



Foto: Jenike Ataman/Adobe Stock

basis
wissen ✓

Wohnraumaufteilung

Zimmer planen und umgestalten

Wichtige Lebensereignisse beeinflussen auch unsere Wohnbedürfnisse. So sollten Raumkonzepte einer sich wandelnden Familiensituation angepasst werden können. Die meisten Einfamilienhäuser verfügen über 100-140 m² Wohnfläche, die nach folgendem Schema aufgeteilt wird: im Erdgeschoss wohnen, im Obergeschoss schlafen. In der Regel befinden sich Küche, Ess- und Wohnzimmer sowie ein Gäste-WC und eventuell ein Vorratsraum im Erdgeschoss, im oberen Stock sind ein größeres Schlafzimmer, ein oder mehrere weitere Zimmer, die als Kinder- oder Arbeitszimmer genutzt werden, sowie das Badezimmer situiert. Die Frage nach der Nutzung des Wohnraums und eines möglichen Raumtauschs stellt sich meist mit dem Auszug der Kinder erneut, wenn älter werdende Menschen sich in ihrem Alltag zu zweit oder alleine neu einrichten müssen. Wenn der Weg über die Treppe vom Schlaf- zum Wohnzimmer oder in die Küche zu beschwerlich wird, kann es sinnvoll sein, den Lebensmittelpunkt stärker ins Erdgeschoss oder ins Obergeschoss zu verlagern und dazu Raumaufteilungen anzupassen. Vielleicht sollen separate Wohnmöglichkeiten für eine Pflegekraft geschaffen werden oder man verwandelt das Obergeschoss in eine abgeschlossene zweite Wohnung, die über ein separates Treppenhaus zugänglich gemacht wird, und vermietet diese dann.

Flexible Grundrissplanung

Ein wandlungsfähiger Grundriss sollte schon im Entwurf angelegt sein. Voraussetzung dafür ist ein Minimum an statisch erforderlichen Wänden. Dies ist im Einfamilien-, Doppel- oder Reihenhauses meist gar nicht problematisch, da auf den Innenwänden oft nur deren Eigengewicht ruht und die Lasten von den Außenmauern getragen werden. Wo zwischenzeitlich Trennwände gewünscht werden, können diese in Trockenbauweise eingezogen werden. Ein offener

Grundriss mit ineinander übergehenden Wohn-, Ess- und Kochbereichen, der einst für ein lebendiges, familienfreundliches Raumgefühl sorgte, kann so durch das Einziehen von Trennwänden, teilweise aber auch schon durch den Einsatz von Raumteilern wie Schrankwänden zum barrierefreien Apartment für den letzten Lebensabschnitt umgewandelt werden. Genauso kann umgekehrt aus zwei kleinen Zimmern durch das Einreißen einer Wand ein größerer Wohnraum geschaffen werden, der auch mit Rollstuhl genügend Bewegungsfreiheit bietet.

Geräumiges Schlafzimmer

Empfehlenswert kann das insbesondere für die Situation im Schlafzimmer sein, denn hier ist ein Aktionsradius von 1,50 m vor Betten und Schränken meist nicht gegeben. Manchmal genügt es schon, Möbel zu entfernen und beispielsweise eine voluminöse Schrankwand in das angrenzende leer stehende Kinderzimmer zu transferieren, zu dem mittels einer Schiebetür ein direkter Zugang gestaltet werden könnte. Ein niedriges Bett, plüschige Bettvorleger und hochflorige Teppiche sowie eine schummrige Beleuchtung machen älteren oder bewegungseingeschränkten Menschen das Leben unnötig schwer und bergen Stolperfallen. Teppiche sollten daher unbedingt fest verlegt werden und eine Lichtquelle vom Bett aus ein- und auszuschalten sein, um nicht im Dunkeln herumirren zu müssen. Ein weiterer Lichtschalter sollte, falls nicht vorhanden, auf 85-105 cm Höhe gleich neben der möglichst 90 cm breiten Tür angebracht werden. Steckdosen und ein Telefonanschluss sollten vom Bett aus erreichbar sein. Um das Aufstehen und Hinlegen zu vereinfachen, ist auf die richtige Höhe des Bettes und den geeigneten Matratzenhärtegrad zu achten: Die Beine sollten beim Sitzen einen rechten Winkel bilden, das Gesäß sollte nicht zu tief einsinken.

Großzügiges Wohn- und Esszimmer

Das Wohnzimmer ist innerhalb der Wohnung von zentraler Bedeutung: Wenn man nicht schläft, hält man sich meist dort auf. Hier wird gelesen, Fernsehen geschaut, telefoniert, gedöst, und auch Besucher werden hier empfangen. Mahlzeiten werden im integrierten Essbereich eingenommen. Da das Wohnzimmer oft ohnehin großzügig bemessen ist, kann es den Bedürfnissen von Menschen mit alters- oder unfallbedingten Bewegungseinschränkungen leicht angepasst werden. Wer vorrauschaunend plant, verzichtet auf versetzte Ebenen, die Ess- und Wohnbereich durch Stufen trennen oder integriert bei genügend Grundfläche eine alternative Schräge. Bei einem nachträglichen Umbau müssen Stufen sonst durch eine Rampe → S. 36f. überbrückt werden, um den Essbereich auch für Rollstuhlfahrer und Gehbehinderte erreichbar zu machen. Auch bezüglich der Möblierung gibt es einiges zu berücksichtigen: Die richtige Sitzhöhe bei Sofa und Sesseln, Ess- und Schreibtischstühlen erleichtert weniger agilen Menschen das Hochkommen;

stabile Armlehnen geben beim Aufstehen zusätzlich Halt. Allerdings sollten diese so weit auseinander angebracht sein, dass sie beleibtere Personen nicht einengen. Ein solider Esstisch mit Tischbeinen in den Ecken kippt auch dann nicht um, wenn man sich aufstützt. Tisch- und Stuhlbeine sollten nicht nach außen abstehen. Für Rollstuhlfahrer sollte bei einem unterfahrbaren Tisch in 30 cm Tiefe die Kniefreiheit mindestens 67 cm betragen. Kabelsalat kann durch mindestens zwei Steckdosen pro Wand, Kabelschächte und -schellen zur Wandmontage vermieden werden. Da sich das Wohnzimmer in den nächsten Jahren weiter zur Kommandozentrale eines vernetzten Zuhauses entwickeln wird, sollten Bauherren beim Neubau ausreichend Leerrohre vorsehen.

Der schwellenlose Zugang vom Schlafzimmer zum ausreichend tief angelegten Balkon sowie vom Wohnzimmer zur Terrasse machen diese auch noch im Rollstuhl nutzbar. Elektrische Rollladenheber, auch nachrüstbar, sorgen für zusätzlichen Komfort.



Checkliste: Wohnraumaufteilung

- offene Grundrisse planen
- Trennwände in Trockenbauweise errichten
- evt. durch Einreißen von Wänden ausreichend große Zimmer von mind. 14 m² schaffen
- auf versetzte Ebenen und Stufen verzichten
- sämtliche Zimmer schwellenlos begehrbar machen
- Schwellen zwischen Wohn-/Schlafraum und Terrasse/Balkon vermeiden bzw. beseitigen
- Türbreiten von mind. 80 cm, besser 90 cm vorsehen
- Lichtschalter in einer Höhe von 85-105 cm anbringen
- auf die richtige Höhe von Sitzmöbeln und Bett achten
- bei der Möblierung Bewegungsflächen von 1,50 m x 1,50 m einkalkulieren
- bei unterfahrbaren Tischen in 30 cm Tiefe mind. 67 cm Kniefreiheit gewährleisten
- ausreichend Steckdosen und Kabelkanäle anlegen
- elektrische Rollladenheber installieren
- blendfreie, gute Beleuchtung sicherstellen
- Böden fest verlegen