

Älter werden, anders, möglichst barrierefrei wohnen?

Vortrag im Stadtteiltreff Derendingen

Derendingen. Immer mehr Menschen machen sich beim Übergang in den Ruhestand Gedanken darüber, wie sie später einmal wohnen wollen. Glaubt man den Umfragen, haben die allermeisten Menschen den Wunsch, so lange als möglich in den eigenen vier Wänden zu wohnen. Mit zunehmendem Alter gewinnt das Zuhause an Bedeutung, die Wohnung entwickelt sich allmählich zum Lebensmittelpunkt.

Darüber nachzudenken, wie und wo man später wohnen möchte, gehört zu den wichtigsten Vorbereitungen auf das Alter. Viele Seniorinnen und Senioren können sich nicht vorstellen, in einem Pflegeheim zu wohnen. Sie möchten möglichst selbstbestimmt leben – auch dann, wenn ihre Energien nachlassen. Wenn die Kräfte schwinden, das Augenlicht schwächer wird, kommt es darüber hinaus auch oft zu häuslichen Unfällen. Manchmal helfen Umbauten. Das Beratungsangebot ist relativ breit. Architekten, Handwerker und sogar Sanitätshäuser zeigen wie die Zimmer und Wege in der Wohnung sicher gemacht werden können. Hier kann aber auch eine Wohnberatung über den Kreissenorenrat Tübingen helfen.

Ernst-Werner Briese ist Wohnberater des Kreissenorenrates. Er ist unabhängig und verursacht keine Kosten, was für viele ältere Menschen wichtig ist.

Bei seinen Kontrollen vor Ort überprüft er die Gegebenheiten, zeigt Gefahrstellen im Bad, in der Küche, im Schlafzimmer oder Garten auf. Zwei Drittel aller Unfälle passieren im häuslichen Umfeld, weiß er. Und am häufigsten trifft es Frauen. Ein Drittel aller Menschen über 65 Jahre stürzt mindestens einmal im Jahr. Treppen, lose Teppiche, Duschverkleidungen, rutschige Böden im Bad, fehlende Handgriffe an den Badewannen, wacklige Leitern bieten die meisten Unfallgefahren. Natürlich muss nicht immer das gesamte Bad umgebaut oder ein Treppenlift eingebaut werden. Barrierefrei heißt auch nicht unbedingt, dass man behindert sein muss. Komfortables und sicheres Wohnen im Alter daheim, trifft es eher.

Am Dienstagabend, 11. Juli, 19 Uhr berichtet Ernst-Werner Briese, der ehrenamtliche Wohnberater des Kreissenorenrates Tübingen im Stadtteiltreff Derendingen (Samariterstift im Mühlenviertel), Kählerweg 2 über seine Erfahrungen und gibt wichtige Hinweise und Anregungen für Interessierte. Der Vortrag ist kostenlos.