

# Wohnungsanpassung

Daheim altersgerecht wohnen

Eine Publikation des Seniorenbeirates und  
der Sozialen Fachberatung für Senioren

# Wohnungsanpassung

## Daheim altersgerecht wohnen

Ein Ratgeber für Senioren | Stand: 2017 | Herausgeber: Stadt Augsburg  
Verantwortlich für den Inhalt: Seniorenbeirat & Soziale Fachberatung für Senioren

Diese Broschüre ist Teil einer Ratgeberserie für Augsburger Senioren. Die Inhalte wurden gemeinsam von Seniorenbeirat und Sozialer Fachberatung für Senioren erarbeitet. Die Ratgeber verschaffen Überblick und beinhalten praktische Hinweise zu häufigen Situationen und Herausforderungen im Alter.

### Weitere, bereits erschienene Ratgeber für Senioren:

#### **Vorsorge und Absicherung**

- Der Krankenhausaufenthalt
- Vorsorge treffen
- Der Todesfall

#### **Wohnen**

- Zu Hause alt werden
- Wohnformen im Alter
- Wohnungsanpassung

#### **Finanzen**

- Soziale Leistungen und Vergünstigungen
- Behinderung und Nachteilsausgleich

#### **Pflege und Betreuung**

- Pflegebedürftig – was nun?
- Entlastung im Pflegefall
- Demenz

#### **Freizeit und Engagement**

- Aktiv im Ruhestand

# Daheim altersgerecht wohnen

Die meisten Menschen wollen im Alter so lange und selbstständig wie möglich zu Hause wohnen bleiben. Unser Zuhause bietet uns Schutz und Sicherheit. Besonders für Menschen mit gesundheitlichen Einschränkungen oder Pflegebedürftigkeit gestaltet sich der Verbleib in den eigenen vier Wänden oftmals schwierig. Der Großteil der Häuser und Wohnungen ist weder senioren-, noch behindertengerecht gebaut. Was also tun, um den Verbleib im gewohnten Umfeld zu sichern? Welche Möglichkeiten gibt es? Lohnt sich eine größere Umbaumaßnahme?

Dieser Ratgeber liefert Impulse zur Umgestaltung Ihres Wohnraumes untergliedert in Themen wie Sturzprophylaxe, Hilfsmittelversorgung, Möbelausstattung sowie bauliche Maßnahmen, Finanzierung und Beratungsangebote.

Dieser Ratgeber erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit.

# Stürze vorbeugen

Die meisten Unfälle passieren zu Hause. Durch einen Sturz können oftmals irreversible Einschränkungen in der Mobilität entstehen, die zu Einbußen in der Lebensqualität führen können.

Viele dieser Stürze können im Vorfeld durch meist einfache Maßnahmen verhindert werden:

- Entfernen Sie lose Teppiche, Läufer und Kabel sowie andere Sturzquellen.
- Nutzen Sie in Ihrer Nasszelle eine Anti-Rutsch-Matte.
- Tragen Sie in der Wohnung festes Schuhwerk.
- Sorgen Sie für gute Beleuchtung (z. B. mit Bewegungsmeldern).
- Lassen Sie an Treppen beidseitig Handläufe anbringen.
- Achten Sie auf Ihre medikamentöse Einstellung, da durch eine falsche Dosierung oder Wechselwirkungen das Sturzrisiko oftmals erhöht ist.
- Trinken Sie ausreichend.

# Mittel und Hilfen für die Wohnungsanpassung

## Hilfsmittel über die Krankenkasse

Über die Krankenkasse ist es möglich, Hilfsmittel zu erhalten.

Hilfsmittel sind „bewegliche Gegenstände“, wie beispielsweise Gehhilfen (Rollator, Gehstock, Rollstuhl), Badehilfen (Badewannenlift, Duschbrett, Duschkrehsitz) oder WC-Erhöhung und Nachtstuhl. Sie müssen vor Anschaffung vom Arzt verordnet und von der Krankenkasse genehmigt werden. Im Hilfsmittelverzeichnis sind alle zuschussfähigen Hilfsmittel gelistet.

Mit Hilfsmitteln können Sie den Erfolg Ihrer Krankheitsbehandlung sichern, einer drohenden Behinderung vorbeugen oder eine Behinderung ausgleichen.

## Pflegehilfsmittel über die Pflegekasse

Pflegehilfsmittel sind Sachmittel oder Geräte, wie zum Beispiel, Pflegebetten, Lagerungshilfen oder Hausnotrufsysteme. Sie sind zur häuslichen Pflege notwendig oder können diese erleichtern. Voraussetzung ist, dass Leistungen aus der Pflegeversicherung bezogen werden (mindestens Pflegegrad 1).

Wenn Maßnahmen zur individuellen Verbesserung des Wohnumfeldes nötig sind, gewährt die Pflegekasse auf Antrag und nach vorheriger Prüfung, Zuschüsse für Maßnahmen zur Verbesserung des Wohnumfeldes. Siehe folgend auch „Finanzielle Zuschüsse“.

## **Technische Hilfsmittel und altersgerechte Assistenzsysteme**

Um die Sicherheit zu Hause zu erhöhen, können technische Hilfsmittel eingesetzt werden. Daneben gibt es weitere altersgerechte Assistenzsysteme, auch bekannt als AAL (Ambient Assisted Living). Sie sollen ein selbstbestimmtes Leben bis ins hohe Alter ermöglichen.

Technische Hilfsmittel können beispielsweise sein, Telefone mit großen Tasten und leichten Bedienfunktionen, Nachtlichter mit Bewegungsmelder, Sensormatten als Sturzerkennungssystem, Erinnerungsfunktionen an Armbanduhr zur Einnahme von Medikamenten, Herdüberwachungssysteme, Rauchmelder oder Universalfernbedienungen.

## **Alltagshilfen**

Oft sind es gerade die alltäglichen Tätigkeiten und Handgriffe, die immer schwerer fallen und belasten. Alltagshilfen können dann sehr hilfreich sein.

Inzwischen gibt es eine große Auswahl an Hilfen, die den Alltag erleichtern können wie, Greifhilfen, rutschfeste Unterlagen, mobile Haltegriffe, Strumpfanzieher oder Schließhilfen für Schlüssel.

## **Ausstattung der Wohnung**

Auch Änderungen an der Ausstattung und an Möbeln können oftmals eine Entlastung bieten.

Hierzu zählen zum Beispiel, Erhöhungen, Polsterung und Armlehnen von Sitzmöbeln, Sessel mit Aufstehhilfe, Höhe und Erreichbarkeit des Bettes von drei Seiten, ausreichende Beleuchtung, Bewegungsmelder oder Nachtlicht.

# **Bauliche Maßnahmen**

Für Menschen mit Pflegebedürftigkeit oder Schwerbehinderung gibt es viele Möglichkeiten ihr Wohnumfeld so zu gestalten, damit sie möglichst lange selbständig im eigenen Heim leben können. Oftmals helfen schon kleine Anpassungen den längeren Verbleib im gewohnten Umfeld zu unterstützen (siehe oben). Manchmal sind aufwändigere Maßnahmen notwendig.

Als generelle Entscheidungshilfe für Umbaumaßnahmen sollte gefragt werden, ob dadurch die Selbständigkeit erhalten bleibt und die Lebensqualität gesteigert werden kann. Auch sollte überlegt werden, ob die Pflege im Bedarfsfall erleichtert wird und der Umzug in eine stationäre Einrichtung verhindert oder zumindest verzögert werden kann. Letztendlich kann dadurch sogar Geld eingespart werden.

In Eigentumswohnungen oder im eigenen Haus können die notwendigen Umbaumaßnahmen selbst gestaltet werden. Als Mieter sollte rechtzeitig Kontakt mit dem Vermieter aufgenommen werden. Es muss bedacht werden, dass Mieter unter Umständen zwar das Recht haben barrierefreie Umbaumaßnahmen vorzunehmen, der Vermieter jedoch beim Auszug den Rückbau verlangen kann. Aus diesem Grund sollten Vereinbarungen mit dem Vermieter schriftlich festgehalten werden.

Es gibt viele Möglichkeiten durch bauliche Veränderungen das Wohnumfeld barrierefrei oder zumindest barrierearm zu gestalten. Beispielhaft sind: Eine Rampe am Hauseingang, Haltegriffe und Handläufe an Treppen und am Hauseingang, ausgeglichene Türschwellen und bodengleiche Duschen.

Wenn die Gegebenheiten vor Ort äußerst schwierig sind, z. B. bei Wohnungen mit Zwischengeschossen, kann auch ein rechtzeitiger Umzug in eine barrierefreie Wohnung oder in ein Betreutes Wohnen sinnvoll sein.

# Finanzielle Zuschüsse

Es gibt verschiedene Fördermöglichkeiten, die Eigentümer und Mieter (in Abstimmung mit ihrem Vermieter) bei Umbaumaßnahmen unterstützen:

- Bei Vorliegen eines Pflegegrades kann im Rahmen der sogenannten wohnumfeldverbessernden Maßnahmen ein Zuschuss von bis zu 4 000 Euro pro Person von der Pflegekasse gewährt werden.
- Das Land Bayern fördert im Rahmen des Bayerischen Wohnungsbauprogramms die Anpassung von Wohnungen an die Belange von Menschen mit Behinderung. Voraussetzung ist eine entsprechende Behinderung oder Krankheit und bestimmte Einkommensgrenzen. Es kann ein sogenanntes leistungsfreies Darlehen von bis zu 10 000 Euro beantragt werden. Nach Ablauf einer Belegungsbindung von fünf Jahren wird die Darlehensschuld erlassen und somit zu einem Zuschuss. In Augsburg kann der Antrag beim Wohnungs- und Stiftungsamt gestellt werden.
- Die Kreditanstalt für Wiederaufbau (KfW) bietet im KfW-Förderprogramm „Altersgerecht Umbauen“ einen Investitionszuschuss. Je nach Maßnahmenumfang beträgt der Zuschuss bis zu zehn Prozent der förderfähigen Investitionskosten, maximal jedoch 5 000 Euro je Wohneinheit.

# Beratungsangebote

Um zu Hause trotz Einschränkungen möglichst gut zurechtzukommen, sollte das Wohnumfeld rechtzeitig angepasst werden. Gerade im Vorfeld umfangreicher Umbaumaßnahmen ist es wichtig, sich beraten zu lassen. Es müssen aber nicht immer die großen Umbauten sein. Oft ist auch ein guter Überblick über die vielen kleinen Maßnahmen und Hilfsmittel besonders wertvoll. Es gibt kostenfreie Beratungsangebote:

## **Beratung zur Wohnungsanpassung**

Bei der Auswahl und Vorbereitung von Anpassungsmaßnahmen hilft die Augsburger Beratung zur Wohnungsanpassung. Die Fachstelle Seniorenarbeit vermittelt Termine mit qualifizierten ehrenamtlich engagierten Beratern, die im Rahmen eines Hausbesuchs Möglichkeiten und Wege der Umsetzung aufzeigen:

Fachstelle Seniorenarbeit  
Schießgrabenstraße 4, 86150 Augsburg  
Tel. 0821 324-4318/-4317

## **Beratungsstelle Barrierefreiheit**

Die Bayerische Architektenkammer betreibt mit Unterstützung des Bayerischen Staatsministeriums für Arbeit und Soziales, Familie und Integration Beratungsstellen für alten- und behindertengerechtes Planen und Bauen. Sie bieten allen am Bau Beteiligten gebührenfreie Beratung an. Einmal monatlich findet eine Sprechstunde in Augsburg statt, in den Räumen der Regierung von Schwaben, Obstmarkt 12, 86152 Augsburg.

Bayerische Architektenkammer  
Waisenhausstraße 4, 80637 München  
Tel. 089 129880-31

# Weitere Informationen bei der Sozialen Fachberatung für Senioren:

## **Stadtmitte**

Altenhilfezentrum der  
Diakonie  
Alte Gasse 12  
86152 Augsburg  
Tel.: 0821 50943-50

## **Hochzoll**

Sozialstation Hochzoll  
Watzmannstraße 1  
86163 Augsburg  
Tel.: 0821 2637526

## **Hochfeld/**

**Universitätsviertel**  
Sozialzentrum Hochfeld  
Hochfeldstraße 52  
86159 Augsburg  
Tel.: 0821 2594511

## **Herrenbach/Spickel**

Sozialzentrum Herrenbach  
Wilhelm-Hauff-Str. 28  
86161 Augsburg  
Tel.: 0821 56881-21

## **Oberhausen**

Sozialstation St. Peter  
und Paul  
Hirblinger Straße 3  
86154 Augsburg  
Tel.: 0821 418543

## **Haunstetten**

Sozialzentrum Haunstetten  
Johann-Strauß-Straße 11  
86179 Augsburg  
Tel.: 0821 8087733

## **Hammerschmiede/ Firnhaberau**

Sozialzentrum Hammer-  
schmiede  
Marienbader Straße 29a  
86169 Augsburg  
Tel.: 0821 70021-742

## **Bärenkeller**

Sozialzentrum Bärenkeller  
Amselweg 32  
86156 Augsburg  
Tel.: 0821 4604030

## **Göggingen/Inningen/ Bergheim**

Sozialstation Göggingen  
Römerweg 18  
86199 Augsburg  
Tel.: 0821 93415

## **Lechhausen**

Sozialstation Lechhausen  
Kantstraße 4  
86167 Augsburg  
Tel.: 0821 7205520

## **Kriegshaber**

Ulmer Straße 199  
86156 Augsburg  
Tel.: 0821 439833-12

## **Soziale Fachberatung für Senioren mit Migrations- hintergrund**

SchwabenCenter  
Wilhelm-Hauff-Straße 28  
86161 Augsburg  
Tel.: 0821 5688182

## **Pfersee**

Seniorenzentrum  
Christian-Dierig-Haus  
Kirchbergstraße 15  
86157 Augsburg  
Tel.: 0821 22792-510

---

## **Geschäftsstelle des Seniorenbeirates**

Schießgrabenstraße 4  
2. Stock, Zimmer 204  
86150 Augsburg  
Tel.: 0821 324-4325  
Fax: 0821 324-4346  
E-Mail: [seniorenbeirat@augzburg.de](mailto:seniorenbeirat@augzburg.de)

## **Fachstelle für Seniorenarbeit**

Schießgrabenstr. 4  
2. Stock, Zimmer 205 und 206  
86150 Augsburg  
Tel.: 0821 324-4318  
Fax: 0821 324-4323  
E-Mail:  
[fachstelle-seniorenarbeit@augzburg.de](mailto:fachstelle-seniorenarbeit@augzburg.de)