

## **Bahn frei für die ältere Generation**

### **Ergotherapeuten verständnisvolle Berater bei der Wohnraumanpassung**

**Mit dem Älterwerden gehen körperliche und geistige Veränderungen einher – beim einen früher, beim anderen später. Irgendwann ist es aber bei jedem so weit, dass die Beweglichkeit abnimmt, Schnelligkeit, Koordinations- und Reaktionsvermögen ebenso wie Gleichgewichts- und andere Wahrnehmungssinne allmählich nachlassen. Eine Entwicklung also, die ein eigenständiges Wohnen zunehmend erschwert. „Wer gerne zuhause alt werden möchte, kann mithilfe einer ergotherapeutischen Beratung entsprechende Anpassungen in den eigenen vier Wänden angehen. Und das am besten frühzeitig, also bevor es zu Stürzen oder anderen Unfällen in der Wohnung kommt.“, zeigt Frank Weckwerth, Ergotherapeut und im DVE (Deutscher Verband der Ergotherapeuten e.V.) aktiv, eine wichtige Maßnahme für die persönliche Sicherheit im Alter auf.**

„My home is my castle“ – damit bringen die Engländer auf den Punkt, was Wohnen ausmacht: geborgen sein, sich sicher fühlen, sein eigener Herr zu sein „im eigenen Königreich“. Menschen, die zur älteren Generation gehören und den Genuss des selbstbestimmten Wohnens in den eigenen vier Wänden nicht unnötig früh aufgeben möchten, finden professionelle Unterstützung bei Ergotherapeuten. „Wir sind die Spezialisten, wenn es darum geht, Menschen zu einem funktionierenden Alltag mit mehr Lebensqualität zu verhelfen, auch wenn sie Beeinträchtigungen oder Behinderungen haben.“, unterstreicht der in Sachen Wohnraumanpassung bewanderte Ergotherapeut Weckwerth die Bedeutung der Ergotherapie in diesem Zusammenhang.

#### **Ergotherapie: Der Blick vor und hinter die Kulissen**

Ergotherapeuten wie Frank Weckwerth schauen als erstes vor Ort, welche Gefahrenquellen sie als neutrale Beobachter in der Wohnung eines Klienten finden. Dabei gehen sie ebenso auf die Bedürfnisse des Einzelnen ein wie auf dessen Probleme. Sie wissen aus ihrer oft langjährigen Berufserfahrung, dass ältere Menschen in aller Regel davon überzeugt sind, mit den ihnen bekannten Fußfallen und anderen „Problemzonen“ in der Wohnung gut zurechtzukommen. „Das ist jedoch ein Trugschluss, den es im Laufe der Beratung mit ergotherapeutischem Fingerspitzengefühl auszuräumen gilt.“, erklärt Weckwerth die zielgerichtete aber behutsame Vorgehensweise seines Berufsstandes. Neben den klassischen Stolperfallen wie Teppichen und Läufern, die sich bei den meisten in nahezu allen Zimmern finden, gibt es in allen Wohnungen zahlreiche andere bauliche oder in der Anordnung der Möbel begründete Sicherheitsrisiken. Oder Möbel, die den Durchgang mit Gehhilfen oder dem Rollator versperren, so dass Umwege nötig sind. Die auf Wohnraumanpassung spezialisierten Ergotherapeuten sehen sich daher mit geübtem Blick Zimmer für Zimmer um. Denn jede Wohnung hat ihre individuellen Gegebenheiten. Und das trifft noch mehr auf die darin lebenden Menschen zu. Deshalb ist es ganz typisch Ergotherapie, die Betroffenen genau zu befragen und herauszufinden, was ihnen wichtig ist, wie ihr Tagesablauf aussieht, welche Tätigkeiten im Haushalt sie selbst erledigen, wo sie sich am liebsten aufhalten und wohl fühlen. Denn die Wohnzufriedenheit hat bei der älteren Generation einen besonderen Stellenwert und trägt wesentlich zu deren Zufriedenheit und damit zur Gesundheit bei. Schließlich verbringen die Menschen in höherem Alter ihren Tag im Durchschnitt bis auf etwa drei Stunden innerhalb ihrer persönlichen Räume.

### **Ergotherapeuten: Nehmen Rücksicht auf Gefühle ...**

Auch wenn es oft aus Vernunftgründen gut wäre, umgehend Änderungen vorzunehmen, ist dies aus Sicht der Ergotherapeuten nicht zielführend. Manchmal müssen die beratenden Ergotherapeuten sich damit zufrieden geben, dass ein Klient zunächst nur einen Bewegungsmelder am Bett installieren lässt, der dafür sorgt, dass in der Nacht das Licht angeht – für den sicheren Weg zur Toilette. Oder der Schreiner den Lieblingssessel um einige Zentimeter erhöht und nicht mehr benötigte Möbel aus dem Weg geräumt werden, damit sich die Bewohner in sicheren Bahnen bewegen können. „Sobald die Klienten für sich erkennen, welche Erleichterung und erhöhte Sicherheit schon derart geringfügige Veränderungen mit sich bringen, lassen sie sich gerne auch auf tiefergreifende, oftmals auch mit Umbauten verbundene Vorschläge ein.“, berichtet Frank Weckwerth stellvertretend für seine Kolleginnen und Kollegen, die ihre Klienten durch Kompetenz überzeugen. Einfühlsames Vorgehen heißt ihr Schlüssel zum Erfolg. Denn sie wissen: Verständnis, Mitgefühl und gemeinsames Erarbeiten von Lösungen, die sowohl die persönlichen Ressourcen als auch die Beeinträchtigungen des jeweiligen Menschen berücksichtigen, bewegen mehr als aufoktroyierte Ideen.

### **... und helfen bei den Formalitäten**

Ebenfalls unterstützen und begleiten Ergotherapeuten ihre Klienten bei der Umsetzung der nötigen Anpassungen oder beim Beschaffen von Hilfs- und Geldmitteln. Sie informieren die älteren Menschen über mögliche Zuschüsse, Finanzierungshilfen und weitere Geldquellen. Und vor allem: Sie bestärken sie, die getroffenen Entscheidungen in die Tat umzusetzen. Denn vor dem sicheren und entspannten Wohnen kommen oft bürokratische Hürden auf die Betroffenen zu. Und nicht zu vergessen: Vorarbeiten wie Ausräumen eines oder mehrerer Zimmer, die Belästigungen durch Schmutz und Handwerker in der Wohnung und andere, allerdings allesamt vorübergehende Unannehmlichkeiten. Denn schlussendlich zählt das Ergebnis und wer durchhält, darf sich zu recht an seiner barrierefreien Wohnung und persönlichen Freiheit erfreuen.

Informationsmaterial erhalten Interessierte bei den Ergotherapeuten des Deutschen Verbandes der Ergotherapeuten e.V. (DVE). Diese sind über die Therapeutensuche auf [www.dve.info](http://www.dve.info) zu finden.



Wer eine Wohnraumanpassung vornehmen lässt, hat hinterher gut Lachen! Ergotherapeuten zeigen sich einfühlsam aber zielgerichtet, um Wohnen im Alter sicher und selbstbestimmt zu machen. (© DVE)



Wohnraumanpassung hat viele Facetten: Ergotherapeuten nehmen sich Raum für Raum vor und helfen sogar dabei, die Küchenordnung neu und altersgerecht zu gestalten. (© DVE)



Frank Weckwerth, Ergotherapeut und im DVE (Deutscher Verband der Ergotherapeuten e.V.) aktiv (© DVE)