

Checkliste – Anpassungsmaßnahmen für seniorengerechtes Wohnen

Ihre Wünsche an das Haus – ein Fragenkatalog

Die Fragen geben Ihnen Anregungen worauf Sie bei den Anpassungsmaßnahmen achten sollten

Allgemeines

- Beseitigung von Stolperfallen z.B. Schwellen
- Rutschfester Teppich
- Griffe und Abstützmöglichkeiten
- Installation einer Notrufanlage
- Türverbreiterung
- Standsichere Möbel
- Gut erreichbare Fenstergriffe, Lichtschalter
- Installation eines Telefons mit Spezialfunktionen (Freisprechanlage, Hörverstärker)
- Gut lesbares und leicht bedienbares Telefon

Hauseingang

- Stufenloser Zugang
- Leicht erreichbarer Briefkasten
- Wetterschutz (Vordach, Windfang)
- Abstellhilfen für Gehhilfen und Einkaufstaschen
- Gut erreichbare Klingel, Sprechanlage
- Helle Ausleuchtung des Eingangsbereichs

Treppen

- Rutschfeste Treppenstufen ggf. mit farbigen Elementen an der Vorderkante
- Ausreichende Beleuchtung
- Handlauf auf beiden Seiten der Treppe und ca. 30 cm hinausreichend
- Treppenlift
- Rampen für Rollstühle und Gehwagen

Checkliste - Suche einer Senioreneinrichtung

Balkon / Terrasse

- Schwellenfreier Zugang
- Stützgriffe und Handläufe
- Greifbares Geländer

Wohnungseingang

- Höheneinstellung des Türspions
- Bewegungsfreiheit
- Gut erreichbare Ablagen für Schlüssel, Post, Kleidung
- Sitzgelegenheit zum An- und Ausziehen von Schuhen
- Gut hörbare Klingel evtl. mit Verstärker
- Lichtsignale zur optischen Verstärkung der Klingel
- Möglichkeit der automatischen Türöffnung

Wohnzimmer

- Anpassung der Möbelhöhe (Stuhl, Sessel, Tisch)
- Standsichere Möbel zum abstützen
- Gut erreichbare Ablagen
- Zusätzliche Steckdosen zur Vermeidung von Stromkabeln als "Stolperfallen"
- Gute Erreichbarkeit der Schränke und Schubladen

Küche

- Schaffung eines Sitzarbeitsplatzes mit verstellbarer Höhe
- Gut erreichbare Oberschränke und Unterschränke mit Schüben
- Gut ausgeleuchteter Arbeitsbereich
- Verstellbare Höhe der Sitzfläche und der Arbeitsfläche
- Einlegeböden aus Glas um gelagerte Gegenstände von unten sichtbar zu machen

Checkliste - Suche einer Senioreneinrichtung

- Gut erreichbare Hilfsmittel
- Ausreichende Arbeitsfläche
- Häufig genutzte Geräte (Herd, Spülmaschine) in der Höhe anpassen

Schlafzimmer

- Frei zugängliches Bett
- Anpassung der Betthöhe
- Lattenrost mit verstellbarem Kopf- und Fußteil
- Ablage neben dem Bett
- Abstützmöglichkeit zum Ein- und Aussteigen
- Lichtschalter neben dem Bett
- Leichte Erreichbarkeit der Schränke

Bad

- Breite, sich nach außen öffnende Badtür ohne Schwelle oder alternativ Schiebetür
- Türverbreitung
- Rutschfester Bodenbelag
- Badewanne mit Haltegriff und -stange
- Einstiegshilfen (Wannenlift)
- Duschsitz
- Höhenverstellbare Halterung für den Duschkopf
- Leicht bedienbare Armaturen
- Bodengleiche Dusche
- Spritzschutz für den unteren Teil der Dusche
- Ablagemöglichkeiten und Handtuchhalter in gewünschter Höhe anbringen

Checkliste - Suche einer Senioreneinrichtung

WC

- Toilettenaufsatz zur Erleichterung des Aufstehens
- Einbau einer erhöhten WC Schüssel
- Stützgriffe
- Gut erreichbarer Toilettenpapierhalter

Waschbecken

- Spiegel in passender Höhe anbringen
- Kippbarer Spiegel
- Sitzmöglichkeit vor Waschbecken und Spiegel
- Höheneinstellung des Waschbeckens

Sonstiges
