

# MS-Info

Fachinformation der Schweizerischen Multiple Sklerose Gesellschaft



## Wohnen Daheim

Trotz körperlicher Einschränkung so lange wie möglich zu Hause wohnen ist eines der wichtigsten Bedürfnisse von Personen mit Multipler Sklerose (MS). Die Selbstständigkeit aufrecht zu erhalten hat einen hohen Stellenwert.

Verschiedene Faktoren tragen dazu bei, dass man sich in seiner Wohnsituation «zu Hause» fühlt. Beispielsweise die vertrauten Räume und deren Einrichtung, der eigene Garten, die Geschäfte in der Nähe oder die Schulen der Kinder. Besondere Bedeutung hat aber das Beziehungsnetz, die Familie, der Austausch mit den Nachbarn, die Freunde und Verwandten sowie Kontakte zum langjährigen Hausarzt, der auch Hausbesuche macht, oder das Mitwirken in einem Verein.

Wenn eine Behinderung die Aktivitäten einschränkt, wird die Vertrautheit mit der Umwelt besonders wichtig. Die gewachsenen Kontakte sind eine Ressource für Hilfeleistungen und geben das Gefühl von Sicherheit.

## Die Wohnsituation überdenken

Es ist wichtig, sich frühzeitig mit seiner Wohnsituation auseinander zu setzen. Dabei können sich Befürchtungen als unbegründet erweisen, weil sich herausstellt, dass bauliche Anpassungen möglich sind. Es kann aber auch deutlich werden, dass die Wohnsituation schwierig wird, sobald eine Behinderung die Mobilität einschränkt. Je früher dies erkannt wird, desto besser, denn ein Umzug und die Integration in eine neue Umgebung ist dann noch einfacher.

damit es besser wird

## Neu- oder Umorganisation

Als erstes lohnt es sich zu überlegen, ob der Alltag durch Änderungen von Organisation und Abläufen erleichtert werden kann.

## Bauliche Anpassungen

Bei der Abklärung von baulichen Änderungen gilt es, neben dem Wohn-Innenraum auch die Umgebung zu berücksichtigen. Innerhalb der Wohnung müssen oft Türen verbreitert, Schwellen und Stufen entfernt oder überbrückt sowie der Sanitärbereich (Badezimmer, Toilette) angepasst werden. Es kann auch nötig sein, dass ein Lift eingebaut werden muss.

Es gibt eine ganze Reihe von Merkblättern, Richtlinien und Normen, die helfen, architektonische Barrieren zu erkennen und zu beseitigen.

## Bauberatung

Der Ratgeber «Wohnungsanpassungen bei behinderten und älteren Menschen» ([www.wohnenimalter.ch](http://www.wohnenimalter.ch)) enthält ausführliche Informationen und eine umfassende Checkliste. Diese Informationen leisten auch für Neubauten gute Dienste und sind bei der Schweiz. Fachstelle für behindertengerechtes Bauen ([www.hindernisfreie-architektur.ch](http://www.hindernisfreie-architektur.ch)) erhältlich. Diese Fachstelle vermittelt Adressen der kantonalen Bauberatungsstellen, deren Mitarbeitende auf Anfrage Abklärungen vor Ort durchführen.

Die SAHB (Schweizerische Arbeitsgemeinschaft Hilfsmittelberatung für Behinderte) bietet ebenfalls Abklärung und Beratung für bauliche Anpassungen. Für Personen im IV-Alter sind diese Beratungen kostenlos. Das Angebot an Hilfsmitteln zur Überwindung von baulichen Hindernissen, zur Erhaltung der Selbständigkeit und zur Erleichterung der Pflege ist gross. Lassen Sie sich bei der Anschaffung von einer erfahrenen Fachperson beraten ([www.sahb.ch](http://www.sahb.ch)).

## Finanzierung von baulichen Anpassungen

Die Invalidenversicherung (IV) übernimmt in der Regel behinderungsbedingte bauliche Anpassungen (einfach und zweckmässig) für Personen im IV-Alter. Bei der AHV gibt es keine solche Leistungspflicht.

## Assistenzdienste für zu Hause

Die Spitex bietet neben Grund- und Behandlungspflege auch hauswirtschaftliche Leistungen an. In den meisten Kantonen bieten Entlastungsdienste ebenfalls hauswirtschaftliche Dienste an. Auch Pro Infirmis, Pro Senectute und das Schweizerische Rote Kreuz haben oft Entlastungsdienste. Mahlzeiten werden von Mahlzeitendienstern in den Regionen und teilweise auch von örtlichen Restaurants oder Altersheimen ins Haus geliefert. In grösseren Ortschaften bieten gemeinnützige Organisationen wie Nachbarschaftshilfen, Frauenvereine oder Kirchen, ergänzend auch Besuchs- und Begleitdienste an. Auch private Spitex-Organisationen erbringen umfassende Pflege- und Hauswirtschaftsleistungen, die Kosten sollten vorgängig abgeklärt werden. Sind entsprechende Zusatzversicherungen der Krankenkasse vorhanden, ist eine Prüfung dieses Angebots dennoch lohnenswert.



## Finanzierung von Assistenzdiensten

Krankenkasse Zusatzversicherung, Hilflosenentschädigung der IV/AHV, Assistenzbeitrag der IV und Ergänzungsleistungen.

### Informationen aus dem Web:

- [www.wohnenimalter.ch/wohnungsanpassung](http://www.wohnenimalter.ch/wohnungsanpassung)
- [www.hindernisfreie-architektur.ch](http://www.hindernisfreie-architektur.ch)
- [www.sahb.ch](http://www.sahb.ch)
- [www.procap.ch](http://www.procap.ch)

### Weitere Informationen:

- MS-INFO Hilfsmittel für MS-Betroffene
- MS-INFO Assistenzbeitrag der IV

## Wohnungssuche

Sollten Anpassungen der Wohn- und Aussenräume sowie die Unterstützung im Alltag nicht ausreichen, empfehlen wir die Suche nach einer behindertengerechten Wohnung. Procap ist die grösste Selbsthilfe- und Mitgliederorganisation für Menschen mit Behinderung in der Schweiz. Unter [www.procap.ch](http://www.procap.ch) sind zum Thema: Informationen zur Wohnungssuche, Anleitungen und Merkblätter zu finden.

Wenn Sie auf dem üblichen Wohnungsmarkt eine nicht ganz optimale Wohnung gefunden haben, empfehlen wir Ihnen vor der Unterzeichnung des Vertrags, mit einer SAHB Hilfsmittelberatungsstelle Kontakt aufzunehmen. Deren Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter klären ab, ob sich das Problem durch bauliche Anpassung oder den Einsatz eines Hilfsmittels lösen lässt.

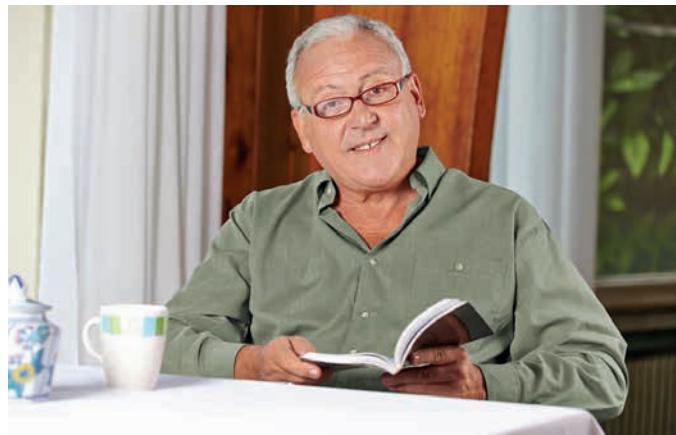
Für weitere Informationen und Beratungen steht Ihnen die MS-Gesellschaft gerne zur Verfügung:

MS-Infoline 0844 674 636  
(Mo–Fr von 9.00 bis 13.00 Uhr)

## Dienstleistungen der MS-Gesellschaft

Damit MS-Betroffene so lange wie möglich in den eigenen vier Wänden selbstbestimmt und unabhängig leben können, unterstützen wir Sie und Ihre Angehörigen, indem wir;

- über Ansprüche gegenüber Sozialversicherungen informieren
- bei der Anmeldung dieser Ansprüche unterstützen
- in Vorgehensfragen beraten
- Entlastungsangebote suchen
- in Härtefällen finanzielle Beiträge leisten
- Gruppenferien für Betroffene zur Entlastung von Angehörigen durchführen



### MS Register

Das MS Register ist eine Datensammlung. Sie trägt zum besseren Verständnis der MS und ihrer Behandlung bei und erfasst die Belastung für die Betroffenen und deren Familien mit dem Ziel, die Lebensqualität zu verbessern. Weitere Informationen und Anmeldung [www.ms-register.ch](http://www.ms-register.ch)

## Schweizerische Multiple Sklerose Gesellschaft

Josefstrasse 129 / 8031 Zürich

Informationen: [www.multiplesklerose.ch](http://www.multiplesklerose.ch) / 043 444 43 43

[info@multiplesklerose.ch](mailto:info@multiplesklerose.ch)

