringen technischen Kenntnissen geeignet;
- ▶ Beschränkung auf die Kernfunktion „Telefonieren“;
- ▶ Die Geräte verfügen nur über wenige Direktwahl-Tasten, das Eintippen der Telefonnummern oder das Durchsuchen der Kontaktliste entfallen;
- ▶ Achten Sie vor dem Kauf auf Sicherheitsfunktionen, z.B. GPS-Ortung.

Bezugsquellen:

Elektromarkt, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 40 €

Bezugsquellen:

Sanitätshaus, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

Zwischen 40 und 150 €



Pflegeruf

auf Funkbasis

- ▶ Geeignet bei der Pflege, wenn Hilfebedürftige und Kümmerer im gleichen Haus leben;
- ▶ Das Set besteht aus einem Sender, der am Handgelenk getragen wird, und einem Empfänger, der in der Wohnung des Helfers in einer Steckdose steckt. Die Reichweite beträgt in Gebäuden max. 30 Meter;
- ▶ Notrufe signalisiert der Empfänger mit Melodie und Blitzlicht.

Bezugsquellen:

Elektrohandel, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 90 €



Babyphone mit Video und Gegensprechfunktion

- ▶ Ermöglicht das frühzeitige Erkennen von Notfällen und nimmt pflegenden Angehörigen durch die Video- und Gegensprechfunktion manchen Weg ab;
- ▶ Die Kamera sollte für eine gute Bildübertragung in den Nachtstunden mit Infrarotlicht ausgestattet sein;
- ▶ Die Nutzung dieses kamera- und mikrofonbasierten Monitorings sollte mit allen Beteiligten vorab besprochen werden.

Bezugsquellen:

Elektromarkt, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 150 €



Hausnotruf (HNR)

mit Zusatzgeräten

- ▶ Ideal für alleinlebende Personen;
- ▶ Im Bedarfsfall wird durch Drücken eines Senders über eine Notrufzentrale Hilfe alarmiert;
- ▶ Mit zahlreichen Zusatzgeräten wie z.B. Sturzsensoren, Medikamentenspendern, Wassermeldern kombinierbar;
- ▶ Inhaber eines Pflegegrades bekommen bei Nutzung des HNR einen monatlichen Zuschuss von der Pflegekasse.



Hausnotruf 2.0

Sensorbasierte Komfortsysteme

- ▶ Ideal für alleinlebende Personen;
- ▶ Sensoren, die in der Wohnung angebracht werden, erkennen Gefahrensituationen und lösen selbstständig Alarmketten aus;
- ▶ Bei Gefahr werden Vertrauenspersonen auf dem Smartphone oder – wie beim klassischen Hausnotruf – Notrufzentralen informiert;
- ▶ Internetverbindung erforderlich, bei manchen Systemen über Mobilfunk bereits integriert.

Bezugsquellen:

Hausnotrufanbieter

ungefährer Richtpreis:

monatliche Nutzungsgebühren

Bezugsquellen:

Online-Bestellung bei Herstellern

ungefährer Richtpreis:

abhängig vom Umfang / mtl. Gebühren



Tabletten-Box

mit Erinnerungsfunktion

- ▶ Damit werden Medikamenteneinnahmen vorbereitet und zum richtigen Zeitpunkt durchgeführt;
- ▶ Medikamente werden in chronologischer Reihenfolge der Einnahme in ein Karussell eingelegt, die Einnahmezeiten werden einprogrammiert;
- ▶ Eine Automatik führt die gefüllten Kammern dann zur rechten Zeit an die Entnahmeöffnung. Optische und akustische Signale erinnern an die Einnahme.



Medizin. Messgeräte

mit Bluetooth oder Ansage

- ▶ Sprachausgabe an Messgeräten erleichtert sehbeeinträchtigten Menschen die Kontrolle von Vitaldaten und Körperfunktionen;
- ▶ Mit einer Bluetooth-Verbindung können die Daten auf Computer oder Smartphone übertragen und dort gespeichert werden;
- ▶ Dies begünstigt die Analyse von Vitalwerten über einen längeren Zeitraum und kann so eine motivierende Wirkung entfalten.

Bezugsquellen:

Sanitätshaus, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 85 €

Bezugsquellen:

Sanitätshaus, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 35 €



Fitnessarmband

zum Aktivitätsmonitoring

- ▶ Kontrolle des Gesundheitszustands ohne zusätzlichen Zeitaufwand;
- ▶ Die Geräte werden wie eine Uhr am Handgelenk getragen und zeichnen beispielsweise Herzfrequenz, Kalorienverbrauch oder gegangene Schritte auf;
- ▶ Die Daten werden auf Smartphone oder Computer gespeichert und grafisch aufbereitet;
- ▶ Entfalten eine motivierende u. gesundheitsfördernde Wirkung.



Hüftprotektorenhose

zum Schutz bei Stürzen

- ▶ Schützen die Hüfte und Oberschenkel bei Stürzen;
- ▶ Schutzschalen oder Polster werden in Seitentaschen einer waschbaren Hose eingesteckt;
- ▶ Wird unter der Oberbekleidung getragen;
- ▶ Bei täglichem Gebrauch empfiehlt sich wegen der Wäsche ein Bestand von drei bis fünf Stück;
- ▶ Im Einzelfall werden Kosten von Krankenkassen übernommen.

Bezugsquellen:

Elektromarkt, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 40 €

Bezugsquellen:

Sanitätshaus, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 40 € / Stück



Einfache Bedienung

der Benutzeroberfläche

- ▶ Ideal für Menschen mit geringen Vorerfahrungen oder Einschränkungen der Sehkraft bzw. der Beweglichkeit der Finger;
- ▶ „Vereinfachter Modus“ kann im Gerätemenu eingestellt werden (modellabhängig);
- ▶ Zahl der auf dem Display dargestellten App-Symbole wird reduziert, App-Symbole dafür vergrößert;
- ▶ Über Menu weitere Hilfen für hör- und sehbeeinträchtigte Menschen aktivierbar.



Smartphone-Apps

für vereinfachte Bedienung

- ▶ Ideal für Menschen mit geringen Vorerfahrungen oder Einschränkungen der Sehkraft bzw. der Beweglichkeit der Finger;
- ▶ Apps generieren Benutzeroberfläche, die durch Kacheln übersichtlich gestaltet ist;
- ▶ Kacheln können mit den gebräuchlichen Apps individuell belegt werden;
- ▶ Häufig SOS-Funktion integriert: sendet - bei eingeschaltetem GPS - per Notruf-SMS die GPS-Position.

Bezugsquellen:

Im Betriebssystem installiert

ungefährer Richtpreis:

kostenfrei

Bezugsquellen:

Play Store / App Store

ungefährer Richtpreis:

kostenfrei / bis zu 10 €



Smartwatch

mit Sensoren

- ▶ Eine Smartwatch ist eine Armbanduhr, die über zusätzliche Sensoren sowie Funktionen eines Computers verfügt;
- ▶ Bietet verschiedene Funktionalitäten, die zur Assistenz im Alter genutzt werden können, z. B. zur Überwachung der Vitalwerte, zum aktiven oder passiven Absetzen von Notrufen oder zur Ortung der Tragenden;
- ▶ Wird häufig in Kombination mit Smartphone verwendet.

Roboter

als Assistenz in der Pflege

- ▶ Roboter können schon mehr als Staub saugen oder Rasen mähen;
- ▶ Für pflegende Angehörige sind z. B. Telepräsenz-Roboter interessant;
- ▶ Solche Roboter werden über das Internet gesteuert; ermöglichen die Bild- und Tonkommunikation aus der Ferne;
- ▶ Der Einsatz solcher Roboter sollte im Vorfeld mit allen Beteiligten besprochen werden.

Bezugsquellen:

Elektromarkt, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

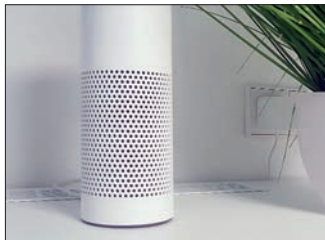
ab 250 €

Bezugsquellen:

Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 170 €



Sprachsteuerung

des Wohnumfeldes

- ▶ Sogenannte Sprachassistenten erlauben die Steuerung des Wohnumfeldes durch Sprachbefehle;
- ▶ So können z. B. Steckdosen, Beleuchtung oder Thermostate betätigt werden;
- ▶ Eine Hilfe für mobilitäts- oder sehbeeinträchtigte Menschen;
- ▶ Außerdem sind typische Internetleistungen auf Abruf möglich, z. B. aktuelle Nachrichten oder Abspielen von Wunschmusik.

Bezugsquellen:

Elektrofachmarkt, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 40 €



Smart Home

für Komfort und Sicherheit

- ▶ Smart Home-Systeme bieten Komfort und z.B. in der Pflege Angehöriger einige Vorteile;
- ▶ So ermöglichen etwa Zwischensteckdosen, die über Internet angesteuert und geschaltet werden können, ein Plus an Sicherheit;
- ▶ Andere Sensoren leisten außerdem ein unaufdringliches Aktivitäts-Monitoring, das pflegende Angehörige entlasten kann;
- ▶ Internetverbindung notwendig.

Bezugsquellen:

Elektrofachmarkt, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

Starter-Pakete ca. 150 €



IP-Kamera

mit Gegensprechfunktion

- ▶ Günstiges Hilfsmittel für Kümmerer und pflegende Angehörige;
- ▶ Internet-Anschluss notwendig;
- ▶ Die Kamera wird in der Wohnung der hilfebedürftigen Person aufgestellt;
- ▶ Über eine App können Unterstützer dann in die Wohnung sehen und über die Gegensprechfunktion kommunizieren;
- ▶ Bild- und Tonmonitoring sollte vorab zwischen den Beteiligten besprochen werden.



Ortung per App

oder über Zusatzgeräte

- ▶ Apps ermöglichen die Ortung von Personen, wenn diese die Ortungsapp auf dem Smartphone installiert haben, es mitführen und GPS eingeschaltet ist. Diese Apps sind häufig kostenfrei;
- ▶ Es gibt auch andere Geräte zur Ortung, die üblichste Form ist die Uhr (mit SIM-Karte);
- ▶ Im Notfall können diese Uhren Notrufe per SMS (mit GPS-Daten) absetzen oder Gespräche aufbauen.

Bezugsquellen:

Elektrofachmarkt, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

ab 100 €

Bezugsquellen:

Play Store / App Store, Versandhandel

ungefährer Richtpreis:

Apps kostenfrei / Uhren ab 130 €

PFLEGESTÜTZPUNKTE BERLIN

Beratung rund um Pflege und Alter



Berlinweites Servicetelefon
0800 59 500 59 (kostenfrei)
Montag bis Freitag 9:00 - 18:00 Uhr

www.pflegestuuetzpunkteberlin.de



www.hilfelotse-berlin.de



Impressum

Herausgeber: Pflegestützpunkte Berlin

Stand: April 2021

Redaktion: Thomas Schatz | Eisenberg 14 | 38855 Wernigerode | 0172 34 64 194

Druck: Flyeralarm GmbH | Alfred-Nobel-Str. 18 | 97080 Würzburg