

Schritt für Schritt zur barrierefreien Wohnung

Möglichkeiten zur altersgerechten Umrüstung von Haus und Wohnung

Vor allem **Treppen, Stufen** und **enge Raumverhältnisse** sind es, die im Alter, bei eingeschränkter Beweglichkeit, das Leben schwer machen. Außerdem bergen **glatte Bodenbeläge** und Stolperfallen wie beispielsweise **Schwellen** das Risiko von Stürzen. Wer rechtzeitig beginnt, Gefahren und Hindernisse aus dem Weg zu räumen, kann sich die Selbstständigkeit in den eigenen vier Wänden lange erhalten. Noch besser lebt es sich, wenn moderne Elektronik durch Automatisierung Wege und Kraftanstrengungen reduziert.

Die meisten der im Folgenden genannten Maßnahmen werden optisch kaum als „Alterslösung“ ins Auge fallen. Und offensichtliche Hilfen wie Treppenlifte lassen sich bei entsprechender Vorbereitung schnell nachrüsten, sobald sie akut benötigt werden.

Das heißt: Wer sein Eigenheim frühzeitig an die Erfordernisse der Barrierefreiheit anpasst, erhöht den Komfort nicht erst später, sondern sofort. Beziehen Sie solche Überlegungen also am besten in Ihre ohnehin anfallenden Renovierungen mit ein.

Größere Maßnahmen, die in die Bausubstanz eingreifen, sollten im Zuge anstehender Renovierungsarbeiten miterledigt werden – Beispiel: die Verbreiterung von Türen und Durchgängen im Haus. Manches lässt sich „en passant“ verbessern, wenn beispielsweise sowieso neue Armaturen im Bad gekauft werden. Andere Maßnahmen wiederum schiebt man so lange auf, bis tatsächlich der Bedarf gegeben ist.

Checkliste: So bereiten Sie Ihre Wohnung fürs Alter vor

Eingangsbereich

- Wetterschutz (Vordach) am Hauseingang – groß genug für Rollstuhlfahrer
- Handlauf für Eingangsstufen

Innenräume allgemein

- Ausreichend Bewegungsfläche schaffen bzw. einplanen
- Platz für Hilfsmittel wie Haltegriffe etc. einplanen

Böden

- Rutschfeste Bodenbeläge
- Beseitigung von Schwellen, Stufen und Absätzen durch Angleichung oder Rampen

Türen

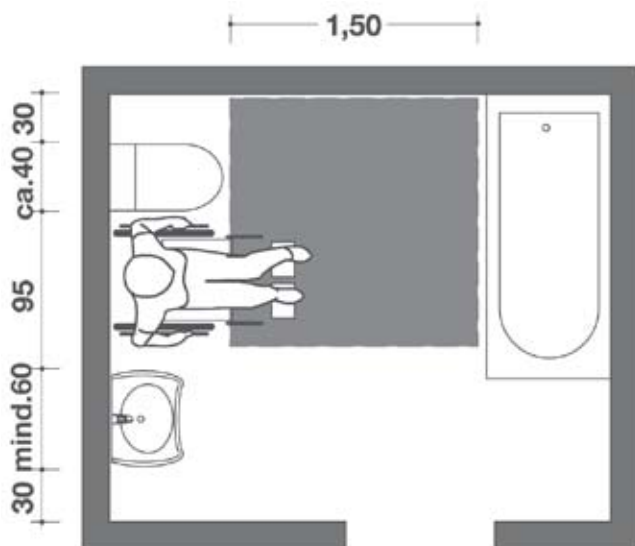
- Ausreichende Durchgangsbreite schaffen
- Ausreichend Bewegungsfläche vor und hinter den Türen einplanen
- Gegebenenfalls Einbau von Schiebetüren

Treppen

- Rutschhemmender Stufenbelag

Beleuchtung

- Ausreichende Beleuchtung ohne dunkle Ecken
- Außen- und Innenbeleuchtung mit Bewegungsmelder



Barrierefreies Wohnen gemäß DIN Norm

Die Anforderungen an Abstände, Bewegungsflächen sowie weitere Richtlinien und Empfehlungen für barrierefreies Wohnen regelt die DIN Norm 18025. Wichtig ist dabei der Unterschied zwischen Teil 1 und Teil 2 der Norm: Während **Teil 1** die speziellen **Bedürfnisse von Rollstuhlfahrern** berücksichtigt, gibt **Teil 2** eine **Orientierung für barrierefreies Wohnen**, das heißt, wenn lediglich die Beweglichkeit eingeschränkt ist. Unser Beispiel eines Sanitärraums zeigt hier und auf der nächsten Seite, wie sich diese unterschiedlichen Anforderungen in der Praxis auswirken:

Bild links:

Rollstuhlgerechter Sanitärraum nach DIN 18025, Teil 1
Für Rollstuhlfahrer ist eine Bewegungsfläche von 1,50 Metern im Radius notwendig. Diese Fläche gibt gegebenenfalls auch einer zusätzlichen Betreuungsperson genügend Bewegungsraum, um den Rollstuhl zu manövrieren. Ein ausreichender Abstand zwischen den Sanitärgegenständen eröffnet zudem die Option eines seitlichen Überwechsels vom Rollstuhl aus.

Grafik: Hewi

Schritt für Schritt zur barrierefreien Wohnung

Sanitärbereich

- Bodengleiche Dusche
- Rutschhemmende Fliesen
- Türen nach außen öffnend – aus Sicherheitsgründen und um im Bad mehr Bewegungsfreiheit zu gewinnen
- Gegebenenfalls Badewanne mit Ausstiegstür
- Berührungslose Armaturen
- Armaturen mit Temperaturregler und -begrenzung
- Ablageflächen in Greifhöhe

Elektrik und automatische Steuerung

- Zusätzliche Steckdosen statt Kabelsalat mit Stolperfallen
- Steckdosen so anbringen, dass man sie auch im Sitzen erreichen kann
- Sprechanlage und elektrischer Türöffner
- Automatische Rollladen- und Markisensteuerung, per Funk oder „verdrahtet“
- Hausautomation mit zentraler Steuerung sowie Fernsteuerung

Checkliste: Das können Sie nachrüsten oder erledigen, wenn der Bedarf tatsächlich da ist

Eingangsbereich

- Rampe oder Plattformlift für den Zugang zum Haus
- Öffnungsautomatik für Haustür
- Berührungsloses Schließsystem

Böden

- Lose liegende Teppiche befestigen bzw. entfernen

Treppen

- Handlauf auf beiden Seiten der Treppe
- Treppenlift

Sanitärbereich

- Haltegriffe und Stützen aller Art
- Duschsitz
- WC-Erhöhung
- Einstiegshilfe für die Wanne
- Unterfahrbare Waschbecken

Küche

- Unterfahrbare und abgesenkte Arbeitsplatte
- Herunterfahrbare Hängeschränke

Sonstiges

- Haltegriffe und Abstützmöglichkeiten aller Art
- Möbel anpassen, zum Beispiel die Höhe von Ess- und Schreibtisch

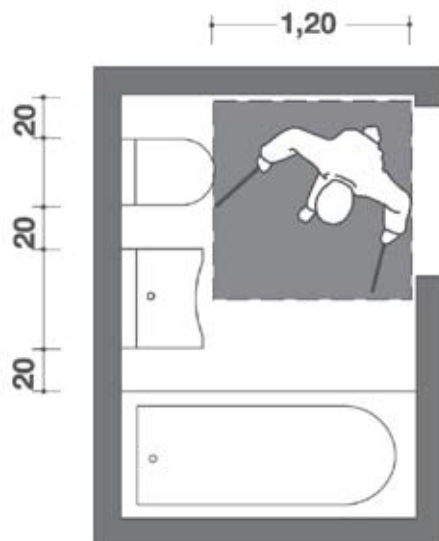


Bild links:

Barrierefreier Sanitärraum nach DIN 18025, Teil 2
Rollatoren oder Krücken erfordern Bewegungsflächen von 1,20 Metern im Radius. Empfehlenswert ist zudem ein Mindestabstand von 20 cm zwischen den einzelnen Sanitärobjekten. Dann können bei Bedarf problemlos Stütz- und Haltegriffe montiert werden, die die motorischen Abläufe erleichtern.

Grafik: Hewi

Weitere Informationen zur barrierefreien Wohnraumplanung:
www.barrierefrei-portal.de