

Локаатор помощи престарелым (Eldercare Locator)

[Назад к предыдущему](#)

Фактологические материалы

Модификация жилья

ЧТО ТАКОЕ МОДИФИКАЦИЯ ЖИЛЬЯ?

Модификация жилья – это осуществление таких изменений в жилых помещениях, которые помогают людям с физическими недостатками продолжать вести независимую и безопасную жизнь. Такие изменения могут включать в себя установку различных технических приспособлений (для более подробной информации смотри фактологический материал о вспомогательных технологиях) или структурные изменения самого жилья. Модификация может быть самой различной – от такой простой, как замена неудобных дверных ручек на кухонных шкафах на более удобные, до полномасштабных строительных проектов по установке пандусов для инвалидных кресел и расширению дверных проемов.

Другие примеры модификации жилья включают в себя следующие:

- Поручни в ванной комнате (включая саму ванну, душ и туалет)
- Души с гибким шлангом и рукояткой
- Перила по обеим сторонам лестницы внутри дома и на улице
- Водяные краны рычажного типа, которые легко включать и выключать
- Выдвижные или вращающиеся полки для кухонных шкафов
- Душевые кабины, в которые можно беспрепятственно входить

ПОЧЕМУ ПОЖИЛЫЕ ЛЮДИ НУЖДАЮТСЯ В МОДИФИКАЦИИ ЖИЛЬЯ?

Главная выгода от модификации жилья заключается в том, она способствует самостоятельности и предотвращает несчастные случаи. Согласно недавнему опросу, проведенному Американской ассоциацией пенсионеров (AARP), “83 % пожилых американцев хотят продолжать жить в своих домах до конца жизни”, однако другие исследования показывают, что большинство домов не рассчитаны на удовлетворение потребностей людей в возрасте старше 65 лет.

жить в них и поддерживать их в исправном состоянии будет все труднее. Например, в доме, который был вполне подходящим для человека в возрасте 55 лет, может быть слишком много ступенек или скользких поверхностей для человека, которому исполнилось 70 или 80 лет. Исследование, проведенное национальными Центрами по контролю за заболеваниями и их профилактике, показывает, что модификация жилья и его ремонт могут предотвратить от 30% до 50% всех бытовых травм у пожилых людей, включая падения, которые происходят в этих старых домах.

КАК ОПРЕДЕЛИТЬ, КАКАЯ МОДИФИКАЦИЯ ЖИЛИЩА НУЖНА ЛИЧНО МНЕ?

Лучше всего начать планирование модификации жилища с определения основных употребляемых терминов и задать некоторые простые вопросы. Как считает Общество реабилитационной инженерии и вспомогательных технологий Северной Америки (Rehabilitation Engineering and Assistive Technology Society of North America (RESNA)), модификация жилья должна улучшать следующие его качества:

- **Доступ.** Улучшение доступа означает расширение дверных проемов, очистку жилого пространства для использования инвалидного кресла, установку на меньшей высоте раковин и кухонных шкафов, установку поручней, а также размещение выключателей света и электрических розеток не такой высоте, на которой до них легко можно дотянуться. Такое переоборудование должно осуществляться в соответствии с Законом о поправках к справедливому жилью от 1988 года (Fair Housing Amendments Act), рекомендациями относительно доступа, разработанными к Закону об американцах – инвалидах (Americans with Disabilities Act), а также в соответствии с требованиями к доступу Американского института национальных стандартов. Такая работа также должна отвечать требованиям местного строительного кодекса и аналогичного кодекса штата.
- **Адаптация.** Адаптация – это такие изменения, которые можно осуществить быстро для удовлетворения потребностей пожилых людей или инвалидов, не перестраивая жилье полностью или не используя различные материалы для жизненно важных изменений. Примеры включают в себя установку поручней на стенах ванной комнаты и выдвижных шкафов под раковиной, чтобы это пространство могло быть использовано человеком в инвалидном кресле.
- **Универсальный дизайн.** Детали универсального дизайна обычно закладываются в проект в тот момент, когда бывают готовы его первые чертежи или архитектурные планы. Эти детали включают в себя бытовые приборы, сантехнику и поэтажную планировку, удобную для всех людей. Такие детали являются достаточно гибкими, и их можно приспособить к специальным потребностям жильцов, они имеют жесткую конструкцию, обладают надежностью, требуют приложения минимальных усилий и не требуют понимания механизма их действия.
- **Возможность приема гостей.** Возможности для приема гостей предполагают такую модификацию жилья для пожилых людей, чтобы они могли принимать у себя инвалидов. Подобные модификации применяют также те, кто планирует на будущее, на тот день, когда им может понадобиться дополнительная помощь для передвижения по своему собственному дому. Например, строительство пандуса к входной двери и перестройка коридоров и комнат для передвижения по ним в инвалидном кресле облегчит посещение такого дома членами семьи – инвалидами и друзьями – инвалидами. Такие изменения могут также послужить началом модификации жилья для пожилых людей, которая им потребится позже.

Прежде чем заниматься модификацией жилья, вы должны оценить ваши текущие и будущие потребности, пройдя по всем комнатам своего дома и ответив на ряд вопросов, чтобы определить, где можно сделать изменения. Для того чтобы помочь вам осуществить такую оценку, существует несколько проверочных списков. Хорошо начать этот процесс с организации Национальный центр ресурсов по жилищной поддержке и модификации жилья (National Resource Center on Supportive Housing and Home Modifications). Посетите сайт этого Центра по адресу: <http://www.homemods.org/> и щелкните на ссылку “Safety Checklist and Assessment Instrument” (Проверочный список и инструмент для оценки). Оказавшись там, вы можете выбрать один из следующих вариантов:

- Checklist for Stairways, Especially for Homes (Проверочный список для лестниц, особенно в жилых домах) — Включает полезные советы о том, как подниматься и спускаться по лестнице более легким и безопасным образом.
- Housing Highlights: Home Modification and Repair (Основные моменты жилья: модификация и ремонт) — Предлагает инструмент общей оценки вашего дома.
- How Well Does Your Home Meet Your Needs? (Насколько ваш дом отвечает вашим потребностям?) — Содержит вопросы для общей оценки дома и рекомендации о том, как модификации могут сделать ваше жилье более безопасным местом для проживания.
- Safety for Older Consumers: Home Safety Checklist (Безопасность потребителей пожилого возраста: проверочный список по безопасности жилья) — Предлагает различные планы осуществления модификации и ремонта жилья и включает информацию о том, как оценить ваш дом и участок.

Помимо этого организация Rebuilding Together, Inc. располагает отличным проверочным списком модификаций жилья, находящимся на Интернетe по адресу:
http://rebuildingtogether.org/home_modifications/house_assessment_checklist.shtml.

Вы можете начать оценивать свой дом с осмотра каждого помещения, задавая себе следующие вопросы:

Бытовые приборы, кухня, ванная

- Легко ли пользоваться ручками кухонных шкафов?
- Удобны ли для пользования рукоятки кухонной плиты и имеют ли они ясные обозначения?
- Удобно ли пользоваться водопроводными кранами?
- Есть ли опорные поручни там, где они необходимы?
- Все ли бытовые приборы и принадлежности расположены удобно и безопасно?
- Легко ли открываются холодильник и духовка?

- Легко ли попасть в ванну или душ и выйти из ванны или душа?
- Устраивает ли вас высота и глубина напольных кухонных шкафов?
- Регулируется ли температура воды, чтобы не ошпариться или не получить ожоги?
- Нужны ли вам различные приспособления, типа душа с гибким шлангом и ручкой, приспособления для удаления пищевых отходов или компактора для бытового мусора?

Стенные шкафы, чуланы, помещения для хранения

- Удобно ли расположены ваши стенные шкафы, чуланы и помещения для хранения?
- Не слишком ли высоко находятся полки в стенных шкафах и чуланах?
- Легко ли доставать вещи из стенных шкафов и чуланов?
- Хватает ли вам места в помещениях для хранения?
- Насколько рационально используются имеющиеся пространство в стенных шкафах, чуланах и помещениях для хранения с учетом существующих наборов специальных полок и других приспособлений для экономии пространства?

Двери, окна

- Легко ли открываются и закрываются двери и окна?
- Надежны ли и легки ли в обращении ваши дверные замки?
- Достаточно ли широки ваши дверные проемы, чтобы пользоваться приспособлениями для ходьбы или инвалидным креслом?
- Есть ли в ваших входных дверях глазки или оконные просветы? Если да, расположены ли они на удобной для пользования высоте?
- Нужно ли подниматься или опускаться на одну ступеньку, подходя к вашей входной двери? Если да, не расположен ли порог слишком высоко или низко, чтобы легко входить в дом или выходить на улицу?
- Не мешают ли вашему передвижению какие-либо предметы, когда вы открываете или закрываете двери?

Подъезд к дому, гараж

- Открывается ли автоматически дверь вашего гаража?
- У вас всегда есть место для парковки автомобиля?

- Место для парковки автомобиля находится близко от входной двери вашего дома?

Электрические розетки, выключатели, предохранители

- Легко ли включаются и выключаются выключатели света и сетевые выключатели?
- Не затруднен ли доступ к электрическим розеткам?
- Заземлены ли должным образом электрические розетки, чтобы не получить удара током?
- Находятся ли ваши удлинители в хорошем состоянии?
- Слышите ли вы входной звонок из всех комнат вашего дома?
- Имеются ли дымовые пожарные извещатели во всех необходимых местах вашего дома?
- Есть ли у вас система сигнализации?
- Легко ли позвонить по телефону в экстренных случаях?
- Будет ли полезным для вас приспособление, которое помогает лучше слышать и говорить во время телефонного звонка?

Пол

- Пол во всех ваших комнатах расположен на одном и том же уровне?
- Ступени, ведущие вверх или вниз, обозначены каким-либо образом?
- Является ли безопасной поверхность пола во всех помещениях и покрыта ли она материалами, предотвращающими скольжение?
- Пользуетесь ли вы разнообразными коврами и дверными ковриками, которые могут быть опасными?

Коридоры, ступени, лестницы

- В хорошем ли состоянии находятся коридоры и ступени вашего дома?
- Все ли коридоры и ступени имеют ровную безопасную поверхность?
- Достаточно ли широки ступени для того, чтобы вставать на них всей ступней?
- Имеет ли ваша лестница перила с обеих сторон?
- Достаточно ли широки лестничные перила, чтобы за них можно было безопасно

- Будет ли полезным для вас сооружение пандуса для замены ступеней или лестницы внутри дома или с его внешней стороны?

Освещение, вентиляция

- Есть ли у вас ночное освещение в необходимых местах?
- В соответствии с предназначением каждой комнаты имеется ли там достаточное освещение?
- Является ли освещение достаточно ярким для обеспечения безопасности?
- Имеется ли хорошая вентиляция и циркуляция воздуха в каждой комнате?

По завершению осмотра всех помещений своего дома, которые можно изменить с помощью ремонта, можно составить список потенциальных проблем и их возможных решений. Например, типичный список может выглядеть следующим образом:

Мне трудно ...	Стало бы легче, если бы я ...
----------------	-------------------------------

КАК Я МОГУ ОПЛАТИТЬ МОДИФИКАЦИЮ ЖИЛЬЯ?

Многие незначительные модификации жилья, а также его небольшой ремонт можно осуществить примерно за 150 – 2,000 долларов. Для более крупных проектов могут существовать некоторые возможности для финансирования. Например, многие компании, занимающиеся модернизацией домов, предлагают цены ниже обычных и выставляют счета на основе скользящей шкалы в зависимости от дохода данного пожилого человека и его возможности оплатить указанную сумму. Владелец дома может также получить небольшой кредит для покрытия срочных расходов. Другие возможные ресурсы для государственной и частной финансовой помощи включают в себя следующие источники:

Конкретный пример

Джорджу и Лоре больше 80 лет, и они живут в Техасе в построенном в стиле ранчо доме более 30 лет. Недавно у Джорджа случился небольшой инсульт, и после этого у него стала не полностью функционировать правая сторона тела, а для передвижения он вынужден был пользоваться тростью или приспособлением для ходьбы. У Джорджа не было никаких проблем со ступенями, поскольку дом построен на одном уровне, однако возникали трудности, когда нужно было войти в душ или выйти из него, а также при посещении туалета.

Лора сделала заказ, и для него в ванне наклеили нескользящие полоски, установили сиденье для душа, а на стенах в туалете укрепили опорные поручни. После этого Джорджу стало гораздо легче пользоваться туалетом, потому что он мог держаться за поручни и больше не боялся того, что может упасть в душе.

- Финансовые средства для модификации дома и его ремонта из Раздела III Закона о пожилых американцах – эти средства распределяет ваше местное Окружное ведомство по делам престарелых (AAA). Для того, чтобы связаться с вашим местным ведомством, позвоните сотрудникам Локатора помощи престарелым (Eldercare Locator) Администрации США по делам престарелых по телефону: 1-800-677-1116 или посетите интернетовский сайт Локатора помощи престарелым, находящийся по адресу: www.eldercare.gov.
- Национальная добровольческая организация Rebuilding Together, Inc. через свои местные филиалы может оказать помощь некоторым пожилым людям с низкими доходами, нуждающимся в модификации жилья. Для получения более подробной информации свяжитесь со своим местным ведомством по делам престарелых или организацией Rebuilding Together по телефону: 1-800-4-REHAB-9 или посетите сайт по адресу: http://rebuildingtogether.org/home_modifications.
- Инвестиционный капитал из программы энергетической помощи семьям с низкими доходами Министерства энергетики США (LINEAP) и программа помощи по утеплению жилья Weatherization (WAP) – обе эти программы осуществляются местными отделами энергетики и социальных служб.
- Фонды Медикэр и Медикейд – хотя эти программы обычно покрывают расходы на медицинские цели, предписанные доктором, некоторые виды модификаций также могут быть оплачены из этих средств. Для того, чтобы выяснить, поможет ли Медикэр оплатить расходы на модификацию жилья, предписанную доктором, позвоните по телефону: 1-800-MEDICARE (1-800-633-1227) или посетите сайт: www.medicare.gov.

также найти на сайте: <http://www.medicare.gov/> в сети Интернет.

- Блоковые гранты на цели развития сообщества – многие большие и маленькие города предоставляют гранты через местные департаменты развития.
- Конверсионные ипотечные кредиты, обеспеченные жилым домом – местные банки могут предоставить ссуду под стоимость жилого дома для оплаты необходимой модификации жилья. После этого владелец дома погашает этот долг в виде платежей, составляющих часть выплат по обычному ипотечному кредиту.

На практике ваше местное ведомство по делам престарелых может предоставить более подробную информацию о том, отвечаете ли вы критериям получения какой-либо из перечисленной выше финансовой помощи, или направить вас в то ведомство, которое может ответить на ваши вопросы.

Пожилые люди могут также не пользоваться программами государственной помощи и нанять подрядчика для осуществления модификации жилья или даже выполнить эту работу собственными руками. В том случае, если вы хотите, чтобы в вашем доме выполнял большой проект профессиональный подрядчик, имейте в виду следующие моменты:

- Попросите составить письменное соглашение, которое включало бы в себя только небольшой первоначальный взнос, содержало точное описание необходимых работ и их стоимости (окончательная оплата производится по завершению работ).
- Проверьте в местном Бюро по совершенствованию бизнеса (Better Business Bureau) и Торговой палате, не было ли жалоб на выбранного вами подрядчика.
- Удостоверьтесь в том, что подрядчик имеет страховку и лицензию на ведение необходимых работ.
- Поговорите с членами вашей семьи и друзьями, которые могут порекомендовать вам кого-либо на основе своего собственного опыта общения с теми подрядчиками, которых они нанимали. Может быть, это самый важный шаг, потому что обычно вы можете рассчитывать на то, что подрядчик с хорошей репутацией сделает хорошую работу.

Национальный центр ресурсов по жилищной поддержке и модификации жилья (National Resource Center on Supportive Housing and Home Modifications) располагает справочником, в котором содержится полезная информация о ресурсах по модификации жилья по всей стране. Посетите сайт этого Центра по адресу: <http://www.homemods.org> и щелкните на ссылку “The National Directory of Home Modification and Repair Programs” (Национальный справочник по программам модификации и ремонта жилья) чтобы получить список имеющихся ресурсов в том штате, где вы живете.

ГДЕ Я МОГУ БОЛЬШЕ УЗНАТЬ О МОДИФИКАЦИИ ЖИЛЬЯ?

Неоднократно упоминаемый в данном фактологическом материале Национальный центр ресурсов по жилищной поддержке и модификации жилья представляет собой один из самых лучших источников для получения более подробной информации о модификации

модификации жилья для пожилых людей, курсов по профессиональной подготовке и обучению, а также технической помощи. Он издает фактологические материалы, различные пособия и выпускает новостной бюллетень.

NRC SHHM (Национальный центр ресурсов по жилищной поддержке и модификации жилья)
USC Andrus Gerontology Center
3715 McClintock Ave.
Los Angeles, CA 90089-0191
1-213-740-1364
<http://www.homemods.org/>

Национальный центр исследования жилья для пожилых людей NAHB предлагает самую последнюю информацию о различных деталях планировки и о том, что поставляет на рынок индустрия строительства жилья. Он является своего рода хранилищем проектов жилья для “безбедной старости”, и в настоящее время готовит специалистов по реконструкции жилья и сертифицированных специалистами в области создания домашней обстановки, отвечающей потребностям пожилых людей с физическими недостатками, и помогает лицам по уходу осуществлять уход за членами семьи.

NAHB Research Center, Inc.
400 Prince George's Boulevard
Upper Marlboro, MD 20774-8731
1-800-638-8556
<http://www.nahbrc.org/>

Rebuilding Together является самой большой в стране волонтерской организацией, занимающейся восстановлением жилья, и единственной национальной организацией, концентрирующей свои усилия на ремонте домов и улучшении жилья для людей с низкими доходами. В рамках своего партнерства с Администрацией по делам престарелых местные филиалы этой организации работают вместе с окружными ведомствами и службами помощи престарелым для удовлетворения потребностей пожилых людей с низкими доходами.

Rebuilding Together
1536 Sixteenth Street, NW
Washington, DC 20036-1042
1-202-483-9083 или 1-800-4-REHAB-9
http://rebuildingtogether.org/home_modifications

[Назад к предыдущему](#)