SWA SONDERVERÖFFENTLICHUNG · 31. März 2010

SENIOREN HEUTE

Das Haus altersgerecht umbauen

Nur wenige kennen die vorhandenen Fördermöglichkeiten

Nur wenige Hausbesitzer nutzen nach einer aktuellen Studie die Möglichkeiten der Förderung für ein barrierefreies Wohnen im Alter. *Foto: djd/Bauherren-Schutzbund*

Fast jeder vierte Deutsche wird bis 2020 der Altersgruppe der 50- bis 65-Jährigen angehören, und auch der prozentuale Anteil der Menschen über 65 nimmt aufgrund der seit 100 Jahren kontinuierlich steigenden Lebenserwartung zu. Die Folgen des demografischen Wandels machen sich nicht nur auf dem Arbeitsmarkt bemerkbar. Auch das selbstbestimmte Leben und Wohnen im Alter wird zu einem wichtigen Thema. Das Interesse an altersgerechten Umgestaltungen von Wohnraum ist bei den Haus- und Wohnungsbesitzern groß. Als Hauptgrund dafür gaben fast 80 Prozent der Teilnehmer einer aktuellen Studie zum Thema „Wohnwünsche und barrierefreier Wohnkomfort" an, dass sie möglichst lange in ihrem eigenen Zuhause leben möchten. Die Studie ist ein Gemeinschaftsprojekt der Verbraucherschutzorganisation Bauherren-Schutzbund (BSB), des Instituts für Bauforschung (IFB) Hannover und des Verbands Wohneigentum.

Laut der Befragung sind Maßnahmen zur altersgerechten Umgestaltung des Wohnraums zum Teil bereits geplant oder sogar schon durchgeführt. Die Finanzierung erfolgt in den meisten Fällen über Eigenmittel – staatliche Förderungen, etwa über das KfW-Programm „Wohnraum modernisieren", werden bisher nur in geringem Umfang genutzt oder beantragt.

Dieses Ergebnis deckt sich mit den Praxiserfahrungen von Bauherrenberatern. Obwohl interessiert, informiert und engagiert, schöpfen viele Eigentümer die vorhandenen Möglichkeiten der Beratung, Finanzierung und Förderung nicht aus und nutzen so ihre Chancen für barrierefreie Umbauten nicht im vollen Umfang.

Tipps und Hinweise zum Thema gibt der Ratgeber „Wohnraum barrierefrei umbauen", der im Internet unter www.bsb-ev.de kostenlos heruntergeladen werden kann. Beim Kuratorium Deutsche Altershilfe unter www.kda.de, der KfW Förderbank (www.kfw.de) oder unter www.barrierefrei.de finden Interessierte weitere Informationen. djd/pt

Lebenslanges Lernen

Laut dem Bundesministerium für Bildung und Forschung hat die Erkenntnis „Was Hänschen nicht lernt, lernt Hans nimmermehr" heutzutage keine Geltung mehr. Denn nach Ansicht führender Experten hört das Lernen nach Schule, Ausbildung oder Studium nicht auf, denn es ist das wesentliche Werkzeug zum Erlangen von Bildung und damit für die Gestaltung individueller Lebens- und Arbeitschancen. So ist es heutzutage keine Seltenheit, dass sich Menschen bis ins hohe Alter neue Fähigkeiten aneignen, um der beschleunigten Drehzahl des modernen Lebens standhalten zu können. Die Beschäftigung mit Neuem ist dabei ein wertvoller Schlüssel, die geistigen Fähigkeiten zu erhalten und zu verbessern. Regelmäßiges Hirntraining kann das Nachlassen der Gehirnleistung verlangsamen und sorgt zudem für frische Vernetzungen zwischen den Nervenzellen im Gehirn. Foto: djd/Dr. W. Schwabe

Wenn die „Dritten" drücken

Im Alter vernachlässigen viele Menschen ihre Zahngesundheit

Eine aktuelle Veröffentlichung des Statistischen Bundesamts gemeinsam mit dem Deutschen Zentrum für Altersfragen und dem Robert-Koch-Institut zeigt: 94 Prozent der 65- bis 74-Jährigen tragen Zahnersatz. Lediglich fünf Prozent sind nicht prothetisch versorgt und nur einer von 100 Senioren dieser Altersgruppe kann sich über gesunde eigene Zahnreihen freuen.

Weniger als zwei Drittel der 75- bis 84-Jährigen suchen einmal im Jahr den Zahnarzt auf, bei 35 Prozent vergehen bisweilen mehrere Jahre zwischen zwei Kontrollbesuchen. Dabei kommen auch Probleme im Zusammenhang mit den Prothesen ans Licht. <„Im Laufe der Zeit kann sich der Kieferknochen bei Prothesenträgern verändern und zurückbilden, was zu Druckstellen und Entzündungen führen kann.

Deshalb sind regelmäßige Prothesen-Kontrollen und bei Bedarf Anpassungen wichtig, damit die dritten Zähne optimal sitzen", sagt Prof. Hans-Christoph Lauer, wissenschaftlicher Leiter des Kuratoriums perfekter Zahnersatz und Direktor der Poliklinik für Zahnärztliche Prothetik der Johann-Wolfgang-Goethe-Universität Frankfurt am Main. Sind die Ursache für Beschwerden festgestellt, finden Zahnarzt und Zahntechniker häufig eine Lösung, um den Zahnersatz den veränderten Gegebenheiten anzupassen.

Ein ernsthaftes Problem sieht Prof. Lauer, wenn Druckstellen und Entzündungen nicht zeitig erkannt werden. Wie die aktuelle Veröffentlichung des Statistischen Bundesamts zeigt, sinkt nämlich mit zunehmendem Alter die Häufigkeit der Zahnarztbesuche: Während 78 Prozent der 65- bis 74-jährigen Prothesenträger mindestens einmal im Jahr zum Zahnarzt gehen, tun dies nur noch knapp zwei Drittel der 75- bis 84-Jährigen.

Nähere Informationen zum Thema Zahnersatz enthält die Broschüre „Zahnersatz aktuell – Versorgungen im Vergleich", die Interessierte über die Frankfurter Pressestelle des Kuratoriums kostenlos bestellen können: mit 1,45 Euro frankierten DIN-A5-Rückumschlag senden an: Kuratorium perfekter Zahnersatz, Gerbermühlstraße 9, 60594 Frankfurt/Main.

Sport besser auf Rezept?

Ältere Menschen bewegen sich zu wenig

Obwohl die Wissenschaft immer wieder neue Beweise liefert, wie vorteilhaft schon leichte sportliche Betätigung für die Gesundheit im Alter ist, pflegt nur etwa jeder siebte Bundesbürger über 60 Jahren einen aktiven Lebensstil, berichtet ein Apothekenmagazin.

Ein dem Alter und den individuellen Möglichkeiten angepasster Sport wirkt vorbeugend gegen das Entstehen vieler Krankheiten und kann bei bestehenden Leiden helfen, die Heilung zu fördern.

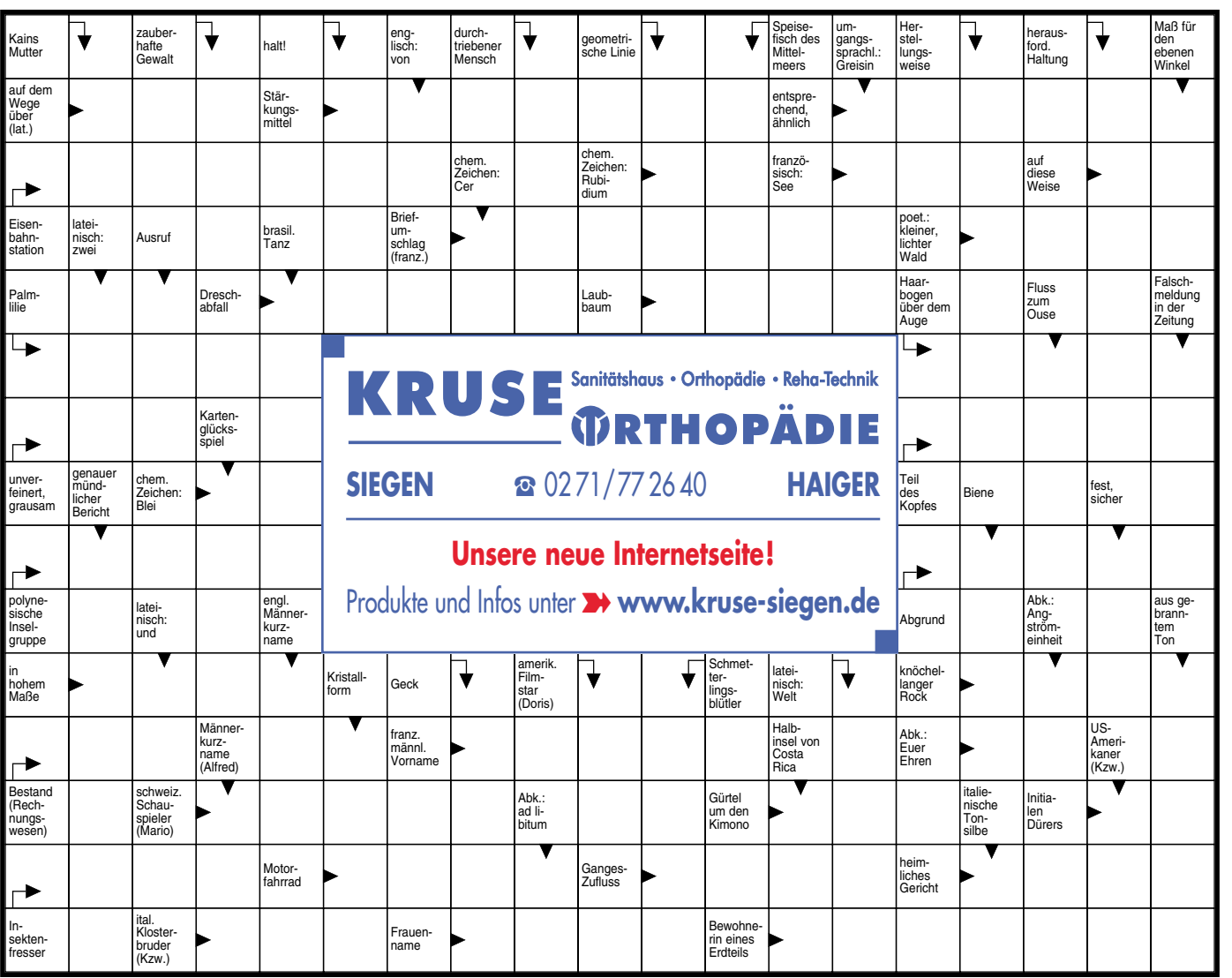
Trotz aller Aufklärung fühlten sich viele ältere Menschen zu alt oder zu krank und meinen, dass sie ihre Fitness nicht verbessern könnten, obwohl Studien das Gegenteil beweisen, beklagt Dr. Sabine Eichberg, Sporthochschule Köln.

„Wir müssen Aktivität verstärkt im Umfeld von Älteren anbieten – in der direkten Nachbarschaft und ohne große Einstiegshürden", so ihre Forderung. Ärzte in Norwegen zum Beispiel können Bewegung auf Rezept verschreiben. ots

Denken Sie schon frühzeitig an
Bestattungs- und Grabmalvorsorge!
PAUL GRABMALE
LOOS Der Name für gute GRABMALE
Gerne vereinbaren wir mit Ihnen einen Termin und beraten Sie persönlich.
Rufen Sie uns an: 0271/81920 oder 0271/232320 I www.loos-naturstein.de

SERVICE-CENTER
D-M Kfz.-Technik
H. J. Dittmann – D. Michel GbR
● Fahrzeug-Umbau für Behinderte
57078 Siegen
Telefon: 02 71/3 03 98 09
Fax: 02 71/3 03 98 11
Verkauf ● Einbau ● Service

weil Nähe zählt
Malteser
Mahlzeitendienst
Sieben Tage heißes Essen:
große Auswahl ✿ Vollkost
Diabetiker-Kost ✿ Leichte Kost
Vegetarische Kost ✿ Tagessuppe
Salatteller ✿ Getränke ✿ Obst
Kuchen ✿ Abendessen
Wir beraten Sie gern. Telefon 02738 / 30789-23
Ihr Malteserteam

KRUSE ORTHOPÄDIE Sanitätshaus • Orthopädie • Reha-Technik
SIEGEN ☎ 02 71/77 26 40 HAIGER
Unsere neue Internetseite!
Produkte und Infos unter www.kruse-siegen.de

DRK-Stiftung Altersheim
freundlich und professionell
Kurzzeit-/Verhinderungspflege für pflegebedürftige Personen
(im Einzelzimmer)
Unsere Kurzzeitpflege entlastet pflegende Angehörige z. B. bei eigener Erkrankung und bietet Ihnen die Gelegenheit, selbst einmal Urlaub zu machen.
Beim Vorliegen einer Pflegeeinstufung unterstützt die Pflegekasse Kurzzeitpflege mit einem Betrag von bis zu 1.510 € pro Jahr.
Bei Interesse setzen Sie sich bitte mit uns in Verbindung. Wir beraten Sie und helfen, die notwendigen Schritte einzuleiten.
Wohnung im Betreuten Wohnen (Servicewohnen)
zu vermieten.
• seniorengerecht
• barrierefrei
• Aufzug vorhanden
• Notrufsystem
• 24-Stunden-Service
• Balkon
Auf Wunsch:
• Mahlzeitenservice
• Ambulante Pflege
DRK-Stiftung Altersheim Freier Grund
Am Birkenwald 1 · 57290 Neunkirchen
Tel.: 0 27 35 - 7 66-0 · www.drk-stiftung.de