Fonds Soziales Wien

Für die Stadt Wien

Sicher Wohnen

Ratgeber für den Alltag

KFV

Häuser zum Leben

Für die Stadt Wien

Ein Kooperationsprojekt von:

Fonds Soziales Wien | Für die Stadt Wien

Stadt Wien

KFV

Häuser zum Leben | Für die Stadt Wien

Das Qualitätsmanagementsystem des FSW ist nach ISO 9001:2015 zertifiziert.

Impressum:
Medieninhaber und Herausgeber, Redaktion, Grafik und Fotos (wenn nicht anders angegeben):
Fonds Soziales Wien, Stabsstelle Unternehmenskommunikation, Guglgasse 7–9, 1030 Wien, Tel.: 05 05 379, www.fsw.at.
Fotos: Titelfoto GettyImages/EmirMemedovski. Druck: Winkler Kuvert GmbH Graz. Gedruckt auf ökologischem Papier.
Druck- und Satzfehler vorbehalten. Artikel-Nr.: 0091. 5. Auflage, Stand: September 2024

Inhalt

Vorwort 4

Vorzimmer 6
Badezimmer 8
Küche 10
Wohnzimmer 12
Schlafzimmer 14
Gänge und Treppen 16
Sicherheit beim Putzen 18
Garten und Balkon 20
Sicherheit auf allen Wegen 22
Bewegung 24
Medikamente 26
Notrufsysteme 28

Fonds Soziales Wien 30
Senior:innenbeauftragte der Stadt Wien 31
Häuser zum Leben 32
KFV 33

Liebe Wiener:innen,

bestimmt haben Sie das auch schon gehört: „Die meisten Unfälle passieren im Haushalt." Tatsächlich verletzen sich in Österreich täglich über 800 Menschen zu Hause.

Viele dieser Unfälle könnten vermieden werden – zum Beispiel, wenn wackelige Leitern oder rutschige Böden der Auslöser sind. Vor allem bei älteren Menschen sind Stürze die Hauptursache für Unfälle. Selbst mit der richtigen Betreuung und Unterstützung kann der Alltag manchmal „Fallen" stellen.

Die Stadt Wien, der Fonds Soziales Wien (FSW) und das Kuratorium Wiener Pensionisten-Wohnhäuser (KWP) sorgen mit einem starken Pflegenetzwerk für leistbare Unterstützung in den eigenen vier Wänden sowie in Wohn- und Pflegehäusern und ermöglichen allen Wiener:innen eine gute Lebensqualität bis ins hohe Alter.

In dieser Broschüre zeigen wir Gefahrenquellen im Haushalt auf und geben Ihnen einfache Tipps, wie Sie Ihr Zuhause sicherer machen können und „Fallen" vermeiden. Denn eine sichere Umgebung bedeutet auch ein Plus an Lebensqualität.

Vorwort

Foto: David Bohmann

Peter Hacker

Stadtrat für Gesundheit, Soziales und Sport

Foto: Zinner

Mag. Christian Hennefeind

Geschäftsführer KWP

Foto: Zinner

Susanne Winkler

Geschäftsführerin Fonds Soziales Wien

GettyImages/onurdongel

Vorzimmer

Wer von draußen rein kommt, muss erst mal durch das Vorzimmer. Achten Sie hier daher ganz besonders auf gute Beleuchtung, um Hindernisse und Stolperfallen sofort erkennen zu können.

Tipps für ein sicheres Vorzimmer:

- Praktisch ist eine Sitzgelegenheit, um Schuhe an- und auszuziehen und dabei mögliche Stürze zu vermeiden.
- Tragen Sie Hausschuhe mit rutschhemmenden Sohlen oder Socken mit Gumminoppen.
- Achten Sie auf eine dünne, rutschfeste Fußmatte.
- Praktisch sind Lampen, die mit einem Bewegungsmelder verbunden sind und sich beim Betreten des Raumes einschalten.

- Ordnung schafft Sicherheit! Alles, was Sie beim Kommen und Gehen brauchen, soll einen festen Platz haben und griffbereit sein, wie z. B. Schlüssel, Schirm, Stock, Kleidungsstücke oder ein langer Schuhlöffel.
- Schaffen Sie im Flur genug Platz zum An- und Ausziehen. Weiters ist es sinnvoll, Flächen zu schaffen, auf denen z. B. Einkäufe sicher abgestellt werden können.
- Türschwellen werden nur allzu oft Stolperfallen! Deshalb wird empfohlen, diese farbig zu markieren oder abtragen zu lassen.
- Schutz vor ungebetenen Gästen: Lassen Sie an der Wohnungstür ein Sicherheitsschloss einbauen sowie einen Weitwinkelspion, mit dem Sie sehen können, wer läutet.

Checkliste Vorzimmer

Ist Ihr Vorzimmer gut beleuchtet?

Gibt es eine Sitzgelegenheit im Vorzimmer?

Ist die Fußmatte vor der Türe rutschfest?

Sind alle Teppiche rutschfest verlegt?

Verfügt Ihre Wohnungstür über ein Sicherheitsschloss?

Gibt es in der Tür einen Weitwinkelspion, damit Sie sehen, wer läutet?

GettyImages/onurdongel

Badezimmer

Ein warmes Bad oder eine erfrischende Dusche dienen nicht nur der Körperpflege, sondern auch der Entspannung.

Um im Badezimmer keine „Ausrutscher“ zu erleben, können Sie einfache Vorkehrungen treffen.

Tipps für ein sicheres Badezimmer:

- Bringen Sie Haltegriffe in der Dusche, bei der Wanne und neben der Toilette an.
- Installieren Sie einen Duschhocker – er ist bequem und ermöglicht ein Duschen im Sitzen.

- Heizelemente an der Wand müssen fest montiert sein.
- Badezimmer- und WC-Türen sollen nach außen aufgehen und für Helfer:innen zu öffnen sein. Türen lassen sich kostengünstig umbauen.
- Erhöhte WC-Sitze erleichtern das Aufstehen.
- Verwenden Sie Badematten mit einer rutschfesten Ober- und Unterseite.
- Eine Gummimatte mit Saugnäpfen in Dusche oder Badewanne sorgt für guten Halt.
- Achten Sie bei Gasdurchlauferhitzern auf ausreichende Belüftung und lassen Sie die Geräte regelmäßig warten.
- Frei bewegliche elektrische Geräte wie Föhn oder Rasierapparat sollten für die Zeit des Badens und Duschens weggeräumt werden. Bei Kontakt mit (Spritz-)Wasser droht ein Stromschlag!

Checkliste Badezimmer

Befinden sich in Ihren Nassräumen rutschfeste bzw. gut befestigte Matten?

Ist Ihr Duschhocker fest an der Wand montiert?

Sind Haltegriffe im Bad/WC vorhanden?

Sind Elektrogeräte so aufbewahrt, dass sie nicht in der Nähe von Wasser in Betrieb genommen werden?

Lassen sich Bad- und WC-Tür nach außen öffnen?

GettyImages/in4mal

Küche

Die Küche ist sowohl Arbeitsplatz als auch ein beliebter Aufenthaltsraum.
Wenn sie übersichtlich und praktisch eingerichtet ist, gehen Ihnen viele Arbeiten leichter und sicherer von der Hand!

Tipps für eine sichere Küche:

- Alle Arbeitsbereiche Ihrer Küche, v. a. jedoch die Arbeitsfläche, sollen sehr gut beleuchtet sein und über eine Sitzmöglichkeit verfügen, denn viele Tätigkeiten lassen sich auch gut im Sitzen ausführen.
- Herd und Abwasch sollten nahe nebeneinander liegen, damit Sie Töpfe mit heißem Wasser zum Abgießen nicht durch die Küche tragen müssen.

- Einhandmischbatterien mit eingebautem Thermostat schützen Sie vor Verbrühungen.
- Bewahren Sie alles, was Sie oft brauchen, in bequemer Höhe auf. Praktisch ist ein Kühlschrank in Sichthöhe.
- Richten Sie Pfannenstiele nach hinten aus, damit Sie nicht daran hängen bleiben.
- Schadhafte Geräte sollten Sie keinesfalls mehr verwenden, sondern von Fachleuten reparieren lassen.
- Bewahren Sie gefährliche Flüssigkeiten wie Reiniger im Originalbehälter mit Originaletikett auf, damit es nicht zu fatalen Verwechslungen kommt.
- Achten Sie auf eine gut ausgeleuchtete und nicht spiegelnde Arbeitsoberfläche.
- Für eine barrierefreie Küche gibt es spezielle Möbel: Einfach höhenverstellbare Schränke und Arbeitsflächen, wobei Letztere auch voll unterfahrbar sind, machen das Leben leichter.

Checkliste Küche

Ist Ihr Arbeitsplatz gut ausgeleuchtet?

Haben Sie auf der Arbeitsfläche ausreichend Platz?

Gibt es in der Küche Sitzmöglichkeiten?

Liegen Herd und Abwasch nahe beisammen?

Gibt es beschädigte Kabel oder schadhafte Elektrogeräte?

Wird der Gasdurchlauferhitzer jährlich gewartet?

Ist eine Löschdecke vorhanden?

Sind alle Reinigungsmittel im Originalbehälter?

Wohnzimmer

Das Wohnzimmer ist der Ort der Begegnung und des Entspannens. Bei der Gestaltung des Raumes stehen diese Funktionen im Vordergrund, aber auch hier lauern Unfallgefahren, die Sie leicht vermeiden können.

Tipps für ein sicheres Wohnzimmer:

- Sorgen Sie für bequeme Sitzgelegenheiten in entsprechender Höhe. Praktisch sind Sessel mit stabilen Armlehnen, die das Aufstehen erleichtern.
- Zu niedrige Sitzgelegenheiten erschweren das Aufstehen – Tischler:innen können sie aber leicht erhöhen.
- Vorhänge können dank absenkbarer Gardinenleisten besser auf- und abgehängt werden.

- Fenster mit Spezialgriff ermöglichen ein unkompliziertes Öffnen und Schließen.
- Fixieren Sie Teppiche z. B. mit Antirutschstreifen oder rutschfesten Unterlagen. Verzichten Sie auf kleine, leicht verrutschende Teppiche.
- Vermeiden Sie Kabelsalat durch die Verwendung von Kabelkanälen und verlegen Sie Kabel nur entlang der Wände.

Checkliste Wohnzimmer

Sind Ihre Sitzgelegenheiten hoch genug, sodass Sie leicht aufstehen können?

Sind die Kabel von Elektrogeräten gut an Wand und Boden befestigt?

Liegen unter den Teppichen rutschsichere Unterlagen bzw. liegen Teppiche nicht übereinander?

Sind die Vorhangschienen absenkbar?

Sind die Griffe Ihrer Fenster für Sie leicht erreichbar?

GettyImages/Dean Mitchell

Schlafzimmer

Ordnung und genügend Platz rund ums Bett schützen vor Unfällen. Gerade wenn man in der Nacht aufsteht, ist der Kreislauf noch auf Schlaf eingestellt und man stolpert besonders leicht.

Daher ist richtige Beleuchtung sehr wichtig: Auf plötzliches grelles Licht kann sich das Auge nicht so schnell einstellen, sodass man kurz nach dem Lichteinschalten in der Nacht schlechter sieht. Das Licht sollte gedämpft sein und vom Bett aus ein- und ausgeschaltet werden können. Vielleicht finden Sie ein Nachtlicht angenehm, das ständig für eine gewisse Helligkeit sorgt.

Tipps für ein sicheres Wohnzimmer:

- Während der Nacht oder im Krankheitsfall leistet ein Telefon neben dem Bett bzw. in Griffweite wertvolle Dienste, um rasch Verwandte oder den Notruf zu erreichen.
- Entfernen Sie alle Gegenstände, über die Sie stürzen können, wenn Sie z. B. in der Nacht zur Toilette gehen.
- Bevor Sie aufstehen, richten Sie sich langsam auf und zählen Sie bis zehn.
- Erhöhte Betten machen das Aufstehen deutlich leichter. Empfehlenswert sind Betten mit einer Höhe von mindestens 45 cm.
- Wenn Sie üblicherweise in der Nacht durstig werden, dann stellen Sie etwas zu trinken auf dem Nachttisch bereit.
- Es gibt spezielle Schränke mit Kleiderliften und -karussells, die einen einfachen Zugriff auf die Kleidungsstücke gewährleisten.

Checkliste Schlafzimmer

Können Sie vom Bett aus das Licht einschalten?

Hat Ihr Bett die richtige Höhe?

Ist Ihr Telefon in Reichweite?

Vermeiden Sie Heizdecken?

GettyImages/Wavebreakmedia

Gänge und Treppen

Auf den täglichen Wegen im Haus oder in der Wohnung lauern immer wieder kleine, versteckte Stolperfallen wie etwa Türschwellen, rutschende Teppiche oder Treppen ohne Handlauf. Generell sollten Gänge und Treppen ausreichend breit sein und nicht als Abstellort für Kisten oder andere Dinge dienen, über die man leicht stolpern kann.

Tipps für sichere Gänge und Treppen:

- Ausreichende Beleuchtung in Treppenhäusern und Gängen ist ein zentraler Sicherheitsfaktor!
- Montieren Sie Lichtschalter am Anfang und Ende jeder Treppe, um nicht im Dunkeln den Weg erahnen zu müssen.

- Markieren Sie Treppenabsätze, v. a. die erste und letzte Treppe, mit Leuchtstreifen.
- Gleitschutzstreifen auf den Treppen verhindern Ausrutscher und Stürze.
- Lassen Sie einen durchgehenden Handlauf – wenn möglich auf beiden Seiten – bzw. ein Geländer, das über die erste und letzte Stufe hinausgeht, anbringen.
- Legen Sie keine Teppiche vor bzw. auf Treppen aus, entfernen Sie alle Teppiche auf Treppen.
- Ein Treppenlift lässt Sie die Stufen einfach und sicher bewältigen. Diese Lifte gibt es in verschiedenen Ausführungen und Größen.
- Vorsicht bei abstehenden Teppichecken: Diese am besten mit Klebeband auf der Teppichrückseite am Boden fixieren.

Checkliste Gänge und Treppen

Sind Lichtschalter im Stiegenhaus, bei jeder Wohnungstür und am Treppenanfang und -ende angebracht?

Gibt es Bewegungsmelder?

Können Sie sich am Handlauf bzw. Geländer anhalten?

Sind vorhandene Teppiche rutschfest verlegt?

GettyImages/Santiago_Martinez

Sicherheit beim Putzen

Die ersten Sonnenstrahlen blitzen – nur die Fenster nicht. Wenn Ecken voller Staub und Vorhänge mit Grauschleier nicht mehr vom trüben Winterwetter getarnt werden, ist es meist Zeit für den jährlichen Frühjahrsputz! Beachtet man einige Hinweise, wird die Wohnung unfallfrei sauber – auch beim Putzen in anderen Jahreszeiten.

Tipps fürs sichere Putzen:

- Tragen Sie während des Putzens flaches, geschlossenes und rutschfestes Schuhwerk.
- Um Stürze auf ebener Erde zu vermeiden, sind Stolperfallen wie Putzeimer und Staubsauger so abzustellen, dass sie nicht zum Hindernis werden.

- Vorsicht auch bei frisch gewischten Böden – ein Klassiker zum Ausrutschen!
- Eine leichte Aluminiumleiter mit griffigen Trittflächen und Standfüßen, fixierter Spreizsicherung und Ablagemöglichkeit sollte in keinem Haushalt fehlen.
- Achten Sie darauf, dass Leitern oder Steig- hilfen einen stabilen Stand haben und mit allen Füßen auf derselben Boden-oberfläche aufliegen.
- Eine der unsichersten Aktivitäten beim Saubermachen: das Fensterputzen. Oft wird die Fensterbank zum Abstützen benutzt, was ein gewisses Absturzrisiko mit sich bringt. Damit diese Tätigkeit nicht zum lebensgefährlichen Hochseilakt wird, putzen Sie immer von der Rauminnenseite und benutzen Sie einen Teleskopreiniger.
- Verzichten Sie nach Möglichkeit darauf, selbst die Fenster zu putzen, wenn Sie dazu auf eine Leiter steigen müssen.

Checkliste Sicherheit beim Putzen

Besitzen Sie einen Stufenhocker?

Tragen Sie festes Schuhwerk,
wenn Sie auf die Leiter steigen?

Überprüfen Sie vor jeder Benutzung,
ob die Leiter bzw. die Steighilfe in Ordnung ist?

GettyImages/StockPlanets

Garten und Balkon

Es gibt für viele nichts Schöneres, als Zeit auf dem Balkon oder im Garten zu genießen.
Noch entspannender wird es, wenn Sie ein paar zentrale Sicherheitsaspekte beachten.

Tipps für sichere Gänge und Treppen:

- Von Laub befreite Gehwege verringern die Sturzgefahr.
- Wichtig ist eine gute Beleuchtung zwischen Haustür und Gartentor sowie auf Treppen – vor allem, wenn sie in außen liegende Kellerabgänge führen.
- Gartenarbeit strengt an. Legen Sie deshalb regelmäßig Pausen im Schatten ein und trinken Sie ausreichend Wasser. Organisieren Sie sich gegebenenfalls Unterstützung bei schweren Tätigkeiten.
- Sichere Gartenmöbel: Im Klappsessel oder Liegestuhl lässt sich der Sommer genießen. Doch auch wenn es unwahrscheinlich erscheint, Verletzungen beim Auf- oder Umstellen von faltbaren Campinghockern, klappbaren Gartenstühlen oder verstellbaren Sonnenliegen sind keine Seltenheit. Gartenmöbel müssen standsicher sein und sollten keine Rollen haben.

Checkliste Garten und Balkon

Schließen Sie Fenster und Balkontüren, wenn Sie Ihr Zuhause verlassen?

Ist die Türschwelle zum Balkon bzw. Garten niedrig?

Sorgen Sie für ausreichende Beleuchtung zwischen Gartentor und Eingangstür?

Machen Sie bei der Gartenarbeit regelmäßig Pause?

Bleibt der Gartengrill auch nach dem Grillen im Freien?

Sind Ihre Gartenmöbel standfest und sicher?

GettyImages/Sergiy1975

Sicherheit auf allen Wegen

Auch in der unmittelbaren Wohnumgebung, etwa auf dem Weg zum Einkaufen oder beim Spazierengehen, können Unfälle passieren. Typische Gefahrenquellen auf Gehwegen sind nasses Laub im Herbst oder Schnee und Glatteis im Winter. Schuhe mit rutschfesten Sohlen, griffigem Profil und niedrigen Absätzen sind ein guter Schutz gegen Stürze. Ein Gehstock (im Winter am besten mit Eisdorn) ist oftmals eine hilfreiche Stütze. Nicht immer ist der kürzeste Weg der sicherste.

Nehmen Sie auch längere Wege in Kauf, um Gefahrenstellen (z. B. ungesicherten Straßen-übergängen oder ungesäuberten Wegen) auszuweichen.

Sichtbar bei Dämmerung und Dunkelheit

Bei schlechten Sichtverhältnissen können Kfz-Lenker:innen Fußgänger:innen oft erst sehr spät erkennen. Tragen Sie deshalb helle Kleidung, am besten mit reflektierendem

Material, oder bringen Sie zusätzlich Reflektoren an Taschen oder Kleidung an, um für Autofahrer:innen rechtzeitig sichtbar zu sein.

Das Wichtigste immer zu Hause haben

An Tagen mit extremen Witterungsbedingungen wie Glatteis oder Sturm ist es angenehmer, zu Hause zu bleiben. Das geht aber nur, wenn Sie die wichtigsten Lebensmittel, Medikamente und Heizmaterial vorrätig haben. Eine gute Alternative zum Einkaufengehen ist die Hauszustellung. Damit können Sie Schlechtwetter bequem zu Hause abwarten.

In Ruhe einkaufen

Gehen Sie am besten nicht zu den Stoßzeiten einkaufen, sondern in den frühen Nachmittagsstunden. Erleichtern Sie sich das Einkaufen durch eine Einkaufstasche mit Rollen, einen sogenannten Trolley. Den können Sie bequem hinter sich herziehen.

Checkliste Sicherheit auf allen Wegen

Tragen Sie niedrige Schuhe mit rutschfestem und griffigem Profil?

Nehmen Sie den sichersten Weg, auch wenn er nicht der kürzeste ist?

Benützen Sie im Winter einen Eisdorn für Ihren Gehstock?

Ist Ihre Kleidung hell und mit Reflektoren versehen?

Bewegung

Wer rastet, der rostet und wird anfälliger für Unfälle. Sich schmerz- und beschwerdefrei bewegen zu können, trägt immens zur Lebensqualität bei. Sie müssen nicht Leistungssport betreiben, aber tägliche Bewegung hält fit und trainiert Gleichgewichtssinn, Geschicklichkeit und Gelenkigkeit.

Eine trainierte Muskulatur beugt Kreuzschmerzen vor.

Unmerklicher Knochenabbau

Ab dem 40. Lebensjahr verliert man jedes Jahr ein Prozent seiner Muskelmasse, wenn man nichts dagegen tut. Sie müssen aber nicht unbedingt ins Fitnesscenter, um Ihre Muskulatur zu beschäftigen und zu kräftigen. Auf der Internetseite www.seniorinnen.wien finden Sie

verschiedene Bewegungsangebote. In einer Gruppe macht Bewegung gleich mehr Spaß und man motiviert sich gegenseitig.

Bewegung ist wichtig

Gehen Sie regelmäßig spazieren. Wenn Ihre Knie es zulassen, benützen Sie die Treppe anstatt des Lifts. So halten Sie Ihren Kreislauf in Schwung.

Sie können es auch mit Nordic Walking versuchen. Die Verwendung der Stöcke entlastet Ihre Gelenke, zugleich werden die Muskeln an Armen und Beinen trainiert. Mit einem Hometrainer oder einem Fahrrad kräftigen Sie Ihre Muskeln, ohne die Gelenke stark zu beanspruchen. Ihre Kraft und Ausdauer können Sie z. B. durch Schwimmen verbessern.

Besprechen Sie mit einer ärztlichen Fachperson, welche Bewegungsform für Sie in Frage kommt.

Checkliste Bewegung

Betätigen Sie sich regelmäßig körperlich?

Treiben Sie Sport?

Nehmen Sie manchmal die Treppe, obwohl es einen Lift gibt?

Medikamente

In jedem Haushalt befinden sich Medikamente für Notfälle, aber auch zur regelmäßigen Einnahme. Ihre Medikamente können lebensnotwendig sein, sie wurden Ihnen mit Bedacht verschrieben. Gehen Sie daher sorgfältig mit Ihren Medikamenten um.

Ordnung halten

Es empfiehlt sich, Arzneimittel in einem versperrbaren Schrank aufzubewahren. Räumen Sie den Schrank regelmäßig auf. Geben Sie angebrochene Packungen von Medikamenten, die Sie nicht mehr benötigen, ohne Schachtel in Ihrer Apotheke ab. Bewahren Sie Arzneimittel immer in der Packung auf. Der Beipackzettel sollte griffbereit sein.

Medikamente mögen keine hohen Temperaturen

Meist müssen Medikamente bei Zimmertemperatur gelagert werden, manches gehört in den Kühlschrank.

Medikamente haben ein Ablaufdatum

Kontrollieren Sie ihre (Notfall-)Medikamente darum regelmäßig und entsorgen Sie abgelaufene Arzneien in der Apotheke.

Medikamentenspender geben Sicherheit

Wenn Sie regelmäßig Medikamente einnehmen müssen, bewährt sich ein sogenannter Medikamentenspender. Diesen gibt es mit entsprechenden Unterteilungen für einen Tag, aber auch für eine Woche. Damit haben Sie immer die Kontrolle, ob Sie auch alle Tabletten eingenommen haben. Die Apotheken bieten die Befüllung dieser Spender mit Ihren Medikamenten als Service an. Wenn Sie nicht mehr so gut sehen, lassen Sie sich in Ihrer Apotheke beraten.

Einnahmevorschriften beachten

Es gibt Medikamente, die man auf nüchternen Magen nehmen muss, andere dürfen nicht gemeinsam mit Milchprodukten eingenommen werden. Die genauen Einnahmevorschriften erfahren Sie vom ärztlichen Fachpersonal.

Checkliste Medikamente

Sind Ihre Medikamente in einem versperrbaren Schrank aufbewahrt?

Kontrollieren Sie regelmäßig das Ablaufdatum Ihrer Medikamente?

Verwenden Sie einen Medikamentenspender?

Wissen Sie über die Einnahmevorschriften Ihrer Medikamente genau Bescheid?

GettyImages/cruphoto

Notrufsysteme

Sie fühlen sich wohl und geborgen in Ihren eigenen vier Wänden. Aber was, wenn Sie durch eine plötzliche Unpässlichkeit oder einen Sturz nicht über das Telefon Hilfe holen können?

Rasche Hilfe dank Senior:innen-Notruf

Mit diesem technischen Helferlein am Handgelenk können Sie per Knopfdruck eine Zentrale alarmieren. Per Freisprecheinrichtung wird abgeklärt, ob es sich um einen Fehlalarm handelt, ob eine Vertrauensperson informiert werden soll oder ob ein Rettungseinsatz notwendig ist.

Sie zahlen für das Notrufsystem eine einmalige Anschlussgebühr sowie eine monatliche Miete. Diese Kosten sind je nach Anbieter und Leistungsumfang unterschiedlich. Notrufanlagen werden von verschiedenen Hilfsorganisationen

(z. B. Arbeiter-Samariter-Bund, Rotes Kreuz, Hilfswerk, Die Johanniter, Caritas) und von gewerblichen Anbietern angeboten.

Das FSW-Kund:innentelefon unter der Nummer 01 24 5 24 informiert Sie gerne über dieses Angebot. Nützen Sie es, es kann Ihr Leben retten.

Ihr Handy für den Notfall

Moderne Handys für Senior:innen sind mit einer Notruftaste ausgestattet. Damit haben Sie im Fall des Falles eine schnelle Verbindung mit Personen, die Sie vorher persönlich festgelegt haben. Über Kosten und Modelle informieren alle privaten Anbieter.

Fonds Soziales Wien

Der Fonds Soziales Wien (FSW) fördert und vermittelt für alle Wiener:innen die Unterstützung, die sie brauchen. Zusammen mit rund 170 Partnerorganisationen sorgt der FSW dafür, dass jährlich rund 145.000 Menschen mit Pflege- und Betreuungsbedarf oder mit Behinderung sowie wohnungslose Menschen rasch leistbare Hilfe bekommen.

FSW-Kund:innentelefon 01 24 5 24
Wählen Sie die Nummer 01 24 5 24 für Informationen und Beratung zu Leistungen der Pflege und Betreuung in Wien – auch an Sonn- und Feiertagen von 8 bis 20 Uhr.

Weitere Informationen sowie alle Adressen und Hinweise zur Erreichbarkeit mit öffentlichen Verkehrsmitteln finden Sie auch im Internet unter **www.fsw.at**.

Wien für Senior:innen
Fonds Soziales Wien

Für die Stadt Wien

Senior:innenbeauftragte der Stadt Wien

Als Vermittlerin zwischen Gesellschaft, Stadt und Politik ist die Wiener Senior:innenbeauftragte das Sprachrohr der aktiven Wiener:innen in der nachberuflichen Lebensphase. Gemeinsam mit ihrem Team tritt Sabine Hofer-Gruber für die Anliegen der Wiener Senior:innen ein.

Sicherheit beginnt zu Hause, ist aber auch außerhalb der eigenen vier Wände wichtig. Die Wiener Senior:innenbeauftragte ist mit den Institutionen und Organisationen der Stadt, die für Ihre Sicherheit sorgen, im ständigen Austausch. Gemeinsam setzen wir Maßnahmen, wie zum Beispiel Informationsveranstaltungen, um das Sicherheitsgefühl der Wiener Senior:innen nachhaltig zu stärken.

Weitere Informationen der Senior:innenbeauftragten der Stadt Wien finden Sie im Internet unter **www.seniorinnen.wien**.

Häuser zum Leben | Für die Stadt Wien

Häuser zum Leben

In den 30 Häusern zum Leben werden rund 9.000 Senior:innen betreut. Mit rund 6.400 Wohn- und 2.400 Pflegeplätzen in fast allen Wiener Gemeindebezirken sowie den 150 Pensionist:innenklubs für die Stadt Wien sind die Häuser zum Leben österreichweit der größte Anbieter für Senior:innenbetreuung. Mehr als 4.800 Mitarbeiter:innen sorgen mit höchster Fachkompetenz und viel Engagement für das Wohl der Bewohner:innen.

Weil jede:r Senior:in etwas anderes braucht, sind alle Betreuungs- und Pflegeleistungen in den Häusern zum Leben auf den individuellen Bedarf abgestimmt. Der Bogen spannt sich vom Wohnen in der nach eigenem Geschmack eingerichteten Wohnung („Unterstütztes Wohnen“) über individuelle Betreuung („Betreutes Wohnen“) bis zur intensiven Pflege rund um die Uhr („Gepflegt. Wohnen“).

Ganz nach dem Motto: „So viel Selbstständigkeit wie möglich. So viel Unterstützung wie nötig. In den Wiener Pensionisten-Wohnhäusern wohnen, arbeiten und leben wir miteinander.“

Tel.: +43 1 313 99-0
Internet: www.haeuserzumleben.at

Kuratorium für Verkehrssicherheit

Das Kuratorium für Verkehrssicherheit (KFV) setzt sich seit seiner Gründung im Jahr 1959 für die Erhöhung der Sicherheit in Österreich ein. Der Tätigkeitsbereich umfasst den Eigentumsschutz sowie die Prävention von Unfällen im Straßenverkehr, im Haushalt, in der Freizeit und im Sportbereich. Keine andere Organisation in Österreich deckt in puncto Sicherheit ein so breites Themenspektrum ab. Als unabhängiger Verein ist das KFV ausschließlich der Erhöhung der Sicherheit verpflichtet.

Unser Ziel ist die Reduktion von Unfällen und die Erhöhung der Sicherheit in allen Lebensbereichen. Der Bereich Eigentumsschutz engagiert sich für die Prävention von Einbrüchen, Bränden und anderen Schadensereignissen. Wir vermindern sowohl menschliches Leid als auch volkswirtschaftliche Kosten und erhöhen damit die Lebensqualität der Bevölkerung. Wir berücksichtigen alle Altersklassen, sozialen Schichten, Ethnien und regionale Unterschiede.

Adresse: Schleiergasse 18, 1100 Wien
Tel.: 05 770 77-0
Internet: www.kfv.at

Notizen

Fördert. Stärkt. Wirkt.

01 24 5 24 | www.fsw.at |