

## Übersicht für ein sicheres und pflegegerechtes Zuhause

Diese Checkliste unterstützt Angehörige und Betroffene dabei, die Wohnung sicherer und besser an den Pflegebedarf anzupassen. Bereits kleine Veränderungen können helfen, Sturzrisiken zu reduzieren und den Alltag deutlich zu erleichtern. Die Übersicht hilft dabei, wichtige Bereiche systematisch zu prüfen und notwendige Maßnahmen frühzeitig zu erkennen.

---

### Wichtige Prüfpunkte im Wohnraum

- Stolperfallen und lose Teppiche entfernen
- Ausreichende Beleuchtung in allen Räumen prüfen
- Haltegriffe im Bad und an Treppen installieren
- Rutschfeste Matten im Badezimmer verwenden
- Zugänge und Türen auf Barrierefreiheit prüfen
- Pflegebett oder Hilfsmittel ausreichend einplanen
- Notrufmöglichkeiten und Telefon erreichbar platzieren
- Treppen und Wege frei zugänglich halten
- Sitzmöglichkeiten und Ruhebereiche schaffen
- Fördermöglichkeiten der Pflegekasse prüfen

### Zusätzliche Hinweise

Eine sichere Wohnumgebung kann helfen, Unfälle zu vermeiden und pflegende Angehörige zu entlasten. Viele Anpassungen lassen sich bereits mit kleinen Veränderungen umsetzen. Menschen verbringen Jahrzehnte damit, Wohnungen hübsch einzurichten, und merken erst bei Pflegebedarf, dass Teppichkanten plötzlich Endgegner werden. Architektur und Realität führen eine komplizierte Beziehung.

# Checkliste Wohnraumanpassung bei Pflegebedarf

Bereich

Eigene Notizen / Maßnahmen

---

---