

## Wohnberatung

in der Kommunalen Beratungsstelle / Pflegestützpunkt Goethegalerie  
(Di und Do von 14.00 – 18.00 Uhr)  
im Stadtteilzentrum „LISA“ Lobeda-West (Mi von 9.00 – 12.00 Uhr)  
E-Mail: [kontakt@wohnberatung-jena.de](mailto:kontakt@wohnberatung-jena.de)

Tel. 03641/50 75 08

Tel. 03641/39 48 87

## Checkliste: Ist die eigene Wohnung altersgerecht?

### Zugang zur Wohnung

	Ja	Nein	Umbau möglich?
Ist der Eingang, das Namensschild und die Hausnummer gut beleuchtet und ggfs. für den Notarzt gut zu finden?			
Ist die Klingel gut hör- beziehungsweise sichtbar?			
Ist der Hauseingang überdacht?			
Rutschfester Bodenbelag / Fußmatte? Fußmatte möglichst in d. Boden eingelassen			
Gibt es im Haus einen Aufzug oder andere Lösungen zur Überwindung von Höhenunterschieden?			
Gibt es im Treppenhaus beidseitig Handläufe?			
Ist der Hauseingang ohne Stufen und Schwellen zu erreichen oder gibt es Rampen?			
Ist der Hausflur mindestens 1,20 Meter breit, damit Sie sich auch mit Gehstöcken oder einem Rollator bequem bewegen können?			

### Ausstattung des Bades

Geht die Badezimmertür nach außen auf und kann sie im Notfall von außen entriegelt werden?			
Hat das Bad eine bodengleiche, leicht begehbare Dusche?			
Gibt es in der Dusche einen Klappsitz oder Platz für einen Hocker?			
Falls eine Badewanne vorhanden ist: Gibt es Hilfsmittel, die den Einstieg erleichtern (z. B. Badewanneneinstiegshilfe, Badewannenlift)?			
Benötigen Sie in Ihrer Dusche oder Badewanne Anti-Rutsch-Matten oder Anti-Rutsch-Beschichtungen?			
Gibt es Haltegriffe im Bad, sind die Wände dafür stabil?			
Können Sie das WC selbständig benutzen, hat es die richtige Höhe?			
Können Sie sich vor dem Waschtisch bequem setzen und sich dann auch im Spiegel sehen?			
Gibt es vor WC und Waschtisch eine Bewegungsfläche von mindestens 1,20 Meter x 1,20 Meter (für Rollstuhlfahrer 1,50 x 1,50 Meter)?			

### Ausstattung der Küche

Hat die Küche eine Sitzgelegenheit oder einen Sitzarbeitsplatz?			
Sind die Arbeitsplatte und die Kochstelle unterfahrbar, falls Sie auf den Rollstuhl angewiesen sind?			
Haben Sie Rauchmelder / eine Herdüberwachung mit Abschaltautomatik?			
Sind die Küchengeräte und Schränke gut erreichbar?			
Könnten Kühlschrank, Geschirrspüler, Backofen erhöht aufgestellt werden?			

## Ausstattung der Wohn- und Schlafräume

Ist der Flur mindestens 1,20 Meter breit, damit Sie sich auch mit Gehstöcken oder einem Rollator bequem bewegen können?			
Ist die Wohnung frei von möglichen „Stolperfallen“ (z. B. loser Teppich, Läufer, Kabel)?			
Ist genügend Bewegungsfläche vorhanden, z. B. zum Wenden eines Rollstuhls?			
Sind die Räume stufenlos erreichbar oder gibt es Lösungen zur Überwindung der Höhenunterschiede?			
Sind die Türen / Durchgänge breit genug (möglichst 80 cm)?			
Sind Ihre Sitzmöbel und ihr Bett hoch genug, um problemlos aufstehen zu können?			
Befindet sich das Telefon in greifbarer Nähe der Sitzgelegenheit und ist es leicht bedienbar?			
Befindet sich ein Lichtschalter am Bett oder ist ein Nachtlit vorhanden?			

## Balkon & Terrasse

Sind Balkon oder Terrasse ohne Stufen zu erreichen beziehungsweise gibt es Haltegriffe?			
Wurde auf einen ausreichenden Wind-, Sicht- und Sonnenschutz geachtet?			
Wurde ein durchgängiger, rutschfester Bodenbelag verwendet?			

## Wohnumfeld / Infrastruktur

Ist eine Haltestelle des Personennahverkehrs fußläufig gut zu erreichen?			
Befindet sich Lebensmittelgeschäfte, ggfs. Post und Geldinstitut im nahen Umfeld?			
Sind Arzt und eine Apotheke gut erreichbar?			
Gibt es kulturelle Einrichtungen oder eine Seniorenbegegnungsstätte?			

## Eigene Notizen:

---

---

---

---

---

---

---

---

Ist Ihre Wohnung im fortgeschrittenen Alter, bei Pflege- und Betreuungsbedarf oder Gehbehinderung noch geeignet?

Oder planen Sie einen Umzug und möchten sich über altersgerechte Wohnungen oder alternative Wohnformen informieren?

Gern beraten wir Sie, neutral und kostenfrei, bei Bedarf auch als Hausbesuch.