

# Für mehr Gehsicherheit: Wann ein Rollator sinnvoll ist

Gerade bei Gleichgewichtsstörungen oder Muskelschwäche ist ein Rollator ein hilfreicher Begleiter durch den Tag

**H**äufige Stürze oder ein sozialer Rückzug sind oft Warnsignale für eine eingeschränkte Mobilität. Ein Rollator kann Abhilfe schaffen und Sicherheit ge-

ben. Doch viele Angehörige scheuen das Gespräch, um die Betroffenen nicht zu kränken.

Dr. Christian Flügel-Bleichenheuf, niedergelassener

Arzt in Köln, kennt die Befindlichkeiten in Sachen Rollator aus seiner Praxis gut. „Viele Patienten sagen: So alt bin ich doch noch nicht. Oder: Was sollen bloß die anderen denken?“

änderungen werden von Betroffenen häufig verdrängt oder heruntergespielt, wodurch die Nutzung eines Rollators als unnötig erscheint.

Der Arzt rät deshalb, die Perspektive zu ändern: weg vom „Hilfsmittel“, hin zur Selbstständigkeit. „Ein Rollator ist nicht nur eine Geh-

hilfe, sondern auch eine mobile Sitzgelegenheit. Er vergrößert den Aktionsradius.“

### Unterstützen statt bevormunden

Angehörigen bemerken die Veränderungen oft zuerst. Doch es ist für viele eine Herausforderung, diese Wahrnehmung mit dem Betroffenen zu besprechen, denn gut gemeinte Ratschläge können schnell als Bevormundung verstanden werden. Der Arzt rät zu Fingerspitzengefühl:

- Vorteile von Mobilität betonen, nicht auf vorhandene Defizite fokussieren
- Gemeinsam ausprobieren statt anordnen. Die Entscheidung für den Rollator liegt bei den Betroffenen selbst



Mobilität erhält die Lebensqualität.

Foto: Stockphotodirectors - AdobeStock

**Interesse? Telefon: 04502 996 6021**

**DIAKONIE NORD-NORD-OST**  
*Dauid es dir gut geht.*

## Tagespflege in Travemünde

Sie können oder möchten tagsüber nicht alleine zuhause sein? Dann kommen Sie gerne zu uns! Für Pflege, Zuwendung und das Miteinander. Unser Fahrdienst holt Sie gerne ab.

Am Dreilingsberg 21 • Tel.: 04502 996 6021 • [tagespflege.travemuende@diakonie-nordnordost.de](mailto:tagespflege.travemuende@diakonie-nordnordost.de)

**DRK-Schwesternschaft Lübeck e. V.**

*„Ich musste wohl erst die Tagespflege entdecken, um mich wieder fast so jung zu fühlen wie – die Rolling Stones.“*

**Tagespflege. Bunter, munterer, geselliger.**  
Probetag vereinbaren unter: Tel. 0451 29077871  
Ratzeburger Allee 47 c • 23562 Lübeck  
Erika-Gerstung-Straße 1 • 23568 Lübeck

## Ein besonderer Ort zum Wohlfühlen

Tag für Tag erfüllende Momente erleben in der Gewissheit, gut betreut zu sein

**E**in Pflegegrad bedeutet nicht, auf einen erfüllten Alltag verzichten zu müssen. In den Tagespflege-Einrichtungen der DRK-Schwesternschaft Lübeck können Seniorinnen und Senioren weiterhin in ihrem vertrauten Zuhause leben und zugleich abwechslungsreiche Stunden in der Gemeinschaft erleben.

Von Montag bis Freitag, jeweils von 9 bis 15 Uhr, erwartet die Pflegebedürftigen im „Seniorentreff“ ein liebevoll gestaltetes Tagesprogramm. Nach einem gemeinsamen Frühstück startet die Gruppe beispielsweise mit Bewegungsrunden, Gedächtnistraining oder anderen kreativen Angeboten. Einmal pro Woche wird gemeinsam gekocht. An den übrigen Tagen verwöhnt die DRK-Schwesternschaft Lübeck die Gäste mit einem leckeren, frisch zu-

bereiteten Mittagessen. Anschließend haben die Pflegebedürftigen Gelegenheit für Ruhezeiten oder für weitere Aktivitäten.

Bei Kaffee und selbst gebackenem Kuchen klingt der Tag gemütlich aus. Um 15 Uhr bringt der Fahrdienst alle sicher nach Hause.

Die Kosten für die Tagespflege übernimmt die Pflegekasse. Das Team der DRK-Schwesternschaft unterstützt gern bei der Antragstellung.

### TAGESPFLEGE-EINRICHTUNGEN DER DRK-SCHWESTERNSCHAFT LÜBECK E. V.

Erika-Gerstung-Straße 1, 23568 Lübeck  
Ratzeburger Allee 47c, 23562 Lübeck  
Tel. 0451/98 90 29 10  
[tagespflege@drk-schwesternschaft-luebeck.de](mailto:tagespflege@drk-schwesternschaft-luebeck.de)  
[www.drk-schwesternschaft-luebeck.de/unsere-einrichtungen/tagespflege](http://www.drk-schwesternschaft-luebeck.de/unsere-einrichtungen/tagespflege)



Herzlichkeit und menschliche Wärme prägen den Umgang miteinander. Foto: DRK

### Einladung zum Osterbasteln

Wer die Einrichtung unverbindlich kennenlernen möchte, ist herzlich zum kostenlosen Osterbasteln eingeladen: am Mittwoch, 18. März, 10 bis 11.30 Uhr in der Tagespflege Erika-Gerstung-Haus, Erika-Gerstung-Straße (Dachgeschoss vom Krankenhaus Rotes Kreuz Lübeck – Geriatriezentrum). Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

## Hausnotruf, der unschlagbar schnelle Helfer

Immer sicher verbunden über den Notrufknopf am Handgelenk oder an einer Kette

**N**icht nur Ältere, auch Alzheimstehende oder gesundheitlich beeinträchtigte Menschen profitieren von der schnellen Hilfe per Knopfdruck, dem Hausnotruf.

### Schnelle Hilfe auf Knopfdruck

Das klassische Hausnotrufgerät wird zu Hause aufgestellt und mit der MEBO Notruf-Serviceleitstelle verbunden. Den Notrufknopf tragen die Senioren an einem Armband oder einer Kette stets bei sich. Bei einem Notfall oder Unwohlsein reicht dann ein Knopfdruck, um sofort und automatisch die Hilfe zu bekommen, die zuvor mit MEBO vereinbart wurde. So informiert das Team in der Notruf-Serviceleitstelle zum Beispiel den zuständigen Pflegedienst, ruft Angehörige an oder organisiert Rettung.

Für alle, die selbstständig viel unterwegs sind, eignet sich das Hausnotruf-System MEBO HOME & GO mit einem Mobilteil zum Mitnehmen. Dieses Mobilteil ermöglicht die Ortung weltweit.

Ein großer Vorteil des Hausnotrufs ist das gute Gefühl, in einem Notfall sofort Hilfe zu bekommen, auch wenn man sich vielleicht nicht mehr verständlich machen kann. Das nimmt auch Angehörigen den Druck,

rund um die Uhr erreichbar sein zu müssen.

### Rundum-Sorglos-Paket und Spar-Angebot

MEBO bietet Hausnotruf als Rundum-Sorglos-Paket mit Installation, Service und Verbindung zur Notrufzentrale an. Wissenswert: Die monatlichen Kosten für den Hausnotruf übernimmt die Pflegekasse, sofern ein Pflegegrad vorliegt.

Aktuell gibt es ein Angebot von MEBO, mit dem man die Installationsgebühr in Höhe von 55 Euro sparen kann. Interessenten sind herzlich eingeladen, sich informieren zu lassen.



Die Leitstelle ist rund um die Uhr besetzt.

Foto: Mebo

### MEBO SICHERHEIT GMBH

Am Wasserwerk 5  
23795 Bad Segeberg  
Tel. 04551/95 94 98 30  
[www.mebo.de](http://www.mebo.de)

**MEBO Sicherheit**

**Alleine wohnen – mit Sicherheit**

**Sichern Sie sich jetzt Ihr Hausnotruf Geschenk\***

**Bei Pflegegrad:**  
Dauerhaft gratis Aufschaltung und **55,- EUR Anschlussgebühr geschenkt!**

**Ohne Pflegegrad:**  
1 Monat gratis Aufschaltung und **55,- EUR Anschlussgebühr geschenkt!**

**0 EUR** bei Pflegegrad

\*Angebot gilt für das Basis Hausnotrufgerät, gültig bis 12.05.2026

**04551 95 94 98 30** [www.MEBO.de/Hausnotruf](http://www.MEBO.de/Hausnotruf)