

Lange, selbstständig und komfortabel in den eigenen vier Wänden wohnen



Fotos: Fotolia

Bei den Begriffen »barrierefrei« oder auch »behindertengerecht« stellen sich die meisten Menschen auch heute noch auffällige Hilfsmittel und eine sterile Krankenhausatmosphäre vor. So möchte kaum jemand in den eigenen vier Wänden leben...

Von *Sabine Schmidt, Arnberg*



Kleine Ursache, große Wirkung

Bei der Planung für das Eigenheim oder beim Erwerb einer Eigentumswohnung sind diese Dinge selten im Blickfeld des Bauherrn. Leider kann diese Sorglosigkeit unter Umständen auch dazu führen, dass die Immobilie bei veränderten Lebensumständen gar nicht mehr genutzt werden kann. Dabei können bereits einfache Maßnahmen zur besseren Nutzbarkeit des Wohnumfeldes und der längeren Selbstständigkeit des Besitzers beitragen. Um in allen Lebensphasen gut und sicher in den eigenen vier Wänden leben zu können, gibt es ein paar grundlegende Punkte, die beachtet werden sollten:

- Grundrisse sind so zu planen, dass diese flexibel genutzt werden können und anpassbar sind.
- Stufen- und schwellenlose Zugänge zum Haus beziehungsweise zur Wohnung sowie zur Terrasse oder zum Balkon sind wichtig.
- Die Durchgangsbreite von Türen sollte bei mind. 0,80 Meter, besser bei 0,90 Meter liegen.
- In jedem Raum ist eine freie Bewegungsfläche von mindestens 1,20 Meter x 1,20 Meter – besser noch 1,50 Meter x 1,50 Meter – vorzusehen.
- Es sollten rutschsichere Bodenbeläge eingebaut werden.
- Bedienelemente wie Lichtschalter, Steckdosen, Thermostate von Heizkörpern sollten in einer Höhe von 0,85 Meter bis 1,05 Meter eingebaut werden.
- In vielen Wohnungen spielt sich ein großer Teil des täglichen Lebens in der Küche ab. Hier sollte auf ausreichend Bewegungsfläche geachtet werden.

Wird die Küche von mehreren Personen genutzt, kann es sinnvoll sein, Arbeitsbereiche in verschiedenen Höhen vorzusehen. So kann die Küche auch von unterschiedlich großen Personen – egal ob im Stehen oder Sitzen – genutzt werden, ohne dass diese Rückenschmerzen bekommen. Bereiche, die im Sitzen genutzt werden, können untersitzbar bzw. »unterfahrbar« sein, falls im Alter oder durch einen Unfall ein Rollstuhl unumgänglich sein sollte. Sind dann noch das Kochfeld und die Spüle nah beieinander oder übereck angeordnet, verkürzen sich die Wege innerhalb der Küche. Schränke mit Auszügen können sehr praktisch von oben genutzt werden. Weiter ist es nützlich, den Backofen, den Kühlschrank sowie die Spülmaschine höher einzubauen. Hierdurch entfällt das Bücken und man behält beispielsweise einen besseren Überblick über den Inhalt des Kühlschranks.

Barrierefreiheit im Bad

Der zweite wichtige Raum einer Wohnung ist das Bad. Hier möchte jeder so selbstständig wie möglich zurechtkommen. Gerade im Badezimmer wird Barrierefreiheit immer mehr zum Standard: Bodengleiche Duschen, Sitz-

gelegenheiten und ausreichend große Bewegungsflächen finden immer mehr Einzug in die Bäder von heute. Da im Bad immer mit Spritzwasser zu rechnen ist, sollte auf rutschsichere Bodenbeläge geachtet werden. Mit einer tragfähigen Wandkonstruktion, die bei Bedarf eine Montage von Stütz- und Haltegriffen sowie eines Duschklappsitzes oder eines Handlaufes erlaubt, kann das Bad einfach und kostengünstig an eine veränderte Lebenssituation angepasst werden. Wenn dann zum Beispiel noch ein zusätzlicher Strom- und Wasseranschluss im WC-Bereich eingeplant wird, ist der spätere Einbau eines Dusch-WCs kein Problem.

Kann der Waschtischbereich im Bedarfsfall auch sitzend genutzt werden? Wurde auf ausreichend Beinfreiheit geachtet? Sind Ablageflächen, Stauraum sowie Steckdosen und Schalter bequem aus sitzender Position erreichbar?

Grundsätzlich gilt: Ein gut geplanter Grundriss lässt sich bei Bedarf an die unterschiedlichen Bedürfnisse der Lebensphasen anpassen und zwar leicht und kostengünstig. So kann zum Beispiel ein weiterer Raum im Erdgeschoss, der jetzt als Gästezimmer dient, später als Schlafzimmer

genutzt werden, wenn das Treppensteigen beschwerlich werden sollte. Wenn das Gäste-WC nebenan dann gleich noch mit einer bodengleichen Dusche ausgestattet wird, kann es im Bedarfsfall auch als Hauptbadezimmer genutzt werden.

Gewiss: Es ist leichter, einen Neubau von Anfang an barrierefrei zu planen. Aber auch im Bestand können viele Maßnahmen, die dauerhaft ein selbstständiges und komfortables Wohnen in der vertrauten Umgebung ermöglichen, umgesetzt werden. Und inzwischen gibt es zahlreiche Beispiele für gutes »Design für Alle!«, das den Ansprüchen der Barrierefreiheit gerecht wird, ohne auch nur im entferntesten an das Krankenhaus oder Orthopädie-Fachgeschäft zu erinnern.

Information:

Schmidt Architekten GmbH,
Möhnestraße 55, 59755 Arnberg,
Tel.: (0 29 32) 9 39 93 40,
Fax: (0 29 32) 9 39 93 50,
E-Mail: buero@schmidt-arnberg.de,
Internet: www.schmidt-arnberg.de