

# CHECKLISTE

## Altersgerechtes Wohnen



© Robert Kneschke@Fotolia.com

Wer altersgerecht wohnen möchte, sollte sich genau überlegen, welche Maßnahmen für welchen Wohnbereich sinnvoll sind. In dieser Checkliste sind die wichtigsten Punkte vermerkt.

Für zusätzliche Informationen kontaktieren Sie bitte die Dienststelle für Personen mit Behinderung (Tel.: 080 / 229 111) oder Eudomos - Ihr häuslicher Begleitdienst (Tel.: 087 / 590 590).



	Ja	Nein
<b>Balkon/Terrasse</b>		
Ist der Übergang schwellenlos?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist die Balkontür auch im Sitzen leicht zu öffnen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist ein guter Wind- und Sonnenschutz vorhanden?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Technik</b>		
Sind die Lichtschalter im Sitzen erreichbar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist die gesamte Wohnung (inkl. Flur, Treppe und Arbeitsflächen) gut beleuchtet?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Haben Sie ein Telefon, das seniorenrecht ist?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Besteht die Möglichkeit zur Nutzung eines Hausnotrufsystems?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist die Klingel gut hör- bzw. sichtbar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind eine Gegensprechanlage und ein Türöffner vorhanden?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist die Wohnung mit einem Brandmelder ausgestattet?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Allgemeines</b>		
Sind die Böden rutschfest und eben? (keine Stolperfallen in Form von Kabeln oder Teppichkanten)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist die Wohnung frei von störenden Möbelkanten?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Haben Sie leichten Zugang zu allen Schränken und Ablagen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind Fenster und Türen in allen Räumen leicht zu öffnen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist die Durchgangsbreite der Türen ausreichend? (80-90 cm)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind die Fensterbänke tief genug angelegt, um auch im Sitzen hinausschauen zu können?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Können Sie alle Fenster, Lichtschalter und Türen gut erreichen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Haben Sie ausreichend Abstütmöglichkeiten?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Insofern die meisten Fragen ein „Ja“ als Antwort erhalten haben, erfüllt Ihre Wohnung weitestgehend die Kriterien des altersgerechten Wohnens. Wenn Sie häufig mit „Nein“ antworten mussten, sollten Sie der Frage nachgehen, durch welche Änderungen der Alltag in den eigenen vier Wänden erleichtert werden kann.

Verantwortlicher Herausgeber: Norbert Heukemes, Generalsekretär, Ministerium der Deutschsprachigen Gemeinschaft, Gospertstraße 1, 4700 Eupen

	<b>Ja</b>	<b>Nein</b>
<b>Hauseingang</b>		
Ist der Zugang zum Wohnhaus überdacht und stufenlos?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lässt die Haustür sich leicht öffnen und schließen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist der Fußabtreter rutschfest? (Stolperkanten!)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist die Wohnungstür gesichert?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist die Beleuchtung gut? (evtl. Bewegungsmelder)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Befindet sich der Türspion in der richtigen Höhe?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist der Briefkasten leicht erreichbar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	<b>Ja</b>	<b>Nein</b>
<b>Flur und Treppe</b>		
Gibt es ausreichend Bewegungsfreiraum? (150 cm Radius)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind Flur und Treppe gut zugänglich? (störende Möbel!)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind die Treppenstufen trittsicher? (Gleitschutz)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Haben die Stufen einen Vorsprung, an dem man mit den Füßen hängen bleiben kann?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist das beidseitige Geländer in der richtigen Höhe, durchgehend und griffig?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist die Treppe gerade? (nicht gewandelt!)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Besteht die Möglichkeit einen Treppenlift anzubringen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	<b>Ja</b>	<b>Nein</b>
<b>Küche</b>		
Haben die Schubladen und Türen große, leicht fassbare Griffe?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Befinden sich die Arbeitsgeräte auf der individuell erforderlichen Höhe?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind die Schränke leicht erreichbar? (Genügend Stauraum im Greifbereich)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Haben die Hängeschränke Glasböden? (Durchsicht auf selten benötigte Utensilien)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hat die Spülarmatur einen ausziehbaren Brauseschlauch?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gibt es am Arbeitsplatz Stehhilfen und Sitzmöglichkeiten?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Liegen häufig gebrauchte Arbeitsbereiche in zentraler Lage? (Herd und Spüle)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind die Schalter gut sichtbar? (evtl. auch durch Kontrastmarkierung und/oder ertastbare Kennzeichnung)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist die Arbeitsplatte durchgängig? (Verschieben von schwerem Kochgut ohne Anheben)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Haben Sie eine Herdüberwachung mit Abschaltautomatik?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	<b>Ja</b>	<b>Nein</b>
<b>Wohnzimmer</b>		
Ist der Raum mit einer guten, indirekten Beleuchtung ausgestattet?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist die Licht- und/oder Beschattungssteuerung automatisch?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist der vorhandene Bewegungsfreiraum ausreichend?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Haben Sie leichten Zugang zu den Sitzgelegenheiten?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind ausreichend Steckdosen vorhanden?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	<b>Ja</b>	<b>Nein</b>
<b>Schlafraum</b>		
Ist das Bett von zwei Seiten gut erreichbar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist das Deckenlicht vom Bett aus bedienbar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hat Ihr Bett einen verstellbaren Lattenrost?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist der Schrankraum ausreichend und leicht zugänglich?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	<b>Ja</b>	<b>Nein</b>
<b>Bad</b>		
Öffnet die Badtür nach außen und kann sie im Notfall von außen entriegelt werden?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist das Bad auch mit Gehhilfe oder Rollstuhl gut erreichbar?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist die Sicht auf den Spiegel auch im Sitzen gut?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind evtl. Hindernisse verschiebbar? (ausreichend Bewegungsfreiraum!)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hat die Toilette die richtige Montagehöhe? (mind. 48 cm inkl. Sitz)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist die Dusche bodengleich? (+ evtl. Duschsitz)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind die Leitungen unter Putz verlegt? (Vorbeugung von Verletzungen!)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Haben Sie leicht zu bedienende Armaturen mit Temperaturbegrenzer?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind Haltegriffe für Wanne, Dusche und WC vorhanden?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ist der Bodenbelag von Wannen- und Duschboden rutschsicher?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Besteht die Möglichkeit zur Montage eines Wannenlifts?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kann Ihr Waschbecken auch im Sitzen genutzt werden?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sind die Schalter gut sichtbar? (evtl. auch durch Kontrastmarkierung und/oder ertastbare Kennzeichnung)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>