

Gut Wohnen mit Behinderung - kleine und große Veränderungen



Gut Wohnen mit Behinderung

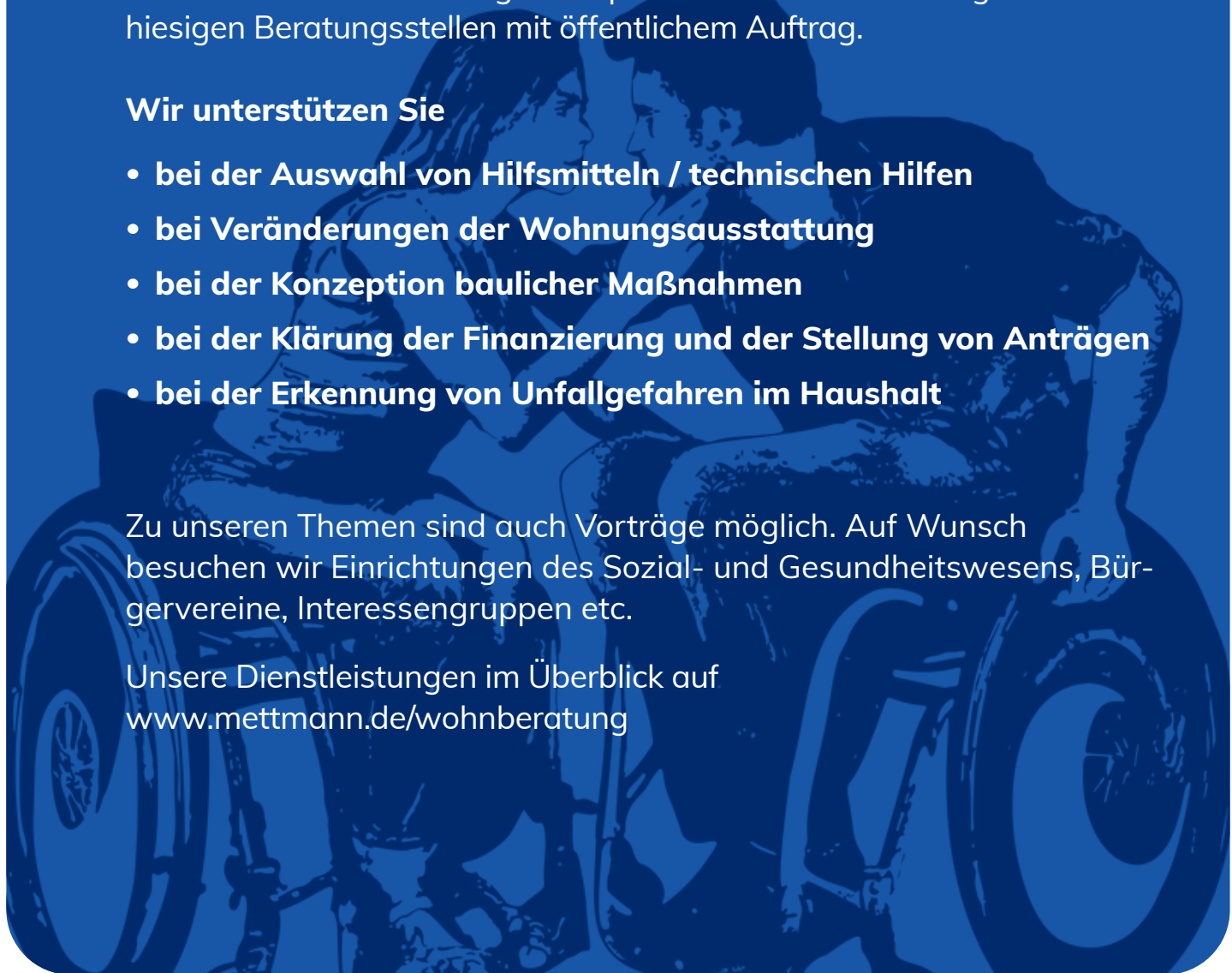
Eine Wohnung kann bei einer Behinderung den Alltag in der einen oder anderen Sache erschweren. Bei der Suche nach passenden Wohnformen und Assistenzleistungen kooperieren wir auf Wunsch gern mit den hiesigen Beratungsstellen mit öffentlichem Auftrag.

Wir unterstützen Sie

- **bei der Auswahl von Hilfsmitteln / technischen Hilfen**
- **bei Veränderungen der Wohnungsausstattung**
- **bei der Konzeption baulicher Maßnahmen**
- **bei der Klärung der Finanzierung und der Stellung von Anträgen**
- **bei der Erkennung von Unfallgefahren im Haushalt**

Zu unseren Themen sind auch Vorträge möglich. Auf Wunsch besuchen wir Einrichtungen des Sozial- und Gesundheitswesens, Bürgervereine, Interessengruppen etc.

Unsere Dienstleistungen im Überblick auf
www.mettmann.de/wohnberatung



Möglichkeiten gibt es
mehr als man denkt



Das sprech

Das Zuhause...

Anstrengung bei der
Wäsche verringern

Smart Home

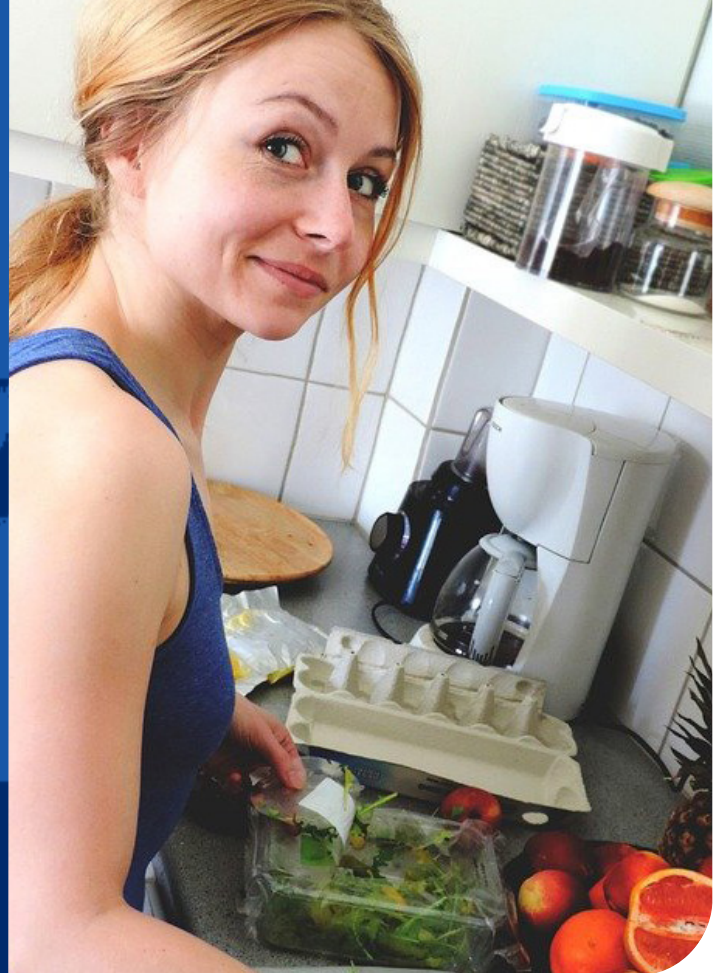




Ein sicheres, bequemes
Bad einrichten

...zukunftsfähig
gestalten

Gäste einladen



Checkliste

Die nachfolgende Checkliste erlaubt Ihnen einen objektiven und kritischen Blick auf Ihre Wohnung oder Ihr Haus. Kreuzen Sie bei allen Fragen entweder Ja oder Nein an.

Auf diese Weise können Sie prüfen, ob Sie Kontakt zu einer Wohnberatungsstelle aufnehmen wollen und mit welchen Fragen Sie Ihre persönliche Wohnsituation gemeinsam optimieren.

ALLGEMEINES

	Ja	Nein
Hat Ihre Wohnung die richtige Größe?	☐	☐
Wenn Ihnen die Größe nicht zusagt – möchten Sie umziehen?	☐	☐
Fühlen Sie sich in der Wohnung sicher?	☐	☐
Sind die Zimmer gut aufgeteilt?	☐	☐
Sind alle Räume gut beleuchtet?	☐	☐
Sind die Lichtschalter für die einzelnen Räume jeweils neben der Tür angebracht und für Sie gut erreichbar?	☐	☐
Hat Ihre Wohnung Rauchmelder?	☐	☐

Ja Nein

Können Sie alle Fenster bequem öffnen und schließen?

☐ ☐

Hat die Wohnung Zentral- oder Etagenheizung?

☐ ☐

Sind Ihre Räume frei von Stolperfallen und Hindernissen,
die den Durchgang erschweren?

☐ ☐

Können Sie Ihre Wohnung ohne Probleme verlassen?

☐ ☐

Kommen Sie ohne Schwierigkeiten in den (Wasch-)Keller
und zu den Mülltonnen?

☐ ☐

Haben Sie die Möglichkeit im Notfall schnell Hilfe zu holen?

☐ ☐

DER HAUSEINGANG

	Ja	Nein
Ist der Zugang zu Ihrem Wohnhaus trittsicher und frei von Stolperfallen?	☐	☐
Können Sie die Haustür ohne Schwierigkeiten und ohne Stolperfallen erreichen?	☐	☐
Falls Treppen vorhanden sind: Gibt es beidseitige Handläufe?	☐	☐
Ist der Eingangsbereich überdacht?	☐	☐
Sind Klingelschilder, Hausnummer und Eingangstür ausreichend beleuchtet?	☐	☐
Sind die Klingelschilder gut lesbar?	☐	☐
Wird der Eingang bei Einbruch der Dunkelheit beispielsweise über Bewegungsmelder automatisch beleuchtet?	☐	☐
Haben Sie vor der Tür genug Platz, um beispielsweise eine Tasche abzustellen?	☐	☐
Lässt sich die Haustür leicht öffnen und schließen?	☐	☐



**Wohnen
ohne
Kompromisse**

HAUSFLUR UND TREPPENHAUS

	Ja	Nein
Haben Sie im Hausflur genügend Platz, um beispielsweise eine Gehhilfe abzustellen?	☐	☐
Können Sie den Briefkasten bequem erreichen und problemlos öffnen?	☐	☐
Ist der Bodenbelag im Flur und auf den Treppen trittsicher? Auch bei Nässe?	☐	☐
Haben die Stufen einen kontrastreich abgesetzten Kantenstreifen?	☐	☐
Sind der Flur und die Treppen hell genug beleuchtet?	☐	☐
Brennt die Treppenhausbeleuchtung lange genug, so dass Sie Ihre Wohnung problemlos bei Licht erreichen können?	☐	☐
Gibt es einen Lichtschalter an jeder Tür?	☐	☐
Sind die Lichtschalter beleuchtet und auch im Dunkeln erkennbar?	☐	☐

HAUSFLUR UND TREPPENHAUS

Ja Nein

Bietet Ihnen das Treppengeländer genügend Halt und Sicherheit durch beidseitige, bequem zu greifende Handläufe?

☐ ☐

Liegt eine ebenerdige Fußmatte vor Ihrer Tür?

☐ ☐

DER WOHNUNGSFLUR

Ja Nein

Ist die Wohnungstür breit genug, um sie beispielsweise auch mit einer Gehhilfe durchqueren zu können?

☐ ☐

Bietet die Wohnungstür genügend Sicherheit (Türspion, Sicherheitsschloss)?

☐ ☐

Gibt es eine bedienungsfreundliche Gegensprechanlage?

☐ ☐

Haben Sie ausreichend Platz, um Mantel und Schuhe (eventuell auch im Sitzen) an- und auszuziehen?

☐ ☐

Können Sie die Garderobe bequem erreichen?

☐ ☐

Sind genügend Abstellmöglichkeiten vorhanden?

☐ ☐

Ist der Flur frei von Stolperfallen, also beispielsweise lose liegenden Läufern?

☐ ☐

DIE KÜCHE

Ja Nein

Haben Sie ausreichend Platz in der Küche?

☐ ☐

Ist die Küche frei von Stolperfallen oder störenden Möbelkanten?

☐ ☐

Haben die Arbeitsflächen die richtige Höhe für Sie?

☐ ☐

Besteht die Möglichkeit, im Sitzen zu arbeiten?

☐ ☐

Können Sie alle Schränke gut erreichen?

☐ ☐

Reicht die Beleuchtung über den Arbeitsflächen?

☐ ☐

Sind die Arbeitsabläufe bequem für Sie?

☐ ☐

Gibt es genügend leicht zugängliche Steckdosen auch in Arbeitshöhe?

☐ ☐

Sind die Armaturen leicht zu bedienen?

☐ ☐

Ist die Küche mit einer Herdsicherung ausgestattet?

☐ ☐

BAD UND WC

	Ja	Nein
Kommen Sie ohne Schwierigkeiten, zum Beispiel auch ohne Gehhilfe, ins Bad?	☐	☐
Ist Ihr Bad groß genug?	☐	☐
Geht die Badezimmertür nach außen auf?	☐	☐
Ist die Badezimmertür breit genug, um beispielsweise mit Gehhilfe ins Bad zu kommen?	☐	☐
Ist der Fußboden rutschfest, auch wenn er feucht ist?	☐	☐
Können Sie Ihre Badewanne sicher und bequem benutzen?	☐	☐
Sind für einen sicheren Ein- und Ausstieg Haltegriffe vorhanden?	☐	☐
Hat die Wanne einen rutschfesten Antislipbelag?	☐	☐
Falls Sie eine Dusche haben: Können Sie sie sicher und bequem benutzen?	☐	☐
Hat die Dusche einen rutschfesten Antislipbelag?	☐	☐
Ist die Benutzung des Waschbeckens bequem?	☐	☐
Können Sie das Waschbecken gegebenenfalls auch im Sitzen benutzen?	☐	☐

BAD UND WC

Ja Nein

Können Sie sich am Waschbecken die Haare waschen?

☐ ☐

Hängt der Spiegel in der richtigen Höhe?

☐ ☐

Können Sie sich im Sitzen sehen?

☐ ☐

Sind Ablage und Spiegelschrank gut zu erreichen?

☐ ☐

Können Sie die Toilette sicher und bequem benutzen,
ist beispielsweise das Toilettenpapier problemlos greifbar?

☐ ☐

DAS WOHNZIMMER

Ja Nein

Haben Sie genug Platz im Wohnzimmer?

☐ ☐

Können Sie sich bewegen, ohne auf Stolperfallen oder Möbelkanten achten zu müssen?

☐ ☐

Haben die Sitzmöbel die richtige Höhe?

☐ ☐

Können Sie sich bequem hinsetzen und wieder aufstehen, weil alle Möbel eine für Sie angenehme Höhe haben?

☐ ☐

Haben Sie genügend Licht im Raum, auch zum Lesen?

☐ ☐

Können Sie von Ihrem häufigsten Sitzplatz aus problemlos einen Lichtschalter erreichen?

☐ ☐

DAS SCHLAFZIMMER

Ja Nein

Ist das Schlafzimmer groß genug?

☐ ☐

Können Sie alles Wichtige in den Schränken leicht erreichen?

☐ ☐

Hat Ihr Bett die für Sie passende Höhe?

☐ ☐

Ist Ihr Bett bequem genug und die Matratze nicht älter als zehn Jahre?

☐ ☐

Können Sie den Lichtschalter vom Bett aus im Dunkeln erreichen?

☐ ☐

Haben Sie neben dem Bett genügend Abstellfläche?

☐ ☐

Ist neben dem Bett Platz für Telefon und/oder Notruf?

☐ ☐

Gibt es Bewegungsmelder, die nachts automatisch für eine Lichtquelle sorgen, wenn Sie aufstehen müssen?

☐ ☐

BALKON, TERRASSE UND GARTEN

Ja Nein

Sind Balkon, Terrasse und Garten bequem und sicher zu erreichen?

☐ ☐

Ist beispielsweise der direkte Übergang nach draußen schwellenfrei?

☐ ☐

Sind Balkon und Terrasse beleuchtet?

☐ ☐

Ist das Balkongeländer grifffest und sicher?

☐ ☐

Sind Wege und Böden auch bei Regen rutschfest und sicher?

☐ ☐

KELLER

Ja Nein

Ist der Lichtschalter direkt neben der Tür?

☐ ☐

Hat die Treppe einen beidseitigen, durchgehenden und griffsicheren Handlauf?

☐ ☐

Ist das Bodenmaterial rutschfest und trittsicher?

☐ ☐

Sind alle Bereiche ausreichend ausgeleuchtet?

☐ ☐

- **Sie haben alle Fragen mit „ja“ beantwortet?**

Dann wohnen Sie in einer geradezu idealen Wohnung, die Ihren Lebensbedingungen sehr gut angepasst ist.

- **Sie haben häufig „nein“ angekreuzt?**

Dann sollten Sie aktiv werden und sich an eine Wohnberatungsstelle wenden.

Eine Liste der Wohnberatungsstellen in NRW finden Sie unter

- **www.wohnberatungsstellen.de** oder unter **www.koordination-wohnberatung-nrw.de**.

- Wohnberatung in Mettmann siehe Rückseite Broschüre



**Maßnahmen für
mehr Komfort**



**Sicher und
bequem...**

Lieblingsplatz





**Die Treppe -
unüberwindbar?**

**Besteck in
einigen Varianten**

**...wohnen
bleiben**







**Wir beraten Sie gern -
am Telefon oder persönlich**

**Fachstelle für Wohnberatung &
Pflegeberatung**

Necla Yilmaz

Telefon: 02104 / 980-486

Oliver Pahl

Telefon: 02104 / 980-466

Dienstag & Mittwoch, 9 - 12 Uhr
oder nach Terminvereinbarung
gern auch bei Ihnen zu Hause

Sie finden uns:

EG des Rathauses, Zimmer N 9, N 12
im Flur neben dem Bürgerservice
Neanderstraße 85
40822 Mettmann
pflegeberatung@mettmann.de
wohnberatung@mettmann.de

