

Tilrettelegge eller flytte?

Husarbeid, hagestell og vedlikehold hjemme holder deg aktiv og i form, men merker du at slike oppgaver blir utfordrende, er det tid for å tenke framover. Små endringer og enkle hjelpemidler kan bety en bedre hverdag. Du har kanskje robotstøvsuger og oppvaskmaskin? Hva med å flytte vaske-maskinen opp fra kjelleren?

Ergoterapitjenesten i kommunen kan gi råd hvis du trenger å tilrettelegge boligen din. Det samme gjelder fagfolk som snekkere, elektrikere og rørleggere. Utgifter til ombygging må en vanligvis dekke selv, men en kan søke tilskudd til tilpasning. For mer informasjon, ta kontakt med kommunen.

Beliggenhet

Hvis du ønsker å flytte, er det lurt å tenke på beliggenhet.

- Er boligen du vurderer i nærheten av familie og venner?
- Hvordan er kollektivtilbudet i området?
- Vil du kunne komme deg rundt uten bil?
- Hvilke butikker og servicetilbud finnes?
- Er det praktisk med hensyn til hverdags- og fritidsaktivitetene dine?
- Kan en bruke rullestol utendørs? Er veien ujevn eller bratt?
- Hva med snørydding? Er veien kommunal eller privat?

Tilgjengelighet

Det bør være enkelt å komme inn og bevege seg rundt i boligen.

En trygg og funksjonell bolig har:

- Ingen eller få trappetrinn på utsiden
- Heis dersom det er et leilighetsbygg
- Ytterdør som er lett å åpne
- Plass til å komme inn med rullator og rullestol
- God belysning utendørs og inne
- Ingen terskler
- Inngang, stue, kjøkken, soverom og bad på samme plan
- Kort avstand mellom soverom og bad
- Plass til støttehåndtak og hjelpemidler på badet
- Trinnfri, romslig dusj og toalett med ekstra setehøyde
- Parkering og lading til scooter



Arendal kommune
Tlf. 37 01 30 00
arendal.kommune.no



Risør kommune
Tlf. 37 14 96 00
risor.kommune.no



Froland kommune
Tlf. 37 23 55 00
froland.kommune.no



Tvedestrand kommune
Tlf. 37 19 95 00
tvedestrand.kommune.no



Gjerstad kommune
Tlf. 37 11 97 00
gjerstad.kommune.no



Vegårshei kommune
Tlf. 37 17 02 00
vegarshei.kommune.no



Grimstad kommune
Tlf. 37 25 03 00
grimstad.kommune.no



Åmli kommune
Tlf. 37 18 52 00
amli.kommune.no



Er boligen din trygg og funksjonell?

Ta vare på deg selv. Planlegg for framtida.



Østre Agder-
samarbeidet