



Eingeschossige Häuser bieten ein Wohnen mit wenigen Stufen. Das macht unabhängig – und ist ein möglicher Schritt in Richtung Barrierefreiheit.

BESCHWERLICH UND MÜHSAM – NEIN DANKE

Wohnen im Alter bedeutet auch, im eigenen Zuhause selbst bestimmt leben zu können. Und baulich ist vieles möglich.

TEXT: DANIEL GROSSE FOTOS: ISTOCK, HERSTELLER

Harte Fakten: Rund 12 Prozent gaben an, Haus oder Wohnung altersgerecht gebaut oder umgebaut zu haben. So lauteten jüngst die Ergebnisse einer repräsentativen Österreich-Umfrage zum Thema „Wohnen im Alter“ des Immobilienportals immobilenscout24. Höchste Zeit also, jetzt zu handeln. Es geht um den Anspruch, „in allen Wohnräumen und deren Umgebungen barrierefrei zu wohnen“, wie Maria Grundner von der Österreichischen Arbeitsgemeinschaft für Rehabilitation in Wien erklärt.

Aber wie sollte ein Haus gebaut sein, damit es „brauchbar“ ist – auch für Ältere? „Es sollte sich an dem maximalen Grad einer möglichen Beeinträchtigung orientieren. Auch, wenn bei Baubeginn der Bauherr noch über eine gute Gesundheit verfügt, kann sich das durch Krankheit oder Unfall schnell ändern“, sagt Dietmar Janoschek aus Linz, Präsident und

Geschäftsführer von freiraum-europa, dem internationalen Dachverband für barrierefreies Bauen, Gestalten und Kommunikation.

Der optimale, altersgerechte Grundriss des Hauses berücksichtigt, dass sich im Erdgeschoss oder einem mit Lift zugänglichen Geschoss alle wichtigen Räume befinden, also Bad, WC, Küche und ein Wohn-Schlafräum. Der Clou: die anpassbare Wohnbauplanung, mit der später Zwischenwände schnell wieder verschwinden. Auch sollten die Räume genügend Bewegungsfreiheit für etwaige Assistenzkräfte ermöglichen. Es geht beim barrierefreien Bauen ebenso um den Eingangsbereich, den Sie stufenlos erreichen können, der rutschsicher und möglichst überdacht ist. Im Alter möchten Sie sich frei auf Ihrem Grundstück bewegen. Das erlauben stufenlose Zugänge auch zu Terrasse und Garten. Eines oder mehrere Stockwerke? „Ein Bungalow bietet kaum Kostenersparnis

in Bezug auf die Baukosten, allerdings bietet er seinen Bewohnern die selbstständige Verfügbarkeit aller Räume ohne Assistenz“, sagt Dietmar Janoschek. Im Gegensatz zum körperlich Beeinträchtigten, der in seinem Stockhaus nur noch das Erdgeschoss nutzen könne, sei dies ohne Hilfe in einem Bungalow möglich.

Wohnen im Alter – andere Bedürfnisse – andere Anforderungen. Es scheint das Motto zu gelten: weniger Technik, dafür mehr Komfort. Was ist sinnvoll? Robert Labi, Leiter der Kompetenzstelle für barrierefreies Planen, Bauen und Wohnen in Wien, formuliert es so: „Technische Hilfsmittel sind sinnvoll, jedoch abhängig vom Zugang der Bewohner zum Umgang mit diesen Produkten.“ Dietmar Janoschek hält etwa intelligente Steuerungsanlagen für sinnvoll, wenn sie in der Anwendung leicht zu bedienen sind. Denn elektrische Rollläden, Alarmanlage, Sicherheitstüren und Bewegungsmelder sorgen



SICHER SPAREN UND GÜNSTIG FINANZIEREN.

„Das Bausparen war, ist und bleibt eine der besten und sichersten Möglichkeiten, einen kleinen Teil seines Einkommens zu sparen und in wenigen Jahren große Vorhaben günstig zu finanzieren – auch Umbau- und Pflegemaßnahmen als perfekte Vorsorge für ein möglichst langes Leben im vertrauten Wohnumfeld.“

Direktor des Außendienstes Josef Vorraber, Wüstenrot Finanzberater in der Steiermark

für ein sicheres Wohnen. „Das Motto ‚Mehr Komfort‘ gilt in jedem Fall. Die Technik darf dabei nur nützlich sein und kein Selbstzweck“, so der Experte. Janoschek erwartet, dass die Preise für die Produkte aufgrund der demografischen Entwicklung langfristig sinken werden, „sodass ein altersangepasstes Wohnen für alle leistbar sein wird“.

Wenn Sie bauen, umbauen oder Hilfsmittel anschaffen, müssen Sie dringend auch Ihren Grad der Behinderung einbeziehen. Installateure oder Sanitärreinrichter sind aber nicht zwangsläufig kompetent, wenn es um die Bedürfnisse körperlich beeinträchtigter Menschen geht. Hier kommen die Sanitätshäuser ins Spiel. Sie beraten, kommen gar zur Besichtigung ins Haus und vermitteln zwischen Ihnen und den Handwerkern. Stichworte sind Homecare und Rehabilitationstechnik.

Technik verändert sich – wie Sie sich gesundheitlich, körperlich und geistig in den kommenden Jahren und Jahrzehnten verändern, vermag niemand vorherzusagen. Deshalb geht es vielleicht tatsächlich darum, so lange wie möglich im vertrauten Wohnumfeld zu bleiben. Und das erfordert zumindest „die kostengünstige Nachrüstbarkeit beziehungsweise Adaptierungsmöglichkeit der Häuser oder Wohnungen auf die Bedürfnisse der Bewohner“, so Robert Labi.

10 PUNKTE,...

... die man beim Wohnen im Alter beachten muss

- 1. Der Bungalow** ist seniorengerecht eingeschossig gebaut, eventuell mit Keller und Waschküche im Untergeschoss. Bei mehrgeschossigen Häusern darauf achten, dass das Eingangsgeschoss schwellenlos erreicht wird. Dorthin gehören auch die wichtigsten Räume zum Wohnen, Kochen, Baden, Duschen und Schlafen sowie das WC.
- Eine **ausreichende Bewegungsfreiheit** in Küche, Bad, vor dem Bett, vor Schränken und Türen ist ein Muss – Stichworte Rollstuhl und Rollator.
- Türgriffe** auch sitzend erreichbar installieren und Bad- sowie WC-Türen nach außen öffnend einbauen. Gegensprechanlagen, Hausglocken und Türschilder in 85 Zentimeter Höhe sind tastbar und gut beleuchtet. Türbreiten von 90 bis 100 Zentimetern für die Eingangstür und mindestens 80 Zentimeter für die Wohnungstüren sichern Barrierefreiheit – natürlich jeweils schwellenlos. An eine beidseitige Bewegungsfläche von 1,50 mal 1,50 Meter denken.
- Parkmöglichkeiten** vor dem Haus ohne Gefälle mit 3,50 Meter Breite großzügig bemessen. Den Weg zum Haus eben oder nur leicht abfallend/ansteigend gestalten – ohne Quergefälle.
- Badezimmer und WC** anpassbar planen, mit leicht entfernbaren Trennwänden. Wände in Bad und WC, die tragfähig sind, halten später auch Stütz- und Haltegriffe. An eine barrierefreie Vorwandinstallation denken sowie die schwellenlose Dusche und ein unterfahrbares, flaches Waschbecken.
- Ein **flexibles Schlafzimmer** in der Nähe des Badezimmers mit der Option, später einen Deckenlüfter einzubauen. Tragfähigkeit und Statik beachten. In der Küche wichtig: ein Backrohr mit herausziehbarem Backwagen, ein niedriger Kühlschrank sowie höhenverstellbare Küchenschränke.
- Zum Hinausschauen** im Liegen und Sitzen beginnen die Fensterflächen bei 60 Zentimeter Höhe. An die Absturzicherung denken – und an praktische, erreichbare Fenstergriffe.
- Barrierefreie Möbel** für alle sind etwa höhenverstellbare Schrankelemente, Arbeits- und Ablageflächen, Möbel mit 30 Zentimeter Bodenfreiheit, Schiebetüren und ausreichend vorhandene Garderobenhaken – in zwei Höhen angebracht. Erreichbar sein müssen auch Schalter, Steckdosen, Kontrolltaster sowie der Türdrücker.
- Eine **zukunftsichere Ausstattung** verbauen, also Leerrohre für zusätzliche Elektroinstallationen: Sicherheits- und Kommunikationstechnik, Sensorik oder Tür- und Fensterautomation. Auch einen Treppenlift oder Aufzug einplanen. Für die Jahre vor dem Einbau eignet sich der Platz für letzteren als Abstellraum, Speis oder für Schränke.
- An **Licht, Farben und Kontraste** denken, insbesondere an Stiegen, Treppen und Eingängen. Auch Bewegungsmelder im Hausinnern mit automatischem Licht sowie eine Türglocke mit Lichtsignal helfen. Kontrast zwischen Wand und Türstock mit Helligkeitsunterschieden herstellen.



Beim Baden helfen formschöne Griffe und Stangen. Auch Aufstehhilfen machen den Alltag Älterer komfortabler.