

## THEMEN

### Mission Hausnotruf

Kleine Helfer mit großer Wirkung Seite 2

### Mitten im Leben

Ein Nachmittag im Café Bellissima Seite 3

### Des Rätsels Lösung

Wissen testen und gewinnen mit belisa Seite 4

## NACHGEFRAGT

### Vorbildprojekt mit Weitblick



Klaus Pavel, Landrat Ostalbkreis

#### Welche Funktion hat belisa für den Ostalbkreis?

Ganz klar, eine Vorbildfunktion mit enormer Bedeutung. Ich weiß, dass sich viele andere Gemeinden von belisa Anregungen holen. Die Erfahrungen aus solchen Projekten werden eine immer wichtigere Rolle spielen. Belisa nimmt sich einer zukunftsweisenden Aufgabe an.

#### Wie unterstützt der Ostalbkreis Projekte wie belisa?

Wir bieten in unserem Hause mit unserer Altenhilfefachberatung und dem Pflegestützpunkt eine konzeptionelle Beratung und Unterstützung. Belisa haben wir erfolgreich beim Landkreistag Baden-Württemberg für die Tagung „Innovative Projekte in Seniorenarbeit und Pflege“ vorgeschlagen. Hier stellte Dr. Högerle das Projekt vor und gab anderen so wertvolle Impulse.

#### Auch ein Landrat wird älter. Wie sähe Ihre belisa-Mitgliedschaft aus?

Ich könnte mir gut vorstellen, als ersten Schritt die Beratung in Anspruch zu nehmen, insbesondere zum Thema barrierefreies Wohnen.



In Böbingen soll jeder so lange es geht zu Hause leben können. Auch technische Hilfsmittel tragen dazu bei, den Alltag im Alter einfacher und sicherer zu meistern. Davon überzeugt ist auch die 91-jährige Angela Reiser (r.). Ihren Notrufsender hat sie immer um den rechten Arm. Wenn Betreuerin Karin Jörg und Hund Diego einmal nicht vor Ort sind, kann sie im Notfall, etwa bei einem Sturz, schnell und bequem Hilfe per Knopfdruck holen. [Mehr über Notrufsender auf Seite 2.](#)

## BELISA STELLT SICH VOR

# Daheim sorglos alt werden

**Auch im Alter noch im vertrauten Zuhause wohnen und ein möglichst selbstständiges Leben führen – um dieses Ziel in Böbingen zu erreichen, hat Dr. Peter Högerle gemeinsam mit Christine Bart und weiteren Mitstreitern den Förderverein belisa ins Leben gerufen.**

„Ob Essen auf Rädern, Fahrdienst, Nachbarschaftshilfe oder die Versorgung durch die Sozialstation – wir vernetzen die zahlreichen ambulanten Betreuungsangebote, die es in der Gemeinde gibt“, sagt Dr. Högerle. Als Kontakt- und Informationsstelle bündelt belisa Dienstleistungen rund um betreutes Wohnen zu Hause. Auch wenn es um Fragen wie barrierefreies Wohnen oder rechtliche Vorsorge geht, helfen die belisa-Experten weiter. Sie beraten und erstellen bei Bedarf ein individuelles Versorgungskonzept.



Christel Grandel, belisa-Ehrenamtlerin

„Belisa gibt dem älteren Menschen die Möglichkeit, so lange es geht in der eigenen Wohnung zu bleiben. Dazu möchte ich beitragen.“



Jürgen Stempfle, Bürgermeister Gemeinde Böbingen

„Wir werden dafür sorgen, dass der Verein die notwendige finanzielle Hilfe für seine Aufgaben erhält.“

dies möglich. So sind beispielsweise bereits der Handels- und Gewerbeverein Böbingen, die Ökumenische Sozialstation Rosenstein und der Johanniter Regionalverband Ostwürttemberg mit im Boot. Ehrenamtler unterstützen belisa. Dr. Högerle ist überzeugt: „Je mehr Menschen von belisa als genossenschaftlichem Zukunftsmodell für ein betreutes Leben daheim begeistert sind, desto mehr können wir unsere Angebote ausbauen.“

*„Jeder soll sich gut aufgehoben fühlen.“*

Dr. Peter Högerle

„Daheimsein ist ein Grundbedürfnis, deshalb begrüßen wir das Angebot von belisa mit seinem Netz an Hilfestellungen.“



Margot Neuffer, Pfarrerin Ev. Kirchengemeinde Oberböbingen

„Daheimsein ist ein Grundbedürfnis, deshalb begrüßen wir das Angebot von belisa mit seinem Netz an Hilfestellungen.“

## KOMPAKT

### Belisa-Angebote

- 1 Fachpflegerische und hauswirtschaftliche Hilfen
- 2 Versorgung mit Alltagsprodukten, Beratung über Auslieferung von Medikamenten
- 3 Barrierefreies Wohnen zu Hause
- 4 Technische altersunterstützende Assistenzsysteme
- 5 Ambulante Dienste des Elisabethenvereins, zu dem belisa gehört

## DIE BESONDERE ZAHL

# 94%

der Hausärzte sind überzeugt, dass der Hausnotruf älteren oder chronisch kranken Menschen Sicherheit zu Hause bietet.

## EDITORIAL



Liebe Leserinnen und Leser, möglichst lange in den eigenen vier Wänden zu leben, ist ein Grundbedürfnis. Als wir belisa vor zwei Jahren gründeten, hatten wir das Ziel vor Augen: in Böbingen ein Netzwerk zu schaffen, das dieses Grundbedürfnis erfüllt und für das so wichtige Thema „Betreut zu Hause wohnen“ sensibilisiert. Der Zuspruch, den wir dafür in Böbingen und im Landkreis erfahren, ist enorm und für alle Beteiligten eine Freude.

Mit diesem neuen Magazin möchten wir die Strahlkraft von belisa weithin sichtbar machen. Künftig wollen wir zweimal im Jahr zeigen, wie das Leben daheim mit unserer Unterstützung aussehen kann. Es soll anregen und Mut machen, schon frühzeitig die Grundlage für ein langes Wohnen zu Hause zu schaffen.

Ihr Dr. Peter Högerle





MISSION HAUSNOTRUF

# Schnelle Hilfe auf Knopfdruck



Angela Reiser ist ein Böbinger Urgestein. Egal in welchem Zimmer ihrer Wohnung sie sich aufhält – ihren Notrufsender hat sie immer dabei. Ähnlich einer Uhr trägt sie ihn um den Arm. Auch zum Umhängen gibt es ihn.

Sollte die rüstige Dame stürzen oder in einer anderen Notsituation sein, kann sie einfach auf den Knopf drücken. Der Hilferuf geht dann direkt an eine Notrufzentrale. „Dazu steht in meinem

Wohnzimmer neben dem Telefon ein kleiner Kasten, die Basisstation“, sagt die Rentnerin. Über die Freisprecheinrichtung dieser Station nimmt speziell geschultes Personal sofort Kontakt mit ihr auf. Sollte sie beispielsweise nicht antworten, wird unverzüglich Hilfe zu ihr geschickt.

„Seit sie das Notrufsystem hat, bin ich viel beruhigter. Ich weiß, dass sie immer Hilfe holen kann, auch wenn ich mal nicht bei ihr

bin“, freut sich die Betreuerin der Dame, Karin Jörg.

Welche Voraussetzungen für einen solchen Hausnotruf notwendig sind, wer diesen einbaut und welche Kosten möglicherweise die Pflegeversicherung übernimmt, weiß Christine Bart von belisa. „Wir haben alle Informationen gebündelt, beraten und organisieren den Einbau.“

IMMER ERREICHBAR



Der Hilferuf geht direkt an eine Notrufzentrale. Diese ist Tag und Nacht besetzt und meldet sich sofort.

ROBUST, ZUVERLÄSSIG UND EINFACH ZU BEDIENEN



Johanniter Unfall-Hilfe Hausnotruf



Vitakt Hausnotruf

Kosten für das Notrufsystem: einmalig 10,49 Euro, monatlich ab 18,36 Euro – ggf. übernimmt die Pflegeversicherung die Kosten.



Um ihren Alltag bestmöglich zu meistern, ist Angela Reiser Mitglied bei belisa. Mit ihrem Hausnotruf ist sie im Notfall immer auf der sicheren Seite.

WEGWEISER

Buchtipps

„Das 4. Lebensalter: Demenz ist keine Krankheit“ von Reimer Gronemeyer



Internettipp



www.wegweiseralterundtechnik.de Infos über Produkte und Dienstleistungen für ein selbstbestimmtes Leben im Alter.

BELISA-CHECKLISTE

## Pack die Hörgeräte ein

Wer ins Krankenhaus muss, sollte in seinem Koffer bestimmte Utensilien unbedingt dabei haben. Welche das sind, ist auf der belisa-Checkliste nachzulesen. So wird garantiert nichts vergessen. Diese und weitere Listen, etwa zu „24-Stunden-Hilfen aus Osteuropa“, „Rechtliche Verfügung“ und „Entlassung aus der Klinik“, gibt es kostenlos in der belisa-Geschäftsstelle.

Dokumente

- Versicherungskarte und ggf. Befreiungsausweis
- Patientenverfügung/Kopie Generalvollmacht
- Medikamentenplan (oder Medikamente)
- Adressliste (Angehörige) mit Kontaktdaten

Sonstiges

- Handy mit Ladegerät
- Uhr/Wecker
- Geld (Münzen)/Scheckkarte
- Brillen/Hörgeräte/Gebiss

Kleidung

- Handtücher
- Bademantel
- Hausschuhe, trittfest
- Wäschesack für Schmutzwäsche



Gut gepackt ins Krankenhaus: Vertrauen Sie auf die belisa-Checkliste.

SCHON GEWUSST?

## Böbingen macht sich technikfit

Viele ältere Menschen sind zu Beginn skeptisch, wenn es um technische Hilfsmittel geht, etwa Notruf- und Rauchwarnmelder oder Senioren-Handys. Doch Technik kann den Alltag enorm erleichtern und im Ernstfall sogar Leben retten.

Daher fördert das Sozialministerium Baden-Württemberg in Böbingen das Projekt „Eine Kommune macht sich technikfit“. Mit Unterstützung der Demenz Support Stuttgart gGmbH baut belisa ein Serviceangebot auf, um Senioren über technische Alltagshilfen zu informieren und sie beim Einsatz der Hilfen zu begleiten. Welche der zahlreichen technischen Hilfsmittel am besten sind, wird in einigen Böbinger Haushalten erprobt.

DABEI SEIN

## Wege zu belisa

Mitgliedschaft (20 Euro/Jahr)

Spende

Optionsvertrag (regelt die Beratung und Inanspruchnahme des belisa-Angebots)

Ehrenamt

Kooperationspartner



Sie wollen bei belisa aktiv werden?

Mehr Informationen: belisa-Geschäftsstelle Scheuelbergstraße 1 73560 Böbingen Tel. 07173 7102802 belisa@elisabethenverein-boebingen.de



BELISA-RÜCKBLICK



Alles in Ordnung

Arztbefunde und weitere wichtige Unterlagen gebündelt und immer griffbereit: Bei belisa gibt es hierzu einen speziellen Ordner. Karl Ziller (Mitte) schaute sich diesen auf dem Infonachmittag genau an.

Technik on Tour

Zum Sommerfest des Elisabethenvereins machte auf Vermittlung von belisa der Wohncontainer der Demenz Support Stuttgart in Böbingen Station (Bild oben). Die Besucher konnten sich technische Alltagshilfen angucken, etwa elektronische Medikamentenspender und eine altersgerechte Küche. Für musikalische Unterhaltung sorgten die Kinder des Oberlin-Kindergartens (Bild unten).

MITTEN IM LEBEN: CAFÉ BELISSIMA

Kräuter, Klänge, Kaffeeduft

Guido Butscher taucht seine Nase in den Strauß aus frischer Pfefferminze. Er kennt den typisch aromatischen Geruch. Doch wie das Kraut heißt, weiß er nicht mehr. Als einer von insgesamt sieben Gästen kommt er jeden Mittwoch in das Café Belissima, den Treffpunkt für Menschen mit Demenz in Böbingen. „Hier fühle ich mich mitten im Leben“, sagt Butscher. Für seine Frau Rita bedeutet dieser Nachmittag drei Stunden Freizeit, Durchatmen vom manchmal anstrengenden Alltag mit ihrem Mann: „Ich weiß, er ist in guten Händen, und ich kümmerge mich einfach mal um mich selbst.“

Seit Juni dieses Jahres gibt es den Treff. Gemeinsam mit speziell geschulten ehrenamtlichen Helfern kümmert sich Leiterin Angelika Meyer um die Gäste. „Wir wol-

len wissen, wie sich jeder Einzelne fühlt, gehen spazieren, genießen Kaffee und Kuchen, singen“, erklärt sie. Oft steht der Nachmittag unter einem bestimmten Motto. Dieses Mal hat Angelika Meyer verschiedene Kräuter aus dem Garten mitgebracht. Beim Schnuppern werden die Sinne angeregt. Das ist gut für die geistige Fitness. Auch eine Glocke aus Metall ist heute Thema. Die 87-jährige Pauline Stütz tastet die kühle Oberfläche ab und lächelt: „So eine Glocke, nur viel größer, hatten früher unsere Kühe um den Hals.“

„Diese Geselligkeit im Café Belissima ist etwas ganz Wunderbares.“

Pauline Stütz

Frischen Kräutern auf der Spur: Angelika Meyer und Guido Butscher.

KURZ UND KNAPP

Café Belissima

Wann  
mittwochs, 14.30 – 17.30 Uhr

Wo  
Franz-Kreuser-Saal im Seniorenzentrum, Scheuelbergstraße 1, Böbingen

Kosten  
20 Euro pro Nachmittag, Kostenübernahme durch die Pflegekasse möglich

Infos und Anmeldung  
Tel. 07173 7102802 oder  
Tel. 07173 91000

BELISA-PARTNER



BESONDERE Helfer

Das Böbinger Unternehmen „Einer. Alles. Sauber.“ ist Experte, wenn es darum geht, die Wohnung an veränderte Bedürfnisse und Lebensumstände anzupassen.



So einfach kann Wohnen sein

Die Türen im Haus sind so breit, dass der Rollator durchpasst. Im Bad ist die Dusche stufenlos und daher ebenerdig. Auch wer nicht mehr gut zu Fuß ist, kann sie einfach und gefahrlos betreten bzw. befahren. Hinter diesem barrierefreien Wohnen steckt Hans Schaile mit seinem Böbinger Unternehmen „Einer. Alles. Sauber.“. „Die altersgerechte Umrüstung der eigenen vier Wände erleichtert den Alltag und die Sicherheit enorm“, betont Schaile, der auch Vorsitzender

des Handels- und Gewerbevereins Böbingen ist. Ob Lichtschalter, die vom Rollstuhl aus bequem zu erreichen sind, die unterfahrbare Spüle und Arbeitsplatte in der Küche oder der Zugang zum Balkon ohne störende Schwelle – als belisa-Kooperationspartner kümmert sich „Einer. Alles. Sauber.“ um sämtliche Modernisierungen, die die Selbstständigkeit zu Hause erhöhen. Die Beratung, Planung und der Umbau erfolgen in enger Abstimmung mit dem Kunden.

Am besten gleich unverbindlichen Vor-Ort-Termin vereinbaren:

**EINER. ALLES. SAUBER.**  
Ihr Modernisierer

Am Barnberg 9, 73560 Böbingen  
Telefon 07173 8535  
hans.schaile@einer-alles-sauber.de





TERMINE



12. November 2014

Sicher leben

Vortrag „Sicherheit vor Kriminalität“ mit Werner Stanislawski, 14.30 Uhr im Coloman-Saal, Unterraum der Katholischen Kirchengemeinde St. Joseph, Böbingen

30. November 2014

Es weihnachtet sehr

Weihnachtsmarkt des Elisabethenvereins und von belisa, 11.00 bis 17.00 Uhr, Römerhalle Böbingen

10. Februar 2015

Rund ums Wohnen

Themenabend „Schöner und bequemer wohnen im Alter“, 19.30 Uhr, Bürgersaal Rathaus Böbingen

17. März 2015

Medizin aktuell

Vortrag „Moderne Diagnostik und Behandlung von Gefäßkrankheiten“ mit Dr. Julian Zimmermann (Stauferklinikum), 19.30 Uhr, Bürgersaal Rathaus Böbingen

KURZ NOTIERT

Preisverdächtiges Engagement

Wenn am 5. Dezember 2014 in Berlin der Deutsche Engagementpreis verliehen wird, könnte auch Dr. Peter Högerle unter den Preisträgern sein. Er gehört zu den Nominierten in der Kategorie „Miteinander der Generationen“.



AUSBLICK AUSGABE 02



Lesen Sie im nächsten belisa magazin ab 30. März 2015:

Angehörige beim Pflegen unterstützen

Wie belisa pflegenden Angehörigen bei ihren Aufgaben hilft und sie im Alltag entlastet.

Rechtliche Vorsorge

Was verbirgt sich genau dahinter und wer steht Ihnen in Böbingen beim Ausfüllen wichtiger Vollmachten zur Seite.

FIT MIT BELISA

Die „Fünf Esslinger“

Um die körperliche Fitness in der zweiten Lebenshälfte zu erhalten, hat das Team um den Esslinger Mediziner Dr. Martin Runge ein spezielles Bewegungsprogramm zusammengestellt, die „Fünf Esslinger“. Mit diesen Übungen lassen sich Kraft, Schnelligkeit, Balance und Dehnbarkeit auf einfachste Art und Weise trainieren: in den eigenen vier Wänden und ohne Hilfsmittel. Dabei kommt es nicht auf sportliche Höchstleistungen an. Das Programm fordert den Körper, ohne ihn zu überfordern, etwa durch gezielte Trainingseinheiten zur Stärkung der Knochenfestigkeit, die Osteoporose vorbeugen, oder durch Übungen zur Sturzprophylaxe. Die Wirkung der „Fünf Esslinger“ ist in wissenschaftlichen Studien erforscht und in zahlreichen Kur-

sen erprobt. In jeder Ausgabe des belisa magazins wird eine der Übungen vorgestellt. Wer sich nicht sicher ist, ob er diese aufgrund seines Gesundheitszustands ausführen kann, hält am besten mit seinem Arzt Rücksprache.

Probieren Sie die Übung doch einfach gleich aus.



IM ALTER sportlich

1. ESSLINGER ÜBUNG Balance auf einem Bein

Das Körpergewicht auf ein Bein verlagern, das andere Bein vom Boden abheben. Bis zu zehn Sekunden lang halten, danach wechseln.

SORGLOS-TIPPS

Gaumenschmaus in Gesellschaft

Wer nicht selbst kochen will, ist beim stationären Mittagstisch ein gern gesehener Gast. Dieser findet immer dienstags um 11.45 Uhr in der Cafeteria des Seniorenzentrums Böbingen statt. Auf dem Speiseplan steht ein leckeres Mahl mit Suppe, Hauptgericht und Dessert. Auch Kaffee und Kuchen gibt es.

Anmeldung bis spätestens Montag um 18.00 Uhr bei Frau Barth unter 07173 8163 oder Frau Schmid unter 07173 5664.

Treff am Donnerstag

Singen, rätseln oder den Jungen und Mädchen vom Kindergarten beim Tanzen zuschauen: Im Treff am Donnerstag erleben die Besucher jede Woche einen anderen Höhepunkt. So lässt sich im Seniorenzentrum zusammen ein unterhaltsamer Nachmittag verbringen. Für das leibliche Wohl ist gesorgt.

Bei Interesse einfach anrufen bei Frau Titze unter 07173 2310.



In Gesellschaft schmeckt es einfach besser – in jedem Alter.

DES RÄTSELS LÖSUNG

Belisa-Heimat-Quiz



- a) So wird Böbingen in der schwäbischen Mundart genannt.
- b) Im Osten Böbingens liegt das ..... gebiet der Gemeinde.
- c) Als einer der ältesten Pilgerpfade führt der Jakobsweg durch den Ort. Wer war der heilige Jakobus?
- d) Das erinnert noch heute an die Römer in Böbingen und Umgebung.
- e) Gemeinsam mit dem Rechberg und dem Hohenstaufen bildet er das Trio der „Drei Kaiserberge“.
- f) Davon gibt es etwa 4.500 in der Gemeinde.

Lösungswort

Teilnahmebedingungen: Teilnahme ab 18 Jahren. Gewinner werden benachrichtigt, der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Mit der Teilnahme am Gewinnspiel willigt der Teilnehmer ein, dass seine Daten nur zur Abwicklung und Gewinnbenachrichtigung von belisa als verantwortlicher Stelle im Sinne des BDSG gespeichert und verwendet werden.

Preise

- 1 50-Euro-Gutschein für den Böbinger „Schweizerhof“
- 2 30-Euro-Gutschein für den belisa-Weihnachtsmarkt
- 3 20-Euro-Gutschein für das „Büchernest“ in Heubach

IMPRESSUM

Herausgeber:  
 Elisabethenverein e.V. Böbingen/Rems,  
 Förderverein belisa, Scheuelbergstraße 1  
 73560 Böbingen/Rems  
 Tel. 07173 7102802, Fax 07173 920683  
 belisa@elisabethenverein-boebingen.de  
 www.elisabethenverein-boebingen.de  
 Verantwortlich für den Inhalt:  
 Dr. Peter Högerle  
 Konzeption, Redaktion & Realisation:  
 ecomBETZ PR GmbH, www.ecombetz.de  
 Fotos: ecomBETZ PR GmbH  
 S. 1: Landratsamt Ostalbkreis  
 S. 2: Johanniter, Vitakt Hausnotruf,  
 Koffer (shutterstock.de)  
 S. 3: Dusche (Jenny Sturm/fotolia.de)  
 Werkzeug (shutterstock.de)  
 S. 4: Essen/Kalender (shutterstock.de)  
 Reproduktion und Vervielfältigung nur  
 nach ausdrücklicher Genehmigung des  
 Fördervereins belisa.