

## Barrierefreier Wohnraum



© shutterstock.com/Joerg Lantelme

**Viele Menschen möchten bis ins hohe Alter selbstständig zu Hause leben. Doch häufig kann dieser Wunsch aufgrund körperlicher Beeinträchtigungen und des vorgegebenen Wohnraumes nicht erfüllt werden. Zu wenig Platz in der Wohnung oder dem Haus stellen häufige Herausforderungen dar. Daher ist es empfehlenswert, bereits vor Einzug in den neuen Wohnraum auf nachfolgende Aspekte zu achten.**

## Ebener Zugang und Wohnraum

Bereits beim Eingang zum Haus spielt die Barrierefreiheit eine wichtige Rolle. Es wird empfohlen, diesen ebenerdig und, wenn möglich, ohne Schwelle zu gestalten. Wenn es keine Möglichkeit für einen ebenerdigen Zugang gibt, kann eine Rampe installiert werden. Etwaige Teppiche oder Matten im Eingangsbereich können mit rutschfesten Unterlagen versehen werden, um ein Ausrutschen zu vermeiden. Im gesamten Wohnraum ist es von Vorteil auf die Breite der Türen zu achten, um bei Bedarf mit etwaigen Hilfsmitteln ohne Einschränkungen durchzukommen. Bei Treppen sollte auf rutschfeste Kanten und einen durchgehenden Handlauf geachtet werden, um ein sicheres Treppensteigen zu gewährleisten. In mehrstöckigen Häusern empfiehlt es sich, Flexibilität in der Gestaltung des Wohnraums zuzulassen, um die Anpassung der Räumlichkeiten an alle Lebensphasen, wie die Option auf einer Ebene zu Kochen, zu Baden und zu Schlafen, zu ermöglichen (Bundesministerium für Arbeit, Soziales und Konsumentenschutz, Abk. BMASK, 2011). So kann der Alltag auch mit Beeinträchtigungen in den eigenen vier Wänden verbracht werden.

## Bewegungsfreiheit

Die Bewegungsfreiheit stellt einen wichtigen Aspekt dar. Wie beschrieben, ist im gesamten Wohnbereich auf die Türbreite zu achten, vor allem bei Verwendung von Mobilitätshilfsmitteln. Außerdem sollte ausreichend Platz zur Bewegung in allen Räumen, zum Wenden mit Hilfsmitteln, bestehen. Um den Raum zu schaffen, können nicht notwendige Möbel entfernt werden. Aber nicht nur der zur Verfügung stehende Platz, auch Stolperfallen, wie Kabeln oder Teppiche, sind ausschlaggebend für die Bewegungsfreiheit und sollten adäquat gehandhabt werden (BMASK, 2011).

### **Adaptierungen im Wohnraum**

Eine häufige Adaptierung im Wohnraum ist das Anbringen von Haltegriffen in Bad und WC. Doch oftmals können diese aufgrund der baulichen Bedingungen nicht angebracht werden. Daher wäre es ratsam, bei der Planung einer Wohnung den Platz bereits im Vorhinein mitzudenken. Hierzu ist es von Vorteil, Expertinnen und Experten zur Beratung und Anbringung hinzuziehen. Ein weiterer relevanter Punkt ist die Höhe der Steckdosen und Lichtschalter sowie der Sitzmöbel. Die Steckdosen und Lichtschalter sollten mit allen Mobilitätshilfsmitteln erreichbar sein. Die Sitzgelegenheiten entsprechen einer Höhe, die ein leichtes Aufstehen ermöglichen (BMASK, 2011).

### **Beleuchtung**

Die Beleuchtung spielt ebenfalls eine große Rolle im barrierefreien Wohnen. Bereits bei der Planung des Wohnraums sollte auf die Lichtverhältnisse geachtet werden. Sei dies beim Bau eines Hauses, bei der Auswahl der Fenster oder in bereits bestehenden Wohnungen bei der Wahl der Lampen. Wichtig ist ein hell ausgeleuchteter Raum, damit Unfälle vermieden werden. In der Nacht wird empfohlen, ein Nachtlicht oder eine Nachttischlampe zu verwenden. Im Gang oder Vorraum kann auch ein Bewegungsmelder installiert werden (BMASK, 2011).

Unter Berücksichtigung aller Aspekte kann ein barrierefreier Alltag im häuslichen Umfeld geschaffen werden. Detaillierte Ausführungen und Checklisten zu barrierefreiem Bauen und Wohnen finden Sie im [Handbuch: Barrierefreies Wohnen](#).