

BYDLENÍ VE STÁŘÍ

ANEB NA CO JE DOBRÉ MYSLET DOPŘEDU?



MÍT PROMYŠLENÉ BYDLENÍ NA STÁŘÍ MŮŽE PŘÍSPĚT K VĚTŠÍ POHODĚ A NEZÁVISLOSTI V POZDĚJŠÍCH LETECH. TENTO PRAKTICKÝ PRŮVODCE VÁM POMŮŽE ZAMYSLET SE NAD HLAVNÍMI OBLASTMI, NA KTERÉ JE DOBRÉ MYSLET S PŘEDSTIHEM.

1. BEZBARIÉROVOST

- Zvažte bydlení bez schodů nebo s výtahem.
- Široké dveře a chodby pro případné používání chodítka či invalidního vozíku.
- Protiskluzové podlahy a odstranění prahů.

☐
☐
☐

2. DOSTUPNOST SLUŽEB

- Blízkost lékaře, lékárny, obchodů, veřejné dopravy nebo rodiny.
- Snadný přístup k pečovatelským službám nebo domovu pro seniory, pokud bude třeba.

☐
☐

3. BEZPEČNOST

- Instalace madel v koupelně a na WC.
- Kvalitní osvětlení, zejména na schodech a chodbách.
- Nouzové tlačítko nebo systém pro přivolání pomoci.

☐
☐
☐

4. VELIKOST A ÚDRŽBA BYDLENÍ

- Menší a snadno udržovatelný prostor, aby vás péče o domácnost příliš nezatěžovala.
- Energeticky úsporné řešení (zateplení, úsporné spotřebiče).

☐
☐

5. FINANCOVÁNÍ A REZERVA

- Zajištění bydlení, které nebude finančně náročné na provoz.
- Vytvoření finanční rezervy pro nečekané výdaje spojené s úpravami nebo péčí.

☐
☐

6. SOCIÁLNÍ KONTAKTY

- Bydlení v lokalitě, kde máte možnost setkávat se s lidmi (sousedé, komunitní centra).
- Možnost zapojit se do společenského života (kluby pro seniory, volnočasové aktivity).

☐
☐

7. PŘÍZPŮSOBITELNOST DO BUDOUCNA

- Možnost přizpůsobit bydlení měnícím se potřebám (např. instalací plošiny, polohovatelného lůžka apod).
- Při zhoršení zdravotního stavu možnost rozšíření vhodných služeb.

☐
☐

8. BLÍZKOST PŘÍRODY A KLID

- Bydlení v klidné oblasti s možností procházek v přírodě.
- Dostatek zeleně v okolí.

☐
☐

Potřebujete poradit?

Ozvěte se nám prostřednictvím e-mailu: poradenstvi@sue-ryder.cz, nebo telefonicky na naši linku a to každé úterý od 8:30-11:30 a středu mezi 15:00-18:00 na číslo [777 718 465](tel:777718465).

Řešíte náročnou životní situaci a rádi byste se poradili osobně?

Jsme tu pro vás. Vyslechneme vás, poradíme a pomůžeme v konkrétní situaci péče o vaše blízké a to osobně u nás v kanceláři v Praze (adresa: Michelská 18/12a, Praha 4 Michle). Termín setkání si prosím domluvte prostřednictvím výše uvedeného e-mailu.