



„Daheim wohnen bleiben – so lange wie möglich“

## **Kleine Veränderungen in Haus und Wohnung können für Menschen mit Demenz große Erleichterung bringen!**

- **Räumliche Orientierung geben** durch
  - Bilder an Türen und Schränken, die zeigen was sich dahinter befindet
  - übersichtliche Gestaltung der Räume mit nicht zu vielen Möbel und ohne verwirrende Dekoration
- **Vor Stürzen und Verletzungen schützen** durch
  - Entfernen von Stolperfallen wie Teppichen, Kabeln, Blumentöpfen usw.
  - Anbringen von Haltegriffen und Handläufen – am besten in Kontrastfarben zum besseren Erkennen
- **Angst vor Dunkelheit verringern** durch
  - ausreichende, blendfreie Beleuchtung in allem Räumen. Ganz wichtig: Nachtlichter oder Bewegungsmelder gerade für nächtlichen Toilettengang oder bei nächtlicher Unruhe
  - Gestaltung von Wänden, Vorhängen etc. in hellen Farben
- **Angst vor Alleinsein verringern** durch
  - Anbringen von Sitzplätzen in Küche, Bügelzimmer etc., damit Betroffene bei Haushaltsarbeiten mit dabei sein können
  - Offenlassen von Türen um Blickkontakt zu ermöglichen
- **Generell gilt: Vertrautes schafft Sicherheit!** Daher sinnvolle und notwendige Umstellungen so früh als möglich vornehmen.

**Die Wohnberaterin oder der Wohnberater Ihrer Gemeinde oder auch die Fachstelle Wohnberatung unterstützt Sie dabei gerne** und gibt kompetent, unverbindlich und kostenfrei weitere Informationen.

- **Fachstelle Wohnberatung im Landratsamt Rosenheim**
- **Brigitte Neumaier**
- **Telefon: 08031 392 2281**
- **E-Mail: [brigitte.neumaier@lra-rosenheim.de](mailto:brigitte.neumaier@lra-rosenheim.de)**