

T I P P... T I P P... T I P P...

Haus oder Wohnung fit fürs Alter machen

Tipps und Hilfen für den Umbau

Die Treppe im Flur oder der Einstieg der Badewanne werden im Alter oft zum Hindernis. Dennoch schrecken viele ältere Menschen davor zurück, die eigenen vier Wände den veränderten Bedürfnissen anzupassen. Die Motive dafür sind vielfältig: Die einen scheuen die Unruhe, die eine Umstrukturierung des Haushalts mit sich bringen könnte. Anderen fällt es schwer, sich von vertrauten Dingen zu trennen. Auch die Sorge ums Ersparte kann ein Grund sein, warum Senioren in den eigenen vier Wänden lieber alles beim Alten belassen. „Dabei kann ein altersgerecht eingerichteter Haushalt die Lebensqualität deutlich verbessern und das Unfallrisiko mindern. Hier lässt sich bereits mit kleinen Veränderungen viel erreichen“, erklärt die Verbraucherzentrale NRW. Wer Haus oder Wohnung fit fürs Alter macht, muss nicht immer tief in die Tasche greifen. Bei Planung und Umbau helfen folgende Tipps:

- **Gefahren:** Senioren, die sich seit Jahren in den eigenen vier Wänden bewegen, unterschätzen leicht die Gefahren, die im Haushalt lauern. Der Beistelltisch im Flur oder der Fernsehsessel im Wohnzimmer werden im Dunkeln rasch zur Stolperfalle. Wer Platz schafft und sich von Möbeln trennt, die Laufwege versperren, kann sich mit Gehhilfe oder Rollator freier bewegen. Dafür ist es sinnvoll, gemeinsam mit einer vertrauten Person oder einem Wohnberater anhand einer Checkliste zu hinterfragen, wie sich die Wohnung zweckmäßiger einrichten lässt.
- **Kostengünstige Maßnahmen:** Wird die Beleuchtung, etwa durch einen Bewegungsmelder, optimiert, ist es einfacher, sich nachts zurechtzufinden. Ein Schreiner kann Stühle um ein paar Zentimeter erhöhen, damit das Aufstehen leichter fällt. Wenn beim Bücken der Rücken schmerzt, ist es ratsam, Unterschränke in der Küche vom Fachmann versetzen zu lassen, sodass Töpfe und Pfannen besser greifbar sind.
- **Hilfsmittel von der Kasse:** Wer teurere Hilfsmittel benötigt, um den Alltag besser meistern zu können, kann sich an seine Krankenkasse wenden. Die Kasse kommt zwar nicht für Umbauten auf, finanziert aber beispielsweise einen Lift, der den Einstieg in die Badewanne erleichtert oder einen zweiten Handlauf fürs Treppenhaus, mit dem das obere Stockwerk problemloser erreichbar ist. Vorausgesetzt, ein Arzt hat diese Hilfsmittel verordnet. Im Hilfsmittelkatalog der Krankenkasse ist aufgeführt, wann Versicherte Anspruch auf eine solche Unterstützung

.../2

haben. Allerdings dient diese Liste nur der Orientierung. Die Kasse kann auch Hilfen bewilligen, die dort nicht genannt sind. Liegt eine Pflegestufe vor, springt die Pflegekasse ein. Sie bezahlt zum Beispiel ein Liegebett oder ein Hebegerät, wenn diese die Pflege erleichtern oder Beschwerden lindern. Sollte kein Anspruch bei Kranken- oder Pflegekasse vorliegen, unterstützt auch der Sozialhilfeträger Betroffene im Rahmen der so genannten Eingliederungshilfe.

- **Umbauten:** Höhere Ausgaben fallen in der Regel für die altersgerechte Sanierung von Bad und WC an. In manchen Fällen ist auch die Installation einer Rampe für Rollstuhlfahrer oder der Einbau eines Treppenliftes erforderlich. Doch auch wer eine alte Badewanne durch eine ebenerdige Dusche ersetzt oder ein Waschbecken einbaut, das im Sitzen bedient werden kann, muss die Kosten dafür meist nicht alleine stemmen. Hierzu gibt es diverse Förderungen durch das Land NRW. Beziehen Betroffene Gelder bei der Pflegekasse, zahlt die Kasse 4.000 Euro pro Umbau. Leben mehrere Pflegebedürftige gemeinsam in einer Wohnung, können sie bis zu 16.000 Euro pro Maßnahme für medizinisch notwendige Umbauten erhalten. Zu beachten ist, dass eine Maßnahme alle zu diesem Zeitpunkt erforderlichen Einzelvorkehrungen umfasst. Es ist ratsam, den Antrag vor Baubeginn zu stellen. Denn die Pflegekasse kann den Zuschuss ablehnen, sollte ein Antragsteller nach der Sanierung nicht mehr nachweisen können, dass der Umbau wirklich nötig war. Übrigens: Wird durch eine fortgeschrittene Pflegesituation eine weitere Maßnahme zur Wohnumfeldverbesserung erforderlich, kann die Pflegekasse erneut einen Zuschuss gewähren.
- **Umzug:** Wenn die Mietwohnung über das steile Treppenhaus kaum noch erreichbar ist oder Türen nicht rollstuhlgerecht angepasst werden können, lässt sich ein Umzug oftmals nicht vermeiden. Eine Wohn-Alternative kann dann zum Beispiel eine Einrichtung für Betreutes Wohnen sein. Wer sich für ein solches Modell entscheidet, gestaltet seinen Alltag selbstständig, hat aber einen Ansprechpartner im Haus, der Unterstützung organisiert, wenn diese benötigt wird. Da sich hinter dem Begriff „Betreutes Wohnen“ verschiedene Konzepte verbergen, ist es sinnvoll, Angebote sorgfältig zu prüfen und sich hierzu von einem neutralen Experten beraten zu lassen.

Informationen über Leistungen der Krankenkassen rund um Hilfsmittel gibt's im Internet unter www.verbraucherzentrale.nrw/hilfsmittel und zu Aufwendungen der Pflegekasse unter www.verbraucherzentrale.nrw/wohnungsanpassung. Neutralen Rat bieten auch die örtlichen Gesundheits- oder Pflegeberatungsstellen der Verbraucherzentrale NRW. Wo es das Angebot gibt und was es kostet, ist online zu erfahren unter www.verbraucherzentrale.nrw/gesundheit-1.