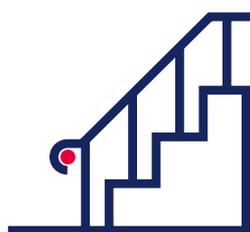


Empfehlungen für  
ein sicheres Leben  
zu Hause



# Wohnraumverbessernde Maßnahmen

Stand: Januar 2021



**JOHANNITER**

Aus Liebe zum Leben



## Schon gewusst?

Pro Jahr verunglücken in Deutschland etwa 2,8 Millionen Menschen im Haushalt.

Verbessern Sie jetzt die Wohnsicherheit!

## Einfache Lösungen für mehr Sicherheit

**Ein selbstbestimmtes Leben in den eigenen vier Wänden ist auch im Alter, bei Krankheit oder mit einer Behinderung möglich. Die Johanniter geben Tipps für ein sicheres Zuhause.**

Um so lange wie möglich in der vertrauten Umgebung leben zu können, empfehlen die Johanniter ein barrierefreies Umfeld. Dafür sollten unnötige Hindernisse und Gefahrenquellen in der Wohnung beseitigt werden.

Zusätzlich lässt sich die Sicherheit in der eigenen Wohnung mit zusätzlichen Hilfsmitteln verbessern, um veränderten Bedürfnissen gerecht zu werden.

Dafür sind nicht immer aufwendige Umbauten notwendig: Manchmal genügen schon kleine Veränderungen, um das Leben in den eigenen vier Wänden bequemer und sicherer zu gestalten. Einige dieser praktischen Empfehlungen haben wir für Sie in dieser Broschüre gesammelt.



## I. Wohnbereich

### 1. Eingangsbereich Wohnung / Flur

### Details

Sicherung der Wohnungstür beidseitig zu öffnen

Kastenriegelschloss  
einbruchsicheres Türschloss

Bedienung Gegensprechanlage und Türöffner (ggf. auch für Wohnungstür)

Vom Sessel oder Bett aus

Hörbare Klingel

z. B. Zweitton-Gong oder Lichtsignale

Bodengleich eingelegte Fußmatte vor Wohnungstür

Ausreichende Bewegungsflächen

ggf. ummöblieren

Lichtschalter und/oder Bewegungsmelder an Eingangstür (für Wohnungsflur und nach Möglichkeit auch für Treppenhaus)

am Bewegungsmelder die Zeit einstellen

Hilfsmittel

z. B. Verlängerung Türgriff, Greifhilfe für Schlüssel

Rauchwarnmelder

### 2. Schlafbereich

### Details

Anpassung der Betthöhe

Anschaffung Bettenrost mit verstellbarem Kopf-/Fußteil

Elektrisch verstellbare Rückenstütze

Anschaffung Pflegebett

Gut erreichbar; möglichst Erdgeschoss

Schaffung von mehr Platz am Bett, Platz zum Ein-/Aussteigen, Zugänglichkeit von Hilfskräften

Umbau Doppelbett zum Einzelbett, Umstellen des Bettes

Ablage neben Bett (z. B. für Telefon, Johanniter-Hausnotruf), standsicher zum Abstützen

Sonstige Abstützmöglichkeiten/Aufstehhilfen

Vom Bett erreichbarer Lichtschalter

Beleuchtung/Notlicht

Beseitigung von Engpässen auf dem Weg zum Bad

Rauchwarnmelder



## II. Sanitärbereich (Bad/WC)

3. Wohnzimmer	Details
Körpergerechte Sitzmöbel mit Armstützen (Erleichterung des Aufstehens), Fußbank	Lesesessel mit Arm- und Nackenstützen, Katapultsitz, Keilkissen
Beleuchtung (heller, am richtigen Platz)	z. B. flexible Leselampe
Gut erreichbare Ablage neben der Sitzgelegenheit (z. B. für Telefon, Johanniter-Hausnotruf)	Tisch neben Sessel
Anbringen zusätzlicher Steckdosen zum Vermeiden von Kabelsalat	
Standsichere Möbel zum Abstützen	
Gut erreichbarer Lichtschalter	
Rauchwarnmelder	

4. Kochbereich	Details
Oberschränke tiefer anbringen (Erreichbarkeit; Glasboden zur besseren Erkennung)	
Anpassung der Höhe von Arbeitsflächen und Sitzmöbel	Höher oder tiefer
Gute Beleuchtung im Arbeitsbereich	
Rutschhemmender Bodenbelag	
Stehhilfen	
Johanniter-Temperaturmelder	

5. Beseitigung von Hindernissen im gesamten Wohnbereich	Details
Rutschsicherung von Teppichen	z. B. befestigen, ggf. entfernen
Beseitigen von Türschwellen/sonstige Hindernisse	Stolperfallen reduzieren, einzelne Stufen eindeutig sichtbar machen, z. B. farbliche Markierung
Fenster mit niedrigen Griffen	

1. Insgesamt	Details
Veränderung des Türaufschlags	Bad mit Tür nach außen
Türverbreiterung	
Rutschhemmender Bodenbelag	
Handläufe an der Wand	
Johanniter-Notruffliese/Zugtaster	
Johanniter-Wasserstandsmelder	
Hilfsmittel	z. B. Verlängerung Türgriff, Greifhilfe für Schlüssel
Rauchwarnmelder	

2. Badewanne	Details
Einsteigegriffe (bzw. Haltestangen etc.)	
Haltegriffe (für verschiedene Griffpositionen)	Haltegriff, Bewegungsablauf
Badewannenbrett	
Wannenlift	
Sichere und leicht bedienbare Armaturen	Einhebelmischer/Verbrühschutz
Aufkleber am Wannenboden (Verminderung der Rutschgefahr)	

3. Dusche	Details
Einbau einer bodengleichen Dusche	Bodengleiche Dusche statt Wanne
Haltegriffe für Dusche	Winkelgriff
Duschsitz (an Wand befestigt oder als Duschhocker)	
Gut erreichbare Halterung für Brause	Bei bodengleicher Dusche
Sichere und leicht bedienbare Armaturen	Einhebelmischer/Verbrühschutz
Aufkleber am Duschwannenboden (Verminderung der Rutschgefahr)	

4. WC	Details
Einbau höheres WC bzw. Toilettenaufsatz (ggf. mit Polsterung) mit integrierter Armstütze und zusätzlichen Haltegriffen an der Wand	Höherer WC-Korpus und Bügelstütze
Stützgriffe z. B. wand- oder bodenbefestigte Bügelstützen	
Zusätzliche Haltegriffe	Höhenverstellbare Stützgestelle
Gut erreichbarer Toilettenpapierhalter	

5. Waschbecken	Details
Schaffen von Platz zum Waschen im Sitzen und zum Einsatz von Helfern	Versetzen des Waschbeckens, Veränderung des Türaufschlags
Anpassung der Waschbeckenhöhe, Kniefreiheit beim Sitzen, unterfahrbares Waschbecken	Höhenverstellbares Waschbecken
Spiegel zum Waschen im Sitzen	Großer Spiegel und Kippspiegel
Sichere und leicht bedienbare Armaturen	Einhebelmischer/Verbrühschutz
Im Sitzen erreichbare Ablage	



## III. Schwellen, Stufen, Hauseingang

1. Balkon	Details
Stützgriffe zum leichteren Überwinden der Balkonschwelle	Spezielle Stützgriffe
Bewegliche Rampe zum Überfahren der Balkonschwelle	Holzrampe
Einbau einer Zwischenstufe (bei sehr hohen Schwellen)	
Verbreiterung der Balkontür	z. B. neue Türkonstruktion ohne Schwelle
Beseitigung der Balkonschwelle	

2. Treppenhaus	Details
Handläufe auf beiden Seiten der Treppe	Äußerer Handlauf bei gewendelten Treppen
Hinausragender Handlauf (am Anfang und Ende der Treppe)	Handlauf am Hauseingang
Sichere Treppenstufen	Rutschhemmender Belag, Reparatur ausgetretener Stufen, Markierung der Trittkanten
Sichere Treppenbeleuchtung	Keine Verschattung der Stufen, längere Beleuchtungsintervalle
Treppenlift	

3. Stufen Hauseingang	Details
Vollständige Handläufe (siehe Treppenhaus)	Zwei Handläufe am Hauseingang
Sichere Stufen (siehe Treppenhaus)	Ersatz der Stufen durch Rampe
Einbau einer Rampe (statt Stufen oder zusätzlich)	

4. Hauseingang	Details
Beleuchtung	Bis zur Straße bzw. zum Briefkasten
Leichtgängige Haustür	
Erreichbarer Briefkasten	
Wetterschutz (Vordach, Windfang)	
Ablage vor Haustür	

**Aus Liebe zu Dir!**  
Der Johanniter-Pflegecoach.

**Pfleges Schulungen für zu Hause**  
Digital. Unabhängig. Kostenlos.  
[johanniter-pflegecoach.de](http://johanniter-pflegecoach.de)





## IV. Fördermöglichkeiten

Pflegehilfsmittel und wohnumfeldverbessernde Maßnahmen (Auszug aus § 40 SGB XI): Die Pflegekassen können subsidiär finanzielle Zuschüsse für Maßnahmen zur Verbesserung des individuellen Wohnumfeldes des Pflegebedürftigen gewähren, beispielsweise für technische Hilfen im Haushalt, wenn dadurch im Einzelfall die häusliche Pflege ermöglicht oder erheblich erleichtert oder eine möglichst selbständige Lebensführung des Pflegebedürftigen wiederhergestellt wird. Die Zuschüsse dürfen einen Betrag in Höhe von 4.000 Euro

je Maßnahme nicht übersteigen. Leben mehrere Pflegebedürftige in einer gemeinsamen Wohnung, dürfen die Zuschüsse für Maßnahmen zur Verbesserung des gemeinsamen Wohnumfeldes einen Betrag in Höhe von 4.000 Euro je Pflegebedürftigem nicht übersteigen. Der Gesamtbetrag je Maßnahme nach Satz 3 ist auf 16.000 Euro begrenzt und wird bei mehr als vier Anspruchsberechtigten anteilig auf die Versicherungsträger der Anspruchsberechtigten aufgeteilt. § 40 Absatz 1 Satz 2 gilt entsprechend.

Empfehlungen/eigene Notizen:

---

---

---

---

---

---

---

---

**Johanniter-Unfall-Hilfe e. V.**

Lützowstraße 94, 10785 Berlin

Tel. 030 26997-0, Fax 030 26997-444

info@johanniter.de, www.johanniter.de

Stand: Januar 2021



**JOHANNITER**