

## **Altersgerecht umbauen – individuelle Lösungen sind gefragt**

Dipl.-Ing. Architektin Renate Schulz, Bauherrenberaterin des Bauherren-Schutzbund e.V.

Beim Umbau eines Hauses oder einer Wohnung für eine barrierearme Nutzung im Alter treffen wir auf zwei Arten von Individuen:

Das sind zum einen die **Menschen**, die in dem Haus wohnen mit Ihren Gewohnheiten und Vorstellungen vom Wohnen und ihren möglicherweise schon bestehenden Einschränkungen.

Es ist zum anderen aber auch das **Haus**. Es hat ebenfalls seine Eigenheiten und man muss herausfinden, was in dem jeweiligen Haus oder der Wohnung an Umbau und Anpassung möglich ist. Bei größeren Eingriffen ist die Statik zu beachten, bei Eigentumswohnungen sind die Belange der anderen Hausbewohner zu berücksichtigen, vor allem der Schallschutz.

Ideal ist es, wenn sowieso fällige Sanierungen des Hauses dazu genutzt werden können Barrieren abzubauen. Der Aufwand und die Kosten sind meist nur geringfügig höher, der Nutzen umso größer. Wichtig ist, eine umfassende Planung der Maßnahme im Vorfeld zu erstellen. Dazu gehört auch eine sorgfältige Schätzung der anfallenden Kosten und des Zeitaufwandes. Es ist auch zu bedenken, inwieweit die Wohnbarkeit des Hauses oder der Wohnung durch die Umbaumaßnahmen eingeschränkt wird. Ob es möglicherweise sogar notwendig ist, die Wohnung vorübergehend zu verlassen. Die genaue Untersuchung der Bedürfnisse und der Möglichkeiten ist somit von entscheidender Bedeutung für die Planung und ein zufriedenstellendes Ergebnis.

### **Der Mensch**

Die Menschen und ihre Anforderungen stehen natürlich ganz im Vordergrund jeder Maßnahme. Wenn es aus gesundheitlichen Gründen notwendig ist, dann müssen bauliche Veränderungen auch unabhängig vom Zustand des Hauses oder der Renovierungsbedürftigkeit vorgenommen werden. Es kommt dabei ganz auf die jeweilige Situation der Bewohner an. Sicherheit, Eigenständigkeit und Bequemlichkeit im Wohnalltag sollten das Leitmotiv dabei sein. Einschränkungen des Bewegungsapparats sind der häufigste Grund, warum Umbauten überhaupt notwendig werden. Treppensteigen wird im Alter für viele Menschen beschwerlich. Wenn es gelingt, Schwellen und Stufen zu reduzieren oder abzubauen, ist viel gewonnen. Ausreichende Bewegungsflächen sind wichtig, damit auch dann genügend Platz in den Räumen ist, wenn man eine Gehhilfe oder die Unterstützung einer Hilfsperson benötigt. Die Sehkraft lässt im Alter nach. Eine gute Belichtung der Räume und Flure ist sehr wichtig. Das betrifft sowohl das Tageslicht als auch die künstliche Beleuchtung.

### **Das Haus – die Wohnung**

Wenn Umbaumaßnahmen für die Bewohner noch nicht sofort erforderlich sind, kann man sich an den Notwendigkeiten des Hauses orientieren. Irgendwann ist es soweit: die Balkon- oder Terrassentür muss ersetzt werden, weil sie morsch geworden ist oder nicht mehr schließt. Dann ist die Gelegenheit günstig, den Ausgang nach draußen gleich schwellenfrei zu gestalten. Die entsprechende Anpassung des Terrassenbelags ist dabei zu beachten.

Dasselbe gilt für das **Badezimmer**. Wenn hier nach Jahrzehnten aus technischen oder ästhetischen Gründen eine Renovierung ansteht, dann sollte nicht nur an die schönen neuen Fliesen und die Ganzglas-Duschabtrennung gedacht werden! Ein Badumbau ist keine Kleinigkeit. Er kostet viel Geld und man hat für ein paar Wochen eine Baustelle im Haus. Wer

das angepackt, sollte die Chance unbedingt nutzen, das neue Bad nicht nur schön, sondern auch praktisch und gut nutzbar zu gestalten. Heutzutage sind bodengleiche Duschen in jedem modernen Haus fast zum Standard geworden. Was für junge Menschen aus gestalterischen und optischen Gründen recht ist, sollte im fortgeschrittenen Alter aus funktionalen Gründen nur billig sein.

Im Einfamilienhaus ist die bodengleiche Dusche in der Regel gut zu verwirklichen. In der Eigentumswohnung kann sie aus Gründen des Schallschutzes für die darunter liegende Wohnung oft nicht umgesetzt werden. Als Kompromisslösung gibt es mittlerweile auch sehr flache Duschtassen.

Die Toilette kann nötigenfalls in der Höhe angepasst werden, vielleicht montiert man auch schon einen Haltegriff daneben oder bereitet zumindest alles vor, dass er bei Bedarf montiert werden könnte.

Viele leisten sich nach Jahren wieder eine neue **Küche**, mit modernen Geräten. Hier kann einiges vorausschauend verbessert werden. Die Arbeitshöhen sollten individuell angepasst werden und ein Arbeitsplatz im Sitzen vorhanden sein. Abstellflächen neben dem Kühlschrank und dem Herd sind generell wichtig. Hochschränke und hohe Hängeschränke sollte man eher vermeiden. Die untersten Schrankfächer sind besser zu erreichen, wenn sie als Schubladen ausgeführt werden. Kühlschrank und Backofen in bequemer Augenhöhe versteht sich von selbst. Schränke und Geräte sollten ohne Steighilfen und ohne anstrengendes Bücken gut erreichbar sein.

Werden **Bodenbeläge** ausgetauscht, können dabei oft auch hinderliche Schwellen entfernt werden. Pflegeleicht und rutschfest sollten die neuen Beläge sein.

Besondere Aufmerksamkeit verdienen die Treppen. Wenn sich die Treppenstufen farblich kontrastreich abheben, sind sie auch für Menschen mit verminderter Sehkraft noch erkennbar. Gute Beleuchtung ist von entscheidender Bedeutung. Stabile Handläufe auf beiden Seiten sind sehr hilfreich und baulich eher eine kleine Maßnahme.

Ein ganz zentrales Thema sind die ausreichenden Bewegungsflächen. Wer nicht mehr so gut laufen kann, oder sogar eine Gehhilfe benötigt, braucht einfach mehr Platz, um z.B. in die Toilette, das Bad oder ins Bett zu kommen. Bewegungsraum zu schaffen kann bauliche Maßnahmen erfordern. Oft bewirkt aber auch schon das umstellen oder entfernen von Möbeln eine Menge.

Alles was hinderlich ist und umständliche Bewegungen erfordert, birgt die Gefahr von Verletzungen oder Stürzen.

### **Das Fazit**

Wer so lange wie möglich in den eigenen vier Wänden leben will, muss das Haus den sich verändernden Bedürfnissen seiner Bewohner anpassen. Deshalb sollte bei jeder notwendigen baulichen Maßnahme daran gedacht werden, dass ein Wohnen mit weniger Barrieren nicht nur hilfreich sondern auch sehr bequem ist. Auch Jüngere und Kinder profitieren davon.

Wird eine gebrauchte Immobilie erworben, bei der sowieso vieles zu sanieren und umzubauen ist, sollte mit Planung und Ausführung der Arbeiten immer auch das Ziel verbunden sein, später in höherem Alter in diesem Haus noch bequem mit hoher Lebensqualität wohnen zu können.