

# 1. Persönliche Checkliste

---

Mit dieser Checkliste überprüfen Sie Ihre häusliche Umgebung auf mögliche Verbesserungen

- Allgemeine Hinweise
- Der Hauseingang
- Hausflur und Treppenhaus
- Der Wohnungsflur
- Die Küche
- Bad und WC
- Das Wohnzimmer
- Das Schlafzimmer
- Balkon, Terrasse und Garten

## ■ Allgemeine Hinweise

---

	Ja	Nein
▪ Brauchen Sie mehr Platz für Ihre Möbel?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Sind Ihnen die Wege von Raum zu Raum manchmal zu weit?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Gibt es Räume, die zu klein sind?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Ist es im Winter schwierig, Ihre Wohnung warm zu halten?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Könnte der Schutz vor Einbrechern an Fenstern und Türen besser sein?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Gibt es Bereiche, die abends trotz Beleuchtung zu dunkel sind?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Gibt es Hindernisse auf dem Weg in den Keller und zu den Mülltonnen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Befürchten Sie, dass es im Notfall länger dauert, bis Hilfe kommt?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Sind Sie in der Wohnung schon einmal gestolpert oder gestürzt?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

## ■ Der Hauseingang

---

	Ja	Nein
▪ Gibt es Stufen im Hauseingangsbereich?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Ist es manchmal mühsam, die Haustür zu erreichen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Haben Sie manchmal Schwierigkeiten, die Haustür zu öffnen oder	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

<b>zu schließen?</b>		
▪ Fehlt eine Überdachung über dem Hauseingang?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Ist es schwer Klingelschilder und Hausnummern bei Dunkelheit zu lesen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Fehlt Ihnen vor der Haustür Bewegungsraum?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

■ Hausflur und Treppenhaus

---

	<b>Ja</b>	<b>Nein</b>
▪ Fehlt Ihnen im Hausflur der Platz, um z.B. eine Gehhilfe abzustellen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Können Sie den Briefkasten bequem erreichen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Ist der Bodenbelag im Flur und auf den Treppen manchmal zu rutschig?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Sind der Flur und die Treppen hell genug beleuchtet?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Kommt es vor, dass die Treppenhausbeleuchtung ausgeht, bevor Sie in der Wohnung sind?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Bietet Ihnen das Treppengeländer genügend Halt und Sicherheit?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Können Sie das Treppenhaus ohne Probleme benutzen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

■ Der Wohnungsflur

---

	<b>Ja</b>	<b>Nein</b>
▪ Sollte die Wohnungseingangstür breiter sein?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Wünschen Sie sich an der Eingangstür einen besseren Einbruchsschutz?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Fehlt Ihnen die Möglichkeit, zu erkennen wer klingelt, bevor Sie die Tür öffnen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Überhören Sie manchmal die Türklingel?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Wünschen Sie sich mehr Platz für die Garderobe?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Fehlt es an Platz vor der Garderobe?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Ist der Flur frei von Stolperfallen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

## ■ Die Küche

---

	Ja	Nein
▪ Brauchen Sie mehr Platz in Ihrer Küche?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Stehen an den Küchenmöbeln Ecken und Kanten vor, an denen Sie sich schon mal gestoßen haben?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Fehlt Ihnen die Möglichkeit im Sitzen zu arbeiten?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Wäre es leichter für Sie, wenn die Arbeitsflächen eine andere Höhe hätten?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Sind manche Schränke nur mühsam zu erreichen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Brauchen Sie ein helleres Licht über den Arbeitsplatten?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Wäre es praktischer, wenn Herd, Spüle oder Kühlschrank woanders stehen würden?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Fehlt Ihnen Arbeitsfläche in der Küche?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

## ■ Bad und WC

---

	Ja	Nein
▪ Macht es Schwierigkeiten ins Bad zu kommen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Wünschen Sie sich mehr Platz im Bad?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Sind Sie schon mal im Bad ausgerutscht?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Ist es mühsam, die Badewanne/Dusche zu benutzen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Fehlen Haltegriffe für einen sicheren Ein- und Ausstieg?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Fehlt in der Wanne/Dusche eine rutschfeste Matte?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Ist es mühsam, das Waschbecken zu benutzen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Wünschen Sie sich, dass Waschbecken auch im Sitzen benutzen zu können?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Könnten Sie sich besser sehen, wenn der Spiegel in einer anderen Höhe hängt?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Sollten Ablage oder Spiegelschrank besser erreichbar sein?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Ist es mühsam oder unsicher, die Toilette zu benutzen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

## ■ Das Wohnzimmer

---

	Ja	Nein
▪ Brauchen Sie mehr Platz im Wohnzimmer?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Haben Sie sich schon öfter an Möbelkanten gestoßen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Ist es mühsam Platz zu nehmen und wieder aufzustehen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Sollte mehr Licht zum Lesen da sein?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

## ■ Das Schlafzimmer

---

	Ja	Nein
▪ Wünschen Sie sich mehr Platz im Schlafzimmer?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Fehlt es Ihnen an Platz vor den Schränken?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Fällt es schwer aus dem Bett aufzustehen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Liegen Sie manchmal unbequem?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Ist es schwer, das Licht vom Bett aus anzuschalten?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Brauchen Sie mehr Ablageflächen neben dem Bett?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Fehlt neben dem Bett der Platz für Telefon und/oder Notruf?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

## ■ Balkon, Terrasse und Garten

---

	Ja	Nein
▪ Ist es mühsam, Balkon, Terrasse oder Garten zu erreichen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Gibt es Schwellen an der Balkon-/Terrassentür?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
▪ Sind Sie auf diesem Weg schon mal gestolpert?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>