ER BOLIGEN MIN EGNET FOR FRAMTIDEN?

Når vi blir eldre, kan hverdagsoppgaver bli utfordrende, noe som gjør det viktig å planlegge boligen. Bør du gjøre tilpasninger, eller flytte til en mer egnet bolig?





Statsforvalteren i Agder nav UiA

KS AGDER fylkeskommune Husbanken

SJEKKLISTE FOR EGEN BOLIG:

Er din bolig aldersvennlig? Bruk sjekklisten nedenfor for å få oversikt over hva som kanskje bør endres.

Er svarene «**nei**» på mange av spørsmålene, bør du tenke gjennom om dette er den riktige boligen for deg.

Eller kanskje du kan gjøre enkle tilpasninger, som gjør at du kan krysse av for «**ja**».

Adkomst og inngangsparti	JA	NEI
Parkering nær hovedinngang		
Slak adkomstvei til boligen, med fast og jevnt underlag		
Fritt for trapper og trinn ved inngangsparti		
Fritt for trapper og trinn ved terrasse/balkong		
God plass utenfor inngangsdør (gjerne 1.5 m i diameter)		
Terskler lavere enn 2.5 cm		
Fellesdører, dør til bolig og terrassedører er lett å åpne		
Oppbevaringsplass med lett adkomst (garasje, bod, carport – gjerne med strøm)		

Beliggenhet	JA	NEI
Nær muligheter for aktiviteter og sosial kontakt		
Dagligvarebutikk i nærheten eller tilbud om hjemlevering		
Buss-stopp i nærheten		
Helsetjenester i nærheten		
Turområde i nærheten		
Treningsmuligheter innendørs i nærheten		

Bad, vaskerom, soverom, kjøkken og stue	JA	NEI
Alle funksjonelle rom i boligen på samme plan		
Soverom og bad ligger nær hverandre		
God plass rundt toalett		
Romslig og terskelfri dusjsone		
God plass ved siden av seng		
Tilstrekkelig belysning		
Brede nok døråpninger (90 cm eller mer)		
Terskelfritt eller lave trinn (maks 2.5 cm avrundet)		
Har boligen din tilstrekkelig brannvarsling, og har du en rømningsvei fra oppholdsrom og soverom som er tilpasset ditt funksjonsnivå?		

TENK LANGSIKTIG OG LEGG EN PLAN

Hverdagsaktivitet er viktig for helsen, men boligen din spiller en avgjørende rolle for hvor trygg, selvstendig og aktiv du kan være når du blir eldre.

Å planlegge tidlig gir flere valgmuligheter, og bedre løsninger.

Dette heftet er utarbeidet som en del av et felles satsingsområde på Agder i forlengelsen av Bo trygt hjemme-reformen.

Initiativet bygger på et bredt samarbeid mellom alle kommunene i Agder, Statsforvalteren i Agder, NAV, Helse- og omsorgsnettverkene, Husbanken, Agder fylkeskommune, KS og Universitetet i Agder (UiA).

