

CHECKLISTE FÜR SENIORENGERECHTES WOHNEN

— Broschüre Nr. 2 —

Unsere **99** Punkte-Checkliste
für komfortables, betreutes Wohnen – jetzt und im Alter



CHECKLISTE

„Komfortables, betreutes Wohnen – jetzt und im Alter“

Hauszugang / Wohnungseingang

- Hausnummer und Namensschild gut erkennbar
- Sprechanlage
- Elektrische Türöffner für Haus- und Wohnungstür, von Bett oder Wohnzimmerstuhl aus bedienbar, mit Gegensprechmöglichkeit
- Lichtsignalanlage für Schwerhörige als optische Verstärkung der Klingel
- Gut hörbare Klingel (z. B. Zweiton-Gong)
- Türsicherung
- Sicherung der Wohnungstür (z. B. Kastenriegelschloss, Weitwinkelspion)
- Wetterschutz vor der Haustüre
- Leichtgängige Haustüre
- Handlauf für die Eingangsstufen

Beleuchtung

- Ausreichende Beleuchtung in allen Räumen
- Lichtschalter am Bett, der liegend erreichbar ist
- Bewegungsmelder, zumindest in fensterlosen Räumen und für nächtliche Wege, z. B. Bett – Toilette
- Zuschaltung der Außenbeleuchtung mit Bewegungsmelder mit ausreichender Beleuchtungszeit

Balkon und Terrasse

- Schwellenfreier Zugang
- Handläufe und Stützgriffe
- Erhöhung des Geländers, wenn Balkonboden erhöht wird

Treppen

- Durchgehende Handläufe auf beiden Seiten der Treppe und 30 cm über die Treppe hinausreichend
- Griffsichere Handläufe (nicht zu dick, zu glatt, zu dünn, zu kantig, keine Kordel)
- Optimale Beleuchtung, Bewegungsmelder
- Bei selbstständig abschaltender Beleuchtung: ausreichende Beleuchtungszeit
- Stufen müssen fest und unbeschädigt sein
- Rutschhemmender Stufenbelag
- Klares optisches Abheben der Stufen
- Bodengleiche Fußmatte (Abstreifer)
- Treppenlift für Personen und Lasten (z. B. Waschkorb, Getränkekästen)
- Rampen oder Hublifter für Rollstühle und Gehwagen
- Treppenraupe zur Beförderung eines Rollstuhls

Wohnraum

- Anpassung der Höhe der Möbel (Stühle, Sessel, Tische)
- Sitzgelegenheiten mit Aufstehhilfe, feste Polster
- Körpergerechte Sitzmöbel mit Arm- und Nackenstütze
- Einrichtung eines Lieblingsplatzes in Fensternähe mit Blick nach draußen
- Gut erreichbare Ablage neben dem Liebessitzplatz
- Stützgriffe
- Rollläden und Markisen elektronisch

Schlafbereich

- Anpassung der Betthöhe, in der Regel höher
- Lattenrost mit elektrisch verstellbarem Kopf- und Fußteil
- Pflegebett bei Pflegebedürftigkeit
- Schaffung von mehr Platz am Bett (Platz zum Ein-/Aussteigen, zur Pflege)
- Körpergerechte Matratze, gegebenenfalls Antidekubitusmatratze
- Ablage neben dem Bett
- Abstützmöglichkeit, z. B. Bügelstütze zum Hochklappen
- Lichtschalter neben dem Bett

Küche

- Höherstellen von Küchengeräten (z. B. Kühlschrank, Backofen, Geschirrspülmaschine)
- Oberschränke niedriger anbringen, absenkable Wandschränke
- Schaffung eines Arbeitsplatzes zum Sitzen (niedriger als normale Arbeitsflächen)
- Unterfahrbare Arbeitsbereiche, z. B. für Rollstuhlfahrer
- Sichere und leicht zu bedienende Armaturen, Sensorbedienung
- Wasserhahn erreichbar machen, z. B. durch Umbau nach vorne
- Leichtgängige Schübe
- Herdzeitschaltuhr (Herd schaltet sich z. B. nach 20 Minuten ab, auch wenn der Benutzer das Abschalten vergisst) oder Induktionsherd
- Hilfsmittel (Greifhilfen, Esshilfen, z. B. Besteck mit verstärkten Griffen)
- Stehhilfe: Höherer Hocker, der das Arbeiten an der Arbeitsfläche und das Aufstehen erleichtert
- Einlegeböden aus Glas in Oberschränken: gelagerte Gegenstände sind von unten sichtbar
- Sinnvolles Bestücken der Schränke: Alltagsgebrauchsgegenstände sind ohne Bücken und ohne Steigen erreichbar.

Badezimmertür

- Türentriegelung auch von außen möglich
- Türöffnung nach außen
- Türverbreiterung
- Schiebetür
- Schwellenfrei

Waschbecken

- Unterfahrbarmachen des Waschbeckens für Rollstuhl oder Toilettenstuhl
- Spiegel in passender Höhe, eventuell kippbar
- Sitzmöglichkeit vor Waschbecken und Spiegel
- Armatur sensorgesteuert, zumindest leicht bedienbar

Badewanne und Dusche

- Badewannenlifter
- Duschsitz (an der Wand befestigt oder als Duschhocker)
- Aufkleber am Wannen- bzw. Duschboden (Verminderung der Rutschgefahr) oder sichere Badematte
- Badewannensitz (evtl. schwenkbar als Einstiegshilfe) zur Erleichterung beim Aufstehen oder Sitzbadewanne
- Badebrett als Sitzmöglichkeit zum Auflegen auf die Wanne
- Einbau einer bodengleichen Dusche
- Spritzschutz für die untere Hälfte der bodengleichen Dusche
- Pflege von außerhalb der Dusche ermöglichen
- Funktionierender Überlaufschutz

Toilette

- Einbau einer erhöhten Toiletten-Schüssel zur Erleichterung des Aufstehens
- Armlehnen, im Aufsatz integriert oder als Stützgriffe
- Spülung sensorgesteuert oder ferngesteuert
- Komfort-Toilette mit Vaginal- und Analdusche, Fön, beheizbarem und höhenverstellbarem Sitz und weiteren Komfort- und Sicherheitselementen
- Toilettenpapier erreichbar ohne Verrenkung
- Ausreichend Platz vor und neben der Toilette

Sanitärbereich

- Rutschhemmender Belag für den Boden
- Einstiegs- und Stützgriffe für Wanne und Dusche
- Austausch des Handtuchhalters und der Duschstange gegen stabile Haltegriffe zum Festhalten
- Sichere, erreichbare und leicht zu bedienende Armaturen, Sensorsteuerung
- Ausreichend Bewegungsraum
- Ausreichende Ablageflächen in Greifhöhe
- Zusatzheizung
- Verbrühschutz

Sichern der Wohnung und beseitigen von Hindernissen

- Beseitigung von Schwellen und Stolperfallen
- Nichts im Weg liegen oder stehen lassen
- Türverbreiterung
- Am Boden verlaufende Kabel vermeiden, z. B. durch zusätzliche Steckdosen
- Rutschfeste Bodenbeläge, Befestigung von Teppichen
- Handläufe, Griffe, Abstützmöglichkeiten
- Standsichere Möbel
- Fenstergriffe, Lichtschalter, Türdrücker erreichbar machen, z. B. durch Verlängerung
- Ausreichend Bewegungsfläche schaffen
- Installation einer Notrufanlage
- Installation eines (zweiten) Telefonanschlusses z. B. neben dem Bett
- Telefon mit großer Tastatur
- Installation eines Telefons mit Spezialfunktionen (Hörverstärker, Freisprecheinrichtung)

Gerne informieren wir Sie zu weiteren Aspekten!

„Komfortabel wohnen – jetzt und im Alter“

Wir freuen uns auf Ihren Anruf!



Ihre Ansprechpartner:

Wolfram Sailer | Sven Heuschele
Heuschele Immobilien
Mergenthaler Straße 22
74321 Bietigheim-Bissingen
Telefon: (07142) 91 44 - 0