

SICHER WOHNEN IM ALTER

Jederzeit wissen, dass es Angehörigen gut geht – ein neues SmartHome-System macht es möglich.



Wer kennt sie nicht, die Geschichten von Menschen, die nach Krankheit oder Sturz erst nach Stunden oder gar Tagen in ihrer Wohnung gefunden werden. Neue Technik für daheim sorgt jetzt im Bedarfsfall für schnelle Hilfe.

Die meisten Menschen wollen gern so lange wie möglich zu Hause leben. inviSa@Home ist ein von der AOK Rheinland-Pfalz/Saarland gefördertes Projekt, das dies möglich macht: In der Wohnung werden in Absprache mit den Bewohnern Sensoren angebracht, die Ungewöhnliches erkennen, etwa wenn lange keine Bewegung in der Wohnung ist – obwohl diese nicht verlassen wurde. Lange offen stehende Türen werden ebenso erkannt wie Wasserlecks. Funksteckdosen melden, wenn Geräte gegen jede Gewohnheit nicht genutzt werden. Zudem werden mehrere Hilferuf-Knöpfe eingesetzt. Karin Bollbach (69) aus Saarbrücken nimmt freiwillig am Projekt „inviSa@Home“ teil. Wir haben sie gefragt, wie sie sich dabei fühlt.

Wie haben Sie vom inviSa@Home-Projekt erfahren und warum haben Sie sich angemeldet?

Ich habe von einer guten Bekann-

ten, der Mutter meines Apothekers, von dem Projekt erfahren. Und dann habe ich vom Apotheker die inviSa@Home-Telefonnummer bekommen. Dort habe ich dann angerufen, weil ich mich einfach nicht mehr sicher gefühlt hatte: Mein Mann war gestorben, meine Mutter ebenfalls – ich war allein und dann in Rente, das war ein Problem für mich. Doch jetzt fühle ich mich schon deutlich sicherer, vor allem durch den Inaktivitätsalarm – wenn man also mal da liegt und sich nicht rühren kann, dann kommt Hilfe.

Haben Sie Bedenken, dass Ihnen etwas passieren könnte, dass Sie beispielsweise fallen könnten?

Ich bin eine Zeit lang viel gefallen, wenn ich mit dem Hund draußen war. Da habe ich mir schon Gedanken gemacht. Ich hatte mich dann bei der Sturzprophylaxe angemeldet, das findet einmal in der Woche statt. Und ich bin zum Rehasport gegangen, zweimal die Woche – das geht seit Corona nur noch einmal wöchentlich.

Aber das hilft mir schon. Die Muskulatur wird aufgebaut, ich kann einfach besser hantieren. Und mit dem Hund gehe ich jetzt nur noch über Wiesen mit ebenem Untergrund. Ich merke, dass es deutlich besser geworden ist. Momentan habe ich nur noch ein Problem mit dem Bücken, weil ich Angst habe, ich komme nicht mehr hoch. Es ist zwar schon besser geworden, aber es bleibt halt die Angst, wenn du gestürzt bist und dir womöglich etwas gebrochen hast: Wie kommst du wieder hoch? Wer kann dir helfen?

Welche Erwartungen haben Sie an das bei Ihnen eingesetzte BeHome-System?

Ich habe gerade auch bei meiner ehemaligen Arbeit auf der Pflegestation immer wieder mal von Fällen gehört, dass Leute zwei, drei Tage in ihrer Wohnung lagen und nicht gefunden wurden. Davor habe ich Angst, dass ich bewegungsunfähig da liege, mein Hund bekommt nichts zu fressen, und keiner kriegt das mit. In dem Moment



Alarm auslösen zu können, das ist mir wichtig. Als ich von der intelligenten Steckdose im inviSa@Home-Projekt erfuhr, die eine Meldung schickt, wenn ich mir morgens mal keinen Kaffee mache, bin ich hellhörig geworden. Ohne meinen Kaffee am Morgen geht bei mir ja gar nichts.

Sie haben Verwandte und Nachbarn auf die Liste der in Notfällen anzurufenden Personen gesetzt. Wie haben diese auf Ihre Anfrage reagiert?

Es hat eigentlich keiner irgendetwas dazu gesagt. Ich habe ihnen nur mitgeteilt, sie sollen mich einfach mal zu-

rückrufen, wenn sie einen Anruf von dem BeHome-Notfallsystem bekommen. Dann können sie fragen, ob was mit mir ist oder ob es ein Fehlalarm war – mehr war nicht. Und wenn ich dann nicht drangehe, sollen sie eben vorbeikommen – einen Schlüssel haben ja alle, die auf der Liste stehen. Oder sie rufen direkt einen Notarzt.

Wie sind Ihre Erfahrungen im Umgang mit moderner Kommunikationstechnik, wie beispielsweise Smart-Phone oder Tablet?

Ich habe schon viel mit dem Computer gearbeitet, Dokumentationen geschrieben oder Gespräche dokumentiert, Pflegevisiten gemacht – also ich kenne mich schon einigermaßen aus. Ich kann nur nicht installieren, das ist mir zu hoch.

Sie könnten mit Ihrem Tablet auch Videosprechstunden mit ihrem Arzt verabreden und durchführen. Wäre das für Sie von Bedeutung?

Das wäre was – weil man ja nicht weiß, wie es mit Corona weitergeht. Da muss ich nicht unbedingt noch ins Wartezimmer gehen, obwohl es im Moment ja nicht voll ist. Das muss man sich im Moment nicht antun. Aber ich habe darüber noch nicht mit meinem Hausarzt gesprochen.

Wie wichtig ist Ihnen die ebenfalls mögliche Videotelefonie?

Das werde ich demnächst in jedem Fall mal ausprobieren, mit meiner Schwester in Kanada.

Sie können in das BeHome-System auch einen Hausnotruf integrieren lassen. Ist das eine Option für Sie?

Im Moment ziehe ich dieses System vor, wie ich es jetzt habe: Man kennt die Leute die anrufen oder vorbeikommen – das ist mir schon lieber.

Sie haben das BeHome-System jetzt seit einigen Wochen. Wie geht es Ihnen damit?

Noch ist nichts passiert, sodass ich das System bisher nicht brauchte. Aber ich fühle mich schon sehr viel sicherer damit.

Die Teilnahme am inviSa@Home-Projekt ist für ein Jahr kostenlos, danach betragen die Kosten 29 Euro pro Monat – allerdings nur für Projektteilnehmer. Können Sie sich vorstellen über das Projektjahr hinaus das BeHome-System zu nutzen? Auf jeden Fall.

inviSa@Home – ein Saarlandprojekt für ein langes Leben zu Hause

→ Das vom saarländischen Wirtschaftsministerium, der saarländischen Wohnungswirtschaft und der AOK Rheinland-Pfalz/Saarland geförderte Projekt **inviSa@Home – intelligent vernetzt im Saarland** wird von Kooperationspartner AAL Netzwerk Saar e.V. und dem Berliner Unternehmen BeHome seit Anfang 2020 aktiv durchgeführt – obwohl auch inviSa@Home durch die Entwicklungen rund um das Virus Sars-CoV-2 für Monate ausgebremst wurde. Seit Juni 2020 finden unter Einhaltung von Hygieneanforderungen wieder Präsentationen, Beratungen und technische Einrichtungen statt. Installiert werden (ohne Bohren und Hämmern, nur mit zuverlässigen Klebelösungen) Sensoren, Infrarot-Bewegungsmelder, Notrufknöpfe – gesteuert von einer Basisstation und einem 10-Zoll-Tablet. Damit ist es möglich, mit den Angehörigen per Videotelefonie zu kommunizieren oder Videosprechstunden mit Ärzten oder Apothekern durchzuführen. BeHome legt bei der technischen Ausstattung besonderen Wert auf Bedienerfreundlichkeit. Auch wer noch nie mit Smartphone oder Computer zu tun hatte, soll mit der Technik zurechtkommen – dafür nehmen sich qualifizierte Mitarbeiter Zeit und erklären Ihnen das BeHome-System vor Ort. Gesucht werden Menschen in Saarbrücken, Saarlouis und Lebach, die gerne ein Jahr kostenlos am Projekt teilnehmen wollen.

Weitere Informationen unter: **invisa-at-home.de** oder telefonisch unter: **0681 4109-6415**