

# Damit Senioren daheim sicher wohnen

**Leben im Alter** Welche Tipps Experten für die altersgerechte Umgestaltung der eigenen vier Wände geben und wer dabei hilft

*Herr Nisseler, Sie beraten ehrenamtlich zusammen mit vier Kollegen in der Stadt Augsburg Bürger über Möglichkeiten der Wohnungsanpassung im Alter und bei einer Behinderung. Sie kommen auf Anfrage auch nach Hause. Was ist Ihr Ziel bei diesen Beratungen?*

**Günter Nisseler:** Wir wollen Mitbürger unterstützen, dass diese möglichst lange und selbstbestimmt in ihren Wohnungen oder Häusern leben können. Außerdem soll das Unfallrisiko minimiert werden. Zudem wollen wir Menschen, die andere daheim pflegen, den Alltag erleichtern.

*Welche Menschen wenden sich an Sie?*

**Nisseler:** Es sind überwiegend Senioren. Ab circa 70 Jahren aufwärts ist bei vielen die Mobilität eingeschränkt. Mein jüngster Fall aber war eine Familie mit einem siebenjährigen Kind, das geistig und körperlich schwerst behindert war. Da musste das Lebensumfeld der Situation angepasst werden.



*Wo bekommen Senioren in ihren eigenen vier Wänden Probleme?*

**Nisseler:** Das sind natürlich die Treppen. Es geht oft beim Hauseingang

los, wo sich meistens schon Stufen befinden. Hier kann man zum Beispiel eine Rampe anbringen. Bei Treppen im Haus kann natürlich ein Treppenlift helfen. Riesen Probleme können aber auch schon Teppiche bereiten.

*Wieso ausgerechnet Teppiche?*

**Nisseler:** Teppichläufer bergen eine enorme Sturzgefahr. Oft sind die Brücken schon alt und ausgelastet und wölben sich. Aber Teppiche sind bei älteren Menschen ein heikles Thema. Da werden Sie als Berater schief verrückt.

*Wieso das denn?*

**Nisseler:** Jemanden davon zu überzeugen, einen Teppichläufer aus der Wohnung zu bringen, ist eine wahre Meisterleistung. Oft hängen die Besitzer mit so viel Herzblut daran. Da ist eine Wohnung schneller saniert, als dass man sich von einem Teppich trennt.

*Welche Gefahrenquellen gibt es noch daheim?*

**Nisseler:** Oft lauern Stolperfallen an Türschwellen. Auch beim Übergang von Wohnraum zu Balkon oder



Treppen sind im Alter eine Sturzgefahr. Hilfreich ist ein Treppenlift.

Foto: dpa

Terrasse gibt es in 95 Prozent der Fälle Höhenunterschiede. Die können bis zu 20 Zentimeter betragen. Da kommen die verrücktesten Dinge vor. Aber es gibt sogenannte Schwellenbrücken, die man anbringen kann.

*Wieso sind solche vermeintlichen Kleinigkeiten so gefährlich?*

**Nisseler:** Im Alter ist man einfach nicht mehr so beweglich. Auch der Gleichgewichtssinn lässt nach. Wenn jemand ins Stolpern gerät, kann er sich vielleicht nicht mehr abfangen. Und Brüche heilen bei älteren Menschen nun einmal nicht mehr so schnell.

*Was ist die größte Herausforderung bei der altersgerechten Anpassung einer Wohnung?*

**Nisseler:** Schwierig wird es oft beim Bad. 80 Prozent der Menschen, die bei uns anrufen, kommen nicht mehr ohne Hilfe in die Badewanne. Ich empfehle grundsätzlich, die Badewanne durch eine ebenerdige Dusche zu ersetzen, wenn möglich. Dadurch schafft man auch zusätzlichen Platz, was wichtig ist, wenn ein Rollator oder ein Rollstuhl ins Spiel kommt. Man muss schließlich auch weiterdenken und in Betracht ziehen, dass die eigene Mobilität weiter nachlässt.

*An was wird bei einer Wohnungsanpassung noch gedacht?*

**Nisseler:** Meist sind die Toiletten zu niedrig. Dafür gibt es Sitzserhöhen oder man baut gleich höhere Toiletten ein. Wichtig sind Haltegriffe, übrigens auch an Waschbe-

cken oder in der Dusche. Die sollten aber von Fachleuten montiert werden, weil da ganz schön viel Zug darauf kommt.

*Das alles kostet Geld. Gibt es eine Form der finanziellen Unterstützung?*

**Nisseler:** Wenn man einen Pflegegrad hat, gibt es je Baumaßnahme bis zu 4000 Euro. Wichtig ist, das erst mit der Pflegekasse abzuklären, bevor man mit einer Baumaßnahme beginnt.

*Sie sind einer von fünf qualifizierten Beratern, die von der städtischen Fachstelle Seniorenarbeit vermittelt werden. Was macht ihre Qualifikation aus?*

**Nisseler:** Wir wurden extra dafür ausgebildet. Wir haben etwa gelernt, welche Hindernisse es im Wohnraum geben kann, welche Hilfsmittel möglich sind und welche Finanzierungshilfen und Möglichkeiten es gibt.

*Was kostet ein Hausbesuch inklusive Beratung von Ihnen oder von Ihren Kollegen?*

**Nisseler:** Nichts. Wir machen das ehrenamtlich.

*Wird Ihre Hilfe in Anspruch genommen?*

**Nisseler:** Die Beratungszahl steigt von Jahr zu Jahr – auch weil wir immer bekannter werden. Im vergangenen Jahr hatten wir 38 Beratungen und 15 Infovorträge. In diesem Jahr sind es bislang schon 18 Beratungen. Dennoch haben manche Menschen Hemmungen, sich bei uns zu melden. Das ist aber falsche Scham. Interview: Ina Kresse

**📞 Kontakt** Die Fachstelle Seniorenarbeit der Stadt Augsburg vermittelt Termine mit Beratern wie Günter Nisseler.

Die Beratung ist kostenfrei. Telefon: 0821/324-4317 oder -4318. Mail: fachstelle-seniorenarbeit@augzburg.de. Außerhalb der Stadt Augsburg können Menschen in ihrem Landratsamt nach Beratern für die Wohnungsanpassung fragen, die ihnen helfen. Außerdem bietet die bayerische Erbschenkammer eine kostenlose Erstberatung – weitere Informationen im Internet unter [www.byak.de/planen-und-bauen/beratungsstelle-barrierefreiheit.html](http://www.byak.de/planen-und-bauen/beratungsstelle-barrierefreiheit.html)



**Günter Nisseler** ist 63 Jahre alt. Er arbeitet seit drei Jahren in der Wohnungsanpassungsberatung der Stadt Augsburg.