

Sicher Wohnen im Alter: Tipps zur Beleuchtung für die dunkle Jahreszeit

Erfahren Sie, wie Senioren sicher durch die dunkle Jahreszeit kommen: Tipps zur Beleuchtung und Wohnberatung im Landkreis Stade.

Qualifizierung für Wohnberater: Unterstützung für Senioren im Landkreis Stade

Im Landkreis Stade gibt es einen steigenden Bedarf an Wohnberatungen für Senioren und Menschen mit Beeinträchtigungen. Um diesem Bedarf gerecht zu werden, hat der Senioren- und Pflegestützpunkt eine neue Weiterbildung für ehrenamtliche Wohnberaterinnen und Wohnberater ins Leben gerufen. Diese Initiative zeigt, dass die Gemeinde aktiv daran arbeitet, älteren Menschen ein selbstbestimmtes Leben im eigenen Zuhause zu ermöglichen.

Warum Wohnberatung so wichtig ist

Mit dem Einzug der dunklen Jahreszeit ist es besonders wichtig, dass die Wohnräume gut beleuchtet sind. Eine angepasste Beleuchtung trägt nicht nur zur Sicherheit bei, sondern auch zur Orientierung in den eigenen vier Wänden. Sylvia Pankop, eine Expertin des Senioren- und Pflegestützpunkts, hebt hervor, dass eine gute Beleuchtung an der Haustür oder die Ausleuchtung von Treppen sowohl Gästen als auch Notdiensten hilft, sich im Ernstfall besser zurechtzufinden.

Tipps zur Verbesserung der Beleuchtung

Um Unfälle zu vermeiden, sollten alle Bereiche des Wohnraums, insbesondere Treppen und Badezimmer, ausreichend illuminierte sein. Im Badezimmer ist es wichtig, sicherzustellen, dass Wasserflächen gut sichtbar sind, um Stürze vorzubeugen. Im Wohnzimmer empfiehlt sich der Einsatz von mehreren Lichtquellen, um ein angenehmes Leseumfeld zu schaffen. Hierbei ist zu beachten, dass ältere Menschen eine höhere Beleuchtungsstärke benötigen, um gut sehen zu können. Eine allgemeine Regel besagt, dass ein 60-Jähriger die doppelte Lichtstärke benötigt, um die gleiche Sehschärfe zu erreichen wie ein 20-Jähriger.

Ehrenamtliche Wohnberater: Eine wertvolle Unterstützung

Die ehrenamtlichen Wohnberaterinnen und Wohnberater können nicht nur Ratschläge zur Beleuchtung geben, sondern auch auf andere Stolperfallen in der Wohnung aufmerksam machen. Sie unterstützen dabei, wie individuelle Anpassungen und Umgestaltungen dabei helfen können, lange im eigenen Zuhause zu wohnen. Dieses Engagement ist für die Gemeinschaft von großer Bedeutung, da es das Wohnen im Alter erleichtert.

Werde Teil der Lösung: Anmeldung zur Qualifizierung

Um die wichtigen Dienstleistungen des Senioren- und Pflegestützpunkts auch weiterhin anbieten zu können, sind neue ehrenamtliche Wohnberaterinnen und Wohnberater herzlich willkommen. Interessierte können sich unter der Telefonnummer 04141/12-5522 oder per E-Mail an seniorenstuetzpunkt@landkreis-stade.de melden. Die Qualifizierung ist für bereits ehrenamtlich Tätige kostenlos, während die Teilnahme für andere Interessierte 300 Euro

beträgt. Weitere Informationen sind ebenfalls online verfügbar beim „Niedersachsenbüro – Neues Wohnen im Alter“.

Das Angebot zur Wohnberatung ist nicht nur eine wertvolle Unterstützung für Senioren, sondern auch ein Zeichen des Miteinanders in der Gemeinde. Indem die Bürger aktiv an der Gestaltung eines altersgerechten Wohnumfelds mitwirken, tragen sie zu einer inklusiven Gesellschaft bei, in der jeder die Möglichkeit hat, in gewohnter Umgebung alt zu werden.

Details

Besuchen Sie uns auf: n-ag.de