

Checkliste Wohnraumanpassung

Bitte ankreuzen!

Beseitigung von Hindernissen in allen Wohnbereichen

- keine Stolperfallen: statt Kabelsalat zusätzliche Steckdosen fachmännisch installieren
- rutschfester Bodenbelag, Teppiche befestigen
- ausreichend Beleuchtung in ALLEN Räumen
- Handläufe, Griffe, Abstützmöglichkeiten an sinnvollen Orten montieren
- Beseitigung von Schwellen, schmale Türen verbreitern
- standsichere, stabile Möbel
- Fenstergriffe und Lichtschalter runter setzen, ggf. auch „Türdrückerverlängerung“
- auf genügend Bewegungsfläche vor und zwischen den Möbeln achten

Hauszugang

- Hausnummer und Namensschild gut lesbar gestalten
- Sprechanlage
- Wetterschutz vor der Haustür
- leichtgängige Haustür
- Außenbeleuchtung mit Bewegungsmelder
- Handlauf für die Eingangsstufen

Treppen

- Handlauf auf beiden Seiten der Treppe anbringen und 30 cm überstehen lassen
- Treppenlift
- bei selbstständig abschaltender Intervallbeleuchtung ausreichende Beleuchtungszeit auch für langsame Personen bedenken
- Rampen für Rollstühle und Rollatoren
- ausgetretene Stufen reparieren
- rutschhemmender Stufenbelag
- klares optisches Abheben der Stufen durch Klebestreifen
- Sitzmöglichkeit auf dem Podest zum Ausruhen

Eingangsbereich der Wohnung/ Flur

- Sicherung der Wohnungstür (z.B. Weitwinkelspion)
- elektrische Türöffner, evtl. von Bett oder Sessel aus bedienbar, mit Gegen-sprechmöglichkeit
- gut hörbare Klingel (z.B. Zweitton-Gong)
- Lichtsignalanlage für Schwerhörige optische Verstärkung der Klingel
- bodengleiche Fußmatte (Abstreifer)



Balkon und Terrasse

- schwellenfreier Zugang
- Erhöhung des Geländers, wenn der Balkonboden erhöht wird
- Stütz- oder Haltegriffe
- Rollläden und Markisen motorisch unterstützt

Wohnbereich

- Anpassung der Möbelhöhe (Stühle, Sessel, Tische)
- Sitzgelegenheiten mit Aufstehhilfe
- körpergerechte Sitzmöbel mit Arm- und Nackenstütze
- Einrichtung eines Lieblingsplatzes in Fensternähe und gut erreichbarer Ablage
- Installation eines Telefons mit Hörverstärker und Freisprecheinrichtung
- Installation einer Notrufanlage

Kochbereich/ Küche

- leicht gängige Schübe zum übersichtlichen Verstauen
- Höherstellen von Küchengeräten zur besseren Bedienbarkeit
- Schaffung eines Arbeitsplatzes um Sitzen
- Oberschränke tiefer anbringen oder mit hydraulischen Schrankeinsätzen versehen und Einlegeböden aus Glas, damit Gegenstände auch von unten sichtbar sind
- sichere und leicht bedienbare Armaturen
- Herdzeitschaltuhr/Herüberwachung/Hitzewache

Schlafbereich

- Anpassung der Betthöhe, Lattenrost mit elektrisch verstellbarem Kopf- und Fußteil
- Anschaffung eines Pflegebettes oder – rahmens bei Pflegebedürftigkeit
- mehr Platz vor und neben dem Bett schaffen
- körpergerechte Matratze, ggf. Anti-Dekubitusmatratze
- ausreichend große Ablage neben dem Bett
- Abstützmöglichkeit, z.B. Bügelstütze zum Hochklappen
- Lichtschalter neben dem Bett/Installation eines Telefonanschlusses neben dem Bett

Sanitärbereich

Allgemein

- Badezimmertür breit genug, nach außen öffnend und Entriegelung von außen möglich, alternative Schiebe- oder Raumspartür
- Einstiegs- und Stützgriffe für Wanne und Dusche
- Austausch des Handtuchhalters und der Duschstange gegen stabile Haltegriffe zum Festhalten

ZukunftsWerkstatt Gesundheit & Pflege e.V.

im Landkreis Diepholz



- sichere und leicht zu bedienende Armaturen, Verbrühschutz
- ausreichende Ablagefläche in Greifhöhe
- Hilfsmittel wie Toilettenstuhl oder Duschhocker
- rutschhemmender Belag für den Boden

Badewanne und Dusche

- Badebrett als Sitzmöglichkeit auf dem Wannenrand
- Badewannensitz
- Badewannenlifter
- Verminderung der Rutschgefahr durch Aufkleber am Wannen- und Duschboden
- rutschfeste bzw. gummierte Badematte
- Einbau einer ebenerdigen Dusche
- Spritzschutz für die untere Hälfte der bodengleichen Dusche, um eine Pflege von außerhalb der Dusche zu ermöglichen
- Duschklappsitz/Duschstuhl/Duschhocker
- funktionierender Überlaufschutz

WC

- Toilettenaufsatz zur Erleichterung des Aufstehens
- Armlehnen/Haltegriffe/schwenkbar

Waschbecken

- Waschbecken unterfahrbar für Rollstuhl oder Toilettenstuhl
- Spiegel in passender Höhe anbringen, ggf. Kippspiegel anbringen
- Sitzmöglichkeit vor Waschbecken und Spiegel

Sprechen Sie uns bitte an!

Wir beantworten gern Ihre Fragen!