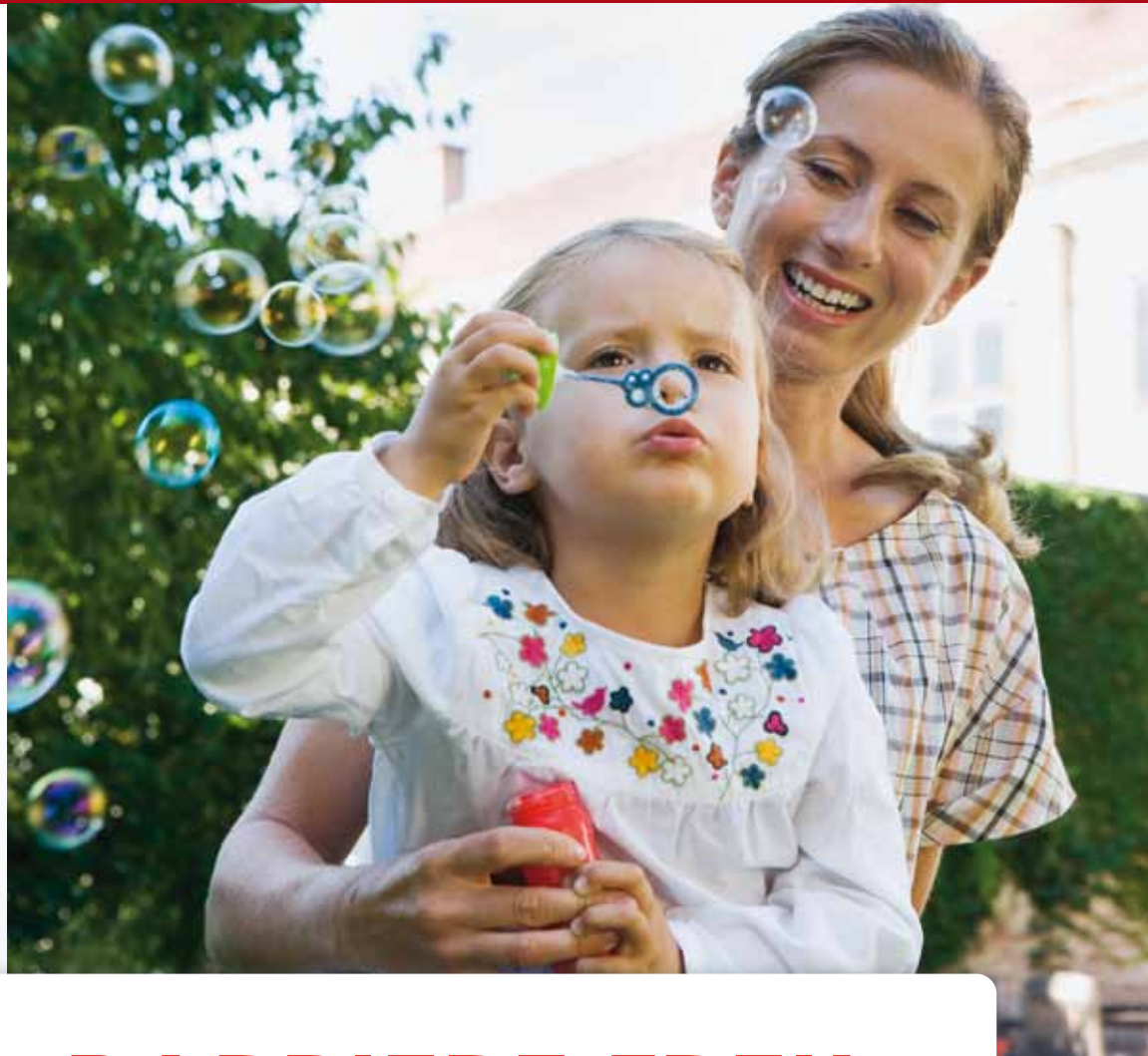




bmask.gv.at

BUNDESMINISTERIUM FÜR
ARBEIT, SOZIALES UND
KONSUMENTENSCHUTZ



BARRIERE:FREI!

HANDBUCH FÜR BARRIEREFREIES WOHNEN





Barriere:Frei! für alle

Barrierefreies Wohnen betrifft alle, die gerne frei und uneingeschränkt wohnen und leben möchten. Denn Barrierefreiheit heißt: vorausplanen und an die Zukunft denken.

Barrierefreies Wohnen hat ab und zu noch den Beigeschmack von „behindertengerecht“. Da denkt man an sterile Funktionsarchitektur und Hilfsmittel im Krankenhaus-Stil. Und das löst bei manchen Menschen eine Abwehrreaktion aus. Sie meinen, das hätte nichts, aber auch gar nichts mit ihrem Leben zu tun. Dabei unterstützt barrierefreies anpassbares Wohnen alle Menschen und das in den unterschiedlichsten Lebensphasen. Es bedeutet einfach: sich so viel Bewegungsfreiheit in den eigenen vier Wänden zu gönnen, wie es nur möglich ist

Barrierefreiheit beginnt im Kopf! Dann nämlich, wenn das Bewusstsein für Räume, Platzbedarf und die ganz individuellen Bedürfnisse beim Leben und Wohnen erwacht. Barrierefrei steht für Mobilität und Selbständigkeit in allen Lebensphasen. Dazu braucht es oft nur ein paar Überlegungen, die man schon clever bei der Planung berücksichtigt. Und im Fall des Falles darauf zurückgreifen kann.

Dieses Handbuch wurde für all jene gemacht, die gerne frei und uneingeschränkt leben und wohnen möchten. Dabei ist eine Sache ganz besonders zu berücksichtigen: Wohnen ist immer individuell. Das Handbuch zeigt normgerechte Ausführungen – doch die wichtigste Grundregel lautet: Bauen, wohnen und leben Sie immer nach Ihren ganz persönlichen und individuellen Bedürfnissen. Nur dann sind Sie barriere:frei!



Impressum

Eigentümer, Herausgeber und Verleger:

Bundesministerium für Arbeit, Soziales und Konsumentenschutz
Stubenring 1, 1010 Wien

Inhaltliche Konzeption: design for all – Zentrum für barrierefreie Lebensräume

Veronika Egger, Architektin DI Monika Klenovec, Doris Hausberger
www.designforall.at

creme fresh, Creativteam, www.cremefresh.at

Konzept für Design und grafische Umsetzung: Andrés González, www.andresgonzalez.at

Konzept für Fotografie und fotografische Umsetzung: Cathrine Stukhard, www.stukhard.at

Konzept und Text: Gabi Weiss, www.weiterimtext.at

Styling: Rike Hemedinger

Normzeichnungen: © Stadt Graz, Referat Barrierefrei

Druck: Holzhausen Druck & Medien GmbH, www.holzhausen.at

Verlagsort, Herstellungsort: Wien

Erscheinungsjahr: 2011, 2. Auflage, Stand: August 2011

Broschürenbestellung unter: 0800-202074 oder <http://www.bmask.gv.at>

Alle Rechte vorbehalten. Jede Verwertung (auch auszugsweise) ist ohne schriftliche Zustimmung des Medieninhabers unzulässig. Dies gilt insbesondere für jede Art der Vervielfältigung, der Übersetzung, der Mikroverfilmung, der Wiedergabe in Fernsehen und Hörfunk sowie der Verarbeitung und Einspeicherung in elektronische Medien, wie z. B. Internet oder CD-ROM.

INHALT

6 BEWEGEN

- 10 Bewegungsraum schaffen
- 12 Türen
- 13 Rampen
- 13 Treppen
- 14 Handlauf
- 15 Aufstiegshilfen
- 16 Checkliste

20 HEIMKOMMEN

- 24 Pkw-Stellplatz
- 24 Zugang von außen
- 25 Eingangsbereich
- 26 Vorraum
- 27 Technik & Kommunikation
- 28 Checkliste

30 WOHNEN & SCHLAFEN

- 34 Flexible Räume
- 34 Fenster
- 36 Terrassenübergang
- 36 Türbeschläge
- 37 Möbel
- 38 Schlafen
- 39 Bedienelemente & Automatisierung
- 40 Zuhause besser hören und sehen
- 42 Checkliste

44 KOCHEN

- 48 Küchenplanung
- 50 Intelligente Details
- 52 Checkliste

54 BADEN

- 58 Planung
- 60 WC
- 61 Waschbecken
- 62 Dusche & Badewanne
- 64 Checkliste

68 PLANEN

- 72 Anpassbares Wohnen
- 74 Kosten
- 76 Normen & Gesetze
- 78 Förderungen und Informationsstellen
- 82 20 Punkte für barrierefreies Planen & Bauen
- 86 Planungshilfe



BEWEGEN

Hand aufs Herz: Wissen Sie noch, wie viele Stufen Sie heute schon gestiegen sind? Wie oft Sie über kleine Hindernisse nicht nur hinweg gesehen, sondern sie einfach übergangen haben? Solange wir Niveauunterschiede ohne viel Anstrengung aus eigener Kraft bewältigen können, schenken wir ihnen kaum Beachtung. Erst wenn wir nicht mehr in der Lage dazu sind, werden sie zu schwer überwindbaren Hindernissen.

BEWEGEN





Gehhilfe, Transportwagen, Sitzgelegenheit, Ablagefläche – ein Rollator ist vielseitig einsetzbar, wenn die Umgebung es erlaubt.

Bewegungsfreiheit – ja bitte!
Dazu ist vor allem eines wichtig:
vorausplanen.

Betroffen sind nicht nur Rollstuhlfahrer – an die wohl viele zuerst denken. Auch Eltern mit Kinderwägen, kleine und große Patienten mit Gipsfuß oder einfach ältere Menschen – sie alle kämpfen mit und gegen Barrieren. Und diese haben viele Formen: Plötzlich ist die Türe zu eng, der Aufzug zu knapp bemessen oder der Zugang in ein Gebäude schlichtweg unmöglich. Ganz einfache Maßnahmen können zur besseren und sicheren Benutzbarkeit der Wohnumgebung wesentlich beitragen.

BEWEGEN

AUF SCHRITT UND TRITT FREI SEIN

Beweglich bleiben heißt, nach seinen Bedürfnissen zu leben. Am besten bis ins hohe Alter. Und unter allen Umständen.

Selbstständig sein hat viel mit Bewegungsfreiheit zu tun. Denn wer sich so bewegen kann, wie es ihm gefällt, der fühlt sich in seiner Haut wohl. Und natürlich in seiner Umgebung.

Aller guten Dinge sind vier

Es gibt vier Aspekte der Barrierefreiheit. Wer sein Augenmerk einmal auf sie gelegt hat, für den ist es leicht, sich in jeder Phase des Lebens zu Hause gut aufgehoben zu fühlen:

- 1 stufenloser, ebener Zugang im gesamten Wohnbereich
- 2 ausreichende Durchgangsbreiten von mindestens 80 cm bei Türen
- 3 Bewegungsflächen in strategischen Bereichen mit einem Durchmesser von 150 cm
- 4 Bedienelemente in erreichbarer Höhe (80 bis 110 cm)

1.) Schwellenloser Zugang

Kann ein einziger Zentimeter wirklich zum Hindernis werden? Ja, er kann. Und zwar wenn man einen Rollator schiebt oder im Rollstuhl sitzt und die Arme zu wenig Kraft haben, die Räder über die winzige Schwelle zu schieben. Kann man daran verzweifeln? Ja, man kann. Ist es notwendig – nein überhaupt nicht. Denn schwellenlose Zugänge und Übergänge im Wohnbereich sind auch dann praktisch, wenn man einfach nur den Servierwagen in einen anderen Raum schieben möchte, den Staubsauger hinter sich her zieht, Kinder mit ihrem Roller durch die Wohnung sausen und ältere Menschen mit dem Rollator unterwegs sind. Schwellen sind eine bauliche Stolperfalle, eine, die es gar nicht braucht. Also wozu dann?



100 – 120 cm



150 cm



100 – 120 cm



Blickhöhe 120–160 cm

Bedienhöhe 80–110 cm, maximal 120 cm

2.) 80 cm Durchgangsbreite

Eine ausreichende Durchgangsbreite bei Türen von mindestens 80 cm ist das Um und Auf. Damit ist der Zugang zur Wohnung und allen damit verbundenen Einrichtungen wie Balkon oder Terrasse, Keller oder Müllplatz möglich. Und zwar für alle: für Mütter mit Kinderwagen, für Kids mit Fahrrädern, für Menschen im Rollstuhl, für ältere Damen und Herren, die eine Begleitperson an der Seite haben oder einen Rollator zur Unterstützung brauchen. Für jeden in jeder

Situation – das ist das Geheimnis von barrierefrei. Nicht weiter schwierig, oder?

3.) 150 cm Bewegungsraum

Den Freiraum für Barrierefreiheit kann man mit einem Kreis von 150 cm Durchmesser gleichsetzen. Das ist die Bewegungsfläche eines Rollstuhls. Und mehr braucht es nicht. Wer diesen Platz in jenen Bereichen vorsieht, in denen man sich umdrehen und manövrieren können muss, ist auf der sicheren Seite.

Um ein Gefühl dafür zu bekommen, schneiden Sie einen Kreis aus Karton aus, oder gehen Sie mit einem großen Schirm durch die Wohnung. Überall dort, wo Sie anecken und anstoßen, können Sie mehr Platz gut gebrauchen. Das kann sein: in Vorräumen, vor (Drehflügel-)Türen, vor Schränken, neben dem Bett, in der Küche, im WC, im Bad. Probieren Sie es aus!

4.) Die richtige Höhe

Man muss es nicht komplizierter machen, als es ist. Und eigentlich ist es einfach. Denn es gibt eine Höhe vor allem für Schalter und Griffe, die für alle passt. Und das ist zwischen 80 und 110 cm. Steckdosen sollten mindestens 40 cm vom Boden montiert sein. Da kommen die Kleinen gut ran, aber auch Menschen, die im Rollstuhl sitzen. Und die Großen sowieso. Das Gleiche gilt für Türöffner oder Heizkörperventile. Auch Sicherungskästen und Postkästen in gut erreichbarer Höhe anbringen. Aufgepasst: Bedienelemente mindestens 50 cm aus der Raumecke montieren!



150 cm



80–100 cm



120 cm

BEWEGEN

FREIRAUM SCHAFFEN – NICHTS LEICHTER ALS DAS

Wer sich das Leben erleichtern will, der achtet noch auf Folgendes: rutschige Bodenbeläge und spiegelnde Oberflächen verunsichern, gerade jene Menschen, die nicht gut sehen. Auch wenn sie schön sind – am besten auf hochflorige und lose Teppiche verzichten – das kann so manchen in Sturzgefahr bringen.

Was uns in der Bewegung stoppt

- Schwellen: Ideal ist es, gar keine Stolperschwellen zu haben! Wenn es sich nicht vermeiden lässt, wie zum Beispiel bei Türanschlügen und Niveauunterschieden bei Eingangstüren, dann sollte die Schwelle nicht größer als 2 cm sein. Nur bei Türen, an die erhöhte Anforderungen an Schall- und Wärmeschutz gestellt werden, darf der Türanschlag maximal 3 cm sein.
- Freiliegende Telefonkabel oder hochstehende Teppichkanten sind

Stolperfallen. Unnötig und noch dazu gefährlich.

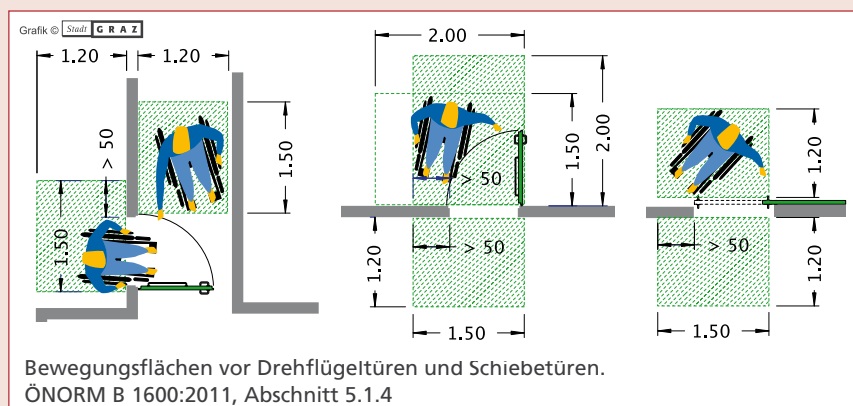
- Durchgangflächen wie Flure oder Treppen sollten frei bleiben und nicht mit Möbelstücken verstellt werden. Das behindert nur.
- Achtung: Auch Heizkörper verringern den Bewegungsraum.
- Geöffnete Fenster, die in den Bewegungsraum hineinragen, sind schlecht sichtbar.

Türen

Je breiter, je besser? Nein!

Die ideale Durchgangsweite ist 85 bis 90 cm. Mehr als 100 cm sollte sie nicht sein, dann werden die Türen zu schwer. Außerdem muss man den Raum berücksichtigen, den man braucht, um eine Türe zu öffnen, nicht nur den Türöffnungsbereich.

Menschen mit Rollstuhl, Gehhilfe oder auch alle, die mit einem Wäsche-



tipp



Kleine Schwellen können mit Schwellenkeilen überwunden werden, die leicht zu montieren und mobil sind.

korb oder einem Tablett unterwegs sind, müssen gut manövrieren können. Der Türdrücker muss für alle leicht erreichbar sein, also wieder 50 cm zwischen Türdrücker und Raumecke freihalten. Gilt auch bei Schiebetüren! (Siehe Zeichnung)

Schwergängige Türen können von Personen mit eingeschränkter Arm- bzw. Handkraft oft nicht bedient werden. Auch Kinder tun sich da schwer. Der maximale Kraftaufwand zum Bedienen des Türdrückers darf 30 N, zum Öffnen und Schließen des Türflügels 25 N nicht überschreiten. Und auf die Bedienhöhe von ca. 85 cm nicht vergessen.

Rampen

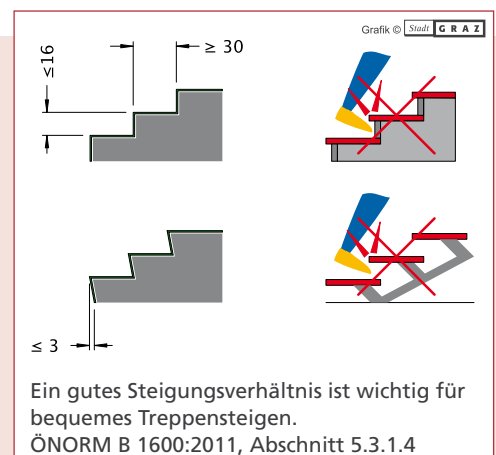
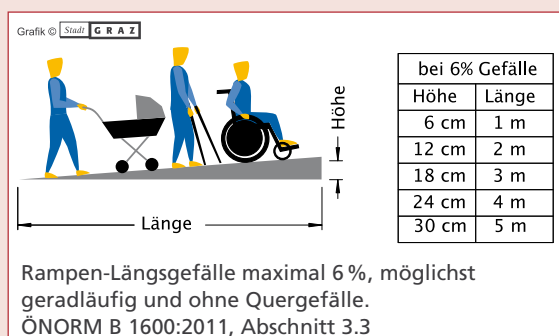
Dürfen in öffentlichen Räumen und bei Gemeinschaftsflächen nicht mehr als 6 % Neigung aufweisen und sollten beidseitig ein Geländer haben. Im Privatbereich könnten

sie auch steiler ausfallen, wenn die Benutzer mit der Neigung zurechtkommen. (Siehe Zeichnung)

Treppen

Je nachdem, wie sehr man in seiner Bewegungsfreiheit eingeschränkt ist, kann das Treppensteigen besonders schwierig sein. Um das zu erleichtern, sollte die Treppe:

- ein gutes Steigungsverhältnis haben, das heißt eine bequeme Stufenlänge und verringerte Stufenhöhe;
- ein geschlossenes Stufenprofil aufweisen; an offenen Plattenstufen und Stufenkanten bleiben ältere Personen beim Hinaufgehen leicht mit dem Fuß hängen: Sturzgefahr! (Siehe Zeichnung)
- weiters sollte die Treppe rutschfeste Kanten haben. Gerade beim



BEWEGEN

EINFACH IMMER IN BEWEGUNG BLEIBEN

Hinuntergehen – in Socken oder Hausschuhen – rutscht man leicht aus;

- Treppen sind mit einer Breite von 120 cm auszuführen, das schafft ein bequemerer Hinauf- und Hinuntergehen;
- kontrastierende Stufenmarkierungen verbessern die Trittsicherheit.

Handlauf

Treppen und Rampen sollten auf beiden Seiten mit griffsicheren, durchgängigen Handläufen zwischen 85 und 90 cm Höhe ausgestattet sein. Wenn der Handlauf bereits vor dem jeweiligen Treppenanfang beginnt und über die letzte Stufenkante hinausreicht, kann zuerst der Handlauf gegriffen werden, bevor man die Treppe

auf- oder absteigt. Das ist äußerst hilfreich! (Siehe Zeichnungen)

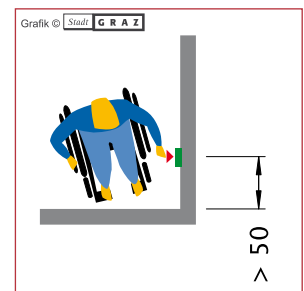
Handläufe auf beiden Seiten machen die Nutzung der Treppen einfacher, da man sich unabhängig von der individuellen Mobilitätsbeeinträchtigung links oder rechts festhalten kann. Handläufe dienen auch als Orientierungshilfe für Menschen mit Sehbehinderungen.

Vorsicht, ein überstehender Handlauf darf kein Hindernis darstellen! Ein offener Handlauf sollte am Anfang und Ende gegen die Wand gebogen sein, damit man daran nicht hängen bleibt.

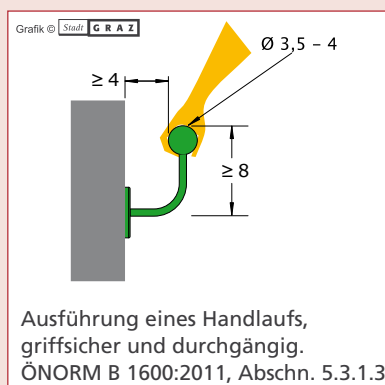
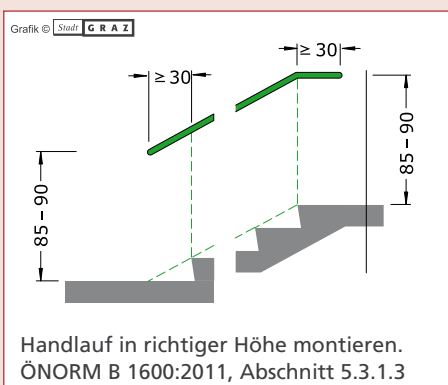
Wenn ein Handlauf über 90 cm hoch ausgeführt ist, dann sollte ein zweiter Handlauf in 75 cm Höhe montiert werden.



Richtig gestaltete Treppenhäuser machen das Stiegensteigen einfacher. Oft sind alte Stiegenhäuser sehr komfortabel angelegt.



Bedienelemente mit mindestens 50 cm Abstand zur Raumecke montieren. ÖNORM B 1600:2011, Abschnitt 8.1.1



Technische Aufstiegshilfen

Gerade hier gilt: Wer vorausplant, hat es später leichter! Ein gutes Beispiel: der Lift. Wer gerade sein Eigenheim plant, kann jetzt schon einen Aufzugsschacht vorsehen. Sollte später ein Aufzug eingebaut werden, sind die Kosten überschaubar. In der Zwischenzeit kann der Aufzugsschacht in jedem Stockwerk als Abstellraum, Speis oder Schrankraum genutzt werden.



Mehr über anpassbaren Wohnbau siehe Kapitel PLANEN, Seite 72

Eine gute Lösung für ältere Menschen sind Treppenliftanlagen. Diese komfortablen elektrischen Aufstiegshilfen für gehbeeinträchtigte Personen gibt es in vielen Montagevarianten. Dazu muss das Treppenhaus nicht umgebaut werden. Es spielt auch keine Rolle, aus welchem Material die Treppe besteht. Und selbst Hindernisse wie Türen und Durchgänge im Treppenbereich lassen sich überwinden, zum Beispiel mit Hilfe von Treppenschrägaufzügen. Im öffentlichen Bereich müssen diese eine Mindesttragfähigkeit von 300 kg aufweisen, nicht aber bei der rein privaten Nutzung.

Für Rollstuhlfahrer wird ein größerer Plattformlift benötigt mit einer Standfläche von 110 x 140 cm bzw. 80 x 100 cm und einer Tragfähigkeit von mindestens 385 kg (für Elektrorollstühle). Dafür ist eine Treppenbreite von 120 cm erforderlich. Bei beiden Haltestellen beträgt die notwendige Bewegungsfläche vor der Plattform mindestens 150 cm im Durchmesser. Bei seitlicher Auffahrt auf die Plattform ist diese mit einer Breite von mindestens 120 cm auszuführen.

Zu beachten ist unter anderem der Platzbedarf am Fußende des Treppenlaufs. Auf alle Fälle müssen die technischen und baurechtlichen Bestimmungen genau überprüft werden, um das richtige Modell zu finden. Nicht vergessen, dass für alle Aufzugs- und Treppenliftanlagen regelmäßige Überprüfungen vorgeschrieben sind.

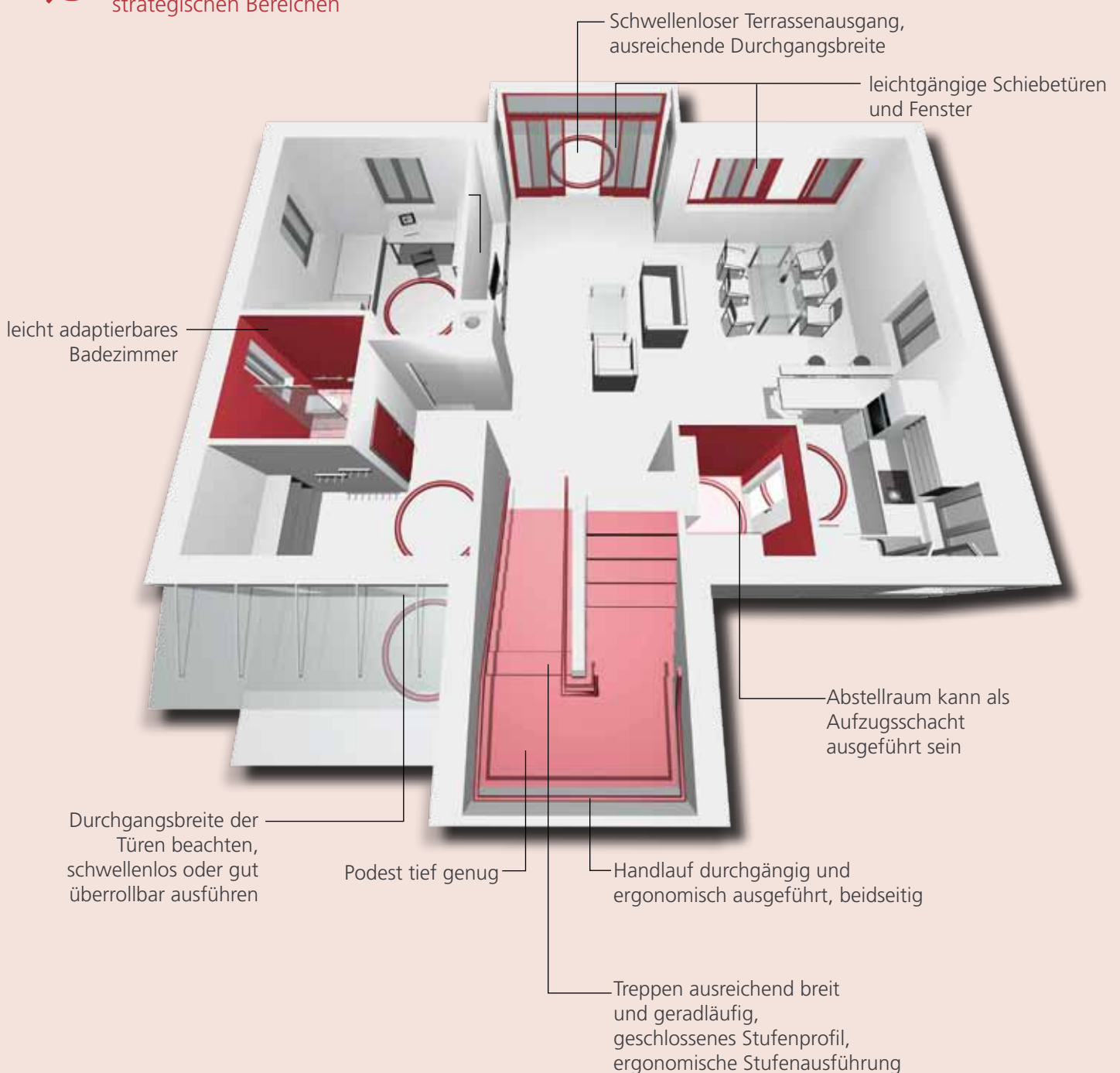


Rechtshinweise und Beratungsstellen der Bundesländer siehe Kapitel PLANEN, Seite 76–81

BEWEGEN

Die Checkliste ist eine Zusammenfassung aller bisher genannten wichtigen Bereiche. So können Sie sicher sein, schon bei der Planung an alles zu denken. Damit Sie sich rundherum wohlfühlen und ausreichend Bewegungsfreiheit haben.

∅ 150 cm Durchmesser:
Genug Platz in allen
strategischen Bereichen



CHECKLISTE BEWEGEN

Die angegebenen Maße basieren größtenteils auf der ÖNORM B 1600:2011, der Grundlage für barrierefreies Bauen. Wer fürs ganze Leben bauen will, fährt gut damit, sie auch im Privatbereich bei der Planung zu berücksichtigen.

Ebene schwellenlose Wege

- Türschwellen vermeiden; Wenn das nicht möglich ist, gut überrollbare Schwellen maximal 2 cm bei Innen- und Hauseingangstüren, nur bei Türen mit erhöhten Schall- und Wärmeschutzanforderungen maximal 3 cm

Durchgangsbreiten

- Wege im Außenbereich bis zum Hauseingang mindestens 150 cm breit, innerhalb der Wohnung mindestens 120 cm breit
- Türbreite mindestens 80 cm, bei Eingangstüren mindestens 90 bis maximal 100 cm, horizontaler Zuziehgriff bei Türbreiten über 85 cm wird empfohlen

Bewegungsflächen

- Vor Türen: Tiefe mindestens 120 bis 200 cm, abhängig von der Türaufgehrichtung, Breite mindestens 150 cm
- Neben Türen: Türdrücker mindestens 50 cm von Raumecke entfernt
- In strategischen Bereichen, wo man sich umdrehen können muss, mindestens 150 cm Bewegungsfläche im Durchmesser (z. B. Küche, Vorräume, Bad, Schlafzimmer)

Rampen

- Breite: gerade Rampen mindestens 120 cm breit, Wendelrampen breiter
- Rampenlänge maximal 10 m, dann horizontales Zwischenpodest 120 bis 150 cm
- Rampensteigung maximal 6 %, kein Quergefälle, ab 4 % Steigung beidseitiger Handlauf

Treppen

- Treppe: möglichst geradläufig und mindestens 120 cm breit
- Stufenhöhe ≤ 16 cm und -breite ≥ 30 cm, geschlossenes Stufenprofil, Einzelstufen vermeiden
- Kontraststreif markiert auf der Stufenvorderkante, nach maximal 20 Stufen Podest vorsehen
- Podesttiefe mindestens 150 cm mit durchlaufendem Handlauf

Fortsetzung nächste Seite

BEWEGEN

CHECKLISTE BEWEGEN

Die angegebenen Maße basieren größtenteils auf der ÖNORM B 1600:2011, der Grundlage für barrierefreies Bauen. Wer fürs ganze Leben bauen will, fährt gut damit, sie auch im Privatbereich bei der Planung zu berücksichtigen.

Handlauf bei Treppen & Rampen

- Höhe: beidseitig in 85 bis 90 cm; mindestens 30 cm weiterführen (oben waagrecht, unten schräg verlaufend), frei auslaufende Enden vermeiden (Hängenbleiben)
- Profil: ergonomisch gut umfassbar und gerundet mit 3 bis 4,5 cm Durchmesser, mindestens 4 cm Wandabstand
- Befestigung: Die Befestigung muss mindestens 8 cm, gemessen von der Oberkante des Handlaufs, vertikal nach unten geführt werden.

Bedienelemente

- Optimal in 80 bis 110 cm Höhe
- Elektrische Türöffner, Lichtschalter, Ruftasten etc. in 85 cm Höhe
- Sicherungskasten maximal 120 cm hoch
- Steckdosen: mindestens 40 cm über dem Fußboden und 50 cm von der Raumecke entfernt
- Greifhöhen zwischen 40 und 110 cm (von der Steckdose bis zum Lichtschalter)

Bedienbarkeit

- Maximalbedienkräfte Türen: bei Türdrücker maximal 30 N, zum Öffnen und Schließen des Türflügels maximal 25 N Kraftaufwand. Bei Überschreitung ist Automatisierung erforderlich
- Maximalbedienkräfte Taster: 5 N (2,5 N empfohlen)
- Keine Sensortasten

Sichthöhen

- Fenster: maximal 60 cm Brüstungshöhe (mit baubehördlicher Absturzsicherung auf mindestens 90 cm) für freien Ausblick im Sitzen oder im Liegen, französische Fenster bevorzugt
- Balkongeländer: oberhalb 60 cm Brüstungshöhe durchsichtige Materialien verwenden

Kontrastreiche Farbgestaltung

- Zur leichteren Orientierung kontrastreiche Ausführung zwischen Wand und Türen oder Türrahmen, Wand und Boden, Handlauf und Wand, oder zwischen Türrahmen und Wand
- Stufenvorderkanten kontrastreich markieren
- Glastüren sichtbar machen: in 90 bis 100 cm und 150 bis 160 cm Höhe kontrastreich markieren (lt. ÖNORM B 1600 ein Streifen mindestens 6 cm breit, 3 cm pro Farbe); alternativ dazu ein breiter Streifen mit flächigem Muster aus zwei kontrastierenden Farben zwischen 90 cm bis 130 cm Höhe (Bei einer gut sichtbaren, über 10 cm breiten, Rahmenkonstruktion von Glastüren ist die Glasmarkierung nicht notwendig, aber immer noch hilfreich.)

Aufzug

- Kabine innen mindestens 140 cm tief und 110 cm breit, bei Übereckbeladung Kabine innen mindestens 150 x 150 cm, automatische Schiebetüren mindestens 90 cm breit
- Spiegel an der Kabinenrückseite (von 30 bis mindestens 150 cm Höhe)
- Bewegungsfläche vor der Aufzugstüre mindestens 150 cm \emptyset , bei gegenüberliegenden Treppen mindestens 200 cm \emptyset , weitere Anforderungen siehe ÖNORM EN 81-70

Treppen- und Plattformlifte

- Treppenschrägaufzug Nennlast mindestens 300 kg, Plattformtreppenlift Nennlast mindestens 385 kg (auch für Elektrorollstühle); Mindestnennlast gilt nicht für Privatgebrauch
- Plattformgröße: 100 x 140 cm, klappbare Plattform mindestens 80 x 100 cm; siehe auch ÖNORMEN EN 81-40 und 81-41
- Tragfähige Stiegenhausmauer für spätere Montage des Treppen- oder Plattformlifts einplanen

Lifter

Für den Einsatz im Badezimmer und/oder im Schlafzimmer (mobil oder fix montiert)

- Fix montiert: tragfähige Deckenkonstruktion erforderlich
- Bei Bedarf: Badewanne mit Lifter unterfahrbar



HEIMKOMMEN

Nach Hause kommen – in seiner eigenen Welt ankommen. In einer Welt, die Schutz und Sicherheit ausstrahlt. Die dafür sorgt, dass man sich wohl und geborgen fühlt. Dafür braucht es viel Licht, ein freundliches Ambiente und einen Eingangsbereich, der vor Wind und Wetter schützt.

Und: Wer mit seinen sieben Sachen vor der Haustüre steht, kann auch noch gut jede Menge Bewegungsfreiheit brauchen.

HEIMKOMMEN





Wichtig beim Nachhausekommen: schwellenloser Eingang und praktische Ablageflächen

Hindernisse und Stolpersteine am besten schon beim Eingangsbereich abfangen.

Wer voll bepackt mit Kind und Kegel zu Hause ankommt, ist froh über jede Stufe, die er sich ersparen kann. Wer mit einem Rollator unterwegs ist oder im Rollstuhl sitzt, spürt jede noch so kleine Schwelle, jede noch so minimale Steigung. Wer auf den richtigen Bodenbelag achtet, Kieswege vermeidet und ausreichend Platz beim Parkplatz einplant, wird sich über seine gewonnene Bewegungsfreiheit freuen und sich schon beim Heimkommen wie zu Hause fühlen.

HEIMKOMMEN

DAHEIM IST DER SCHÖNSTE PLATZ

Sie möchten gut heimkommen? Nichts leichter als das. Nehmen Sie ein Maßband in die Hand, Ihren Eingangsbereich unter die Lupe, und los geht's.

Pkw-Stellplatz

Gut heimkommen beginnt schon beim Ankommen mit dem Auto. Wer für seinen Pkw-Stellplatz 3,50 m Breite einplant, ist auf der sicheren Seite. Da lässt sich die Autotüre ganz öffnen, Einkäufe können bequem herausgenommen werden, Kinderwägen leicht verstaut und Kinder mit Leichtigkeit aus dem Kindersitz gehoben werden. (Siehe Zeichnung)

Auch Rollstuhlfahrer haben dann ausreichend Platz, um ein- und aussteigen. Und wer auf Rasengittersteine verzichtet, hat eine Stolperfalle weniger.

Gehwege

Den Wegen rund ums Haus wird oft zu wenig Beachtung geschenkt. Kieswege erschweren das Schieben von Kinderwägen, für Rollstuhlfahrer sind sie ein unüberwindbares Hindernis. Ein guter Trick ist der Stöckelschuh-Test:

Gehen Sie in Stöckelschuhen auf Ihre Eingangstüre zu. Schaffen Sie das, ohne hängen zu bleiben, haben Sie sich für die richtige Oberfläche entschieden.

Rampe

Wer mit dem Gehwagen oder als Rollstuhlfahrer unterwegs ist, braucht bei Eingängen, die nicht ebenerdig erreichbar sind, eine

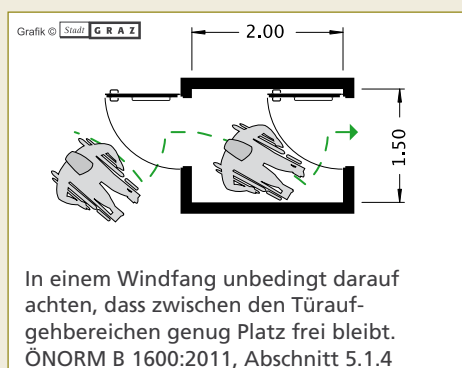
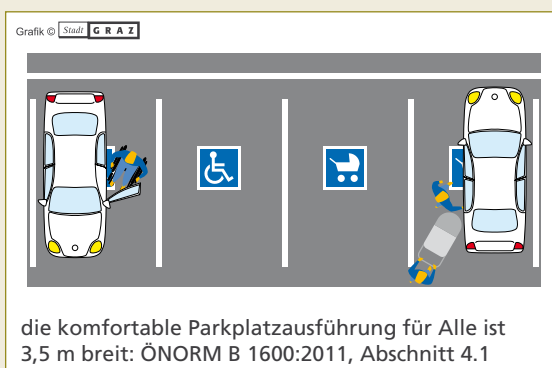


HINWEIS:

Wenn Schmutzfangmatten mit dem umgebenden Bodenbelag kontrastieren, sind sie auch eine Orientierungshilfe für sehbehinderte Menschen: sichtbar UND tastbar.



Ein 3,5 m breiter Parkplatz erleichtert das Ein- und Ausladen in allen Situationen.





Ein überdachter Hauseingang bietet Schutz vor Wind und Wetter, und gute Beleuchtung schafft mehr Sicherheit.

Rampe, die maximal 6 % Steigung hat. Aber auch jeder mit viel Gepäck, Kinderwagen oder Fahrrädern wird sich darüber freuen.

Bodenbelag

Der Bodenbelag spielt eine wichtige Rolle. In öffentlichen Bereichen ist eine maximale Höhendifferenz innerhalb der Belagsoberfläche mit 0,5 cm festgelegt sowie eine möglichst geringe Fugenbreite. Nicht ohne Grund: Oberflächen müssen leicht und erschütterungsarm berollbar sein.

Auch Fußmatten sollen rutschfest und gut berollbar sein. Bürstenmatten oder hochflorige Fußmatten eignen sich nicht, da sich die Räder von Buggy, Rollator, Koffern und Rollstühlen darin eingraben. Flach überrollbare Schmutzfangmatten sind da besser. Heben sie sich noch dazu farblich vom Boden ab, sind sie auch eine wichtige Orientierungshilfe für sehbehinderte Menschen.

Eingangsbereich

Ist der Eingangsbereich überdacht, wird das Heimkommen auch bei schlechtem Wetter zu einer angenehmen und vor allem trockenen Angelegenheit. Achten Sie hier auf ausreichend Bewegungsfreiheit und auf eine ebene Fläche.

Eingangstüre

Das Maß aller Dinge ist hier mindestens 90 cm lichte Breite, aber auf keinen Fall mehr als 100 cm – sonst wird der Türflügel zu schwer.

Eine Türschwelle soll am besten gar nicht vorhanden sein. Überrollbare Schwellen mit 3 cm Höhe für Türen mit erhöhten Anforderungen an Wärme- und Schallschutz (z.B. Passivhaus) sind für die meisten Menschen gerade noch zu überwinden, angenehm sind sie aber nicht. Normale Hauseingangs- oder Terrassentüren sollen maximal 2 cm Schwellen haben.

Vorsicht bei Glastüren: Sie müssen deutlich gekennzeichnet sein, damit niemand dagegen läuft.



Mehr über Türen siehe Kapitel BEWEGEN, Seite 12

Beleuchtung

Licht ist ein bedeutender Faktor, um sich sicher zu fühlen. Beleuchtete Klingelschilder mit lesbarer Beschriftung und eine gut erkennbare Hausnummer werden besonders dann wichtig, wenn der Notarzt schnell die richtige Haustür finden soll. Auch Bewegungsmelder, damit das Licht angeht, sind beim Heimkommen eine hilfreiche Sache. Genauso wie ein leicht bedienbares Klingeltableau in einer Höhe, die alle erreichen können.

HEIMKOMMEN

WILLKOMMEN ZU HAUSE

Vorraum

Oft stehen hier zu viele Möbel herum, was die Bewegungsfreiheit einschränkt. Dabei braucht man gerade im Vorraum viel Platz, um sich umdrehen und frei bewegen zu können. Da wären wir wieder beim 150-cm-Kreis! Das heißt jetzt nicht, dass diese Fläche immer komplett frei bleiben muss. Es genügt, wenn Abstellflächen oder Sockelbereiche von Möbeln bis 30 cm Höhe mit den Fußstützen eines Rollstuhls unterfahrbar sind.

Gerade im Vorraum geht es darum, den vorhandenen Raum effizient zu planen. Trotzdem ist es wichtig, praktische Ablageflächen für Ein-

kaufstaschen sowie Abstellmöglichkeiten für Kinderwagen, Rollstuhl, Rollator und Gehgestell zu schaffen, und Platz einzuplanen, um das wahrscheinlich teure Fahrrad sicher unterzubringen.

Zum sicheren Bewegen ist eine Festhaltemöglichkeit hilfreich. Das kann ein Handlauf sein, aber genauso gut ein stabiles Möbelstück. Ein Sitzplatz zum Wechseln der Schuhe ist auf jeden Fall notwendig.

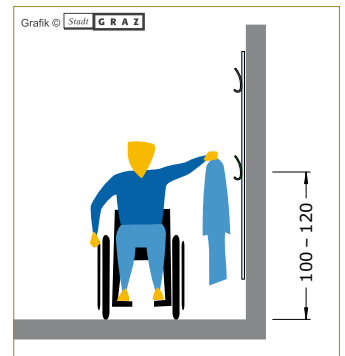
Keine große Angelegenheit, aber eine große Wirkung: Garderobehaken am besten in unterschiedlichen Höhen anbringen, damit alle in der Familie leicht und bequem zu ihren Sachen kommen.



Mehr über Möbel siehe Kapitel WOHNEN, Seite 37



Wenn die Türklingel zu leise ist oder man nicht mehr allzu gut hört, kann man einen mobilen Empfänger einsetzen. Dieser gibt Signale als lauten Ton, als Blitzlicht oder Vibration dorthin weiter, wo man sich gerade aufhält.



Einige Garderobehaken auch in 100 bis 120 cm Höhe anbringen, dann sind sie für alle gut erreichbar. ÖNORM B 1600:2011, Abschnitt 8.6



STORY

Familie Frauscher begegnet barrierefreiem Wohnen mit vielen guten, neuen Ideen

„Wir haben die richtige Umgebung für unsere Tochter geschaffen und gesehen, wie sehr diese ihre Entwicklung fördert“, sagt Elisabeth Frauscher. Eine der vielen Ideen im Haus haben sie sich aus der Gastronomie abgeschaut: Tochter Elisabeth fährt im Rollstuhl über die Tastleiste im Boden und öffnet sich so jede Türe.



Damit sich die Türen wie von selber öffnen, kann man Tastleisten in den Boden einbauen.



Video-Türöffner sind für Menschen, die vorwiegend visuell kommunizieren, eine große Unterstützung.

Technik und Kommunikation

Technische Lösungen sind im Eingangsbereich eine smarte Angelegenheit. Dabei kann es sich um Türautomatisierung, Öffnungsmechanismen oder Gegensprechanlagen handeln, aber auch um automatisierte Beleuchtung und Sicherheitstechnik.

Das Öffnen einer Türe kann auch über großflächige Tasten an der Wand, Tastleisten am Boden oder durch Fernbedienung bequem ermöglicht werden. Auch die Kopplung mit einem Bewegungsmelder zum automatischen Einschalten des Lichts ist möglich. Und sinnvoll. Hört einer der Familienmitglieder schlecht oder ist gehörlos, können Türklingel oder andere akustische Signale wie Telefon, Rauchmelder oder Babyphon mit einer Lichtanlage

gekoppelt sein beziehungsweise vibrierende Signale an tragbare Geräte weitergeben werden. Video-Türöffner werden immer noch vor allem in der Sicherheitstechnik verwendet, aber für jemanden, der vorwiegend visuell kommuniziert, ist es die einzige Möglichkeit, um festzustellen, wer gerade an der Tür klingelt. Integrierte Informations-, Kommunikations- und Notfall-Systeme tragen viel zur Selbständigkeit von mobilitäts- und sinnesbeeinträchtigten Familienmitgliedern bei.

Neben Steuerung der Haustechnik können intelligente Sensoren erkennen, wenn jemand gestürzt ist und in Verbindung mit einer Notfallzentrale vorher abgestimmte Aktionen setzen und Hilfe herbeiholen.

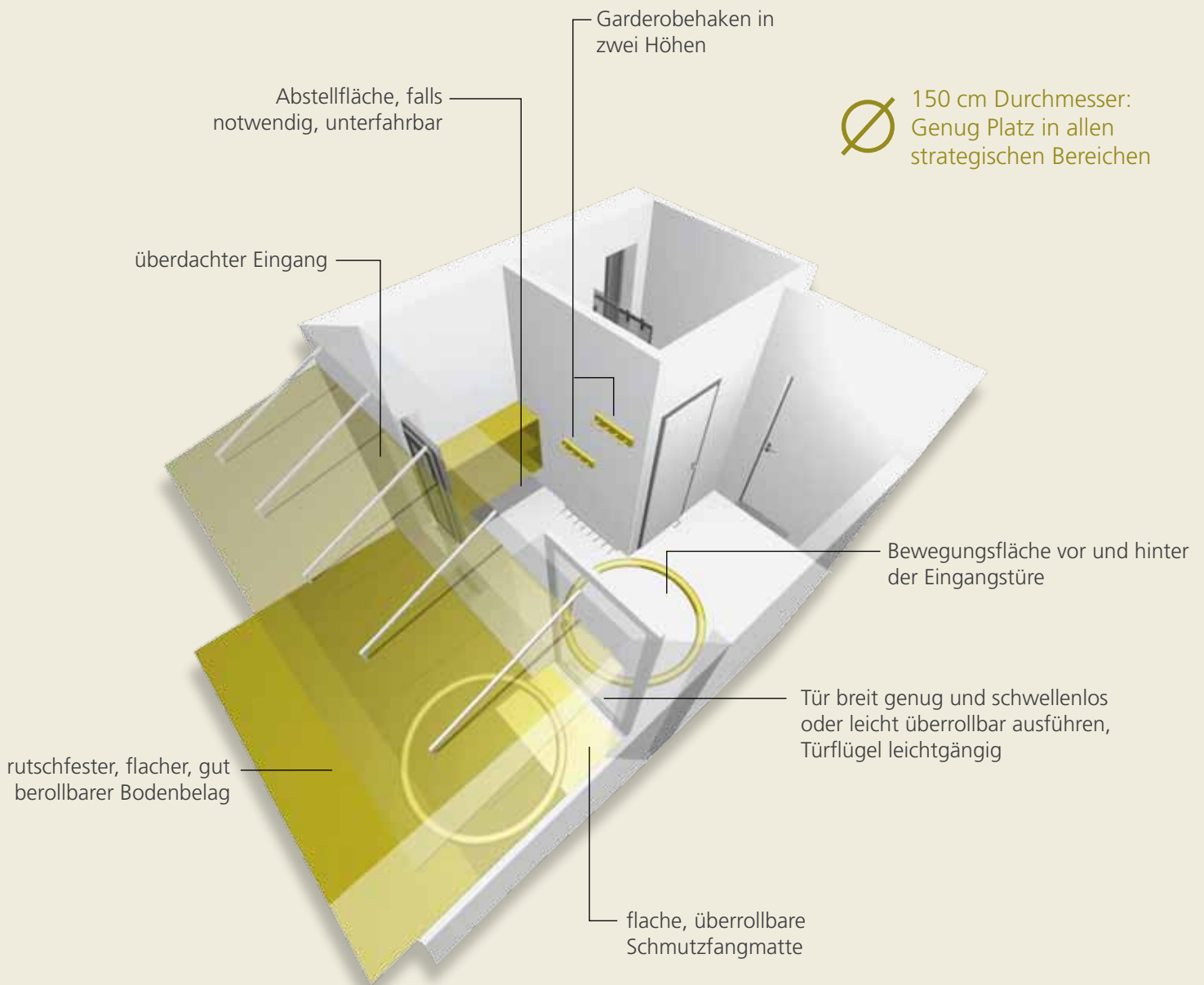


INFO

Das 2-Sinne-Prinzip (laut ÖNORM B 1600:2011, 8.2.2) besagt, dass Informationen immer für zwei einander ergänzende Sinne eindeutig dargestellt werden müssen. Das heißt: Akustische Informationen sind optisch anzuzeigen. Optische Informationen müssen entweder hörbar gemacht werden oder ertastbar sein.

HEIMKOMMEN

Die Checkliste ist eine Zusammenfassung aller bisher genannten wichtigen Bereiche. So können Sie sicher sein, schon bei der Planung an alles zu denken. Damit Sie sich rundherum wohlfühlen und ausreichend Bewegungsfreiheit haben.



CHECKLISTE HEIMKOMMEN

Die angegebenen Maße basieren größtenteils auf der ÖNORM B 1600:2011, der Grundlage für barrierefreies Bauen. Wer fürs ganze Leben bauen will, fährt gut damit, sie auch im Privatbereich bei der Planung zu berücksichtigen.

PKW-Stellplatz

- 3,5 m breit und möglichst horizontal
- Gefälle geringer als 3 %, kein Quergefälle

Bodenbelag

- Rutschfest
- Gut überrollbar, Steinplatten mit schmalen Fugen und maximal 0,5 cm Höhendifferenz
- Flache, überrollbare Schmutzfangmatten

Eingang

- Überdachter Eingang
- Gute Beleuchtung
- Gut lesbare Hausnummer, erreichbares und lesbares Klingeltableau
- Bewegungsraum vor und hinter der Tür – siehe Checkliste „BEWEGEN“
- Windfang: mindestens 150 cm freie Fläche zwischen Aufgebereich der Türen

Eingangstür

- Freie Durchgangsbreite mindestens 90, maximal 100 cm, für Rollstuhlfahrer mit horizontalem Zuziehgriff.
- Türgriffe in gut umfassbarer Größe und Form ausführen. Drehgriffe, Knauf- oder eingelassene Muschelgriffe vermeiden.
- Glastüren unbedingt deutlich und kontrastreich kennzeichnen zwischen 90 und 100 cm sowie zwischen 150 und 160 cm Höhe
- Schwellenloser Haus-/Wohnungseingang, bei nicht vermeidbarer Schwelle maximal 3 cm (wenn direkt dem Wetter ausgesetzt) und gut überrollbar, wenn überdacht maximal 2 cm

Vorraum

- Ablageflächen vorsehen, Möblierung 30 cm hoch und 20 cm tief mit Fußstützen unterfahrbar gestalten.
- Garderobehaken und Kästen erreichbar in einer Höhe von 100 bis maximal 120 cm, bei Kästen bevorzugt Schiebetüren verwenden
- Sitzmöglichkeit zum Schuhe ausziehen: 45 bis 50 cm Sitzhöhe
- Passende Kommunikationseinrichtungen



WOHNEN & SCHLAFEN

Ein Haus, das sich nach den unterschiedlichen Bedürfnissen seiner Bewohner richtet? Eine Wohnung, deren Raumaufteilung so flexibel ist, dass sie sich an die verschiedenen Lebensphasen leicht anpassen lässt? Warum nicht! Wer klug vorausplant, kann genau dann davon profitieren, wenn sich die Lebensumstände ändern. Nicht zu vergessen: Je älter man wird, desto größer ist das Bedürfnis nach Wärme, Helligkeit und Sicherheit.

WOHNEN & SCHLAFEN





Schwellose Übergänge sind der beste Weg, um Innen- und Außenbereich für alle nutzbar zu machen.

Kinder sind ständig in Bewegung. Daher brauchen sie auch zu Hause viel freien Bewegungsraum.

Am besten ohne Stolperfallen im Wohnbereich sowie auf dem Weg nach draußen, Richtung Terrasse oder Garten. Das Gleiche gilt für ältere Menschen, denn sie verbringen viel Zeit in den eigenen vier Wänden. Zwar sind sie nicht mehr so ungestüm unterwegs, aber dafür oft auf unsicheren Beinen. Da wird eine Gehhilfe oder ein Mensch, der unterstützend eingreift, zum unersetzlichen Partner. Und das erfordert zusätzlichen Platz.

WOHNEN & SCHLAFEN

DER WOHNRAUM WÄCHST MIT

Vieles ändert sich im Laufe eines Lebens. Manches ohne Vorwarnung, manches so, wie es dem Lauf der Zeit entspricht. Gut, wenn sich dann der Wohnraum den neuen Bedürfnissen anpassen lässt.

Flexible Räume

Um der ganzen Familie Flexibilität in allen Lebensphasen zu ermöglichen, plant man die einzelnen Räume so, dass sie vielseitig einsetzbar sind. Ein Kinderzimmer kann dann ein Gästezimmer, ein weiteres Schlafzimmer oder auch ein vergrößertes Wohnzimmer werden. Wichtig: In einer mehrgeschossigen Wohneinheit soll man schon auf der ersten, schwellenlos erreichbaren Wohnebene bei Bedarf schlafen, kochen, wohnen und baden können.



Mehr über anpassbaren Wohnbau siehe Kapitel PLANEN, Seite 72

Fenster

Fenstertüren, auch als „französische Fenster“ bekannt, sehen nicht nur schön aus, sie bieten gerade den kleinen und älteren Bewohnern freie Sicht nach außen. Da diese viel Zeit im Sitzen oder Liegen verbringen, können sie sich so ihren Kontakt zur Außenwelt bewahren.

Um den Blick nach draußen frei zu halten, soll die Brüstungshöhe massiver, undurchsichtiger Bauteile nicht mehr als 60 cm betragen.

(Siehe Zeichnung)



STORY

Mario Weymayer lässt sich seine Selbständigkeit nicht nehmen

Barrierefrei zu leben bedeutet für Mario ein großes Stück Selbstständigkeit. „Das tut dem Selbstwertgefühl gut“, meint der engagierte Sozialarbeiter, der seit einem Motorradunfall im Rollstuhl sitzt. „Sich selbstständig bewegen können ist eine große Entlastung.“ Für ihn. Und für seine Angehörigen.



Bei der Produktauswahl von Schiebefenstern und -türen unbedingt auf leichte Bedienbarkeit achten! Auf jeden Fall vorher ausprobieren!



Menschen, die viel zu Hause sind, freuen sich über Blickkontakt ins Freie.

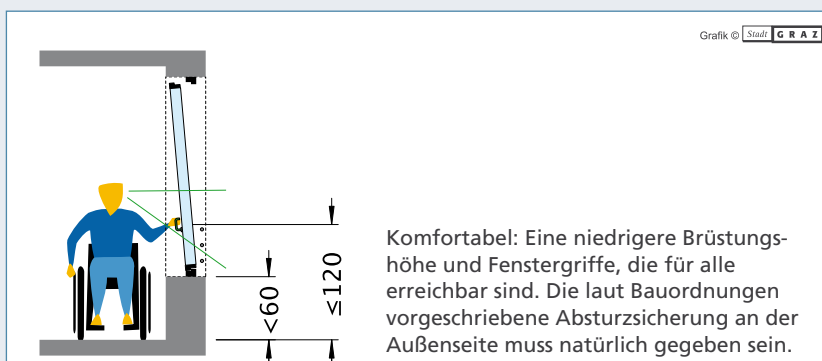
Bei Fenstern sind auch der Kraftaufwand zum Öffnen zu bedenken und das Hindernis, das ein geöffneter Fensterflügel darstellt. Die üblichen Drehkipplügel Fenster ragen in geöffnetem Zustand in den Raum hinein – das kann man schnell übersehen und sich daran verletzen. Horizontale Schiebefenster und -türen beanspruchen keinen Platz, auch wenn sie geöffnet sind. Man sollte jedoch auch bei Schiebefenstern darauf achten, dass sie leicht bedienbar sind.

Fenstergriffe

Die Fenstergriffe sollten so tief wie möglich montiert werden, damit sie leichter bedienbar sind. Mit einer niedrigeren Brüstungshöhe von 60 cm (mit außenliegender Absturzsicherung) kann eine maximale Fenstergriffhöhe von 120 cm

erreicht werden. Und: der Griff muss mindestens 50 cm aus der Raumecke entfernt sein, damit man ihn leicht erreicht. Oberlichten oder Jalousien können auch über Kurbel- und Hebelantriebe in der idealen Höhe von 80–100 cm betrieben werden.

Elektrische Fensterantriebe erleichtern die Bedienung, reduzieren den notwendigen Kraftaufwand und tragen durch ihre Automatikfunktionen zur Sicherheit bei. Auch Sonnenschutz oder Rollos können – elektrisch betrieben – sehr einfach bedient werden. Daher beim Planen den Platzbedarf bei Fenster- oder Türrahmen für eine nachträgliche Montage eines Fenster- oder Türantriebes vorsehen.



WOHNEN & SCHLAFEN

BARRIEREFREIES WOHNEN IST LEBENSQUALITÄT

Terrassenübergang

Hinaus ins Freie und doch mitten in der Stadt? Terrassen und Balkone werden da zum lieb gewonnenen Freiraum an der frischen Luft – vorausgesetzt, sie sind schwellenlos erreichbar und man muss mit dem Servierwagen, dem Kinderwagen oder dem Spielauto keine Kunststücke vollbringen, um nach draußen zu gelangen. Für Menschen, die in ihrer Mobilität eingeschränkt sind, hat die Erweiterung des Wohnraumes nach außen eine noch größere Bedeutung.

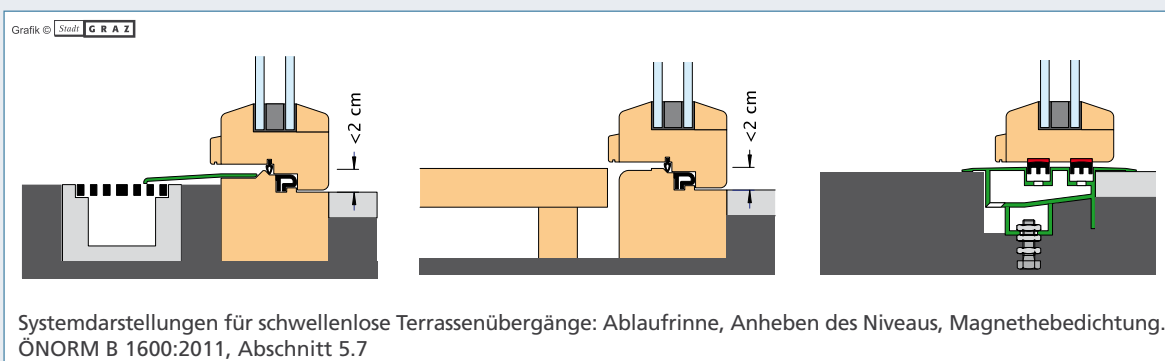
Daher ist es wichtig, wenn Balkon und Terrasse schwellenfrei zugänglich sind, dass die Türe mindestens 80 cm breit ist, die Bewegungsfläche auf der Terrasse oder dem Balkon dem Durchmesser von 150 cm entspricht und somit die volle Bewegungsfreiheit gegeben ist.

Schwellenfreie Balkon- und Terrassenübergänge setzt man durch den Einbau von Ablaufrinnen vor der Terrassentür, durch Anheben des Terrassenbelags oder durch Magnet-Hebedichtungen um. Ist ein schwellenloser Übergang bau-lich nicht möglich, dann sollte der Niveauunterschied innen maximal 2 cm oder außen maximal 3 cm betragen und gut überrollbar sein. [\(Siehe Zeichnung\)](#)

Wenn der Balkon oder die Terrasse überdacht sind, erweitert das den Aufenthaltsbereich auch bei Schlechtwetter oder extremer Sonneneinstrahlung.

Türbeschläge

Haben Sie schon einmal auf die ergonomische Form der Türbeschläge geachtet?





Vertikale Bügelgriffe eignen sich am besten zum Öffnen von Schiebetüren.



Unterfahrbare Kästen vereinfachen das Entnehmen der Kleidung.

Drehknöpfe und Muschelgriffe sind für Menschen, die über wenig Kraft in den Fingern oder eine schwache Feinmotorik verfügen, einfach nicht zu bewältigen. Am besten funktioniert ein Türgriff, in den man sich mit der ganzen Hand einhängen kann und von dem man beim Öffnen der Türe nicht abrutscht.

Kleiderschränke

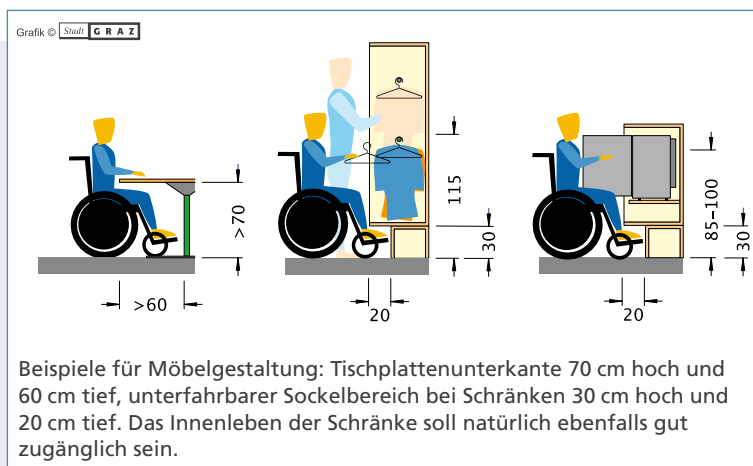
Begehbare Garderoben sind eine praktische Angelegenheit. Wer dafür keinen Platz hat, kann sich das Entnehmen der Kleidung erleichtern, indem man Schränke mit herausklappbarer oder niedriger angebrachter Kleiderstange plant oder die Schränke unterfahrbar macht. (Siehe Zeichnung)

Schiebetüren sind für ältere, gehbehinderte Personen besser

geeignet, da die Koordination von Öffnen der Türen und gleichzeitigem Zurückgehen oft schwierig ist und ein hohes Sturzrisiko in sich birgt. Die Griffe sollen gut greifbar sein, am besten eignen sich vertikale Bügelgriffe.

Möbel

Je älter man wird, desto überlegter muss man seine Kraft einsetzen. Um sich das Aufstehen aus einem Sitzmöbel zu erleichtern, soll dieses standfest sein, Armlehnen haben sowie eine Sitzhöhe von 45 bis 50 cm. Gerade ältere Menschen verlieren die Kraft in den Oberschenkeln und sind froh darüber, mit den Oberarmen nachhelfen zu können. Um sich an Mobiliar mit scharfen Kanten nicht zu verletzen, wählt man am besten Möbel mit abgerundeten Kanten.



Eine Sitzhöhe von 45 bis 50 cm und Armstützen erleichtern das Aufstehen. ÖNORM B 1600:2011, Abschnitt C.3

WOHNEN & SCHLAFEN

KOMFORT IN JEDER LEBENSPHASE

Schlafen

Wer gut sieht, fühlt sich sicher. Das ist vor allem dann wichtig, wenn man mitten in der Nacht aufstehen muss und schlaftrunken den Weg aufs WC in Angriff nimmt. Die Lösung ist einfach: ein Notlicht mit Bewegungsmelder für den Weg vom Bett zum WC sowie für den Gang- und Stiegenbereich. Dann wird niemand in seiner Nachtruhe gestört und der Weg ist gut sichtbar.

Nicht nur wenn man krank ist, ist es angenehm, wenn man vom Bett aus all seine Utensilien gut erreichen kann. Dazu braucht man ein großes Nachtkästchen, auf dem alles Platz hat: Wecker, Telefon, Tabletten, Wasser, Bücher, Fernbedienungen und anderes. Wenn es darüber hinaus solide ausgeführt

ist, kann man sich beim Aufstehen daran auch noch abstützen. Clever sein und vorausdenken hilft in jeder Situation.

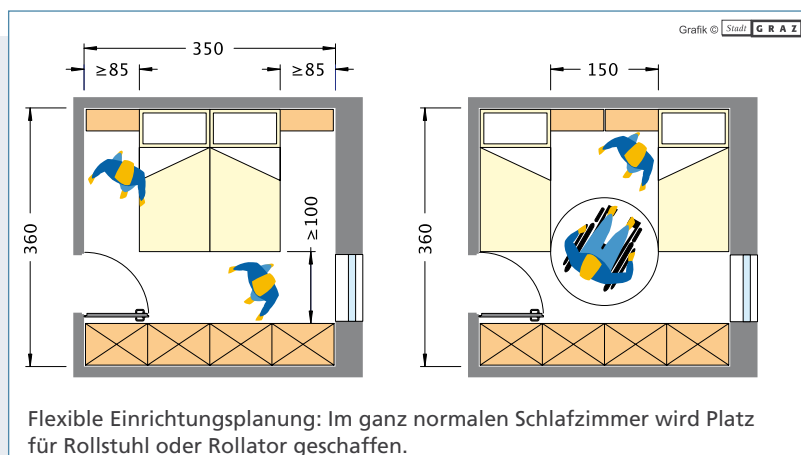
Auch im Schlafzimmer ist eine Freifläche von 150 cm ein Gewinn, um sich ungehindert zu bewegen. Wer daher vor Bett und Schrank genügend Platz einplant, kann sogar ein Familienmitglied, das bettlägerig ist, gut betreuen. (Siehe Zeichnung)



Nachtkästchen so groß planen, dass man alles vom Bett aus erreichen kann.



Sind Nachtkästchen solide ausgeführt, kann man sich beim Aufstehen daran abstützen.





Stecker mit Griffloch erfordern weniger Kraftaufwand.



Lichtschalter so montieren, dass alle in der Familie sie bedienen können, auch die Steckdose in gut erreichbarer Höhe von 40 cm anbringen.



Ohne nachzudenken schnell die richtige Nummer wählen.

Bedienungselemente

Bewegungsfreiheit kann man in jeder Situation gut gebrauchen. Auch beim Einschalten des Lichts – einer Tätigkeit, die man am Tag ungezählte Male macht. Meist unbewusst. Um sicherzugehen, dass jeder in der Familie die Lichtschalter gut erreichen kann, sollen sie in einer Höhe zwischen 80 und 110 cm über der Fußbodenoberkante angebracht werden. Der seitliche Abstand zur angrenzenden Raumecke soll mindestens 50 cm betragen.

Auch Steckdosen müssen erreichbar sein. Sie sollen in einer Höhe von mindestens 40 cm über der Fußbodenoberkante angebracht sein.

Automatisierungen

Wer automatisch mehr vom Leben haben möchte nimmt die „Smart Home Konzepte“ unter die Lupe. Die Hausautomatisierungen ermöglichen es Menschen jeder Generation, selbständig, sicher und komfortabel zu wohnen. Türen und Fenster, Sonnenschutz sowie Aufzüge, Bett und Notrufe, aber auch Installationen wie Steckdosen und Lichtschalter sowie elektrische Haushaltsgeräte, Freisprechtelefone und Multimediageräte und vieles mehr können mit einem Knopfdruck oder sogar über Sprache bedient werden.

Um gut vorbereitet zu sein, plant man schon von Anfang an Leerverrohrungen für alle zu bedienenden Komponenten ein, damit nachträglich zum Beispiel ein BUS-Kabel eingezogen werden kann und alle gewünschten Funktionen realisiert werden können.

WOHNEN & SCHLAFEN

MIT SICHERHEIT MEHR VOM LEBEN

Zuhause besser hören

Sie haben sich bereits bewährt: induktive Hörsysteme für Zuhause. Der Komfort eines induktiven Hörsystems für Hörgeräteträger kann auch zu Hause, zum Beispiel beim Fernsehen, genossen werden.

Und so funktioniert es: Ein Verstärker wird auf der einen Seite mit der Tonquelle, z. B. Fernseher, verbunden. Auf der anderen Seite besteht eine Kabelverbindung zum Ringschleifen-Kissen, das auf dem Fernsehsessel liegt. Das Kissen erzeugt ein Signal, das von einem Hörgerät mit eingebauter Telefonspule (Hörgeräte auf die Position „T“ oder „MT“ stellen) empfangen werden kann. Statt dem Kissen gibt es auch mobile Empfänger, die um den Hals getragen werden können.

In öffentlichen Bereichen müssen induktive Höranlagen gekennzeichnet werden.

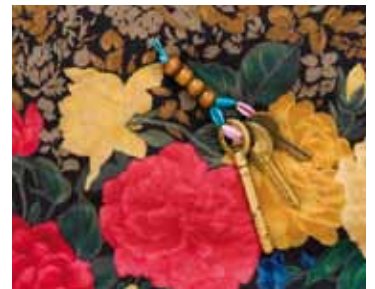
Licht und Farben

Farben und Licht tragen viel zum Wohlfühlen beim Wohnen bei. Für sehbehinderte Menschen hat das Thema aber eine viel weitreichendere Bedeutung. Sie können wichtige Elemente im Raum wie Türrahmen und Möblierung nur dann erkennen, wenn sie sich durch starke Kontraste von der Umgebung abheben. Das Gleiche gilt für Glasflächen, Stufen und Absätze. Sind diese farblich markiert, können auch sie erkannt werden.

Bunt gemusterte Flächen machen es schwieriger, Gegenstände zu finden, die darauf abgelegt sind.

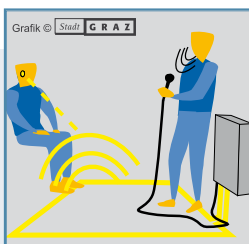


Das Ringschleifenkissen liegt dezent unter dem Polster und sendet das Signal an das Hörgerät.

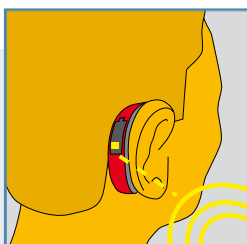


Auf der einfärbigen Oberfläche sind Gegenstände viel leichter zu finden.

INDUKTIVE HÖRANLAGE



Das Audiosignal von Mikrophon, Fernseher oder Stereoanlage wird über eine Induktionsschleife in den Raum gesendet.



Durch Umschalten des Hörgeräts auf die Position „T“ oder „MT“ kann das induktive Signal innerhalb der Schleife empfangen werden.



In öffentlichen Bereichen müssen induktive Höranlagen gekennzeichnet werden.



Gläser immer auf einen bunten Untersatz stellen, dann sieht man sie leichter.



Auch Lichtschalter sind besser sichtbar, wenn sie sich farblich von der Wand abheben, zum Beispiel auch nur durch einen andersfärbigen Rahmen.

Stark polierte Böden können unangenehme Reflexionen erzeugen und lösen so Unsicherheit aus.

Kontrast

Für Menschen mit gutem Sehvermögen reichen verschiedene Farben, um einen Unterschied wahrzunehmen. Sehbehinderte Menschen sind auf den relativen Kontrast zwischen zwei Flächen angewiesen um sie zu unterscheiden. Dieser Kontrast entsteht durch unterschiedliche Helligkeit. So können zwei verschiedene Rot-Töne mehr Kontrast bilden als zwei verschiedene Farben, die die gleiche Helligkeit aufweisen.



Individuell einstellbare Beleuchtung für alle Wohn- und Arbeitsbereiche

Der Kontrast muss umso stärker sein, je kleiner das Objekt ist, das erkannt werden soll.

Grundsätzlich ist viel Licht gefragt, um Sehaufgaben bewältigen zu können. Wichtig dabei ist, dass die Lichtquelle ganz individuell einstellbar ist. Die Möglichkeit für gedämpftes Licht und ein hohes Maß an Blendfreiheit muss aber dennoch gegeben sein. Damit intensives Tageslicht nicht blendet, kann man semi-transparente Jalousien einsetzen, um die richtigen Lichtverhältnisse zu schaffen. Auch unterscheidbare Lichtsituationen unterstützen die visuelle Orientierung.

Klare Kontraste, viel Licht und starke Farben verbessern die Raumwahrnehmung, erleichtern die Orientierung und vermindern das Verletzungsrisiko.



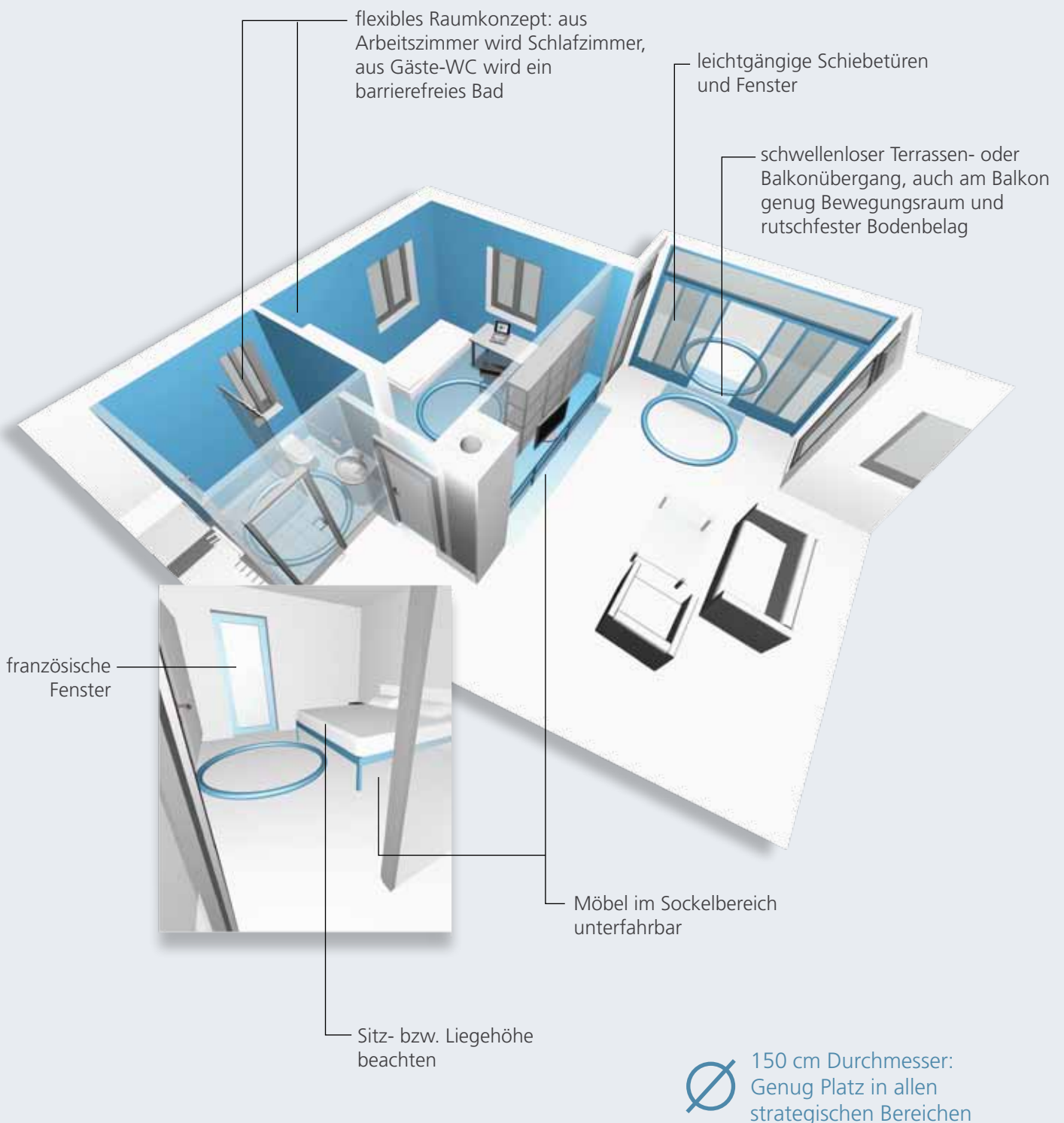
STORY

Henriett Kooz hat sich ihr Leben barrierefrei eingerichtet

„Ich habe meine Wohnung ganz individuell auf mich abgestimmt“, erzählt Henriett Kooz über ihren Zugang zur Barrierefreiheit. „Gerade im Badezimmer und in der Küche – dort ist vieles unterfahrbar.“ Anders könnte Henriett nicht ergonomisch arbeiten und müsste zum Beispiel beim Kochen seitlich schneiden. „Das ist viel zu anstrengend!“

WOHNEN & SCHLAFEN

Die Checkliste ist eine Zusammenfassung aller bisher genannten wichtigen Bereiche. So können Sie sicher sein, schon bei der Planung an alles zu denken. Damit Sie sich rundherum wohlfühlen und ausreichend Bewegungsfreiheit haben.



CHECKLISTE WOHNEN & SCHLAFEN

Die angegebenen Maße basieren großteils auf der ÖNORM B 1600:2011, der Grundlage für barrierefreies Bauen. Wer fürs ganze Leben bauen will, fährt gut damit, sie auch im Privatbereich bei der Planung zu berücksichtigen.

Grundlegendes

- Flexibles Raumkonzept, das man leicht veränderten Bedürfnissen anpassen kann
- Bewegungsraum in strategischen Bereichen – siehe Checkliste BEWEGEN
- Schwellenfreier Terrassen- und Balkonübergang: mindestens 80 cm lichte Türbreite, maximal 2 cm hohe Schwelle gut überrollbar
- Leicht erreichbare Bedienelemente, siehe Checkliste BEWEGEN

Möbel

- Ergonomische Möbel- und Türbeschläge, keine Drehknöpfe
- Gut erreichbare Schränke und Schrankinnenleben, davor 150 cm Bewegungsraum, eventuell auch günstig sind Schiebetüren, Kleiderlifts und -karussells, die den Zugang erleichtern
- Möblierung mit Fußstützen unterfahrbar: mindestens 30 cm hoch und 20 cm tief
- Betthöhe 45 bis 50 cm empfohlen, vor einem Bett den Bewegungsraum von 150 cm vorsehen
- Großes, stabiles Nachtkästchen
- Sitzmöbelhöhe 45 bis 50 cm

Haustechnik

- Lichtschalter, Gegensprechanlage, Türöffner, Telefon, Fensteröffner, Sonnenschutz, Notruf etc. vom Bett aus bedienbar
- Neben Wohnzimmer-TV-Anschluss auch ein zusätzlicher TV-Antennenanschluss im Schlafzimmer
- Licht mit Bewegungsmelder zwischen Schlafzimmer und WC, Lichtschalter gleich neben der Türe erreichbar
- Leerverrohrung und Platz für nachträgliche Automatisierungen
- Individuell einstellbare Beleuchtung
- Rutschfeste Bodenbeläge und bei Teppichen Fixierung mit Doppelklebeband oder Gittergummiunterlage
- Markisenlift für das leichte Aufhängen von Vorhängen
- Schleuderstange zum Auf- und Zuziehen von Vorhängen

Farbgestaltung

- Kontrastreiche Gestaltung erleichtert die Orientierung im Raum; angrenzende wichtige Flächen wie Wand, Boden, Türrahmen oder Tür sollten zueinander einen Kontrast aufweisen. (ÖNORM B1600:2011: Mindestwert für den Helligkeitskontrast k zwischen zwei Oberflächen ist 30 LRV (Light Reflectance Value/ Lichtreflexionsgrad)
- Ruhige, einfarbige Farbflächen unterstützen eine kontrastreiche Gestaltung

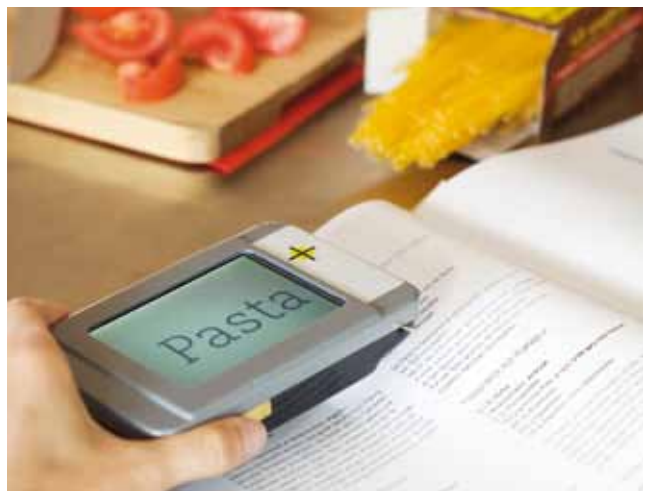


KOCHEN

Die Küche ist die Einsatzzentrale der Wohnung, die Werkstätte für Genießer. Hier wird gekocht, gelacht, gearbeitet, gewürzt, gespült und immer wieder ein neues Rezept ausprobiert. Die Küche ist oft der Mittelpunkt des gemeinsamen Lebens. Hier gibt es Köstliches zum Naschen und Verkosten. Und auch wenn sie noch so klein ist, strahlt sie Wärme und Behaglichkeit aus. Sie ist auf jeden Fall ein Ort, an dem man sich gerne aufhält.

KOCHEN





Gute Beleuchtung und kräftige Farben sorgen für Kontraste und erleichtern sehbehinderten Menschen das Kochen.

Viele Küchen sind für „normal große“ Köche gebaut, die großen und kleinen tun sich da schwer.

Und da sind wir schon beim springenden Punkt: Worauf kommt es an, damit alle die Küche mühelos benutzen können? Höhenverstellbare oder unterschiedliche Höhen von Arbeitsbereichen einplanen, bei Bedarf auch unterfahrbare Küchenkonzepte nutzen. Oberschränke können ebenfalls in der Höhe verstellbar sein, Unterschränke im Sockelbereich unterfahrbar. Besonders wichtig ist in der Küche der Bewegungsfreiraum von 150 cm! Vor allem dann, wenn gemeinsam gekocht und viel Platz benötigt wird.

KOCHEN

JEDER IST SEIN CHEF DE CUISINE

Kochen ist Genuss und Spaß zugleich, gerade wenn Klein und Groß sich am Herd begegnen. Gut, wenn die Küche so geplant ist, dass sie für alle passt.

Küchenplanung

Haben Sie sich schon einmal überlegt, wie viele Kilometer Sie in der Küche laufen? Wenn man das mit einem Schrittzähler messen würde, könnte man getrost aufs zusätzliche Joggen vergessen.

Die Anordnung der Schränke, der Arbeitsflächen und der Geräte sind das wichtigste Rezept zum Erfolg. Liegen Herd, Spüle und Arbeitsplatte möglichst nahe beieinander, verkürzen sich die Wege zwischen den einzelnen Arbeitsschritten. Kühlschrank und Herd sind dagegen keine guten Nachbarn, da ihr Nebeneinander den Energieverbrauch und die Energiekosten extrem erhöht.

Das kennt jeder: Die Spüle ist zu nieder – der Rücken schmerzt. Das Gleiche gilt für die Arbeitsplatte. Um die unterschiedliche Körper-

größe der „Köche“ zu berücksichtigen, kann man die Arbeitsplatten in verschiedenen Höhen oder sogar höhenverstellbar anbringen. Die Lösung heißt: elektrische Höhenverstellung. Es gibt aber auch bei den üblichen Küchensystemen Lösungen, die ohne großen Aufwand auskommen und von einer guten Idee leben. Wie zum Beispiel ein höhenverstellbarer Tisch, der mit derselben Arbeitsplatte wie die Küche ausgeführt ist.

Bewegungsfreiheit

Eines der wichtigsten Dinge beim Kochen ist Bewegungsfreiheit. Denn die Küche gehört zu jenen strategischen Bereichen, wo der Platzbedarf von 150 cm gegeben sein muss. Dazu zählt aber auch die Bewegungsfläche, die sich unterhalb von unterfahrbaren Arbeitsflächen befindet. (Siehe Zeichnung)



Gute Idee: Backofen auf angenehmer Höhe, dann passt er für alle.



Laden und Auszüge mit einer durchgehenden Griffstange sind besonders leicht zu bedienen.



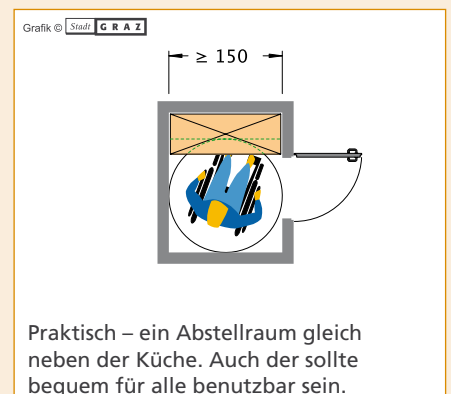
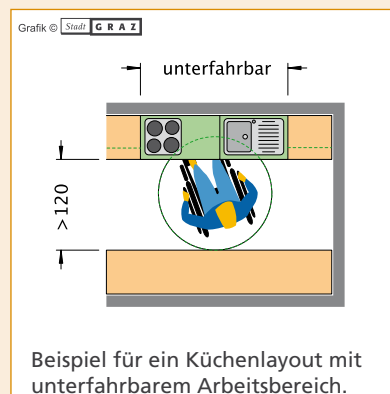
Mit geeigneten Hilfsmitteln kann man lange selbstständig bleiben.



Die Küchenarbeit macht mit den richtigen Werkzeugen gleich mehr Spaß: sie liegen griffig in der Hand, damit man nicht abrutscht. Und auch jemand, der nicht mehr so gut greifen kann kommt damit zurecht.

Die wichtigsten Punkte bei der Planung:

- Backofen, Kühlschrank und Spülmaschine, z. B. in Küchenschränke integriert, auf angenehme Belade- und Entnahmehöhe montieren.
- Backöfen mit herausziehbarem Backwagen erleichtern die Arbeit und man verbrennt sich nicht so leicht am heißen Backrohr.
- Spülen und Herdmulden ohne Unterbau ermöglichen es, diese Arbeitsbereiche auf individueller oder einstellbarer Höhe zu installieren.
- Unterfahrbare Arbeitsbereiche erleichtern all jenen die Küchenarbeit erheblich, die sitzend arbeiten möchten – oder müssen.
- Alle Schalter und Steckdosen gut erreichbar montieren, auch die Schalter für die Dunstabzugshaube.
- Einhand-Mischbatterie mit langem, gut greifbarem Hebel verwenden – dann ist sie leicht erreichbar und bedienbar.
- Besonders komfortabel sind im Küchenbereich so genannte Patternosterschränke, da sie durch rotierende Böden die Entnahme von Geräten und Lebensmitteln auf individuell bevorzugter Höhe ermöglichen.
- Unterschränke am besten als Auszüge ausführen – dann kommt man an alles, was man zum Kochen braucht, gut heran.
- Speis oder Abstellraum: ausreichend dimensionieren. Eine Bewegungsfläche von 150 cm einplanen und Regale mit Fußstützen unterfahrbar machen, dann ist der Flächenbedarf um 20 cm geringer. (Siehe Zeichnung)



KOCHEN

NICHTS ANBRENNEN LASSEN

Neben baulichen Lösungen und bewährten Einrichtungsideen gibt es noch eine Menge praktische Details; hier die wichtigsten:

- Bei einem Herd mit Ceranplatten Sensortasten vermeiden. Blinde oder sehbehinderte Menschen können diese Tasten nicht spüren und daher den Herd nicht bedienen.
- Eine Arbeitsflächenbeleuchtung auswählen, die nicht blendet und die man individuell, genau nach der eigenen Größe, einstellen kann.
- Eine horizontale Griffstange, an der Arbeitsplatte montiert, erleichtert das Stehen und kann auch als Ablage fürs Geschirrtuch dienen.
- Ergonomisch richtige Griffe genauso wie bei anderen Möbeln. Denn Drehknöpfe und Muschelgriffe sind für Menschen, die über eine schwache Feinmotorik verfügen, nicht zu bewältigen. Gut geeignet sind Bügelgriffe, noch besser, wenn sie sich zusätzlich vom Hintergrund abheben.
- Ruhige, nicht spiegelnde Oberflächen helfen dabei, abgelegte Gegenstände nicht zu übersehen.
- Rutschhemmende Arbeitsmatten oder ein Fixierbrett sind ideal, wenn man nur mit einer Hand einsatzfähig ist oder einfach sicher sein will, dass die Gegenstände während der Arbeit nicht verrutschen.
- Hitze- und Rauchmelder über Blitzlichtalarm sollten für schwerhörige oder gehörlose Personen zur Grundausstattung gehören.
- Um gefahrlos mit einer Hand den Topf mit heißem Wasser kippen und ausleeren zu können, ist eine schräge Ausgusshilfe in der Spüle besonders praktisch.



Rutschfeste und kontrastreiche Unterlage: praktisch für Blinde und sehbehinderte Köche, Kinder und Menschen mit motorischen Einschränkungen.



Lieber sitzen statt stehen – so fällt längeres Kochen leichter.



Gemeinsam kochen – clevere Planung macht es möglich.



ANITA PRANDL
meistert ihr Leben trotz
schwerster Sehbehinderung.

INTERVIEW

Die Selbstständigkeit ist der einzige Weg für mich.

Wie haben Sie es geschafft, so selbstständig zu bleiben?

Ich habe noch einen kleinen Sehrest. Wenn ich einen Raum betrete, kann ich mich orientieren. Ich weiß sofort, wo die Fenster sind, erkenne rasch, wo sich die Türen befinden. Das hilft, um selbstständig leben zu können. Die Selbstständigkeit ist der einzige Weg, um zu überleben. Ich will genauso an der Informationsgesellschaft teilnehmen wie andere. Ich will nach draußen gehen, ich will in der Welt der Sehenden bleiben. Das ist meine Motivation. Und dafür braucht es viel Disziplin.

Was unterstützt Sie dabei?

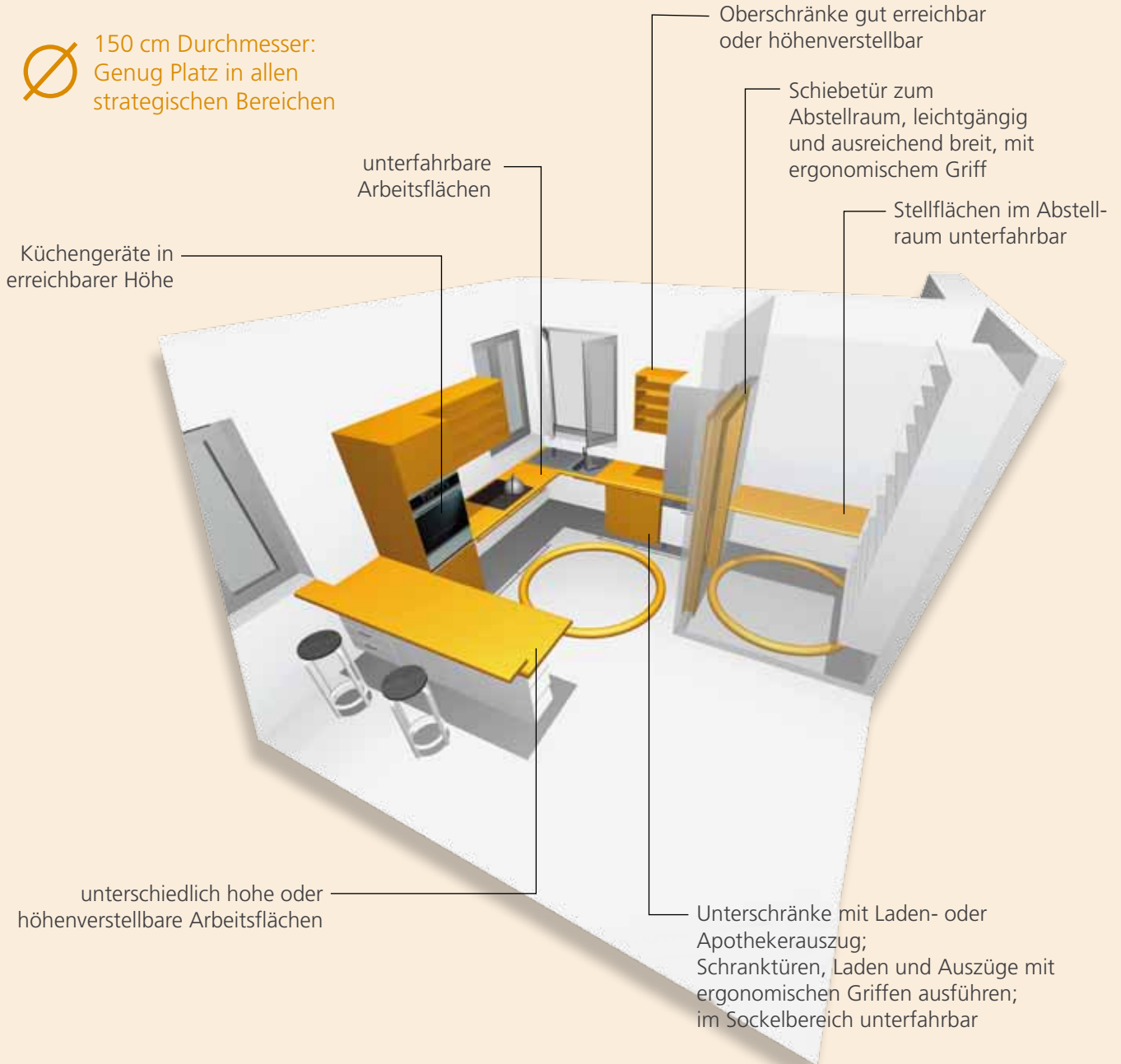
Starke Farben und Kontraste, eine gute Beleuchtung und klare Formen – das brauche ich zum Wohnen. Meine Wohnung ist zum Großteil in schwarz-weiß eingerichtet. Und ich habe kaum Gegenstände, die nur so herumstehen. Ich mag es, wenn alles ordentlich ist, da tue ich mir viel leichter. Alles soll auf seinem Platz liegen, denn ich muss mir genau merken, wo ich etwas hingelegt habe. Das hilft mir, auch wenn ich meine Wohnung wie meine Westentasche kenne.

Hat sich in Ihrem Leben etwas verändert?

Ich habe vor zehn Jahren besser gesehen als jetzt und mich aber blind gefühlt. Ich denke, man wird mutiger.

KOCHEN

Die Checkliste ist eine Zusammenfassung aller bisher genannten wichtigen Bereiche. So können Sie sicher sein, schon bei der Planung an alles zu denken. Damit Sie sich rundherum wohlfühlen und ausreichend Bewegungsfreiheit haben.



CHECKLISTE KOCHEN

Die angegebenen Maße basieren größtenteils auf der ÖNORM B 1600:2011, der Grundlage für barrierefreies Bauen. Wer fürs ganze Leben bauen will, fährt gut damit, sie auch im Privatbereich bei der Planung zu berücksichtigen.

Grundlegendes

- 150 cm Bewegungsraum vor Unterschränken
- Bedienelemente erreichbar und leicht bedienbar (Bedienknöpfe, Dunstabzug, Schalter, Stecker), siehe auch Checkliste BEWEGEN

Arbeitsflächen

- Unterfahrbare/höhenverstellbare Arbeitsflächen nach individuellem Bedarf
- Bei Bedarf unterfahrbare Spüle, abgeschrägter Bereich innerhalb der Spüle zur leichteren Handhabung beim Ausleeren von Töpfen
- Oberflächen: nicht spiegelnde, einfarbige Flächen (manche Gegenstände, die auf der Oberfläche liegen, sind dann besser sichtbar)

Unterschränke

- Möblierung mit Fußstützen unterfahrbar: mindestens 30 cm hoch und 20 cm tief
- Laden- oder Apothekerauszug
- Eventuell rollbarer Unterschrank – für die wichtigsten Kochutensilien – den man unter der unterfahrbaren Arbeitsplatte abstellen kann

Geräte & Oberschränke

- Geräte in erreichbarer Höhe, mit Bedienelementen auf maximal 110 cm, Backofen mit ausziehbarem Backwagen
- Erreichbare Oberschränke (mechanisch oder elektrisch höhenverstellbar ausführen oder tiefer setzen)

Beschläge & Armaturen

- Ergonomische Beschläge, die ohne Kraftaufwand gut greifbar und bedienbar sind
- Griffe kontrastreich ausführen, hilft beim schnellen Hingreifen, ohne richtig hinschauen zu müssen
- Verlängerte, leicht bedienbare Küchenarmatur mit Schlauchbrause, Mischbatterie mit leicht bedienbarem Einhand-Thermostatmischer



BADEN

Im Badezimmer ist Anpassbarkeit und Flexibilität gefragt, wenn es um barrierefreies Wohnen geht. Je durchdachter dieser Raum gestaltet ist, desto einfacher wird es, ihn an unterschiedliche Bedürfnisse anzupassen. Jetzt eine Badewanne, später eine Dusche – kein Problem. Jetzt zwei getrennte Räume für Bad und WC, später ein großer Raum – kein Problem. Bade-Komfort hat Hochkonjunktur. Daher wird barrierefreies Wohnen auch immer schöner.

BADEN





Eine Stolperkante weniger, wenn die Dusche schwellenlos ausgeführt ist. Und egal, ob im Rollstuhl oder einfach nur bequem – vor dem Waschbecken lässt es sich auch gut sitzen.

Im Badezimmer hat sich Barrierefreiheit bereits breitgemacht.

Zu schwellenlosen Duschen und unterfahrbaren Waschtischen gesellen sich rutschfeste Fliesen, berührungslose Armaturen mit Thermostat-Technik, damit man sich nicht verbrühen kann. Um bei der Planung nicht baden zu gehen, gibt es eine einfache Lösung: ausreichend Bewegungsraum einplanen. In Zahlen heißt das jeweils 90 cm neben WC oder Duschtsitz und 150 cm zum gegenüberliegenden Gegenstand oder der Wand. Und von Anfang an eine schnelle und einfache Umrüstung mit einkalkulieren. Fertig.

BADEN

MIT ALLEN WASSERN GEWASCHEN

Wer sich schon bei der Planung genug Zeit lässt und Gedanken macht, der kommt dann später nicht ins Schwitzen.

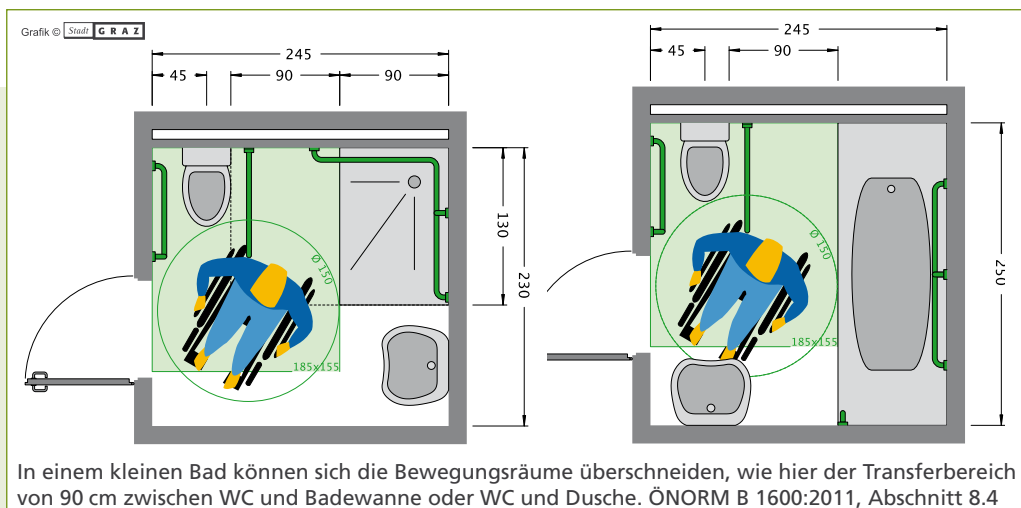
Planung

Es ist ein Irrtum zu glauben, dass barrierefreie Bäder immer besonders groß sein müssen. Es stimmt, dass ein Mindestplatzbedarf besteht, man muss aber nur wissen, worauf es ankommt, und das ist einfach: Merken Sie sich die Zahl 150 – und Sie sind auf der sicheren Seite. 150 cm im Durchmesser reichen, um sich in jeder Situation, sogar mit einem Rollstuhl, rundherum frei bewegen zu können. Maßgeblich sind dabei die Abstände zwischen Waschbecken, Dusche und WC. Wichtig zu wissen: Die Bewegungsflächen können sich ruhig überschneiden. (Siehe Zeichnung)

Stabile Wände

Wer von Anfang an Stütz- und Haltegriffe einplant, braucht dafür eine stabile Wandkonstruktion. An der lassen sich jederzeit temporäre und flexible Haltegriffe anbringen – je nachdem, wann und wofür man sie benötigt.

Hier ein kleiner Tipp: Waagrechte Griffe helfen beim Überwechseln vom Rollstuhl auf das WC, den Duschsitz oder den Wannenrand. Senkrechte Griffe helfen beim Hochziehen aus einer sitzenden Position.





Technik

Hier zahlt sich das Vorausplanen richtig aus: Am besten von Anfang an einen zusätzlichen Strom- und Wasseranschluss vorsehen – die nachträgliche Montage von Wascheinrichtungen am WC ist dann kein großer Aufwand. Das Verlegen von Leerverrohrung ist später ein Gewinn, wenn man Notrufsysteme, Türantrieb oder elektrische Spülauslösung einbauen möchte.



Dusche oder Badewanne?

Für viele ist das eine Glaubensfrage – das entspannende Vollbad hat ja doch etwas Luxuriöses. Die Vorteile der bodengleichen Dusche sind aber nicht von der Hand zu weisen:

- man muss nicht „hineinsteigen“ – vermeidet also eine weitere Stolperfalle;
- man muss sich nicht aus einer liegenden Position aufrichten – das kann anstrengend und auf nasser, seifiger Oberfläche auch gefährlich sein;
- man kann auch in der Dusche bequem sitzen, etwa auf einem an der Wand montierten, klappbaren Duschsitz oder einem Duschhocker;
- besonders entspannt duscht man mit einem Duschsessel, der mit Armstützen und Rückenlehne

eine stabile und gleichzeitig flexible Lösung bietet und sich auch gut für's Waschbecken eignet;

- Hilfestellung kann in aufrechter Haltung erfolgen;
- die ebenen Flächen sind leicht zu reinigen.

Wer ausreichend Platz hat, kann natürliches beides vorsehen. Wer sich jetzt lieber für eine Badewanne entscheidet, aber für die Zukunft eine bodengleiche Dusche anstelle der Badewanne einplanen möchte, braucht nur auf eines zu achten: die Installationen so einzuplanen, damit sie später nicht völlig neu verlegt werden müssen. Das ist technisch leicht machbar und kostet nur einen Bruchteil eines nachträglichen Umbaus.

Ausstattung

Heizkörperventile nicht am Boden, sondern in einer gut erreichbaren Höhe von 80 bis 100 cm vorsehen. Unterfahrbare Möbel helfen, sich im Rollstuhl oder mit Gehhilfen leichter bewegen zu können.

Vielseitiger Duschhocker: Abgesehen davon, dass man im Bad immer wieder eine Sitzgelegenheit brauchen kann, bietet er eine flexible, bequeme und sichere Lösung in vielen Situationen.



Mehr über Möbel
siehe Kapitel WOHNEN, Seite 37

BADEN

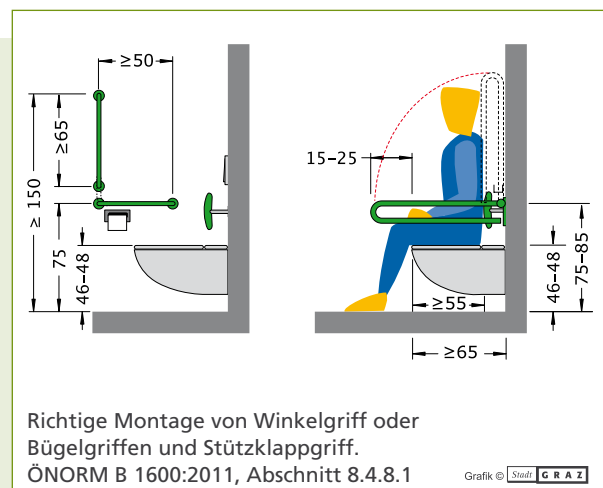
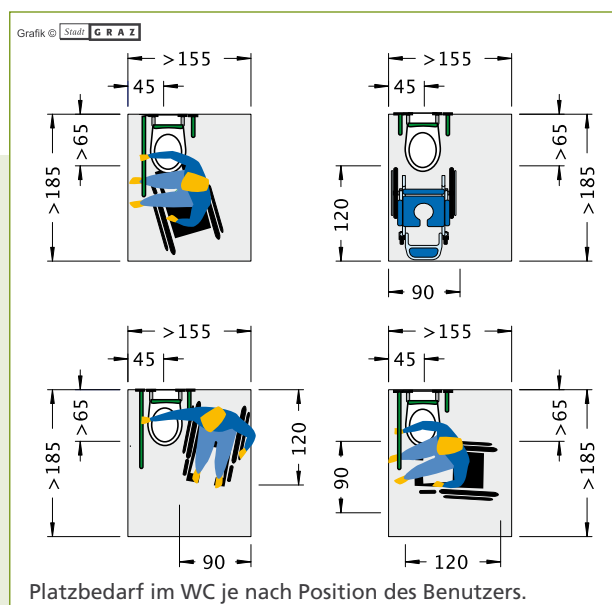
BEWEGUNGSFREIHEIT FÜR ALLE

WC

Es gibt klare Richtlinien für öffentliche WCs, zu Hause muss die Gestaltung an die Anforderungen der Familie angepasst und auf die Raumsituation abgestimmt sein. An den Grundmaßen für den öffentlichen Bereich kann man sich aber gut orientieren. (Siehe Zeichnung)

Darauf kommt es an:

- Feststellen, an welcher Wandseite der fixe Haltegriff gebraucht wird. Das ist abhängig von den Anforderungen des Benutzers.
 - Bewegungsfläche mindestens 150 cm.
 - WC-Sitzbretthöhe von 46–48 cm ist empfohlen, das ist etwas höher als normal, damit das Überwecheln vom Rollstuhl leichter fällt und das Aufstehen für ältere Menschen nicht so mühsam ist.
- Achtung: Bei der Montagehöhe immer die individuelle Situation beachten.
 - Auf einer Seite vom WC mindestens 90 cm freibleibende Fläche, dann kann man mit dem Rollstuhl zufahren und überwecheln oder hat ausreichend Platz für Hilfestellung.
 - Für Rollstuhlfahrer eine verlängerte Variante mit Rückenstütze vorsehen. Kein WC-Deckel – der tut nur am Rücken weh.
 - WC-Tür soll nach außen aufgehen, damit bei einem Sturz Hilfeleistung möglich ist.
 - Darauf achten, dass WC-Papier und andere Accessoires ebenfalls leicht erreichbar sind.
 - Das Handwaschbecken darf maximal 20 cm in die Bewegungsfläche hineinragen.





Der Spiegel soll bis zum Waschbecken reichen, dann kann sich jeder gut sehen.



Nutzungskomfort pur: berührungslose Armaturen, die für Kinder mit ihrer geringeren Reichweite genauso passend sind wie für Menschen mit eingeschränkter Greiffunktion.

Stütz- und Haltegriffe beim WC

Auch wenn man nicht im Rollstuhl sitzt, ist ein Haltegriff, gerade für ältere Leute, eine wichtige Aufstehhilfe. Zu Hause kann er ganz individuell montiert werden. Ein Winkelgriff an der Wand hilft Rollstuhlfahrern beim Rüberziehen auf den WC-Sitz, älteren Menschen beim Aufstehen. Für einen Stützklappgriff neben dem WC muss die Wandunterkonstruktion besonders stabil sein.

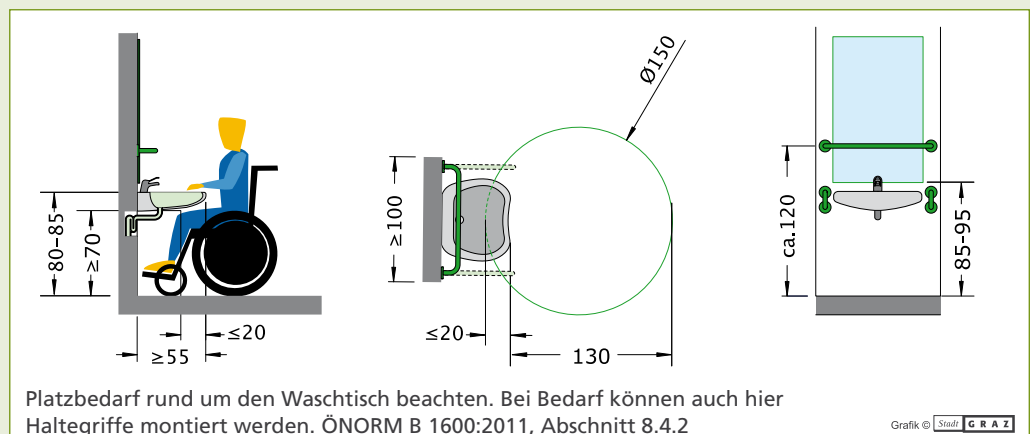
Wichtiges Detail: Es gibt Systeme, die aus einer universellen Grundplatte bestehen, darauf ist zum Beispiel der Krückenhalter befestigt. Und erst bei Bedarf wird der Stützklappgriff montiert. (Siehe Zeichnung)

Waschbecken

Für die Planung gibt es einen einfachen Trick: Setzen Sie sich auf einen Sessel und versuchen Sie, alles vom Sitz aus zu bedienen und aus dieser Höhe zu erreichen. Geht das, müssen sie auch später nichts umbauen. (Siehe Zeichnung)

Darauf kommt es an:

- Ausreichend Beinfreiheit unter dem Waschbecken, damit man davor bequem sitzen oder es mit einem Rollstuhl unterfahren kann. Dafür eignet sich jeder flache Waschtisch mit Unterputz- oder Flachaufputz-Siphon. Der Waschtisch muss in der gesamten Tiefe mindestens 70 cm unterfahrbar sein.
- Die Armaturen sollten leicht im Sitzen erreichbar, „greiffreundlich“ und auch mit schlechter Feinmotorik gut bedienbar sein.
- Berührungslose Armaturen sind eine komfortable und wassersparende Lösung.
- Stecker und Schalter sollten leicht erreichbar und bedienbar sein.
- Spiegel so anbringen, dass man sich auch im Sitzen sehen kann.
- Ablageflächen und Aufbewahrung in Griffweite, zum Beispiel mit einem Drehschrank.
- Haltegriffe können bei Bedarf natürlich auch als Stehhilfe neben dem Waschbecken oder an der Wand montiert werden oder auch als Handtuchhalter dienen – müssen aber entsprechend verankert sein.



BADEN

EIN REINES VERGNÜGEN

Duschen

Die schwellenlose Ausführung der Dusche hat sich bereits als komfortable, sichere und vor allem auch schöne Lösung bewährt.

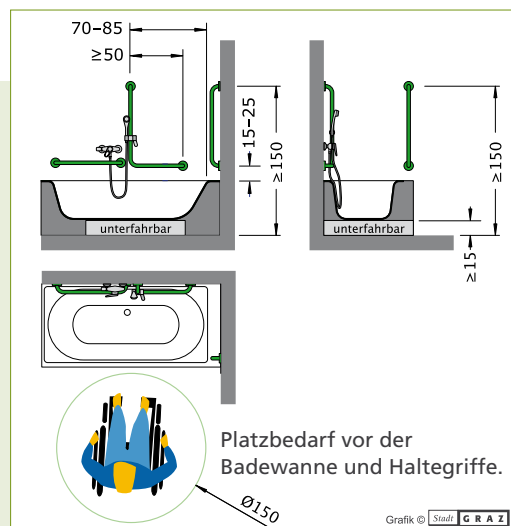
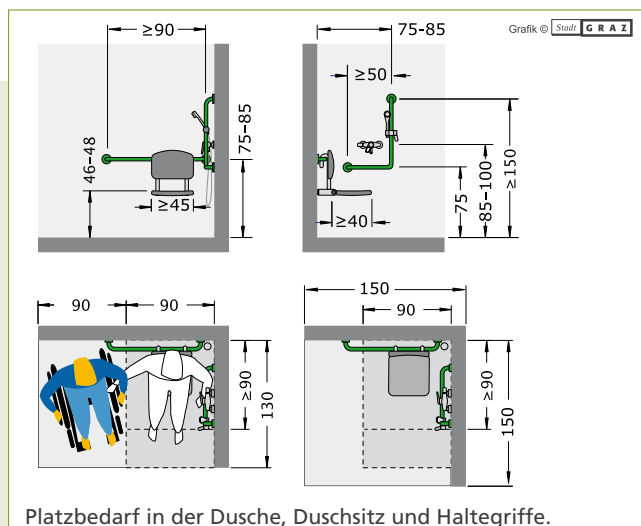
Bei barrierefreiem Duschen geht man davon aus, dass ein Duschsitz, ein Duschhocker oder ein Duschrollstuhl verwendet werden. Beim Duschsitz ist es wie beim WC notwendig, einen Transferbereich von 90 cm neben dem Sitz freizuhalten. Ein Duschrollstuhl braucht keinen Transferbereich, aber trotzdem Platz für eine zweite Person, die Hilfe leistet. (Siehe Zeichnung)

Darauf kommt es an:

- Rutschsicherer Bodenbelag.
- Der Duschbereich selbst muss ausreichend groß sein, wobei die Anforderungen abhängig davon sind, ob ein Duschrollstuhl oder ein Duschsitz verwendet werden. Es werden Duschplatzmaße von 150 x 150 cm bzw. 130 x 180 cm empfohlen.
- Fixe Duschwände begrenzen den Bewegungsraum, man sollte darauf achten, dass Türen weit genug aufklappen oder die Wand bei Bedarf ohne viel Aufwand ganz entfernt werden kann. Duschvorhänge sind flexibler, aber nicht jedermanns Sache.
- Die Glasflächen der Duschwand sollten in Haushalten mit kleinen Kindern nicht völlig transparent sein, die Kanten sollen geschützt sein. Glasflächen werden auch von Menschen mit Sehbehinderungen leicht übersehen.
- Ein Duschsitz soll bequem sein, die Sitzfläche wie beim WC in 46 bis 48 cm Höhe montieren.



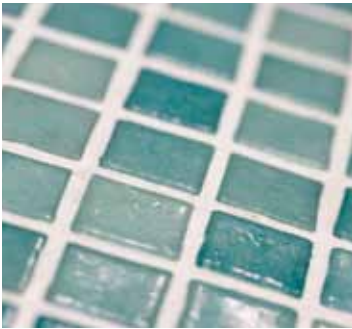
Auch Badewannen im alten Stil haben ihre Vorteile: Sie sind mit einem mobilen Lifter leicht unterfahrbar.



ÖNORM B 1600:2011, Abschnitt 8.4.8.2, 8.4.8.3



Kleinteilige Mosaikböden mit einem hohen Fugenanteil verringern die Rutschgefahr.



Wenn Sie immer schon einen Mosaikboden im Bad wollten, haben Sie nun das perfekte Argument dafür, denn die kleinen Fliesen gewähren eine hohe Rutschsicherheit.

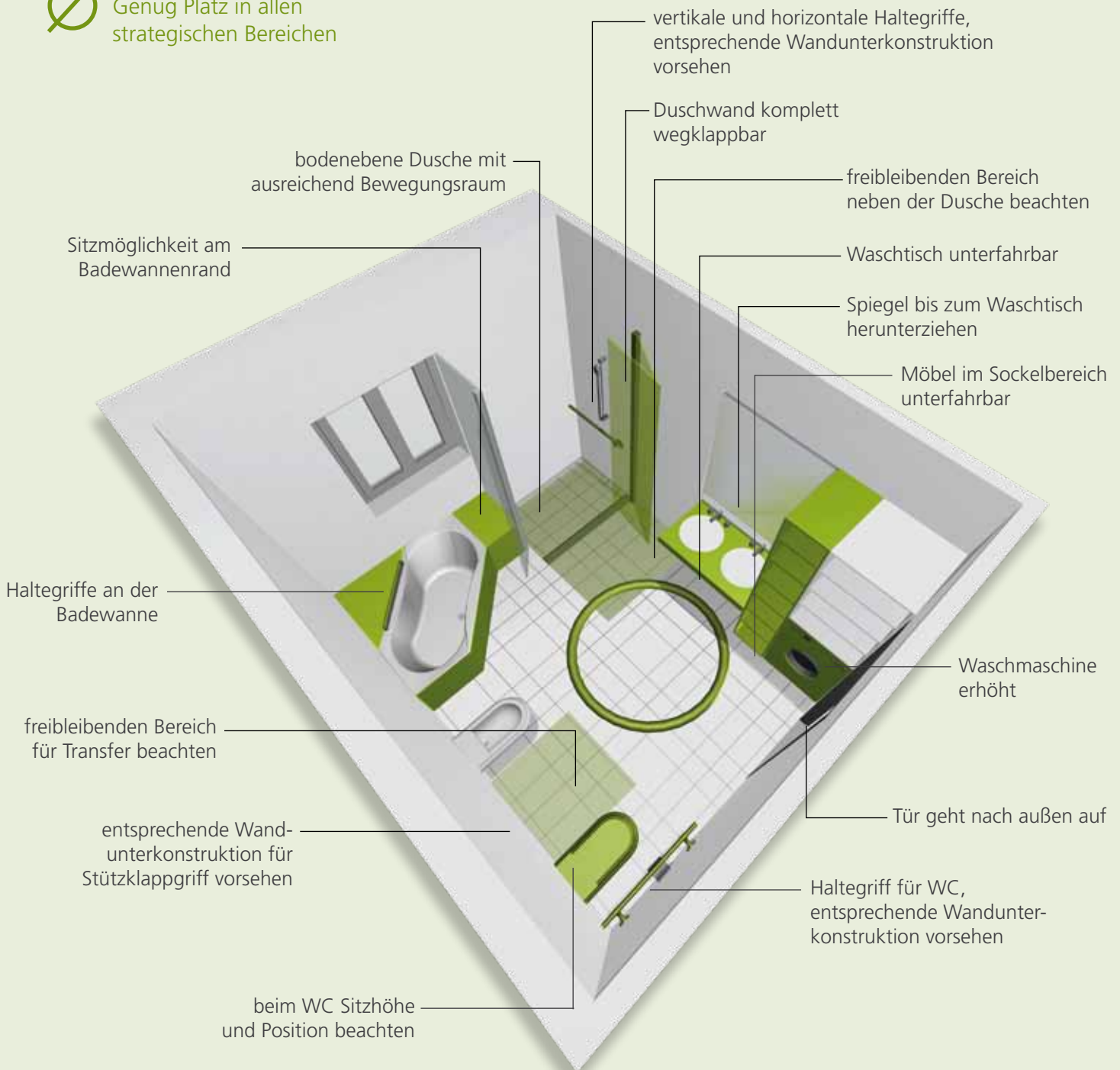
- Der Duschsitz kann fix montiert und klappbar oder auch zum Einhängen sein. Auch ein Duschsessel mit Arm- und Rückenlehne ist gut für stabiles Sitzen in der Dusche geeignet.
 - Leicht höhenverstellbare Handbrause, vom Duschsitz, Duschhocker oder Rollstuhl aus gut erreichbare Armatur und Ablagen in einer Höhe von ca. 100 cm vorsehen.
 - Vertikale und horizontale Haltegriffe berücksichtigen – und eine entsprechend tragfähige Wandunterkonstruktion. Die vertikale Stange der Schlauchbrause kann auch als Haltestange dienen, die horizontale Stange zum Aufhängen von Duscutensilien.
- Badewanne**
- Auch wenn Sie heute noch auf Ihre Badewanne schwören, aber vielleicht später eine Dusche wollen, sollten Sie die Installationen so planen, dass sie später nicht völlig neu verlegt werden müssen. Das ist technisch leicht machbar – man muss nur von Anfang an daran denken. (Siehe Zeichnung)
- Beim Baden ist wichtig:**
- Wenn Sie selbstständig in die Wanne steigen können, achten Sie darauf, dass Haltegriffe an den richtigen Stellen vorhanden sind, z. B. beim Einstieg in die Badewanne und oberhalb des Wannenrands zum leichteren Aufstehen.
 - Ein breiterer Wannenrand kann eine gute Hilfe zum Überwechseln in die Wanne sein. Der kann sich allerdings zum Nachteil für andere Familienmitglieder entpuppen – die notwendige Grätschstellung beim Schritt in die Wanne ist wesentlich breiter und kann zum Ausrutschen oder zu Gleichgewichtsproblemen führen.
 - Vertikale und horizontale Haltegriffe und entsprechend tragfähige Wandunterkonstruktion vorsehen. Wie in der Dusche kann die vertikale Stange der Schlauchbrause auch als Haltestange dienen, die horizontale Stange bietet eine weitere Haltemöglichkeit.
 - Leicht höhenverstellbare Handbrause, aus der Sitzposition gut erreichbare Armatur und Ablagen.
 - Falls ein mobiler Lifter benutzt wird, sind unterfahrbare Wannen besonders geeignet. Das sind zum Beispiel jene mit den alten Löwen-Füßen.
 - Warmwasser entweder mit zentraler Thermostatsteuerung oder Thermostatbatterie mit Temperaturbegrenzung.

BADEN

Die Checkliste ist eine Zusammenfassung aller bisher genannten wichtigen Bereiche. So können Sie sicher sein, schon bei der Planung an alles zu denken. Damit Sie sich rundherum wohlfühlen und ausreichend Bewegungsfreiheit haben.



150 cm Durchmesser:
Genug Platz in allen
strategischen Bereichen



CHECKLISTE BADEN

Die angegebenen Maße basieren größtenteils auf der ÖNORM B 1600:2011, der Grundlage für barrierefreies Bauen. Wer fürs ganze Leben bauen will, fährt gut damit, sie auch im Privatbereich bei der Planung zu berücksichtigen.

Allgemeine Planungsgrundsätze

- Türe öffnet nach außen und ist mindestens 80 cm breit, versperrbar und von außen entriegelbar, eventuell innen mit horizontalem 60 cm langen Zuziehgriff
- Genug Bewegungsraum einplanen: Für uneingeschränkte Nutzung ist eine Bewegungsfläche von 150 x 150 cm notwendig (Wendekreis Rollstuhl Durchmesser 150 cm)
- Individuelle Nutzung des WCs und der Dusche klären (rechts oder links anfahrbar)
- Produkte wie WC-Schale, Haltegriffe und Stützklappgriff nur an tragfähigen Wänden (bzw. mit geeigneter Unterkonstruktion)
- Rutschsicherer Bodenbelag mit Bodensiphon oder Edelstahlablauftrinne in der Dusche. Bei der Planung nicht auf das notwendige Gefälle vergessen.
- Alle Bedienelemente wie Stecker, Seifenspender etc. auf 80 bis 100 cm (maximal 110 cm) Höhe
- Kontrastreiche Farbgestaltung (z. B. Boden/Wand oder Wand/Haltegriff oder Sanitärkeramik/Boden) hilft bei der Orientierung im Raum

Wichtig: Immer individuelle Anforderungen der Benutzer berücksichtigen!

WC

- WC-Sitzhöhe 46 bis 48 cm, nach Bedarf höhenverstellbare Lösung und/oder mit Unterdusche
- Abstand zwischen Wand und WC-Schalen-Vorderkante mindestens 65 cm (verlängerte Variante) mit Rückenstütze bei Nutzung mit Rollstuhl, Achsabstand der WC-Schale von der seitlichen Wand 45 cm, bei Pflege durch Assistenzperson ist dieser Abstand zu verbreitern
- WC-Schalenmontage: Vormauerung mit Unterputz-Spülkasten (barrierefreies Wand-WC-Element hat bereits integrierte Befestigungsmöglichkeiten für Stütz- und Haltegriffe)
- Montage von Stütz- und Haltegriffen vorsehen bei Nutzung mit Rollstuhl oder anderer Mobilitätsbeeinträchtigung
- Wandseitiger Haltegriff (Winkelgriff), waagrecht 50 cm lang, senkrecht 90 cm hoch. Der waagrechte Griff wird 75 cm hoch montiert und muss mindestens 15 cm über die WC-Schalenlänge hinausragen
- Stützklappgriff muss mindestens 85 cm lang sein und mit 35 cm Abstand (von der Mitte des WCs gemessen) in maximal 85 cm Höhe montiert werden. **ACHTUNG:** Individuelle Maßanforderungen klären!

Fortsetzung nächste Seite

BADEN

CHECKLISTE BADEN

Die angegebenen Maße basieren größtenteils auf der ÖNORM B 1600:2011, der Grundlage für barrierefreies Bauen. Wer fürs ganze Leben bauen will, fährt gut damit, sie auch im Privatbereich bei der Planung zu berücksichtigen.

- Gut erreichbare WC-Spülung (vorzugsweise seitlich in 85 cm Höhe mit Funk-WC-Steuerung vom Stützklappgriff)
- Waschbecken ev. auch vom WC-Sitz erreichbar (individuell klären): 55 cm Achsabstand zur Vorderkante der WC-Schale
- Wenn WC-Raum vom Badezimmer getrennt ist, genügt ein kleineres Handwaschbecken: 35 bis 40 cm tief und maximal 50 cm breit.
Das Handwaschbecken darf maximal 20 cm in die Bewegungsfläche ragen.
- Zubehör wie Stockhalterung, WC-Rollenhalter, ev. auch Ersatz-WC-Rollenhalter, WC-Bürste, Abfalleimer mit Deckel muss auch vom Rollstuhl aus bedienbar sein (z. B. mit Knien zu öffnen)
- Eventuell Wickeltischauflage 70 x 70 cm (in klappbarer Ausführung) vorsehen

Waschplatz & Möblierung

- Flacher Waschtisch auf mindestens 100 cm Breite frei unterfahrbar mindestens 70 cm in der gesamten Tiefe des Waschtischs, mit Unterputz- oder Flachaufputz-Siphon
- Doppelwaschtisch bei Familiennutzung vorsehen
- Waschtischhöhe: 80 bis 85 cm oder höhenverstellbar
- Erreichbare verlängerte Waschtisch-Thermostat-Armatur, ergonomisch gut gestaltet und leicht mit einer Hand bedienbar, erreichbar von der Waschtischvorderkante in einem Abstand von 20 bis 35 cm, ev. berührungslose Armatur
- Badezimmermöbel mit Bodenfreiheit von 35 cm Höhe und 20 cm Tiefe
- Handtuchhalter ev. integriert in Badezimmermöbel
- Wandkästen in richtiger Höhe und z. B. Drehlösungen oder verschiebbare Elemente
- Ausreichende Ablageflächen neben dem Waschtisch
- Leicht greifbare Schubladengriffe
- Spiegel bis zum Waschtisch herunterziehen (Unterkante maximal 95, Oberkante mindestens 180 cm)
- Zubehör wie Zahnputzbecher, Seifenschale etc. im Bereich von 80 bis 100 cm, maximal 100 cm montieren
- Halterung für Gehstock oder Krücken, Haltegriffe nach Bedarf

Duschen

- Duschplatz: bodenebene, schwellenlose Ausführung, mindestens 90 cm x 90 cm, besser 100 x 100 cm Duschfläche einplanen; RollstuhlfahrerInnen brauchen mindestens 150 x 150 cm oder 130 x 180 cm; den Bewegungsraum neben der Dusche für Transfer oder Assistenzperson nicht vergessen.
- Gut erreichbare Armatur (in maximal 100 cm Höhe) mit Handbrause für flexible Nutzung
- Senkrechte Haltestange mit leicht verstellbarer Schlauchbrause (bis mindestens 150 cm Höhe, besser 180 cm)
- Horizontaler Haltegriff in 80 bis 85 cm Höhe auf zumindest einer Seite der Dusche
- Duschsitz vorsehen (einhängbar und klappbar), Duschsessel oder Duschhocker, Sitzfläche: mindestens 45 x 45 cm, besser 50 x 50 cm
- Bei Nutzung durch Rollstuhlfahrer Transferart (Seite rechts/links) vorab klären: entweder Transfer vom Rollstuhl auf Duschsitz oder mit Duschrollstuhl
- Seifenablage, Duschzubehör etc. vorsehen in erreichbarer Höhe: ca. 85 bis 100 cm
- Spritzschutz: entweder Vorhang oder wegklappbare Duschwand; halbhoher Vorhang bei Pflegemaßnahmen durch Assistenzperson
- Thermostatbatterie mit Temperaturbegrenzung

Baden

- Badewanne: 50 cm hoch
- Sicherer Einstieg mit vertikalem Haltegriff mindestens 150 cm hoch
- Wandseitige horizontale Haltegriffe in maximal 30 cm Höhe parallel zum Wannensrand
- Senkrechte Haltestange mit leicht verstellbarer Schlauchbrause (mindestens 150 cm Höhe, besser 180 cm)
- Leicht steuerbare Armaturen für Erreichbarkeit richtig platzieren
- Ev. Sitzrand mit abgerundeten Kanten nicht breiter als 15 cm parallel zur Wanne (kann Einstiegsgefahren bringen), ev. am Ende der Wanne breitere Sitzfläche
- Bewegungsraum von 150 cm Durchmesser vor der Badewanne
- Bei Verwendung eines fahrbaren Badelifters eine entsprechende Unterfahrbarkeit der Wanne in der Mitte in einer Höhe von 15 cm sicherstellen
- Thermostatbatterie mit Temperaturbegrenzung

Armaturen & Accessoires

- Armaturen sollten gut greifbar und bedienbar sein – idealerweise sensorgesteuert
- Handbrause muss leicht in der Höhe verschiebbar sein (Schlauchbrause)





PLANEN

Es liegt in der Natur der Sache, dass sich Wohnbedürfnisse im Laufe des Lebens ändern. Doch daran denkt man bei der ersten Wohnung noch nicht. Da prägen stilistische Vorstellungen und meist eine schmale Geldbörse den Lebensstil. Später lernt man den Komfort zu schätzen. Und schließlich sind Zugänglichkeit und gute Benutzbarkeit ausschlaggebend, um im Alter oder bei einer Mobilitätseinschränkung ein selbständiges Leben in den eigenen vier Wänden führen zu können.

PLANEN





Gerade das Eigenheim soll die individuellen Wohnwünsche ermöglichen.

Wahrscheinlich können Sie nicht in die Zukunft schauen, aber Sie können vorausdenken.

Und in dem Bewusstsein bauen, dass sich Ihre Wohnumgebung an Sie anpasst – in allen Lebensphasen. Wer rechtzeitig plant, kann nachher mit gutem Gewissen die Kosten vernachlässigen. Das Zauberwort heißt „Anpassbares Wohnen“. Dazu kommt, dass einige österreichische Bundesländer barrierefreies Bauen als förderungswürdiges, nachhaltiges Thema entdeckt haben. Denken Sie voraus und lassen Sie sich dabei fördern – dann ist Ihnen ein Leben in voller Bewegungsfreiheit sicher.

PLANEN

VORHER – NACHHER

Wer weiß schon, welche Überraschungen das Leben für einen bereithält. Da hilft es, so weit es geht, sich darauf vorzubereiten und sich dann darüber zu freuen, wenn das Worst-Case-Szenario nur ein Szenario bleibt.

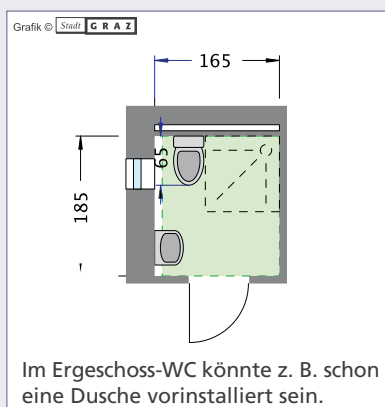
Anpassbares Wohnen

„Anpassbarer Wohnbau“ ist die Lösung, um Adaptierungen – zum Beispiel bei Eintritt einer Behinderung oder veränderten Lebensumständen – mit möglichst kurzer Bauzeit und geringen Kosten durchzuführen. Und zwar ohne Änderung von Installationen – das ist der springende Punkt, der die Kosten in Grenzen hält. Daher heißt es, drei wichtige Punkte zu bedenken:

1. Ein grundsätzlich schwellenfreier Zugang.
2. Ausreichend Bewegungsraum in wichtigen Wohnbereichen sowie die Durchgangsbreiten der Türen: 80 oder 90 statt 70 cm!
3. Die Gestaltung der Sanitärräume.

Und: Wer ein flexibles Raumkonzept plant, kann Adaptierungen leichter durchführen. Zumindest im Erdgeschoss sollte bei Bedarf barrierefreies Wohnen möglich sein. Das setzt voraus, dass z. B. das WC im Erdgeschoss schon mit den notwendigen Vorinstallationen für eine Dusche geplant wird. Die Dusche im Erdgeschoß ist grundsätzlich praktisch wenn zum Beispiel die Kinder vom Sandkasten in's Haus wollen oder nach der Gartenarbeit.

Gut vorausgeplant, passt sich der persönliche Wohnraum noch Jahre später den eigenen Bedürfnissen an, und man kann sicher sein, unter allen Umständen in seiner gewohnten Umgebung bleiben zu können. Wer will diesen Komfort schon missen?



ÖNORM B 1600:2011, Abschnitt 6.1

Räume vergrößern

Eine weitere Möglichkeit wäre, einen Abstellraum neben dem WC zu platzieren, um bei Bedarf den Raum zu vergrößern. Durch die Vorinstallation von allen Duschanschlüssen kann aus einem WC und einem Abstellraum ein barrierefreies WC mit Dusche werden.

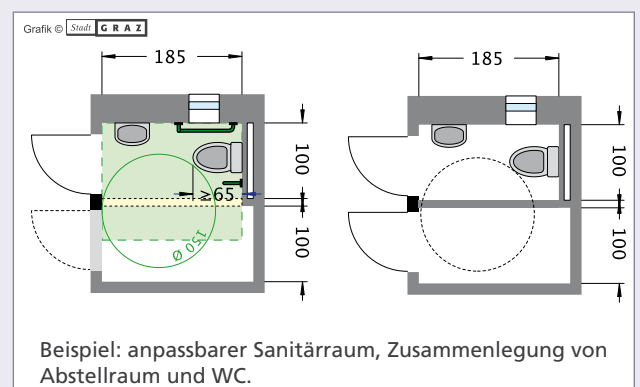
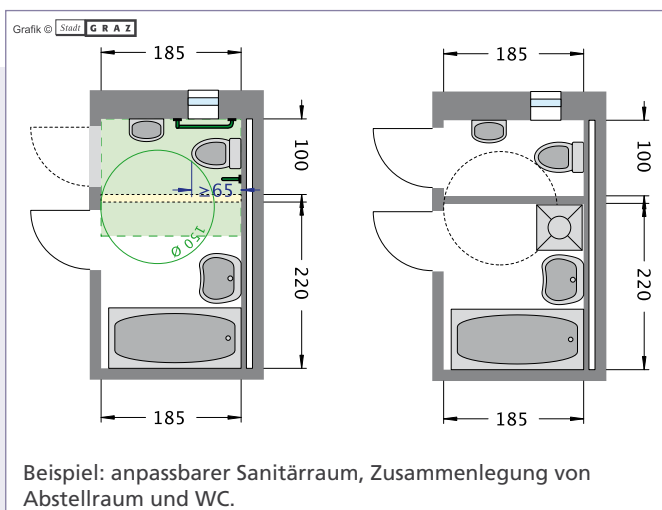
Auch im Bad ist oft nicht genug Platz vorhanden, um den notwendigen Bewegungsraum herzustellen, falls ein Familienmitglied auf einen Rollstuhl angewiesen ist. Eine sinnvolle Lösung wäre da, die Trennwand zwischen Bad und WC als nicht tragende Wand zu konzipieren, in der noch keine Installationen untergebracht sind. Durch das Entfernen der Wand entsteht aus zwei kleinen ein großer Raum, der dann den neuen Anforderungen entspricht. (Siehe Zeichnungen)

Stabile Wände

Auch die Überlegung, an welcher Wand bei Bedarf ein Haltegriff oder ein ausklappbarer Duschsitz angebracht werden könnte, ist im Vorfeld wichtig, damit die Wandunterkonstruktion so ausgeführt wird, dass sie der Belastung standhält.

Leerverrohrung vorsehen

Auch bei der Planung der Elektroinstallation kann man vorsorgen. Eine Leerverrohrung schlägt sich in den Baukosten kaum nieder, ist aber eine clevere Art, um für die zukünftige Anbringung von elektrisch bedienbaren Jalousien, Fenster- oder Türöffnern vorzusorgen. Wer sich für diese vorausschauende Art der Wohnraumgestaltung entscheidet, spart nicht nur Kosten für den nachträglichen, aufwändigen Umbau des Gebäudes, sondern erhöht gleichzeitig auch den Wert der Immobilie.



PLANEN

WAS KOSTET BARRIEREFREIES BAUEN?

Bei rechtzeitiger Vorausplanung ist barrierefreies Bauen kein Problem. Dabei helfen die vier wesentlichen Punkte, die barrierefreies Wohnen erst ermöglichen:

- 1 Haus und Wohnung sollen eben sein – jede noch so kleine Schwelle kann zum Hindernis werden.
- 2 Auf die richtige Höhe achten, damit man in jedem Alter, aber auch aus jeder Lage (Bett, Rollstuhl) Lichtschalter, Griffe etc. erreichen kann.
- 3 Türen und Durchgänge in der richtigen Breite einplanen – damit man bequem durch jede Türe kommt, im Rollstuhl, mit Sack und Pack oder zu zweit, wenn man die Hilfe eines anderen Menschen braucht.
- 4 Der 150-cm-Kreis. Er garantiert ausreichend Bewegungsfreiheit in jeder Wohnsituation.

Das kostet gar nichts – außer ein wenig nachdenken:

- Funktionales Raumkonzept – flexibel für die einfache Zusammenlegung oder Umgestaltung von Räumen
- Mehr Platz vor Türen, in Vorräumen, am Balkon, im Eingangsbereich: 150 cm Durchmesser der Bewegungsfläche
- Breitere Türen – Durchgangsbreite 80 bis 90 statt 70 cm
- Türdrücker gut greifbar – keine Drehknöpfe, die viel Kraft erfordern
- Bedienelemente wie Lichtschalter in gut erreichbarer Höhe von 80 bis 110 cm und 50 cm von der Ecke aus
- Bedienelemente gut tastbar – keine Sensortasten
- Sicherungskasten, Klingelpaneel, Postkästen für alle gut erreichbar anbringen
- Zentrales Absperrventil in erreichbarer Höhe
- WC-Montagehöhe 46 bis 48 cm bzw. individuell angepasst, bei Verwendung eines Dusch-/WC-Rollstuhls die größere WC-Tiefe von 70 cm beachten
- Entscheidung für ein flaches Waschbecken – dann kann man sich auch im Sitzen waschen. Ist es bis zu einer Höhe von 70 cm unterfahrbar, eignet es sich auch für Menschen im Rollstuhl. Dafür ist ein Unterputzsiphon oder ein Flach-Aufputz-Siphon nötig.
- Rutschhemmende Bodenbeläge, keine losen Teppiche, eventuell kleinteilige Fliesen beim Duschplatz – der erhöhte Fugenteil wirkt rutschhemmend
- Kontrastreiche Farbgestaltung
- Gute Ausleuchtung

Das verursacht geringe Mehrkosten:

- Vorbereitung für zusätzliche Sanitärinstallationen – wie zum Beispiel Duschinstallationen im Abstellraum, der mit dem WC zusammengelegt werden kann, oder Duschinstallationen in einem größeren WC im Erdgeschoss, in das nachträglich eine Dusche eingebaut werden kann
- Vorbereitung für zusätzliche Elektroinstallation – z. B. für den nachträglichen Einbau von Dusche, WC oder nachrüstbaren Wascheinrichtungen, Sicherheitstechnik, Kommunikation, Sensorik
- Passender Handlauf überall dort, wo Treppen sind – und zwar beidseitig; denn je nach Gehbehinderung braucht man den Handlauf beim Hinaufgehen links und beim Heruntergehen rechts und umgekehrt
- Fenster tw. bis auf Bodenniveau gezogen, damit man im Sitzen oder Liegen auch hinaussehen kann (französische Fenster)
- Tür- und Fenstergriffe erreichbar und leicht bedienbar – 50 cm aus der Ecke situiert
- Balkon- und Terrassenübergänge ohne Schwelle
- Stabile Wandunterkonstruktion für Stütz- und Haltegriffe
- Breitere Gänge und Treppen von 120 cm

So entstehen höhere Mehrkosten:

- Planung von größeren Sanitarräumen
- Größerer Balkon oder Terrasse
- Raum für Liftschacht bereits im Neubau planen und ausführen, er kann in der Zwischenzeit als Abstellraum verwendet werden. Der spätere Lifteinbau ist dann kostengünstiger, denn massive Eingriffe in die statische Konstruktion sind nicht mehr notwendig. Plant man ihn nicht von Anfang an ein, ist ein Lift nachträglich oft nicht mehr möglich. Beim Aufzug muss man neben den Herstellungskosten mit erhöhten Betriebskosten rechnen

Hier wird es richtig teuer, wenn nicht barrierefrei geplant wurde:

- Kein schwellenloser Zugang
- Zu wenig Platz im Bad und WC
- Fehlende oder nicht tragfähige Unterkonstruktion beim WC und Bad bzw. Dusche, wo später Haltegriffe angebracht werden sollen
- Zu schmale Gänge und Vorräume
- Zu schmale und schwere Türen, die den nachträglichen Einbau einer automatisierten Öffnungshilfe erfordern
- Zu schmale/steile Stiegen – dann kann auch kein Treppenlift eingebaut werden
- Keine Leerverrohrung für Hausautomation – aufwändige Stemm- und Verputzarbeiten sind die Folge

PLANEN

NORMEN & GESETZE

Diskriminierung

Der „Antidiskriminierungsartikel“ der Österreichischen Bundesverfassung (B-VG 1997, Art. 7, Abs. 1) sagt es klar und deutlich:

„Niemand darf wegen seiner Behinderung benachteiligt werden. Die Republik (Bund, Länder und Gemeinden) bekennt sich dazu, die Gleichbehandlung von behinderten und nicht behinderten Menschen in allen Bereichen des täglichen Lebens zu gewährleisten.“

Bundes-Behindertengleichstellungsgesetz – BGStG 2006

In Konkretisierung der Verfassungsbestimmung des Art. 7 (Abs. 1, B-VG) soll das Bundes-Behindertengleichstellungsgesetz die Diskriminierungen behinderter Menschen im Bereich der Bundeskompetenz vermeiden bzw. beseitigen helfen. Ziel des Gesetzes ist die gleichberechtigte Teilhabe von Menschen mit Behinderungen in der Gesellschaft.

Bundesgesetz über die Vergabe von Aufträgen

Das Bundesvergabegesetz (BvergG 2006) als nationale Umsetzung der European Public Procurement Directive. Darin wird in zahlreichen Stellen das „Design for all“-Prinzip erwähnt, übersetzt als „Konzept für alle Benutzer“. Es fordert die Berücksichtigung der Bedürfnisse von behinderten und älteren Personen sowie Kindern bei allen Vergaben von Aufträgen für Planung, Produkte und Dienstleistungen ein, auch im niederschweligen Bereich.

ÖNORM B 1600:2011

Zu den wichtigsten Grundlagen, um Menschen mit Behinderungen den Zugang und Aufenthalt zu bzw. in Gebäuden zu erleichtern, gehört seit 1977 die ÖNORM B 1600. Zufall oder nicht: Im „Europäischen Jahr der Menschen mit Behinderungen“ wurde diese Norm überarbeitet und im September 2003 bzw. Mai 2005 und nunmehr nach neuerlicher Aktualisierung und Überarbeitung mit 1. April 2011 in aktueller Fassung herausgegeben. Sie bietet in der nun gültigen Version die Basis für die Umsetzung des Prinzips „Design for All“, damit die gebaute Umgebung für alle Menschen besser zugänglich ist.

Bauen ist in Österreich Ländersache

Es gelten immer die Bauordnungen der Länder. Das ist wichtig zu wissen, denn die barrierefreien Anforderungen sind in den Länderbauordnungen unterschiedlich.

Seit 2007 gibt es die neuen harmonisierten Bauvorschriften. Die Anforderungen der Richtlinie 4 („Nutzungssicherheit und Barrierefreiheit“) wurden bis September 2008 von sechs österreichischen Bundesländern übernommen.

Harmonisierte Bauvorschriften, Richtlinie 4 („Nutzungssicherheit und Barrierefreiheit“), Punkt 8: „Barrierefreie Gestaltung von Bauwerken“.

8.1.1 Für Wohngebäude gelten derzeit folgende Punkte der ÖNORM B 1600:2005 (An einer Novellierung der OIB-Richtlinien wird derzeit gearbeitet. Aufgrund der noch nicht abgeschlossenen Überarbeitung beziehen sich die nachfolgend angeführten Verweise auf die ÖNORM B 1600, Ausgabe 2005.)

- 3.1.5 (Rampen)
- 3.1.6.2 bis 3.1.6.7 (Stellplätze für Personenkraftwagen von behinderten Menschen)
- 3.2.2.1 bis 3.2.2.9 (Eingänge und Türen)
- 3.2.3 (Horizontale Verbindungswege)
- 3.2.4 (Vertikale Verbindungswege) ausgenommen der Verweis auf die ÖNORM EN 81-70 in Punkt 3.2.4.3
- 3.2.5.2 bis 3.2.5.3.1 (Sanitärräume)
- 3.2.5.4 (Sanitärräume)
- 3.2.6 (Allgemein zugängliche Nutzräume)
- 3.2.9 (Freibereiche)
- 4.3 (Barrierefreie Sanitärräume)
- 5 (Kennzeichnung)

8.1.2 Für den anpassbaren Wohnbau gilt abweichend zu 8.1.1 für Sanitärräume Punkt 6 (Anpassbarer Wohnbau) der ÖNORM B 1600:2005.

Die neu überarbeitete OIB Richtlinie 4 wird voraussichtlich im Herbst 2011 veröffentlicht.

PLANEN

FÖRDERUNGEN & INFORMATIONSTELLEN

Wohnbauförderungen

In den einzelnen Bundesländern gibt es Förderungen für barrierefreie Maßnahmen sowohl für Wohnraumsanierung als auch für den Neubau.

Bundessozialamt

Das Bundessozialamt gewährt Individualförderungen für Wohnraumadaptierung bei angeborener Behinderung, Krankheit oder Freizeitunfall.

Für Unternehmen steht eine Individualförderung für so genannte „investive Maßnahmen“ zur Herstellung von Barrierefreiheit zur Verfügung.

Neubauten, Gebietskörperschaften und Körperschaften öffentlichen Rechts werden vom Bundessozialamt nicht gefördert.

Bundesamt für Soziales und Behindertenwesen – Bundessozialamt

Babenberger Straße 5, 1010 Wien

Tel. 05 99 88, österreichweit zum Ortstarif

Internet: www.bundessozialamt.gv.at

AUVA

Die AUVA übernimmt Leistungen im Rahmen der beruflichen und sozialen Rehabilitation für Opfer von Arbeitsunfällen. Das sind Leistungen, die über die medizinischen und beruflichen Maßnahmen hinaus geeignet sind, zum Erreichen und Erhalten des Rehabilitationsziels beizutragen.

Es werden Zuschüsse und/oder Darlehen zur Adaptierung einer Wohnung gewährt, wodurch dem/der Behinderten die Benutzung erleichtert oder ermöglicht wird.

Allgemeine Unfallversicherungsanstalt

Hauptstelle

Adalbert-Stifter-Straße 65, 1200 Wien


Internet: www.auva.at

Auskünfte zum Thema Bauen, Sanieren und Modernisieren erhalten Sie in Ihrem Bundesland:

Burgenland

- Burgenländische Landesregierung
Landesamtsdirektion, Stabstelle Raumordnung und Wohnbauförderung
Europaplatz 1, 7000 Eisenstadt
Internet: www.e-government.bgld.gv.at/wbf
- Bundessozialamt – Landesstelle Burgenland
Hauptstraße 33a, 7000 Eisenstadt
E-Mail: bundessozialamt.bgl1@basb.gv.at


Kärnten

- Amt der Kärntner Landesregierung
Abteilung 4, Unterabteilung Wohnungs- und Siedlungswesen
Mießtaler Straße 6, 9021 Klagenfurt
Internet: www.wohnbau.ktn.gv.at
- Bauberatung Klagenfurt, Magistrat der Stadt Klagenfurt
Baulitschgasse 13, 9010 Klagenfurt
Tel: 0463 537-3305
-  Planungshilfe: „Barrierefreies Bauen“
- Bundessozialamt – Landesstelle Kärnten
Kumpfgasse 23–25, 9010 Klagenfurt
E-Mail: bundessozialamt.ktn@basb.gv.at


Niederösterreich

- Amt der NÖ Landesregierung, Abteilung Wohnbauförderung
Landhausplatz 1/Haus 7A, 3109 St. Pölten
Wohnbau-Hotline: 02742/22133
Internet: www.noe.gv.at
- Bundessozialamt – Landesstelle Niederösterreich
Grenzgasse 11/3, 3100 St. Pölten
E-Mail: bundessozialamt.noe1@basb.gv.at


Oberösterreich

- Amt der OÖ. Landesregierung, Abteilung Wohnbauförderung
Bahnhofplatz 1, 4021 Linz
Internet: www.wohnbaufoerdung-neu.at
-  Planungshilfe: Technische Grundlagen, Rechtsgrundlagen und Anwendungsbeispiele für barrierefreies Bauen.
- Bundessozialamt – Landesstelle Oberösterreich
Gruberstraße 63, 4021 Linz
E-Mail: bundessozialamt.ooe@basb.gv.at

Salzburg

- Amt der Salzburger Landesregierung
Abteilung 10: Wohnungswesen
Fanny-v.-Lehnert-Straße 1, 5020 Salzburg
Internet: www.salzburg.gv.at
-  Planungshilfe: „barrierefrei bauen“
- Beratung für Barrierefreies Planen und Bauen
Mirabellplatz 4, 5020 Salzburg
- Bundessozialamt – Landesstelle Salzburg
Auerspergstraße 67a, 5020 Salzburg
E-Mail: bundessozialamt.sbg1@basb.gv.at

Steiermark

- Landesregierung Steiermark
A15-Wohnbauförderung
Dietrichsteinplatz 15, 8011 Graz
Internet: www.verwaltung.steiermark.at
- Stadtbaudirektion Graz, Referat Barrierefreies Bauen
Europaplatz 20, 8010 Graz
-  Planungshilfe: „Barrierefreies Planen und Bauen für alle Menschen – Planungsgrundlagen“
- Bundessozialamt – Landesstelle Steiermark
Babenbergerstraße 35, 8021 Graz
E-Mail: bundessozialamt.stmk1@basb.gv.at

Tirol

- Tiroler Landesregierung
Abteilung Wohnbauförderung
Landhaus 1, Eduard-Wallnöfer-Platz 3, 6020 Innsbruck
Internet: www.tirol.gv.at
- Bundessozialamt – Landesstelle Tirol
Herzog-Friedrich-Straße 3, 6020 Innsbruck
E-Mail: bundessozialamt.tirol1@basb.gv.at

Vorarlberg

- Amt der Vorarlberger Landesregierung
Abteilung Wohnbauförderung
Landhaus, 6901 Bregenz
Internet: www.vorarlberg.at
- Institut für Sozialdienste, Menschengerechtes Bauen
Vorarlberger Wirtschaftspark, 6840 Götzis
Internet: www.ifs.at
-  Planungshilfe: „barrierefrei wohnen“
- Bundessozialamt – Landesstelle Vorarlberg
Rheinstraße 32/3, 6900 Bregenz
E-Mail: bundessozialamt.vlbg@basb.gv.at

Wien

- Wohnbauförderung und Schlichtungsstelle für wohnrechtliche Angelegenheiten (MA 50)
Muthgasse 62, 1190 Wien
Internet: www.wien.gv.at/ma50
- Kompetenzstelle für barrierefreies Planen, Bauen und Wohnen (MA 25)
Muthgasse 62, 1190 Wien
- Bundessozialamt – Zentrale und Landesstelle Wien
Babenbergerstraße 5, 1010 Wien
E-Mail: bundessozialamt@basb.gv.at

Weitere Informationen:

Neben Ländern und Gemeinden bieten auch die verschiedenen Behindertenverbände sowie andere Netzwerke in ganz Österreich Beratung für barrierefreies Bauen und Wohnen.

Zentraler Ansprechpartner ist die Österreichische Arbeitsgemeinschaft für Rehabilitation (ÖAR). Die ÖAR vertritt als Dachorganisation 76 Behindertenverbände in Österreich mit insgesamt über 400.000 Mitgliedern.

ÖAR

Stubenring 2, 1010 Wien

Tel. 01 513 15 33

E-Mail: dachverband@oear.or.at

Internet: www.oear.or.at

PLANEN

20 PUNKTE: WOHNEN FÜRS GANZE LEBEN

1. Parkplatz mit Bewegungsraum

Wo eine Parkmöglichkeit beim Haus vorhanden ist, sollte sie bei Bedarf auf 3,5 m Breite vergrößert werden können. Das erleichtert das Ein- und Ausladen von sperrigen Lasten, u. a. auch von Kinderwagen und Rollstuhl.

2. Müheloser Zugang

Der Weg sollte eben oder nur leicht abfallend sein (ohne Quergefälle). Rampen mit ausreichender Breite dürfen ein maximales Gefälle von 6 % aufweisen. Ab 4 % Rampengefälle sollten beidseitige Handläufe und eine Absturzsicherung vorhanden sein. Der feste Belag sollte rutschfest und gut berollbar sein mit geringer Fugenteilung, sodass Kinderwägen, Rollstühle oder Gehhilfen nicht einsinken oder in breiten Fugen hängen bleiben.

3. Einladender Hauseingang

Der Bereich vor dem Eingang sollte eben sein mit festem Belag, sodass Kinderwägen, Rollstühle oder Gehhilfen nicht einsinken oder wegrollen. Der Eingang selbst sollte überdacht, entsprechend breit, stufenlos und gut beleuchtet sein.

4. (Eingangs-)Türen breit genug und schwellenlos

Türbreite beim Eingang von mindestens 90, maximal 100 cm (sonst wird der Türflügel zu schwer) und entsprechende Bewegungsflächen vor und hinter der Tür sind grundlegend für die Zugänglichkeit von Wohnräumen. Innerhalb der Wohnräume sollte die mindestens 80 cm lichte Türbreite eingehalten werden. Eine schwellenlose Ausführung ist natürlich ideal, aber falls nicht anders möglich, sollte die Türschwelle unter 2 cm bleiben und gut überrollbar sein.

5. Leichte Bedienbarkeit von Türen

Bei Türen muss die leichte Bedienbarkeit für alle Bewohner (ältere Personen, Kinder etc.) geachtet werden. Ab einer Bedienkraft von 25 N für das Öffnen des Türflügels bzw. 30 N für den Türdrücker sollten Türen automatisiert werden.

6. Alles auf einer Ebene

In Einfamilienhäusern und Wohnungen, die mehr als ein Stockwerk umfassen, sollten im schwellenlos erreichbaren Eingangsgeschoss bei Bedarf alle notwendigen Lebensfunktionen wie Wohnen, Kochen, Baden, WC und Schlafen möglich sein. Dazu zählt auch die Einplanung einer zusätzlichen Duschköglichkeit, z. B. im Erdgeschoss gleich im WC eingebaut oder in Kombination mit einem Abstellraum, der, mit dem WC später zusammengelegt, ein vollwertiges Badezimmer schafft.

7. Genug Bewegungsfreiheit

In strategischen Bereichen (überall, wo man sich umdrehen muss) wie zum Beispiel in der Küche, im Bad, vor Bett und Schränken oder bei Türen muss genug Platz für den Wendekreis eines Rollstuhls oder Rollators vorhanden sein, und zwar 150 cm Durchmesser. In jedem Fall muss der individuelle Bewegungsraum bei der Detailplanung von Einrichtung und Ausstattung berücksichtigt werden!

8. Badezimmer und WC anpassbar geplant

Die Sanitärräume sollten für bestmögliche Zugänglichkeit zu Bad/Dusche, Waschtisch und Toilette mit entsprechenden Bewegungsräumen gestaltet sein. Die notwendigen Bewegungsflächen können sich dabei überschneiden.

Für eine spätere kostengünstige Anpassung der Sanitärräume an größere Bewegungsflächen ist rechtzeitige Planung wichtig: So kann z. B. die Trennwand zwischen Bad und WC oder zwischen Abstellraum und WC leicht entfernbar ausgeführt werden. Damit kann bei Bedarf ohne Eingriff in Standsicherheit, Wärmedämmung und Installation ein Badezimmer mit WC hergestellt werden, das die Benutzung auch mit Rollstuhl oder Rollator möglich macht.

9. Tragfähige Wände in Bad und WC

Wände in Bad und WC sollten für eine spätere Montage von Stütz- und Haltegriffen im WC- und Duschbereich tragfähig ausgeführt sein. Eine geeignete barrierefreie Vorwandinstallation des WCs erleichtert die spätere Montage der Stützgriffe.

10. Komfortable Sanitärausstattung

Flache unterfahrbare Waschbecken mit Unterputz- oder Flachaufputzsiphon ermöglichen das bequeme Sitzen vor dem Waschtisch auf einem Hocker oder im Rollstuhl. Im Duschbereich ist ein geeigneter Hocker, Duschsessel oder Duschklappsitz eine komfortable Einrichtung, um z. B. die Füße zu waschen und zu pflegen.

11. Flexibles Schlafzimmer

Ein ausreichend großes Schlafzimmer mit Bewegungsflächen vor Bett und Schränken sollte in unmittelbarer Nähe des Badezimmers sein.

Die Deckenkonstruktion von Schlafzimmer und angrenzendem Badezimmer sollte ausreichend tragfähig sein, um bei Bedarf einen Deckenlifter einbauen zu können.

PLANEN

20 PUNKTE: WOHNEN FÜRS GANZE LEBEN

12. Praktische Küche, Speis und Abstellraum

In der Küche ist der Bewegungsraum zwischen den Unterschränkelementen und den Geräten bei der Einrichtungsplanung besonders wichtig.

Das Backrohr mit herausziehbarem Backwagen und die Kühlgefrierkombination sollten auch im Sitzen gut erreichbar sein. Für Menschen, die im Rollstuhl sitzen, erleichtert ein unterfahrbarer Bereich die selbständige Lebensführung. Oberschränke können auch vertikal verschiebbar mit einer Hebekonstruktion zur leichteren Erreichbarkeit ausgeführt werden.

In Speis und Abstellraum erleichtern unterfahrbare Regale sowie ausreichender Bewegungsraum die Nutzung für alle.

13. Fenster mit Durchblick

Das Fensterparapet sollte nicht höher als 60 cm sein, damit man im Sitzen und Liegen besser hinaussehen kann. Eine zusätzliche Absturzsicherung in einer Höhe von ca. 95 cm muss vorhanden sein. Fenster sollten leicht zu bedienen sein, mit gut erreichbaren Fenstergriffen und Jalousien.

Französische Fenster bieten eine gute Aussicht ins Freie für alle Bewohner – auch für Kinder.

14. Erreichbare Bedienelemente

Alle Schalter, Steckdosen, Kontrolltaster, Sicherungskästen, Gas- und Wasser Absperrventile sollten in einer Höhe angebracht werden, die für alle Bewohner gut erreichbar ist. Auf ausreichenden seitlichem Abstand zwischen Bedienelement und anschließender Raumecke achten – das gilt auch für den Türdrücker.

15. Einrichtung und Möbel für alle

Höhenverstellbare Schrankelemente, Arbeits- und Ablageflächen bieten erhöhte Flexibilität für alle.

Unterfahrbare Möbel erlauben einen besseren Zugang mit dem Rollstuhl oder mit Gehhilfen, der Boden ist auch leichter zu reinigen.

Schiebetüren sind sicherer als Drehflügeltüren, da man beim Öffnen nicht zurücktreten muss, was für ältere und gehbeeinträchtigte Personen eine Sturzgefahr bedeuten kann. Die Garderobe sollte auch für Kinder und sitzende Personen im Rollstuhl erreichbare Aufhängemöglichkeiten bieten.

16. Sichere Bodenbeläge

Man sollte auf möglichst rutschsichere Bodenbeläge achten, besonders in Bad, Küche und Vorraum sowie auf dem Balkon oder der Terrasse. Im Duschbereich sind kleinteilige Fliesen- oder Natursteinbeläge geeignete rutschhemmende Oberflächen. Hochflorige Teppiche sind für Rollstuhl und Rollator ungeeignet und Teppichläufer oder Bettvorleger notorische Stolperfallen.

17. Trittfeste Treppen

Treppen sollten ein geschlossenes, ergonomisch sinnvolles Stufenprofil aufweisen, rutschfeste Kanten, einen beidseitigen gut umfassbaren Handlauf haben und breit genug sein, um bei Bedarf einen Treppen- oder Plattformlift zu installieren.

18. Zukunftssichere technische Ausstattung

Vorbereitung für zusätzliche Elektroinstallation mittels Leerverrohrung für z. B. nachträglichen Einbau von Sicherheitstechnik, Kommunikationstechnik, Sensorik oder Tür- und Fensterautomation.

Der Umbau von Badewanne auf schwellenlose Dusche sollte leicht möglich sein. Ebenso die spätere Adaptierung mit Halte- und Stützgriffen bei WC, Dusche und Badewanne auf den dafür vorgesehenen tragfähigen Wänden.

19. Vorbereitung für einen Aufzug

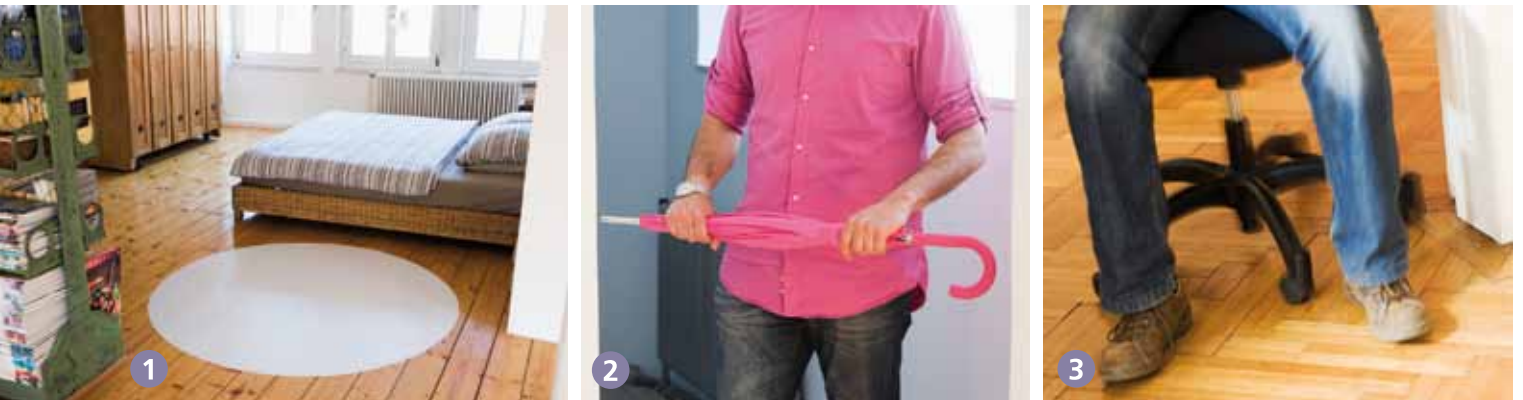
Im Einfamilienhaus sollte die Planung die Möglichkeit für den späteren Einbau eines ausreichend großen Aufzugs für Rollstuhl, Rollator etc. vorsehen (Kabinengröße 110 x 140 cm), der in der Zwischenzeit als Abstellraum, Speis oder Schrankraum genutzt werden kann.

20. Gute Sicht durch Licht, Farben und Kontraste

Farbliche Kontraste zwischen angrenzenden Flächen wie Boden, Wand oder Türen verbessern Raumwahrnehmung und Orientierung. Einfarbige Flächen erleichtern das Auffinden von Gegenständen. Ausreichende Beleuchtung in kritischen Bereichen wie Stiegen, Treppen und Eingängen sorgt für Komfort und Sicherheit. Ein Bewegungsmelder für die Nachtbeleuchtung auf dem Weg vom Bett zum WC kann Stürze vermeiden. Individuell einstellbare Beleuchtung ist in allen Arbeits- und Lebensbereichen wichtig.

PLANEN

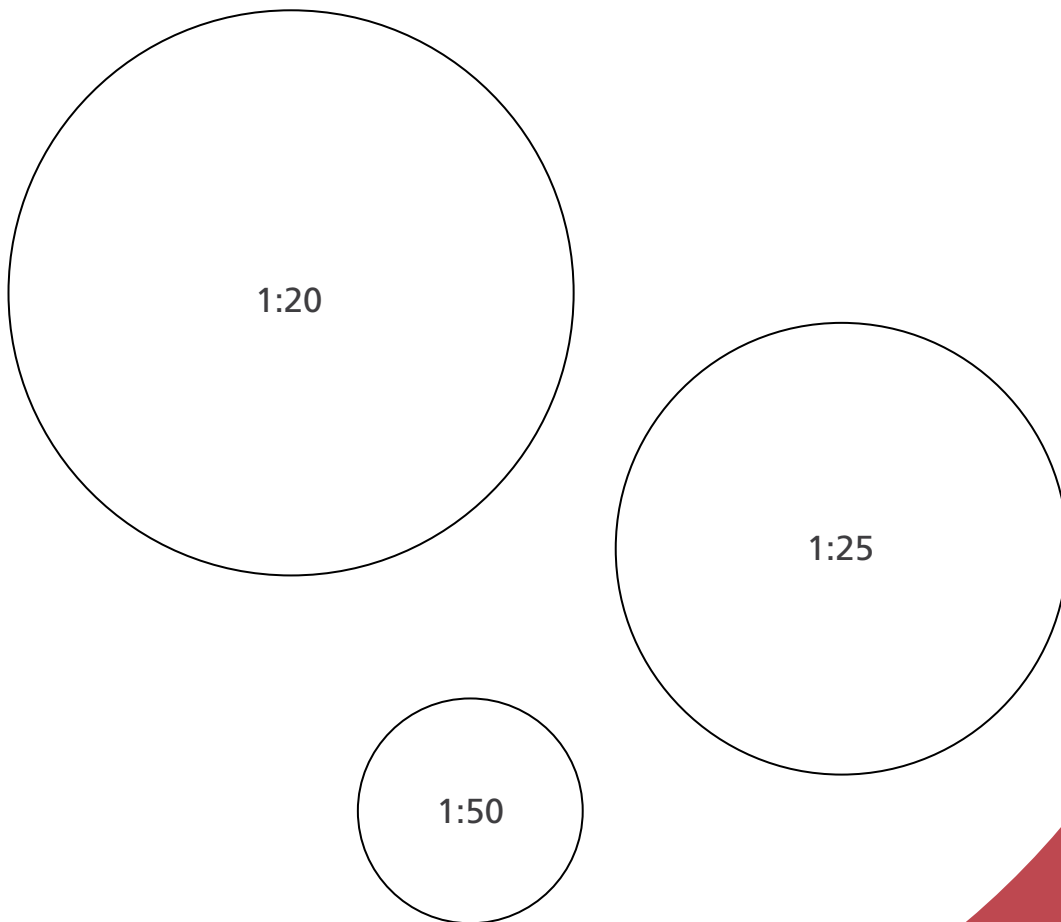
BARRIERE:FREI!



Übernehmen Sie die Schirmherrschaft für Ihre Bewegungsfreiheit. Denn Bewegungsfreiheit kann man sich bewusst machen, man kann sie spüren und erleben. Hier ein paar Ideen und Anregungen, wie Sie Ihre Bewegungsfreiheit sichtbar machen.

- 1 Der Kreis wird zum Wendepunkt: Wer ihn einplant, für den wird das Leben leichter, angenehmer und komfortabler. Schneiden Sie einen Kreis mit einem Durchmesser von 150 cm aus Karton oder Folie aus und legen Sie ihn an den wichtigsten Stellen wie Küche oder Bad am Boden auf. Er macht auf einen Blick sichtbar, wie viel Bewegungsfreiheit Sie haben.
- 2 Sie können auch zu einem großen Schirm greifen. Aufspannen, durch die Wohnung gehen und beobachten, in welchen Wohnbereichen es eng wird. Ein großer Schirm ist ein guter Indikator, wie frei man sich in seiner Wohnung bewegen kann, ohne anzustoßen.
- 3 Nehmen Sie in einem Bürosessel mit Rollen Platz und rollen Sie durch Ihre Wohnung – so stellen Sie schnell fest, wo sich Schwellen oder ungeeignete Bodenbeläge befinden, die Ihnen sonst vielleicht gar nicht auffallen. Auf diese Art wird Ihnen jede noch so kleine Schwelle bewusst und als Hindernis im Gedächtnis bleiben.

BEWEGUNGSFREIHEIT HAT EIN MASS: 150 CM



Das ist der Kreis, um den sich alles dreht. Hat er 150 cm im Durchmesser, wissen Sie sofort, wie es um Ihre Bewegungsfreiheit aussieht. Beim Planen, beim Umbauen, am Papier oder real am Boden.

Nehmen Sie den Kreis, der dem Maßstab Ihres Plans entspricht – 1:20, 1:25 oder 1:50 – und legen Sie ihn in Ihren Plan. So können Sie leicht kontrollieren, wie es um den Bewegungsraum in Ihrer Wohnung steht.



bmask.gv.at

BUNDESMINISTERIUM FÜR
ARBEIT, SOZIALES UND
KONSUMENTENSCHUTZ

SOZIAL TELEFON

Bürgerservice des Sozialministeriums

Tel.: 0800 - 20 16 11

Mo bis Fr 08:00 - 16:00 Uhr

PFLEGETELEFON

Tel.: 0800 - 20 16 22

Mo bis Fr 08:00 - 16:00 Uhr

Fax: 0800 - 22 04 90

pflegetelefon@bmask.gv.at

BROSCHÜRENSERVICE

Tel.: 0800 - 20 20 74

broschuerenservice@bmask.gv.at

ALLGEMEINE FRAGEN

post@bmask.gv.at

BUNDESMINISTERIUM FÜR ARBEIT, SOZIALES UND KONSUMENTENSCHUTZ

Stubenring 1, 1010 Wien

Tel.: +43 1 711 00 - 0

www.bmask.gv.at

