

Kleine Alltagshilfen – für mehr Bequemlichkeit und Sicherheit

Neben der baulichen Umgestaltung der Wohnung bieten auch einfache Alltagshilfen viele Möglichkeiten, den Alltag bequemer und sicherer zu gestalten. Es gibt viele „kleine Lösungen“, die nicht teuer sein müssen, aber große Wirkung haben. Manches davon haben Sie auch schon zu Hause. Warum also nicht ein klein wenig nachhelfen, wenn dadurch das Alltagsleben um so vieles einfacher werden kann?

Kleine Helferlein mit großer Wirkung!

Manche Flaschen haben es in sich: Ihre Schraubverschlüsse lassen sich schwer aufdrehen. Mit einem speziellen Flaschenöffner für Drehverschlüsse können Sie den Schraubdeckel ohne großen Kraftaufwand aufdrehen. Auch ein Nusskacker leistet gute Dienste.



Ein vorhandener Zollstock kann als Kartenhalter genutzt werden und kostet keinen Cent.



Auch im Handel finden Sie viele nützliche Hilfen wie zum Beispiel Schlüsseldrehhilfen, Schlüsselfinder, Tragehilfen, Spültuchpressen, Leselupen, Greifhilfen und vieles mehr.

Machen Sie es sich bequem!

Kennen Sie das auch? Sie möchten etwas vom Boden auffegen und es fällt Ihnen schwer, sich zu bücken? Eine Kehrgarnitur mit langen Stielen ist eine große Hilfe.

Oft ist es auch schwierig, benötigte Gegenstände aus den unteren Schrankfächern zu holen. Hier können einfache Körbe, Plastikbehälter oder nachgerüstete Schubladen weiterhelfen.



Im Frühjahr die Gardinen abnehmen und waschen – auch das geht bequem mit einem Gardinenlift. Einfach die Gardinenhalterung herunterfahren und Sie können die Vorhänge abnehmen.

Ein manueller Fensteröffner hilft, wenn die Fenstergriffe nicht erreichbar sind.

Auch für Menschen mit größeren Beeinträchtigungen gibt es viele Hilfen

In Sanitätshäusern und mittlerweile auch zunehmend im Einzelhandel finden Sie „kleine Helfer“ wie zum Beispiel besonders geformte Geschirrtteile, die das Essen und trinken auch bei eingeschränkter Motorik erleichtern. Auch Brot mit einer Hand zu schneiden, ist dank des Einhandschneidebretts kein Problem mehr.



Einige Hilfsmittel können Sie selbst basteln. Ein Holzbrett mit Schrauben als Einhandschneidebrett oder anstatt des teuren Rheuma-Bestecks können Sie Ihr vorhandenes Besteck auch mit einfachen Mitteln anpassen: Lockenwickler (Papilotten) oder Rohrumkleidungen machen Ihr Besteck griffsicher und kosten kaum etwas.



Sicher durch den Tag!

Der Hausnotruf, eine Notfalluhr oder ein gut nutzbares Handy können sehr hilfreich sein. Auch Haushaltsgeräte können sicher gemacht werden. Bügeleisen mit Abschaltautomatik

schalten sich aus, wenn sie nicht bewegt werden. Eine Herdsicherung stellt den Herd nach Ablauf einer definierten Zeit ab.



Gut einzusetzen ist z. B. ein Bewegungsmelder und für wenige Euro zu haben. Unter dem Bett sorgt er dafür, dass das Licht beim Aufstehen automatisch angeht, im Treppenhaus, dass die Stufen gut beleuchtet sind.

Ein Funkgong kann als Personenrufanlage verwendet werden. Dazu wird der Klingeltaster in Reichweite z.B. eines Pflegebedürftigen befestigt. Eine andere Person steckt den mobilen Empfänger in die Steckdose, wo sie/er sich gerade aufhält und ist gut erreichbar.

Werden Sie jetzt aktiv!

- Viele dieser Produkte finden Sie in Sanitätshäusern, Baumärkten (Globus-Baumarkt), Elektrogeschäften oder als Angebote bei Rossmann, Lidl und anderen.
- Lassen Sie sich im Sanitätshaus Kataloge geben und stöbern Sie darin!
- Das Internet ist eine Fundgrube für viele nützliche Produkte. Unter www.neues-wohnen-nds.de finden Sie unter Wohnberatung/Infomaterial & Arbeitshilfen eine Produkt- und Herstellerliste mit vielen Hinweisen.
- Wenden Sie sich an Ihre Wohnberatungsstelle (Häufig bei den Senioren- und Pflegestützpunkten). Die Kontaktdaten finden Sie auch unter www.neues-wohnen-nds.de.