

Haus und Wohnung unter der Lupe

aus NRW-Tipp „Sicher und bequem zu Hause Wohnen“, Wohnberatung für ältere und behinderte Menschen

Checkliste Sichereres Wohnen

Hier ist eine Checkliste, mit der Sie die Sicherheit Ihrer Wohnung überprüfen können.

Bei einem Besuch in Ihrer Wohnberatungsstelle hilft die ausgefüllte Checkliste den Wohnberatern dabei, Sie bezüglich dem Anpassungsbedarf in Ihrer Wohnung zu beraten.

Allgemeines

Ja Nein

- Hat Ihre Wohnung für Sie die richtige Größe?
- Sind die Zimmer gut aufgeteilt?
- Sind alle Räume gut beleuchtet?
- Sind die Lichtschalter für die einzelnen Räume jeweils neben der Tür angebracht?
- Haben Sie die Möglichkeit, im Notfall schnell Hilfe zu rufen?
- Hat Ihre Wohnung einen Rauchmelder?
- Können Sie Ihre Fenster bequem öffnen und schließen?
- Sind Ihre Räume frei von Stolperfallen und Hindernissen, die den Durchgang erschweren?
- Ist Ihre Waschmaschine gut erreichbar?
- Kommen Sie ohne Schwierigkeiten in den Keller und zu den Mülltonnen?

Der Hauseingang

Ja Nein

- Haben Sie im Hausflur genug Platz, um z.B. eine Gehhilfe abzustellen?
- Können Sie den Briefkasten bequem erreichen?
- Ist der Bodenbelag im Flur und auf den Treppen trittsicher?
- Bietet Ihnen das Treppengeländer genügend Halt und Sicherheit (beidseitige Handläufe)?
- Gibt es Sitzgelegenheiten auf den Treppenabsätzen?
- Haben die Stufen einen kontrastreich abgesetzten Kantenstreifen?
- Sind der Flur und die Treppen hell genug beleuchtet?
- Gibt es einen Lichtschalter an jeder Tür?
- Sind die Lichtschalter beleuchtet?
- Brennt die Treppenhausbeleuchtung lange genug?
- Liegt eine Fußmatte vor der Tür?

Der Wohnungsflur

Ja Nein

- Ist Ihre Wohnungstür schwellenfrei zu erreichen?
- Ist Ihre Wohnungstür bequem zu öffnen?
- Gibt es eine bedienungsfreundliche Gegensprechanlage?
- Hat die Wohnungstür einen Türspion in der richtigen Höhe?
- Ist Ihre Tür zusätzlich gesichert?
- Ist der Flur frei von Stolperfallen?
- Sind genug Abstellmöglichkeiten vorhanden?
- Können Sie die Garderobe bequem erreichen?
- Haben Sie ausreichend Platz, um Mantel und Schuhe an- oder ausziehen?
- Gibt es eine Sitzgelegenheit im Flur?

Die Küche

Ja Nein

- Haben Sie ausreichend Platz in Ihrer Küche?
- Ist die Küche frei von Stolperfallen oder störenden Möbelkanten?
- Haben die Arbeitsflächen die richtige Höhe für Sie?
- Reicht die Beleuchtung über den Arbeitsflächen?
- Besteht die Möglichkeit, im Sitzen zu arbeiten?
- Sind die Arbeitsabläufe für Sie gut zu gestalten?
- Sind die Wege zwischen den einzelnen Schränken, Arbeitsflächen und Geräten für Sie sinnvoll?
- Können Sie alle Schränke gut erreichen?
- Ist der Backofen in Sichthöhe angebracht?
- Sind die Armaturen leicht zu bedienen?
- Gibt es genügend leichtzugängliche Steckdosen auch in Arbeitshöhe?

Bad und WC

Ja Nein

- Kommen Sie ohne Schwierigkeiten ins Bad?
- Geht die Badezimmertür nach außen auf?
- Ist Ihr Bad groß genug?
- Gibt es eine ausreichende Beleuchtung im Bad?
- Ist der Fußboden rutschfest, auch wenn er feucht ist?
- Können Sie Ihre Wanne und/oder Dusche sicher und bequem benutzen?
- Können Sie die Wannens-/Duscharmatur gut benutzen?
- Ist das Handtuch von der Dusche bzw. der Badewanne aus bequem zu erreichen?
- Sind für einen sicheren Ein- und Ausstieg Haltegriffe vorhanden, sowohl in der Badewanne als auch in der Dusche?

- Liegt in der Wanne oder Dusche eine rutschfeste Matte?
- Hat das Waschbecken die richtige Höhe?
- Können Sie das Waschbecken ggfs. auch im Sitzen benutzen?
- Hängt der Spiegel in der richtigen Höhe?
- Sind die Ablage oder Spiegelschrank gut zu erreichen?
- Können Sie die Toilette sicher und bequem benutzen?

Das Wohnzimmer

Ja Nein

- Haben Sie genug Platz im Wohnzimmer?
- Können Sie sich bewegen, ohne auf Stolperfallen oder Möbelkanten achten zu müssen?
- Können Sie bequem und sicher Platz nehmen und wieder aufstehen?
- Können Sie sich bequem und sicher setzen?
- Haben Sie genug Licht zum Lesen?
- Haben Sie neben Ihrem häufigsten Sitzplatz einen bequem erreichbaren Lichtschalter?

Das Schlafzimmer

Ja Nein

- Ist Ihr Schlafzimmer groß genug?
- Können Sie die Schränke, Fächer und Schubladen bequem erreichen?
- Ist Ihr Bett bequem genug?
- Können Sie bequem von Ihrem Bett aufstehen?
- Haben Sie neben dem Bett genug Ablagefläche?
- Ist neben dem Bett Platz für Telefon und/oder Notruf?
- Ist die Beleuchtung auch vom Bett aus zu bedienen?

Balkon und Terrasse

Ja Nein

- Sind Balkon oder Terrasse bequem und sicher zu erreichen?
- Sind Balkon oder Terrasse beleuchtet?
- Ist der Übergang nach draußen schwellenfrei?
- Ist das Balkongeländer griffest und sicher?

Der Keller

Ja Nein

- Ist der Lichtschalter direkt neben der Tür?
- Haben alle Räume eine separate Zusatzbeleuchtung?
- Sind alle Bereiche ausreichend ausgeleuchtet?
- Ist das Bodenmaterial rutschfest und trittsicher?
- Ist der Boden im Durchgangsbereich frei von Gegenständen über die Sie stolpern könnten?
- Hat die Treppe einen beidseitigen, durchgehenden und griffsicheren Handlauf?
- Ist die Kellertür bequem zu öffnen?

Quelle: Ministerium für Gesundheit, Emanzipation, Pflege und Alter des Landes Nordrhein-Westfalen – Stand 12/2018

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

- Herzlichen Glückwunsch, Sie wohnen in einer geradezu idealen Wohnung.

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

- Dann sollten Sie aktiv werden und sich an eine Beratungsstelle der WOHN-RAUM-BERATUNG Rhein Berg wenden.

Kontakt:

Informationen und Beratung erhalten Sie im Rathaus Ihrer Kommune.

Ansprechpartner:

Die Ansprechpartnerin/ den Ansprechpartner bitte ich beigefügter Übersicht zu entnehmen.

Wohnberatung W-R-B RHEIN BERG

<p>Stadt Bergisch Gladbach Frau Densmore</p> <p>Refrather Weg 30 51469 Bergisch-Gladbach Tel.: 02202/13 6866 Angelika.Densmore@rbk-online.de Wohnberatung@rbk-online.de</p>	<p>Stadt Burscheid</p> <p>Frau Schächinger / Frau Scharf Höhestr. 7-9 51399 Burscheid Tel.: 02174/670 370 o. -371 seniorenberatung@burscheid.de www.burscheid.de <i>Zusätzlich: Senioren- und Pflegeberatung</i></p>
<p>Gemeinde Kürten Frau Densmore</p> <p>Refrather Weg 30 51469 Bergisch-Gladbach Tel.: 02202/13 6866 Angelika.Densmore@rbk-online.de Wohnberatung@rbk-online.de</p>	<p>Stadt Leichlingen Frau Petz</p> <p>Am Büscherhof 1 42799 Leichlingen Tel.: 02175/992 250 aleksandra.Petz@leichlingen.de www.leichlingen.de <i>Zusätzlich: Senioren- und Pflegeberatung</i></p>
<p>Gemeinde Odenthal Frau Densmore</p> <p>Refrather Weg 30 51469 Bergisch-Gladbach Tel.: 02202/13 6866 Angelika.Densmore@rbk-online.de Wohnberatung@rbk-online.de</p>	<p>Stadt Overath Frau Leipelt</p> <p>Hauptstraße 51491 Overath Tel.: 02206/602 208 o. -276 m.leipelt@overath.de www.overath.de</p>
<p>Stadt Rösrath Frau Densmore</p> <p>Refrather Weg 30 51469 Bergisch Gladbach Tel.: 02202/13 6866 Angelika.Densmore@rbk-online.de Wohnberatung@rbk-online.de</p>	<p>Stadt Wermelskirchen Frau Schöneweiß</p> <p>Telegrafenstr. 29 – 33 42929 Wermelskirchen Tel.: 02196/71 05 43 o. 541 A.Schoeneweiss@wermelskirchen.de www.wermelskirchen.de <i>Zusätzlich: Senioren- und Pflegeberatung</i></p>

Rheinisch-Bergischer Kreis

Koordinierungsstelle

Frau Herzog

Refrather Weg 30

51469 Bergisch Gladbach

Tel.: 02202/13 6478

Fax: 02202/13 10 4034

wohnberatung@rbk-online.de

www.rbk-direkt.de