

## BERATUNGSSPRECHSTUNDE MIT ARCHITEKT UWE GUTJAHR

MONTAGS VON 14.00 - 17.00 UHR  
MIT HERRN DIPL. ING FH ARCHITEKT  
UWE GUTJAHR

Alle Vorträge umfassen praktischen Lösungsansätze und Tipps für ein schnelles Umsetzen der Maßnahmen Zuhause. Die Grundlagen für Barrierefreies Bauen werden in allen Beiträgen kurz und verständlich vorgestellt. Im Anschluss an die Vorträge wird eine kostenfreie individuelle Beratung durchgeführt.

### 19.05. Barrierefrei Räume und Türen

Türen ohne Schwellen – Große und Kleine Lösungen für Neubau und Umbau; Erfahren Sie, wie Sie Eingänge, Übergänge und Türbereiche komfortabel und sicher gestalten können – ganz ohne Stolperfallen.

### 28.07. Barrierefreie Schwellenlos

Innovative Aufzugslösungen für Innen- und Außenbereiche. Erfahren Sie, wie moderne Technik barrierefreie und platzsparende Möglichkeiten für Neubau und/oder Nachrüstung bietet.

### 13.10. Barrierefreie Versorgung

Dieser Vortrag zeigt praktische Hilfsmittel und Techniken für die häusliche Pflege. Erfahren Sie, wie Sie Pflegebedürftige sicher unterstützen und gleichzeitig Ihren Rücken entlasten.

## KONTAKT UND INFO

### KOMPETENZZENTRUM BARRIEREFREIHEIT & PFLEGE - PFLEGESTÜTZPUNKT EBERSBERG

MARKTPLATZ 2, 3. STOCK  
85567 GRAFING  
TEL. 08092 / 823 702  
PFLEGESTUETZPUNKT@LRA-EBE.DE



Gefördert wird das Programm vom  
Gesundheitsministerium.

Bayerisches Staatsministerium für  
Gesundheit, Pflege und Prävention



„Ich freue mich, dass wir durch dieses Beratungsangebot das Portfolio unseres Kompetenzzentrums weiter ausbauen können. Mein herzlicher Dank richtet sich auch an das Landesamt für Pflege, durch dessen Förderung die Beratung kostenlos angeboten werden kann.“  
(Landrat Robert Niedergesäß)



# JAHRES PROGRAMM 2025

### Seminarprogramm Kompetenzzentrum Grafing



LANDKREIS  
EBERSBERG



KOMPETENZZENTRUM  
Barrierefreiheit und Pflege

# PFLEGE CAFÉ

MITTWOCHS  
14.30 - 16.00 UHR

Unser Pflegecafé ist ein offener Treffpunkt für pflegende Angehörige und weitere Interessierte.

Bei Kaffee und Kuchen gibt es zudem immer einen inhaltlichen kurzen Fachvortrag.

09.04.

## Das Potenzial der Babyboomer für die Kommune

mit Jana Lunz, Körber-Stiftung, Bereich Alter und Demografie

Mit den Babyboomern geht erstmalig eine gut ausgebildete, leistungsfähige und aktive Generation in den Ruhestand. Könnten die neuen Alten weiterhin eine große Stütze unserer Zivilgesellschaft sein? Wie lässt sich ihr Potenzial für das Engagement in den Städten und Gemeinden heben? Die Körber-Stiftung hat 2024 bei den 55- bis 65-Jährigen nachgefragt, ob und wie sie sich ein bürgerschaftliches Engagement als Rentnerinnen und Rentner vorstellen.

04.06.

## Sturzprävention

Stürze gehören zu den häufigsten Unfallursachen im Alter, können jedoch oft vermieden werden! Erfahren Sie in einem kurzen Vortrag, welche einfachen Maßnahmen helfen, das Sturzrisiko zu reduzieren – von sicheren Bewegungsabläufen über geeignete Hilfsmittel bis hin zu kleinen Anpassungen in der Wohnumgebung. Nutzen Sie die Gelegenheit, sich vor Ort bei Kaffee und Kuchen auszutauschen und wertvolle Tipps für mehr Sicherheit im Alltag mitzunehmen.

06.08.

## Palliativmedizin im LK Ebersberg – Angebote und Hintergründe

mit Cornelia Alheid, Leitung Palliativ Care Team

Zu den zentralen Grundsätzen der Palliativmedizin zählen: Schmerztherapie, Symptomkontrolle, Erhaltung der persönlichen Autonomie, Respektierung des Patientenwillens sowie optimale Pflege und Betreuung insbesondere im letzten Lebensabschnitt sind die Säulen der Palliativmedizin. Wie sich die Arbeit rund um das Thema Palliativmedizin und Palliativpflege im Landkreis Ebersberg darstellt, welche Akteure an der Versorgung beteiligt sind und welche Angebote es gibt wird Ihnen an diesem Abend auch anhand von praktischen Beispielen vermittelt.

01.10.

## Hilfsmittel zur Unterstützung beim Essen und in der Küche

Essen und Kochen sind wichtige Bestandteile des Alltags, können aber mit zunehmendem Alter oder bei gesundheitlichen Einschränkungen zur Herausforderung werden. In unserem Pflegecafé stellen wir Ihnen praktische Hilfsmittel für die Küche und beim Essen vor, die den Alltag erleichtern – von speziellen Bestecken und rutschfesten Tellern bis hin zu hilfreichen Küchenutensilien.

03.12.

## Alle Jahre wieder – Rituale beim Krankheitsbild Demenz

Rituale geben Sicherheit und Orientierung – besonders für Menschen mit Demenz. Sei es das gemeinsame Singen von Weihnachtsliedern, das Schmücken des Baumes oder feste Abläufe im Alltag – vertraute Rituale können Erinnerungen wecken, Ängste reduzieren und für Wohlbefinden sorgen. Sprechen wir darüber, wie Rituale gezielt genutzt werden können, um Menschen mit Demenz zu begleiten und den Alltag für alle Beteiligten angenehmer zu gestalten.

## BERATUNGSSPRECHSTUNDE MIT ARCHITEKTIN ANJA SETHI RINKES

JEDEN 2. UND 4. MONTAG IM MONAT  
VON 14.00 - 16.00 UHR  
MIT FRAU ANJA SETHI-RINKES

Meine Immobilie altersgerecht gestalten!  
Das Jahr 1964 war das geburtenstärkste Jahr in der Geschichte der Bundesrepublik Deutschland. Viele der sogenannten Babyboomer-Generation wohnen in einer eigenen Immobilie und stehen vor der Frage, wie man diese bis ins hohe Alter hinein nutzen könnte. Aber auch Mieterinnen und Mieter stehen häufig vor ein und derselben Fragestellung. Um erste Fragen zu den Gestaltungsmöglichkeiten beantworten zu können, bieten wir im Kompetenzzentrum in Grafing eine Erstberatung an. Im Rahmen der Erstberatung haben Sie ferner die Möglichkeit die über 200qm große Ausstellung für altersgerechtes Wohnen mit über 250 kleinen und großen Hilfsmitteln für ein gutes Leben im Alter zu besichtigen.

*„Es erfüllt mich mit Freude, meine Expertise mit Menschen zu teilen, die ihre Wohnung altersgerecht gestalten möchten. Gemeinsam schaffen wir barrierearme Räume, in denen sie weiterhin leben können – sicher, komfortabel und selbstbestimmt.“* (Anja Sethi-Rinkes)

Eine Anmeldung zur Sprechstunde können Sie unter 0163/286 47 16 vornehmen. Bitte bringen Sie, falls möglich, bereits vorhandene Grundrisse und Lagepläne mit.

- 14.04. | 28.04. • 08.09. | 22.09.
- 12.05. | 26.05. • 13.10. | 27.10.
- 09.06. | 23.06. • 10.11. | 24.11.
- 14.07. | 28.07. • 08.12. | 22.12.
- 11.08. | 25.08.

Unser Beitrag



RINKES ARCHITEKTEN