

Workshop

«So lange wie möglich zu Hause wohnen bleiben»

1

Wohnen zu Hause

- Wohnen zu Hause ist die mit Abstand beliebteste und wahrscheinlichste Wohnform im Alter
- Die meisten älteren Menschen wohnen da, wo sie schon seit Jahren oder Jahrzehnten zu Hause sind

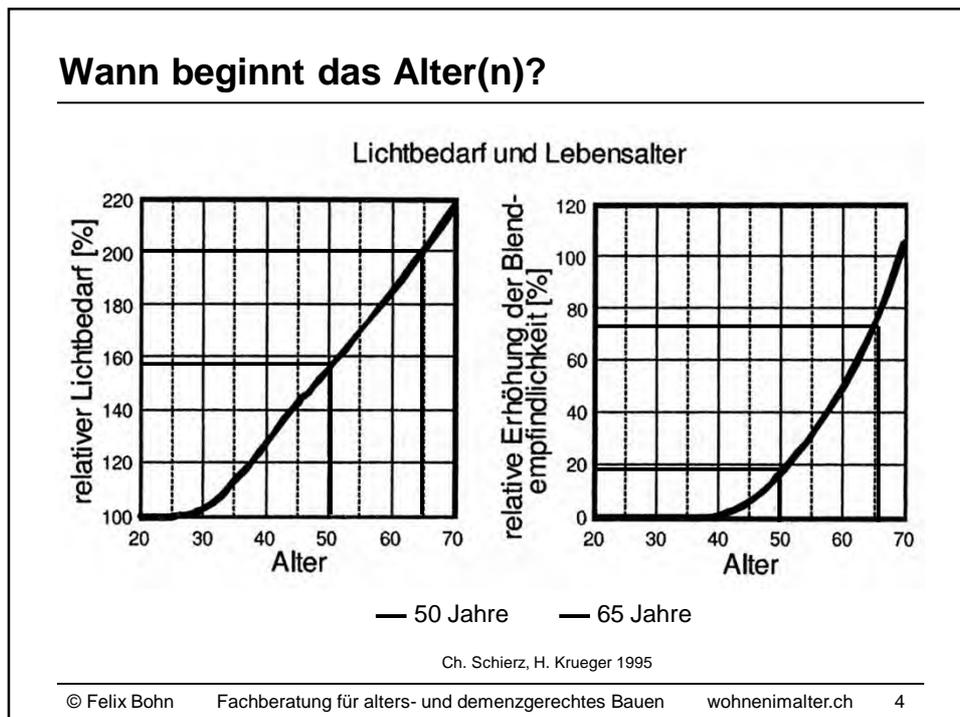


© Felix Bohn

2



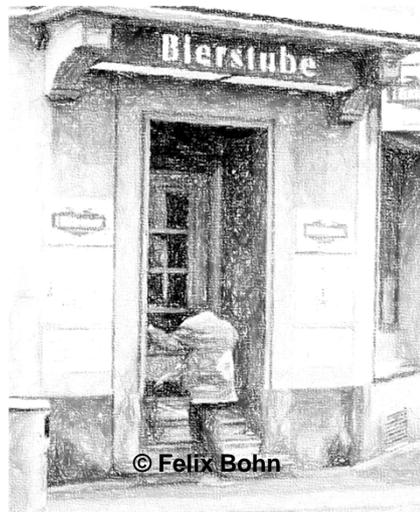
3



4

Bin ich behindert oder werde ich behindert?

- Selbständigkeit und Sicherheit älterer Menschen hängen in bedeutendem Masse von der baulichen Umgebung ab



© Felix Bohn Fachberatung für alters- und demenzgerechtes Bauen wohnenimalter.ch 5

5

Gesundheitskosten

HABITAT SENIORS  WOHNEN IM ALTER

- Sturz ist bei älteren Menschen die häufigste Todesursache
- ca. 2/3 der Fälle Sturz auf gleicher Ebene
- über 80'000 Stürze pro Jahr bei Menschen ab 65 Jahren
- Schätzung direkte Kosten: ca. 700 Mio. Franken

(Daten Beratungsstelle für Unfallverhütung / Gesundheitsförderung Schweiz)



© Felix Bohn Fachberatung für alters- und demenzgerechtes Bauen wohnenimalter.ch 6

6

Umfrage

HABITAT SENIORS  WOHNEN IM ALTER

- «Wo würden Sie bei einer Behinderung allenfalls Schwierigkeiten in Ihrer Wohnung sehen?»
- Treppen ungeeignet 71 %
- Bad / WC ungeeignet 56 %
- Türrahmen / -schwelle 49 %
- Küche ungeeignet 38 %

Age Report 2004



© Felix Bohn

© Felix Bohn Fachberatung für alters- und demenzgerechtes Bauen wohnenimalter.ch 7

7

Sicher nie ins Pflegeheim!

HABITAT SENIORS  WOHNEN IM ALTER

- Gerade wer nie in ein Pflegeheim will, muss sich frühzeitig Gedanken zu Wohnort und Wohnung machen!
- Wie bei jeder Vorsorge gilt: früh ins Alterswohnkonto «einzahlen», d.h.
 - Schon beim nächsten Umzug auf ein altersgerechtes Umfeld achten
 - Bei Umbauten im Eigenheim (v.a. Zugang, Bad, Küche) auf Komfort, leichte Zugänglichkeit und Bedienbarkeit achten



© Felix Bohn

© Felix Bohn Fachberatung für alters- und demenzgerechtes Bauen wohnenimalter.ch 8

8

Worauf muss geachtet werden?

HABITAT SENIORS  WOHNEN IM ALTER

- Selbständigkeit und Sicherheit zu Hause / in der näheren Umgebung
- Wo liegen gegenwärtige oder zukünftige Probleme (Treppe, lange Einkaufswege ohne Auto, Garten, Kinder weggezogen etc.)?
- Passt die Wohnung / das Haus zur Person / zu ihren Bedürfnissen?



© Felix Bohn Fachberatung für alters- und demenzgerechtes Bauen wohnenimalter.ch 9

9

Bodenbeläge

HABITAT SENIORS  WOHNEN IM ALTER

- Entfernen von Gefahrenstellen



© Felix Bohn Fachberatung für alters- und demenzgerechtes Bauen wohnenimalter.ch 10

10

Anpassungen bei Treppen

HABITAT SENIORS  WOHNEN IM ALTER



© Felix Bohn



© Felix Bohn

© Felix Bohn Fachberatung für alters- und demenzgerechtes Bauen wohnenimalter.ch 11

11

Anpassungen bei Treppen

HABITAT SENIORS  WOHNEN IM ALTER

- Nachträgliche Montage eines zweiten Handlaufs
- Günstig
- Komfortgewinn für alle Bewohnerinnen und Bewohner



© Felix Bohn

© Felix Bohn Fachberatung für alters- und demenzgerechtes Bauen wohnenimalter.ch 12

12

Handlauf

HABITAT SENIORS  WOHNEN IM ALTER



© Felix Bohn

© Felix Bohn

© Felix Bohn Fachberatung für alters- und demenzgerechtes Bauen wohnenimalter.ch 13

13

Treppenlift

HABITAT SENIORS  WOHNEN IM ALTER

- Treppenlift



© Felix Bohn

© Felix Bohn Fachberatung für alters- und demenzgerechtes Bauen wohnenimalter.ch 14

14

Schwellen



15

Balkontürschwellen



16

Anpassungen im Badezimmer

HABITAT SENIORS  WOHNEN IM ALTER

- Badebrett und L-förmiger Haltegriff erleichtern den sicheren Einstieg in die Badewanne



© Felix Bohn Fachberatung für alters- und demenzgerechtes Bauen wohnenimalter.ch 17

17

Haltegriffe

HABITAT SENIORS  WOHNEN IM ALTER

- Es geht nicht nur darum, ob Haltegriffe vorhanden sind, sondern welche gewählt und wo sie montiert werden



© Felix Bohn Fachberatung für alters- und demenzgerechtes Bauen wohnenimalter.ch 18

18

Sicherer Halt

HABITAT SENIORS  WOHNEN IM ALTER



© Felix Bohn Fachberatung für alters- und demenzgerechtes Bauen wohnenimalter.ch 19

19

Farbwahl / Kontrast

HABITAT SENIORS  WOHNEN IM ALTER

- Griff muss gut und rasch erkennbar sein ...



© Felix Bohn Fachberatung für alters- und demenzgerechtes Bauen wohnenimalter.ch 20

20

Achtung Gleitgefahr!

HABITAT
SENIORS  WOHNEN
IM ALTER

- Antirutschstreifen aufkleben
- Chemische Nachbehandlung



© Felix Bohn Fachberatung für alters- und demenzgerechtes Bauen wohnenimalter.ch 21

21

Anpassungen im Badezimmer

HABITAT
SENIORS  WOHNEN
IM ALTER

- Sich abzeichnende Probleme:
 - Körperpflege selbständig und unselbständig
 - Benutzung des WCs
 - Bedienung von Armaturen und Schaltern



© Felix Bohn Fachberatung für alters- und demenzgerechtes Bauen wohnenimalter.ch 22

22

Kontraste / Beleuchtung in der Küche



© Felix Bohn Fachberatung für alters- und demenzgerechtes Bauen wohnenimalter.ch 23

23

Kontraste / Beleuchtung in der Küche

- Kontrastreiche Bezeichnung der Kochstufen und ertastbare Drehschalterstellung



© Felix Bohn Fachberatung für alters- und demenzgerechtes Bauen wohnenimalter.ch 24

24

Kontraste / Beleuchtung in der Küche



© Felix Bohn Fachberatung für alters- und demenzgerechtes Bauen wohnenimalter.ch 25

25

Anpassungen bei Möbeln

HABITAT SENIORS  WOHNEN IM ALTER



© Felix Bohn Fachberatung für alters- und demenzgerechtes Bauen wohnenimalter.ch 26

26

Leuchten und Lampen

HABITAT
SENIORS  WOHNEN
IM ALTER

- Auch gesunde ältere Menschen brauchen mehr Licht für dieselbe Sehleistung wie jüngere
- Ältere Menschen sind blendempfindlicher
 - mehr Licht
 - indirektes Licht
 - Licht dort, wo man es braucht



© Felix Bohn Fachberatung für alters- und demenzgerechtes Bauen wohnenimalter.ch 27

27

Jederzeit eine Tür von aussen öffnen

- Doppelzylinder an der Haus- und Wohnungstür
- Es ist auch bei gestecktem Schlüssel möglich, die Tür von aussen zu öffnen
- In Mietwohnungen nur in Absprache mit dem Vermieter



© Felix Bohn Fachberatung für alters- und demenzgerechtes Bauen wohnenimalter.ch 28

28

Was müssen Mieter beachten?



- Mietrecht Art. 260a OR:

«Der Mieter kann Erneuerungen und Änderungen an der Sache nur vornehmen, wenn der Vermieter schriftlich zugestimmt hat. Hat der Vermieter zugestimmt, so kann er die Wiederherstellung des früheren Zustandes nur verlangen, wenn dies schriftlich vereinbart worden ist.»



© Felix Bohn

© Felix Bohn Fachberatung für alters- und demenzgerechtes Bauen wohnenimalter.ch 29

29

Umziehen oder bleiben?



- Besonders hohe Bedeutung des bekannten Umfeldes bei demenziellen Erkrankungen für das Wohlbefinden und die Selbständigkeit
- Wenn Umzug unumgänglich, dann in einer möglichst frühen Phase



© Felix Bohn

© Felix Bohn Fachberatung für alters- und demenzgerechtes Bauen wohnenimalter.ch 30

30

Finanzierung



- Grundsätzlich keine finanzielle Unterstützung für Wohnungsanpassungen.
- Bei Wohneigentum ist eine Erhöhung der Hypothek zu diesem Zweck nicht immer einfach.
- Wer Anspruch auf Ergänzungsleistungen (EL) hat, kann:
 - Stiftungen anfragen
 - Betroffenenorganisationen kontaktieren
 - Individuelle Finanzhilfe (IF) von Pro Senectute beantragen



© Felix Bohn Fachberatung für alters- und demenzgerechtes Bauen wohnenimalter.ch 31

31

Anlaufstellen und Unterlagen



- | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> • Behindertenkonferenz des Kantons Zürich, bkz.ch • SAHB / EXMA in Oensingen • Felix Bohn
dipl. Architekt ETH
dipl. Ergotherapeut HF
zert. Gerontologe INAG
zert. Lichtdesigner SLG
Akustiker FHNW | <ul style="list-style-type: none"> • Wohnungsanpassungen bei behinderten und älteren Menschen (Bezug: hindernisfreie-architektur.ch) • Planungsrichtlinien Altersgerechte Wohnbauten (Bezug: hindernisfreie-architektur.ch) • Zu Hause älter werden – komfortabel und sicher (Bezug: Stadt Winterthur) • Selbstständig zu Hause wohnen – Einfache Hilfen, die den Alltag erleichtern (Bezug: Stadt Zürich, GUD) • Die Wohnung anpassen (Bezug: Alzheimer Schweiz) |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
- Felix Bohn – Wohnen im Alter GmbH
Fabrikstrasse 31
8005 Zürich
bohn@wohnenimalter.ch
044 240 20 60

© Felix Bohn Fachberatung für alters- und demenzgerechtes Bauen wohnenimalter.ch 32

32