

Lebensnah

Leben mit Hollister

Johannes Hoetter liefert Einblicke in die IT-Welt

Leben mit Handicap

Von jetzt auf gleich ausgesperrt

Lebenswege

Martin Schuth und sein Glashaus

Lebenslustig

Phil Hubbe – auf Wohnungssuche

Special:
Lohnt sich ein
Wohnungsumbau?



VaPro Pocket

Ein extra PLUS für Sie.

Frühjahr 2016:
VaPro Plus Pocket
mit Auffangbeutel und Rücklaufsperr

Weniger ist manchmal mehr

VaPro Pocket – Berührungsfreie Einmalkatheter für sie und ihn.
Einfach & zweifach sicher!



Smartphone
124 mm



VaPro Pocket „für sie“
138 mm



VaPro Pocket „für ihn“
140 mm

Klein, diskret und einfach perfekt für unterwegs:
Der intermittierende Einmalkatheter **VaPro Pocket** passt einfach in jede Tasche – vom praktischen Rucksack bis zur eleganten Handtasche. Speziell für Frauen ist der einfach zu handhabende Katheter übrigens in einer besonders dezenten Verpackung erhältlich.

Aufbewahrt wird der **VaPro Pocket** in einer platzsparenden Box mit praktischer Entnahmemöglichkeit.



Erfahren Sie mehr zu unseren Produkten über den QR-Code oder unter:
http://www.hollister.com/germany/products/product_series.asp?id=3&family=74&ref=



Liebe Leserinnen und Leser,

die eigenen vier Wände sind für jeden von uns weitaus mehr, als nur das sprichwörtliche Dach über dem Kopf. Sie sind ein Ort, an dem wir uns gänzlich wohl und geborgen fühlen wollen. Doch was ist, wenn man plötzlich eingeschränkt und nicht mehr Herr im eigenen Haus ist?

Dieser besonderen Herausforderung möchten wir uns in der letzten Ausgabe 2015 widmen – und die Lage sensibel aus allen Blickwinkeln betrachten. Denn eines ist sicher: Barrierefreier Wohnraum ist knapp in Deutschland. Wenn man auf diesen angewiesen ist, benötigt man viel Geduld und eine handfeste Planung. Wir haben uns genauer informiert und geben Antworten auf wichtige Fragen wie: Worauf muss bei der Planung geachtet werden? Was genau bedeutet eigentlich Barrierefreiheit? Und welche Erfahrungen haben die unterschiedlichsten Menschen in ähnlichen Situationen gemacht?

Wohnen ist und bleibt immer ein Ausdruck für unsere individuelle Art zu leben – auch wenn sich die eigene Lebenssituation komplett verändert. Ziehen Sie Inspiration und Kraft aus den folgenden Seiten.

Wir wünschen Ihnen beim Lesen viel Freude – und vor allem eine besinnliche Adventszeit!

Heike Voigt

Heike Voigt
Consumer Marketing Coordinator

heike.voigt@hollister.com

Telefon 089/99 28 86-156

Direkt aus dem Leben – der Hollister Lifeblog und unsere Aktivitäten auf Facebook



Mit dem Lifeblog möchte Hollister gemäß seiner Philosophie eine Plattform schaffen, in der der Mensch

im Mittelpunkt steht. Hier geht es um verschiedenste Erfahrungen, spannende Einblicke in den Alltag und um persönliche Erfolge von Menschen mit Behinderung. Durch die enge Verknüpfung mit sozialen Netzwerken gelingt es immer besser, die vielen Leser mit Geschichten mitten aus dem Leben zu erreichen.

Mehr unter: www.hollister-lifeblog.de

Seit 2011 ist Hollister auch auf Facebook vertreten. Hier suchen wir den direkten Kontakt mit Interessierten, Kunden und Betroffenen. Diese Kanäle helfen, ein noch

besseres Verständnis für ihre Bedürfnisse zu gewinnen. Schauen Sie gern vorbei und reden Sie mit:



www.facebook.com/HollisterDeutschland

Buchrezension

Kiesbad – bitte eintreten

Angela Kreher ist beunruhigt. Sie macht an sich und ihrem Körper Veränderungen aus, auf die sie sich keinen Reim machen kann. Der Bauch, die Beine, der Po werden gefühllos. Erschöpfungszustände kommen hinzu, die Bewältigung ihrer täglichen Arbeit als Lehrerin an einem Förderschulzentrum fällt ihr zunehmend schwer. Sie versucht, die Veränderungen zu ignorieren, und muss sich schließlich doch der Realität stellen. Dem Gang zum Arzt folgt eine Reihe von Untersuchungen. Am Ende dieser Untersuchungen steht Gewissheit. Kurz vor ihrem 50. Geburtstag weiß Angela Kreher: Ich bin an Multipler Sklerose erkrankt. Sachlich, beiläufig, unterhaltend, mit einem Schuss Humor erzählt die Betroffene von diesen Geschehnissen. Sie hat sich entschlossen,

das, was ihr widerfährt, niederzuschreiben. So berichtet sie von der sich anschließenden Zeit in einer Rehaklinik, flicht Familiäres in ihre Erzählung ein, – Erinnerungen, Begebenheiten aus dem Therapiealltag. Wieder daheim wartet das ganz normale Leben, in dem das Bewusstsein um die Krankheit neue Akzente setzt. Schließlich klopft auch der Arbeitsalltag wieder an, die Rückkehr ins Berufsleben. Und auch da ist manches etwas anders als zuvor. Ein Happy End bleibt das Buch schuldig, schließlich ist Multiple Sklerose unheilbar. Es bleibt also bei einer Zwischenbilanz. Dass die ermutigend ausfällt, führt vor Augen: Es gibt viele Wege, mit Grundsätzlichem umzugehen. Das Buch „Kiesbad – bitte eintreten“, Untertitel: „Geschichte einer MS-Erkrankung“,

unterscheidet sich wohltuend von der Sorte Betroffenenliteratur, in der oft genug die Sehweise des Verfassers das Maß aller Dinge ist. Es ist – ohne dass das dem Ernst des Themas Abbruch tut – gut lesbar und unterhaltsam geschrieben und es ist vor allem ein sehr authentisches und persönliches Buch. Dass Angela Kreher sich entschlossen hat, ihre Gefühle und Befürchtungen, Ängste und Hoffnungen zu Papier zu bringen und damit öffentlich zu machen, brauchte vermutlich einiges an Überwindung. Für Menschen, die etwas über Multiple Sklerose und den Umgang damit lernen wollen, gleich ob als Betroffene, Angehörige oder einfach nur am Thema Interessierte, ist das Buch in jedem Fall zu empfehlen.



People of Hollister

Ich bin ... Johannes Hoetter – aber bei allen Kollegen, Familie und Freunden bekannt als Johnny. Geboren bin ich in Fürstenfeldbruck bei München und lebe mit nun 30 Jahren immer noch dort, mittlerweile aber mit meiner Frau und drei Kindern. Der Fußball bestimmt neben der Familie die Freizeit. Egal ob trainieren, spielen oder zuschauen – Hauptsache Fußball.

sehr und man merkt bei so vielen Mitarbeitern, wie sehr sie sich für die Menschen einsetzen. Auch wenn jeder hier am Ende nur für seine Miete etc. arbeitet, machen es alle auch gerne für die Leute, die unsere Produkte benutzen – und genau so soll es auch sein.

Der Hollister Grundsatz „People First“ bedeutet für mich persönlich ... eigentlich genau das, was er übersetzt auch aussagt: Menschen / Leute zuerst. Wir von der IT haben natürlich nicht den Kontakt zu den Kunden, aber selbst so weit weg merkt man, dass der Grundsatz gelebt wird.

Ich erinnere mich besonders gerne an folgende Situation ... die erst vor Kurzem passiert ist und sehr gut beschreibt, wie partnerschaftlich wir hier abteilungsübergreifend zusammenarbeiten. Meine Kollegen (Customer Service, Marketing, IT) und ich waren nach einem Seminar in Lindau an einem Freitag im Oktober auf dem Rückweg nach München. Ich saß alleine in einem Fahrzeug, während meine Kollegen zusammen in einem weiteren auf der Autobahn unterwegs waren. Als plötzlich die Kupplung streikte und ich den Wagen defekt am Straßenrand abstellte, kamen auch schon meine Kollegen. Zusammen regelten wir die Abholung, stellten das Warndreieck auf und warteten bei 6 °C und schlechtem Wetter hinter der Leitplanke auf den Pannendienst. Dabei war es egal, ob man drei oder vier Stunden später ins Wochenende kam.

Ich bin bei Hollister verantwortlich für ... die IT oder auch EDV, wie man auf Deutsch sagt. Mit meinen Kollegen betreue ich die Hollister/Dansac Standorte in Deutschland, Österreich, der Schweiz, Italien, Griechenland, Frankreich, Belgien und Holland. Hier helfen wir den Mitarbeitern bei sämtlichen Problemen und Problemchen, die es mit Laptop, Server, Smartphone oder auch manchmal mit sich selbst so geben kann.

Ich arbeite gerne in der IT, weil ... unsere Abteilung bei der IT einfach eine coole Truppe ist und ich auch mit allen anderen Kollegen super klarkomme. Vor allem das Reisen in die anderen Länder gefällt mir

Ein Interview mit Angela Kreher

„Wenn man das Leben anlächelt, ändert es hin und wieder seine Meinung.“

Frau Kreher, es ist schon eine Weile her, seit Sie die letzten Zeilen für Ihr Buch geschrieben haben. Wie geht es Ihnen heute? >>> Danke, es geht mir gut. Die MS ist ja eine schwere Erkrankung, die zu vielen körperlichen Einschränkungen führen kann. Da sind kleine Beschwerden, wie z. B. schmerzende Augen oder ein tauber Fuß, kaum der Rede wert. Auch hatte ich seit über einem Jahr keinen neuen Schub. Die Krankheit ist zwar immer noch nicht heilbar, aber es gibt gute Medikamente. Sie sind Balsam für meine Psyche.

Was hat Sie seinerzeit bewogen, Ihre Erlebnisse in Buchform zu bringen? >>> Es begann mit Aufzeichnungen mitten in der Nacht. Ich konnte nicht schlafen und ich wollte nichts vergessen. Da ich gelernte Krankenschwester bin, interessierten mich die medizinischen Untersuchungen schon von Haus aus. Dann merkte ich, dass mir das Schreiben an sich Spaß macht. Es lenkte mich ab und ich hatte immer etwas zu tun. Da ich körperlich eingeschränkt war, schlecht laufen konnte und mich lange Zeit auch sehr geschwächt fühlte, war das Schreiben eine gute Sache. Da musste ich nicht laufen. Ich setzte mich gemütlich irgendwo hin, eine Tasse Ingwertee oder ein Glas Wein neben mir, und dann merkte ich kaum, wie schnell die Zeit verging. Bei etwa 100 Seiten hatte ich die Idee, das Geschriebene einem Verlag anzubieten. Mir gefiel, was ich geschrieben hatte. Vielleicht könnte ich damit anderen chronisch Kranken ein klein wenig Mut machen. Ich hatte Glück. Die Verlegerin Frau Kinzel bot mir innerhalb kurzer Zeit einen Vertrag an.

War das Niederschreiben Ihrer Erlebnisse im Umgang mit der Krankheit auch eine Form von Therapie für Sie? >>> Ja, ganz klar. Ob ich es wollte oder nicht, die Krankheit war zu Beginn ständig präsent. Ich erwachte früh mit dem Gedanken: „Jetzt habe ich MS!“

Was das genau bedeutete, wusste niemand. Weiß man vielleicht nie ganz genau. Ich beschäftigte mich durch das Schreiben mit der Krankheit, ohne allzu sehr zu grübeln. Ich wollte auch nicht ständig davon reden. Meine Familie und meine Freunde sorgten sich schon so genug um mich. Das Schreiben gab mir Kraft und auch ein wenig Selbstvertrauen wieder.

Welche Reaktionen haben Sie als Autorin auf Ihr Buch bekommen? >>> Oje, das war aufregend. Womöglich denken Freunde und Kollegen, ich will mich wichtig machen, indem ich meine ganze Krankheitsgeschichte veröffentliche. Das waren zum Teil meine Gedanken. Am Tag vor der Veröffentlichung ging es mir nicht besonders gut. Aber alles Unsinn. Die Reaktionen waren durchweg positiv. Mittlerweile haben es ja nicht nur Leute gelesen, die mich persönlich kennen. Viele Betroffene lasen es. Aber auch Menschen, die nicht krank sind, fanden es lesenswert. Im Oktober dieses Jahres ist ja bereits die zweite Auflage erschienen. „Man kann es nicht mehr aus der Hand legen“, sagten einige. Auch dass Sie in Ihrer Zeitschrift über mich schreiben, ist eine große Ehre für das Buch.



Kiesbad – bitte eintreten, Geschichte einer MS-Erkrankung, Manuela Kinzel Verlag, ISBN 978-3-95544-038-1



Aus Ihrem Buch spricht viel Optimismus. Haben Sie auch die Erfahrung gemacht, dass Menschen Ihrer Erkrankung und Ihrem Umgang damit mit eher weniger Verständnis begegnen? >>> Verständnis begegnete mir überall. Anders verhält es sich mit der Angst. Die MS als Schreckgespenst, so sehen viele diese Krankheit. Vielleicht logisch, denn wenn man etwas darüber liest oder hört, dann geht es oft um schlimme Geschichten, die immer von Rollstuhl und Arbeitsunfähigkeit handeln. Das ist sicher eine der schlimmen Seiten, aber es gibt auch viele gutartige Verlaufsformen. Das muss man vor allem Neubetroffenen sagen. Auch die Wissenschaft ist nicht stehen geblieben. Da gibt es viel, was uns hilft.

Es gibt vermutlich nicht den einen Weg, mit der Krankheit umzugehen. Welchen Rat würden Sie gleichfalls Betroffenen ans Herz legen? >>> Lassen Sie düstere Prognosen nicht an sich heran. Keiner kann den Verlauf einer MS vorhersehen. Behalten Sie Ihre Lebensfreude. Doch zeigen Sie auch, wenn es Ihnen mal so richtig schlecht geht. Ehrlichkeit gegenüber der Familie und den Freunden ist wichtig. Man darf auch mal heulen. Wichtig ist nur, dass man das Lächeln hinterher nicht verlernt. „Das Leben ist nicht immer freundlich, aber wenn wir es anlächeln, ändert es hin und wieder seine Meinung.“ Mit diesem Satz endet mein Buch. Ein gutes Motto, finde ich.

Ausgesperrt!

Die wenigsten Menschen wohnen barrierefrei und die wenigsten Menschen empfinden das als Problem. Wieso auch? Wem allerdings von jetzt auf gleich der Zugang zu den eigenen vier Wänden blockiert ist, der kommt um ein paar grundsätzliche Überlegungen nicht herum. Ein Erfahrungsbericht.

Ich kann mich gut an den Tag erinnern, an dem ich zum letzten Mal in meinem Leben das Schlafzimmer einer Wohnung verließ, die ich gemeinsam mit meiner Frau fünf Jahre zuvor gekauft hatte. Ich ließ die Tür hinter mir offen, schritt die Wendeltreppe in den Wohnraum hinab, trank noch einen Tee, zog mir vor der Wohnungstür meine Schuhe an und lief die drei Stockwerke zur Tiefgarage runter. Ich setzte mich ins Auto, fuhr in den Nachbarort zum Reitstall, putzte und sattelte mein Pferd und machte einen Ausritt.

Eine Stunde später war ich mit einem Rettungshubschrauber unterwegs in eine Klinik, in der ich an meiner nach einem Sturz gebrochenen Wirbelsäule operiert wurde. Vier Tage danach wurde ich in eine Spezialklinik für Querschnittgelähmte verlegt. Dort verbrachte ich die folgenden viereinhalb Monate. Ich verließ die Klinik als Rollstuhlfahrer mit einer kompletten Querschnittlähmung unterhalb des 10. Brustwirbels. Das ist jetzt zehn Jahre her.

Zum Konzept meiner Rehabilitation gehörte es, dass ich – nachdem von den Ärzten dafür für tauglich befunden – die Wochenenden zu Hause verbringen durfte. Schon der erste dieser Heimaturlaube führte mir drastisch vor Augen, wie sehr mich unsere Wohnung in meinen Möglichkeiten einschränkte. Ok – das geräumige Tageslichtbad war perfekt, wenigstens an diesem Punkt passte alles. Aber die zum Wohnraum hin offene Küche hatte ich so konzipiert, dass ich in der Mitte stehend alles erreichen konnte. Die Arbeitsflächen hatte ich, abgestimmt auf meine Körpergröße, eigens etwas höherlegen lassen. Der Weg auf den Balkon wurde mir durch eine zwanzig Zentimeter hohe Schwelle blockiert, von der ich bis dahin nie nennenswert Notiz genommen hatte. Und zum Schlafzimmer im Obergeschoss führte eine enge Wendeltreppe. Während meiner Aufenthalte schlief ich also auf der Schlafcouch im Gästezimmer. Und für das Verlassen der Wohnung mussten wir natürlich jedes

gesperrtseins in Räumen, die ich aus eigener Kraft nicht verlassen konnte. Es bestand also Handlungsbedarf, und die Zeit drängte.

„Ich musste meine Arbeit im Bergbau unter Tage nach einer Erkrankung, die mich zum Rollstuhlfahrer machte, aufgeben. Mein Glück war, dass ich eine Zusage von meinem Arbeitgeber bekam, mich an anderer Stelle weiterzubeschäftigen. Mein Kostenträger erklärte sich daraufhin bereit, den Bau eines Aufzugs an unserem Haus zu unterstützen, sodass wir das Haus nicht aufgeben mussten. Vor allem wegen unserer Kinder wäre mir das sehr schwergefallen.“ Rainer

Zum Neustart ein Kraftakt

Die Wohnungssuche verlief zunächst frustrierend. Schenkt man einschlägigen Statistiken Glauben, so ist ca. ein Prozent des in Deutschland zur Verfügung stehenden Wohnraums barrierefrei. Wir suchten also erst gar nicht nach einer explizit schwellenlosen Wohnung, sondern hielten einfach die Augen auf nach einer halbwegs passenden Erdgeschosswohnung oder etwas Entsprechendem in einem Haus mit Aufzug. Anfragen bei Wohnungsbau-gesellschaften und Selbsthilfeorganisationen von Behinderten liefen ins Leere oder endeten auf Listen mit illusorischen Wartezeiten. Der rettende Hinweis kam schließlich von einer Freundin, die am Schwarzen Brett der Hochhaussiedlung, in der sie wohnte, einen Aushang ausfindig gemacht hatte. Bis heute kann ich nur staunen darüber, wie viele glückliche Fügungen in der Folge zusammenkamen. Die Besitzerin der geräumigen Wohnung im sechzehnten Stock der Großwohnanlage Baujahr 1970 hatte keine Bedenken, einem Neurollstuhlfahrer mit noch ungewisser beruflicher Zukunft einen Mietvertrag zu sehr fairen



„Unsere Dachgeschoss-Mietwohnung gaben wir auf, als ich nach meinem Autounfall noch in der Klinik lag. In der Mietwohnung, die wir uns nahmen, wohnten wir dann ein Jahr lang ‚zur Probe‘, bevor wir einen Hausbau in Angriff nahmen. Ich nutzte das Jahr auch, um auf Reisen, z. B. in Hotels, Erfahrungen zu sammeln, wie meine künftige Wohnsituation aussehen sollte.“ Sascha

„Als ich nach meinem Motorradunfall im Rollstuhl landete, wohnte ich noch bei meinen Eltern. 250.000 Mark aus meiner Unfallversicherung steckten wir daraufhin in Umbauten, unter anderem ein Riesenbadezimmer, aber letztlich kam dabei nur ein Kinderzimmer 2.0 heraus. Erst fünfzehn Jahre nach meinem Unfall bauten wir erneut um, sodass ich jetzt im elterlichen Haus autark bin. Aber der Weg in die obere Etage führt außen ums Haus, was bei Schnee und Regen ein echtes Problem ist. Um Zuschüsse für einen Aufzug kämpfte ich zurzeit mit meinem Kostenträger.“ Thorsten

Barrierefrei? Wieso denn?

Beim Kauf der besagten Eigentumswohnung hatten wir uns über das Thema Barrierefreiheit keine Gedanken gemacht. Warum hätten wir, Mitte dreißig bzw. Mitte vierzig, sportlich und gesund, das auch sollen? Im Gegenteil. Dass es in dem zweigeschossigen Wohnhaus keinen Aufzug gab, war uns ganz recht. Das bedeutete niedrigere Nebenkosten. Und die auf zwei Wohnebenen angelegte Maisonette-wohnung hatte auf Anhieb unser Herz erobert. Nach meinem Unfall wurde das verständlicherweise zum Problem.

Mal Unterstützung organisieren. Schließlich brauchte es zwei Hilfspersonen, um mich die Treppen zwischen Straße und Wohnung hinauf- bzw. hinabzutragen. Rückblickend bin ich meinen Ärzten und Therapeuten sehr dankbar dafür, dass sie mir diese Erfahrung ermöglichten. Spätestens nach dem zweiten Wochenende wusste ich, dass der Weg nach der Entlassung aus der Klinik nicht mehr auf Dauer in unsere bisherige Wohnung zurückführen würde. Was deren mangelnde Rollstuhltauglichkeit allein nicht bewirkt hatte, besorgte das Gefühl des Ein-

Konditionen anzubieten. Für die eigene Wohnung fanden wir zeitgleich Mieter. Das alles zwei Wochen vor dem mit der Klinik ins Auge gefassten Entlassungstermin. Was folgte, war ein Kraftakt sondergleichen, für dessen Bewältigung ich meine Frau noch heute bewundere. Unsere Habseligkeiten wanderten in Umzugskartons, die neue Wohnung wurde mit unzähligen helfenden Händen renoviert und wenige Tage bevor ich die Klinik verließ, ging der Umzug über die Bühne. Meine ersten Tage in der wiedergewonnenen „Freiheit“ verbrachte ich in einer restlos mit Kartons zugestapelten Wohnung. Die Wohnung samt Umfeld erwies sich als gute Wahl. Den Supermarkt in

haperte es etwas, denn Niederflurbusse wurden erst Jahre später im großen Stil eingesetzt – ein Ansporn für mich, mich rasch wieder hinter das Lenkrad eines umgerüsteten PKW zu schwingen. Als besonderer Glücksfall erwies sich die soziale Struktur unseres neuen Wohnortes. Wir wurden von den neuen Nachbarn mit offenen Armen aufgenommen und knüpften bald zahlreiche Kontakte, aus denen sich in der Folge Freundschaften entwickelten.

Besser keine halben Sachen

Von der Klinik erteten wir viel Lob für den eingeschlagenen Weg. Kein Wunder – manche meiner Leidensgefährten aus der Rehabilitation verursachten den Verantwortlichen weit mehr Kopfschmerzen. Ein frischgebackener Tetraplegiker, alleinstehender Mittvierziger, entkam nur knapp der Unterbringung in einem Altenheim. Mein Bett Nachbar, nach einem Unfall inkompletter Tetraplegiker, wies jeden Gedanken an einen

Klinik noch endlos mit den Anwälten seines Unfallgegners und investierte Unsummen in Umbauten. Erst Monate nach seiner Entlassung konnte er erstmals wieder ohne fremde Hilfe das Haus verlassen. Im Haus selbst behalf er sich mit Treppenliften und Rollstühlen auf allen Etagen.

Rückblickend kann ich nur feststellen, dass mir der realistische und zugegebenermaßen sehr unsentimentale Umgang mit meiner Wohnsituation entscheidend geholfen hat, in meinem neuen Leben rasch Fuß zu fassen. Ich konnte meine Kräfte auf die wesentlichen Dinge konzentrieren und musste mich nicht mit Übergangslösungen abmühen. Ich kann daraus nur die Empfehlung ableiten, im Zweifelsfall lieber einen radikalen Schnitt zu machen, als sich allzu sehr an das vordem Gewohnte zu klammern.

Wir gaben die Mietwohnung, die uns so gute Starthilfe geleistet hatte, übrigens nach einigen Jahren auf, als sich die Gelegenheit zum Kauf einer baugleichen Wohnung im Nachbarhaus ergab. Auf der Basis der in den zurückliegenden Jahren gewonnenen Erfahrungen nahmen wir einige Umbauten vor und wohnen jetzt ohne Kompromisse rundum komfortabel.

„Ich wollte zum Studieren in die USA. Nach einem Badeunfall, der mich zum Tetraplegiker machte, war daran erst mal nicht mehr zu denken. Stattdessen ging's zurück zu den Eltern. Monatelang musste ich die Treppen rauf- und runtergeschleppt werden. Dann fanden wir eine für mich geeignete Wohnung.“ Alex

der Nähe konnte ich problemlos per Rollstuhl erreichen, im Nachbarort fand ich einen guten Physiotherapeuten. Lediglich mit dem ÖPNV

Auszug aus seinem mehrgeschossigen Haus in Hanglage weit von sich. Wie ich später erfuhr, verhandelte er nach seiner Entlassung aus der

Wie viel DIN ist sinnvoll?

Teurer Maximalkompromiss

Auch heutzutage gerät für Rollstuhlfahrer noch manches zum Hindernisparcours, was von nicht Mobilitätseingeschränkten kaum als beschwerlich wahrgenommen wird. Verständlich also, dass Menschen auf Rädern wenigstens in den eigenen vier Wänden so barrierefrei wie möglich leben wollen. Aber was genau ist eigentlich Barrierefreiheit?



Es gibt so gut wie nichts, wozu es in Deutschland nicht auch eine entsprechende Norm gibt. Ob Abgaswert oder Bananenkrümmung, Papiergewicht oder Gewindedurchmesser – DIN-Normen sind in unserem Alltag allgegenwärtig. Selbstverständlich gibt es eine solche Norm auch für barrierefreies Bauen. Sie heißt DIN 18040 und was ihre Entstehungsgeschichte betrifft, bemerken ihre Gründerväter lapidar: „Auf die Einbeziehung Betroffener und die Umsetzung ihrer Erfahrungen in bauliche Anforderungen wurde besonders Wert gelegt.“ So weit, so gut!

Anders als im öffentlichen Raum, wo die Anwendung und Einhaltung dieser Norm aus gutem Grund zwingend vorgeschrieben ist, hat sie im privaten Bereich nur Empfehlungscharakter, will heißen, private Bauherren oder Mieter können sich daran orientieren, müssen sie aber nicht unbedingt befolgen. Wer über einen barrierefreien Neubau oder die Beseitigung von Barrieren in einem bereits bestehenden Gebäude nachdenkt, wird das nur in Ausnahmefällen freiwillig tun. Antrieb für Baumaßnahmen dieser Art ist meistens eine bereits bestehende oder durch Krankheit oder Unfall zustande gekommene Einschränkung. Wer unvorbereitet für sich selbst oder Angehörige eine barrierefreie Wohnsituation schaffen muss, sieht sich mit einer Menge von Problemen konfrontiert. Und so wie der Weg mit einem defekten Auto in die Werkstatt führt und die Lust auf einen neuen Fernseher in den Elektronik-Fachmarkt, liegt auch in Sachen barrierefreier Wohnungsgestaltung der Gedanke nahe, einen Experten zurate zu ziehen. Idealerweise sollte es für einen Architekten kein Problem sein, auch auf solche speziellen Bedürfnisse eines Auftraggebers einzugehen.

Aber die Materie ist komplex und auf der sicheren Seite ist, wer sich an Regelwerke hält, die die Details berücksichtigen. Wer für die behindertenspezifischen Aspekte seines Bauvorhabens auf die Planung eines Architekten setzt, wird also mit ziemlicher Sicherheit bei einer Lösung auskommen, die DIN-konform ist.

DIN-konform ist nicht gleich maßgeschneidert

Prinzipiell ist dagegen nichts einzuwenden, schließlich finden in der DIN 18040 alle Eventualitäten Berücksichtigung. Darin liegt allerdings nicht nur ihre Stärke, sondern auch eine Schwäche. Weil die norm Lösungen für Menschen mit den unterschiedlichsten Einschränkungen definiert ist, orientieren sich ihre Lösungsansätze in der Regel am Maximalbedarf. Das heißt zum Beispiel, dass die für eine Toilette oder ein Badezimmer empfohlenen Freiflächen sich am Wendekreis eines Elektrorollstuhls orientieren. Im Zweifelsfall ist es für einen Betroffenen ja auch das geringere Problem, zu viel Platz zur Verfügung zu haben als zu wenig. Das Gleiche gilt für die Breite von Türen, die empfohlene Steigung von Rampen, die Anbringung von Haltegriffen, die Unterfahrbarkeit von Arbeitsflächen und vieles mehr. Für private Bauherren führt dieser Ansatz schnell zu Platz- und in der Folgezu Kostenproblemen. Wohnraum ist teuer und Großzügigkeit schlägt sich in Euro und Cent nieder. Aber da, wie schon erwähnt, die Empfehlungen der DIN 18040 bei privaten Bauvorhaben nicht verpflichtend sind, steht es jedem frei, diese nach eigener Notwendigkeit abzuwandeln. Die Erfahrung lehrt allerdings, dass ein Rollstuhlfahrer selten allein kommt, will sagen: Wer zu seinem Bekanntenkreis gleichfalls Betroffene zählt, sollte vielleicht nicht gerade millimetergenau auf den eigenen kompakten Rollstuhl maßgeschneiderte Lösungen präferieren, sondern ein wenig „auf Zuwachs“ planen.

Nichts überstürzen

Wer nicht aus langjähriger Erfahrung, sondern als frisch Betroffener plant, läuft Gefahr, in unangemessene Baumaßnahmen viel Geld zu

versenken. Professionelle Berater, und damit sind nicht nur Architekten, sondern auch Ergo- und Physiotherapeuten aus dem Klinikbereich, Sanitärfachleute mit Zusatzschulung für barrierefreie Umbauten sowie Fachberater in Sanitätshäusern gemeint, unterbreiten aus den unterschiedlichsten Motiven gerne Vorschläge, die zwar funktionieren, sich in der Praxis aber als überdimensioniert erweisen. Viel spricht deshalb dafür, zunächst nur das unmittelbar Nötige umzusetzen. Wer die Möglichkeit dazu hat, wohnt vielleicht besser erst einmal auf Probe in einer Übergangsmietwohnung, bevor er eigene Baumaßnahmen in Angriff nimmt. Was Veränderungen in Mietwohnungen angeht, so gilt, dass Mieter mit einer Behinderung ein Recht auf die Zustimmung ihres Vermieters zu Umbaumaßnahmen haben. Dieser kann seinerseits aber bei Beendigung des Mietverhältnisses auf einem Rückbau bestehen. Das sollte freilich die Ausnahme sein, denn in aller Regel gehen Investitionen in Barrierefreiheit ja mit einer Aufwertung der Mietsache einher.

Wer in den eigenen vier Wänden umbaut, unterliegt natürlich weit weniger Zwängen. Aber auch hier empfiehlt sich ein wenig Geduld, bevor mit schwerem Gerät Wände zu Fall gebracht und für teures Geld neue Tatsachen geschaffen werden. Dabei ist es zwar ein Unterschied, ob es das eigene Geld oder die Mittel eines Kostenträgers sind, aber selbst wenn die Versicherung eines Unfallgegners oder eine Berufsgenossenschaft involviert sind, kann es für Erkrankte oder Verunfallte sinnvoll sein, erst einmal in der neuen Situation „anzukommen“. Gerade in den ersten Monaten und Jahren nach dem Eintritt einer Behinderung spielen sich viele Lernprozesse ab, muss sich das Leben erst wieder einspielen. Wer kann, sollte diese Phase für seine persönliche Bedarfsanalyse nutzen und erst dann zur Tat schreiten.

Werden nicht nur die eigenen Gelder verbaut, sondern die von Kostenträgern, kann es sein, dass diese die Bewilligung der Förderung mit Auflagen verknüpfen. Selbst wer mit gerin-

gerem Aufwand zum Ziel käme, landet auf diesem Weg zuweilen wieder bei Problemlösungen entsprechend den DIN-Vorgaben. Wer, etwa weil solche Baumaßnahmen mit unverhältnismäßig hohem Aufwand verbunden wären oder der Platz nicht zur Verfügung steht, diese Auflagen nicht erfüllen kann oder will, sollte mit dem Kostenträger verhandeln. In Einzelfällen sind Ausnahmen möglich.

Von Barrierefreiheit profitieren alle

Weil eine Immobilie normalerweise Gegenstand langfristiger Überlegungen ist, kann es nicht schaden, vor Beginn der Baumaßnahmen ein paar Gedanken auf die Zukunft zu verwenden. Was das Älterwerden betrifft, ist barrierefreier Wohnraum per se eine gute Sache. Dass Barrierefreiheit im Allgemeinen mit Behinderung assoziiert wird, trifft nur bedingt den Kern der Sache. Wohnungen ohne Stufen und Schwellen, dafür mit mehr Bewegungsraum und durchdachtem Grundriss sind für jedermann komfortabel, und besonders angenehm ist dieses Plus an Komfort, wenn mit dem Alter die Kräfte nachlassen. Älterwerden im Rollstuhl bringt zusätzliche Erschwernisse mit sich. Es kann also durchaus sinnvoll sein, bei der Haus- oder Wohnungsplanung an Raum für eine Pflegeperson zu denken und die Türbreiten von vornherein so zu wählen, dass der Umstieg von einem Aktiv- auf einen Elektrorollstuhl problemlos vonstatten gehen kann. Noch sind barrierefreie Wohnungen und Häuser in Deutschland die Ausnahme. Das zahlt sich spätestens dann aus, wenn über Verkauf oder Vermietung einer entsprechenden Immobilie nachgedacht wird. Wer in entsprechende (Um-)Baumaßnahmen investiert, legt sein Geld also in jedem Fall zukunftssicher an.

(Fast) alles Planungssache

Barrierefreier Wohnraum ist in Deutschland Mangelware. Wer ihn zwingend benötigt, hat also ein Problem. Mit Planung, Geduld und Strategie lässt es sich lösen.

Wenn die Statistik recht hat, sind 99 Prozent des in Deutschland zur Verfügung stehenden Wohnraums nicht barrierefrei und auch das verbleibende Prozent dürfte nicht durchgängig von Bedürftigen bewohnt werden. Angesichts der aktuellen Marktlage ist die Situation also prekär für diejenigen, die wirklich auf schwellenfreie Wohnlösungen angewiesen sind. Vielleicht ist es angesichts dieses Szenarios ein Luxus, auch noch konkrete Vorstellungen und Wünsche bezüglich einer gemütlichen Bleibe zu haben, aber diesen Luxus dürfen sich auch Rollstuhlnutzer leisten, schließlich ist Wohnen etwas sehr Grundsätzliches. Das Problem aber bleibt. Meist steht am Anfang notgedrungen Improvisation. Wer den Entlassstermin aus einer Klinik oder einem Rehasentrum vor Augen hat, wird in den seltensten Fällen bereits alle Vorbereitungen getroffen haben. Problemanalyse ist also angesagt. Am Anfang der Überlegung steht, ob sich die bisherige Bleibe überhaupt mit vertretbarem Aufwand an die neuen Erfordernisse anpassen lässt. Dabei spielt natürlich eine Rolle, ob es sich um eine Mietwohnung oder Eigentum handelt. Wer bis dahin in einer Etagenwohnung ohne

Aufzug gelebt hat, kommt um einen Umzug kaum herum. Selbst Wohnungseigentümer mit einem kooperationsbereiten Kostenträger dürften an ihre Grenzen stoßen, denn die Eigentümergemeinschaft wird kaum der Ergänzung des Hauses um einen Außenaufzug zustimmen.

Es ist vor allem eine Frage der finanziellen Möglichkeiten, wie sich das Problem am effizientesten lösen lässt. Ob ein Kostenträger involviert ist oder nicht, spielt in diesem Fall eine wesentliche Rolle, das Alter des Betroffenen und die berufliche Situation ebenso. Was die Rekrutierung von finanziellen Hilfen angeht, ist die Materie so komplex, dass qualifizierte Beratung dringend anzuraten ist. Erste Anlaufstelle wird in der Regel die Sozialstation in der Klinik sein. Auch städtische Behindertenbeauftragte, einschlägige Vereine oder Selbsthilfegruppen stehen gegebenenfalls mit Rat und Tat zur Seite.

Im Zweifelsfall kompletter Neustart

Wer bis dato in einer Mietwohnung lebte, denkt zunächst wahrscheinlich weniger an Baumaßnahmen, als an den Umzug in eine



neue Mietwohnung. Immerhin wird aufgrund der aktuellen gesetzlichen Vorgaben mehr barrierefreier Wohnraum neu geschaffen als noch vor wenigen Jahren üblich, wobei sich dieser Aspekt aber häufig allein auf die schwellenlose Zugänglichkeit der Wohnung beschränkt. Eine bis dahin bewohnte Eigentumswohnung nicht mehr nutzen zu können, bringt grundsätzlichere Veränderungen mit sich. Auch in diesem Fall muss erst einmal nutzbarer Wohnraum, realistisch betrachtet also am ehesten eine Mietwohnung, her. Theoretisch kommen natürlich auch ein Verkauf und die Sichtung des Immobilienangebotes in der Region in Betracht, eilige Grundsatzentscheidungen bergen aber Risiken. In den meisten Fällen hilft eine Übergangslösung dabei, erst einmal die grundsätzlichen Aspekte der neuen Situation zu sortieren.

Eine halbwegs angepasste Mietwohnung leistet dabei bessere Dienste als der Verbleib in den nicht mehr tauglichen eigenen vier Wänden. Zwar ist es in der Regel möglich, mit Unterstützung der Krankenkasse ein Treppensteigergerät zu organisieren, sodass auch die Nutzung einer Etagenwohnung übergangs-



weise weiter denkbar ist. Wer über diese Zwischenlösung nachdenkt, sollte sich allerdings klarmachen, dass solche Kompromisse in einer ohnehin schwierigen Situation eine zusätzliche Belastung bedeuten. Hausbesitzer stehen vor ähnlichen Problemen.

Der Bungalow ist zwischenzeitlich aus der Mode gekommen und wer im Angesicht dramatisch gestiegener Grundstückspreise mehrgeschossig gebaut hat, sollte Vor- und Nachteile der Situation nüchtern betrachten. Der nachträgliche Einbau eines Aufzugs schlägt schnell mit einer sechsstelligen Summe zu Buche und ist für sich genommen noch nicht die Lösung aller Probleme, da auch andere Räume noch angepasst werden müssen. Die Nachteile eines Grundstückes in Hanglage lassen sich praktisch nicht kompensieren. Es gilt letztlich bei allen in Betracht kommenden Ausgangssituationen, alle Optionen zu bedenken und gegebenenfalls lieber einen Neustart an anderer Stelle zu wagen.

Alternative Rundum-sorglos-Paket

Vereinzelt gibt es in Gemeinden für eine solche Unternehmung explizit geschaffene Wohnsituationen. Sie sind zwar Mangelware, aber wem sich mit Glück und Warteliste die Möglichkeit dazu bietet, der freundet sich vielleicht mit einem behindertengerechten Wohnprojekt an. Solche Siedlungen bieten nicht nur Wohnungen mit von der Planung

an perfekt rollstuhltauglichen Grundrissen, auch das Drum und Dran stimmt. Die Flure sind großzügig, die Aufzüge geräumig, die Briefkastenanlagen auf Sitzhöhe ausgerichtet. Die Infrastruktur stimmt in der Regel auch. Pflegedienste, Essensversorgung und weitere Serviceangebote lassen sich meist passgenau ordern. Wer dabei an betreutes Wohnen denkt, liegt nicht ganz falsch. Hier und da sind solche Wohnangebote aus gutem Grund im Schatten von Alten- und Pflegeheimen angesiedelt. Das ist vielleicht auch ein Aspekt, der zumindest jüngeren und eher selbstständigen Rollstuhlnutzern zu denken geben könnte. So komfortabel auf dem Reißbrett geplante Wohnanlagen für mobilitätsingeschränkte Nutzer auch sind – Wohnungen mit Pflegeheim-Flair, breiten Türen und Hublift-Wannen sind im Sinne des Ambientes nicht jedermanns Sache, so wenig wie Tür an Tür mit vielen anderen Rollstuhlnutzern zu wohnen. Auf jeden Fall sind sie aber eine Option für alleinstehende und/oder stark in ihrer Selbstständigkeit beeinträchtigte Personen.

Fehlplanungen vermeiden

Die Minderheit derjenigen, die auf eine barrierefreie Wohnung angewiesen sind, hat es auf dem Immobilienmarkt schwer. Wer sich nach Unfall oder Krankheit erstmals mit der Materie auseinandersetzen muss, für den ist die Lösung des Wohnproblems eine Aufgabe

von vielen, die es zu bewältigen gilt – und fraglos eine der wichtigsten. Gut dran ist, wer auf eigene Netzwerke und Unterstützung aus dem Freundes- und Familienkreis bauen kann. Die öffentlichen Stellen sind mit der Mangelverwaltung häufig überfordert, das Gleiche gilt für Selbsthilfeorganisationen und gemeinnützige Einrichtungen, vor allem wenn kurzfristige Lösungen gefragt sind.

Besser ist es deshalb, übergangsweise in den sauren Apfel zu beißen und mit einem Kompromiss zu leben, bis Fakten geschaffen werden. Wer das Gros der Veränderungen aus der eigenen Tasche finanzieren muss, wird ohnehin sparsam wirtschaften. Aber auch und gerade wenn Kostenträger, gleich ob Berufsgenossenschaft oder Unfallgegner, involviert sind oder Geld aus einer Unfallversicherung zur Verfügung steht, gilt es, nichts zu überstürzen. Auch wenn die Mittel vorhanden sind, eine maßgeschneiderte Lösung umzusetzen, spricht nichts dagegen, eine Wohnsituation erst einmal auf Mietbasis zu simulieren und erst dann zu planen. Schließlich kann man jeden Euro nur einmal ausgeben.



Martin Schuth und sein Glashaus

Der XXXL-Wintergarten

Häuser mit Wintergarten sind keine Seltenheit. Ein Haus im Wintergarten hingegen ist fraglos etwas Besonderes. Martin Schuth hat sich seinen persönlichen Traum vom Leben im Freien erfüllt.

Wenn von barrierefreien Wohnlösungen die Rede ist, richtet sich das Augenmerk gewohnheitsmäßig erst einmal auf die damit einhergehende Schwellenlosigkeit. Wer rollstuhlgerecht wohnt, der lebt ohne Türschwellen und Niveauunterschiede und wird in der Regel auch mehr Bewegungsspielraum haben; denn sich im Rollstuhl zu bewegen, verlangt nun einmal nach mehr Fläche, als zu Fuß unterwegs zu sein. Wer in der glücklichen Lage ist, das vielzitierte Häuschen im Grünen sein Eigen zu nennen, bezieht natürlich auch die Gestaltung des umgebenden Grundstücks in seine Überlegungen mit ein. Dazu gehören gut berollbare Wege und, wo unvermeidbar, Rampen mit moderaten Steigungen, damit die schwellenlose Freiheit nicht an den Grenzen der Wohnzimmerterrasse endet.

Die Grenzen dieser Freiheit werden Häuslebesitzern im Rollstuhl aber auch bei noch so guter Planung und Umsetzung eines entsprechenden Habitats spätestens in der kalten Jahreszeit aufgezeigt. Kälte, Schnee und Regen sind die natürlichen Feinde des mobilitätseingeschränkten Menschen. Jede Form von Regenschutz schränkt die Bewegungsfähigkeit ein. Schnee und Matsch, mit den Greifreifen des Rollstuhls aufgesammelt, mindern die Traktion beim Antrieb und machen Bremsmanöver zum Abenteuer. Und der Kälte lässt sich selbst mit modernen High-tech-Textilien nur begrenzte Zeit Paroli bieten. Martin Schuth, umtriebiger Geschäftsmann und seit einem Badeunfall vor nunmehr über vierzig Jahren Tetraplegiker, wollte sich mit diesen Gegebenheiten nicht abfinden. Nun wäre er nicht der Erste gewesen, der auf die Idee kommt, die selbst in den kühleren Monaten noch heizkräftigen Sonnenstrahlen mit einem Wintergarten einzufangen. Er ging aber radikaler vor und setzte gleich sein ganzes Haus in einen solchen. Das Ergebnis fiel in jeder Hinsicht überzeugend aus. Der Kerngedanke ist denkbar simpel. In einem Gebiet am Ortsrand von Unterroth, unweit von Ulm, fand der Bauherr ein geeignetes Grund-

stück, auf dem ein ganz normales Industrie-Glashaus, wie es auch in einer Gärtnerei zum Einsatz kommen würde, seinen Platz fand. Allerdings eines von beeindruckenden Ausmaßen, denn es bedeckt eine Grundfläche von 300 Quadratmetern und misst an der höchsten Stelle an die 10 Meter. Die wettergeschützte Fläche von der Größe eines veritablen Grundstücks ermöglichte den Bau eines Hauses in einer Art, wie sie sonst nur in heißen, trockenen Gegenden anzutreffen ist. Es ist als Lehm-bau errichtet und macht in seiner Gestaltung Anleihen an Bauten im mexikanischen Pueblo-Stil. Nicht nur deshalb fühlen sich Besucher in eine andere Welt versetzt, sobald sie durch die Eingangstür des Glashauses quasi in den Vorgarten eintreten. Üppiges Grün wuchert allerorten und das ganz spezielle Mikroklima der Konstruktion begünstigt das Gedeihen mediterraner Vegetation. Palmen, Bananenstauden, Feigen- und Olivenbäume fühlen sich wohl, Tomaten, Gurken und Kräuter gibt es aus eigener Ernte und als wäre all das noch nicht genug, eröffnet ein großes Meerwasser-Aquarium den Blick auf eine pittoreske, karibisch anmutende Unterwasserlandschaft. Gewiss gibt es nicht viele Orte in Deutschland, an denen man mit der größten Selbstverständlichkeit vom Bett aus den Blick in den Sternenhimmel genießen oder in der Badewanne liegend den dahinziehenden Wolken mit Blicken folgen kann – Vergnügungen, die das Haus im Haus auf seinen verschiedenen Dachterrassen bietet. Vor allem aber verwöhnt das Haus seinen Bewohner mit der Möglichkeit, sich über die wenigen Sommerwochen im Jahr hinaus auch die meiste restliche Zeit des Jahres quasi im Freien aufhalten zu können. Selbst bei Minustemperaturen könne, so Martin Schuth, die Temperatur unter dem Glasdach bei entsprechender Sonneneinstrahlung auf an die 20 Grad klettern. Wann immer das nicht reicht, liefern in den Lehmwänden des Hauses verlegte Heizrohre behagliche Wärme, die ökologisch effizient erzeugt wird – über eine Wärmepumpe, die den neben dem Haus gelegenen Teich als Wärmespeicher anzapft. Im Sommer sorgen



Alles bedacht: Der Lehmbau im Schutz der gläsernen Hülle bietet ein perfektes Wohnklima.

elektrisch verfahrbare Abschattungen und ebenso zu öffnende Fensterflächen unter dem Dachfirst dafür, dass die Temperatur nicht zu hoch klettert, und einmal im Jahr gibt's eine große Grill- und Fensterputz-Party, wenn Freunde gut gesichert in luftiger Höhe die erforderlichen Reinigungsarbeiten ausführen.

Die Idee vom Glashaus wird kaum Schule machen, so charmant der Gedanke auch ist. Martin Schuth hatte Glück. In dem als Gewerbegebiet ausgewiesenen Areal, wo er seinen ganz speziellen Wohnraum verwirklichte, war die Errichtung eines Gewächshauses gestattet. Was sich im Inneren des Gewächshauses befindet, wurde ihm beschieden, sei für die Genehmigung nicht von Bedeutung. An vielen anderen Orten indes dürften die Bauvorschriften kaum zu überwindende Hürden aufrichten. So ist das Haus im Haus ein schönes Beispiel dafür, was abseits konventioneller Wege und Überlegungen machbar ist, wenn gute Ideen, Tatkraft und günstige Umstände zusammenkommen.



Üppiges Grün, geschützter Außenbereich: Die Glashülle vermittelt Outdoor-Feeling.

Praktische Tipps

In einer grundsätzlich geeigneten Mietwohnung kann man über Umbauten nachdenken. Prinzipiell hat der Vermieter bei Beendigung des Mietverhältnisses das Recht auf Rückbau. Vereinbaren Sie mit Ihrem Vermieter vorab nach Möglichkeit den Verzicht auf diese Klausel. Dass die Wohnung durch solche Baumaßnahmen aufgewertet wird, ist ein gutes Argument.

Sollten Sie neu in Ihrer Rollstuhlsituation sein: Stellen Sie sich den Tatsachen. Es ist hart, neben allen anderen Veränderungen auch noch den Verlust der vertrauten Wohnsituation hinnehmen zu müssen. Aber teure Umbauten, bei denen letztlich nur ein umständlicher Kompromiss herauskommt, erschweren die Situation auf Jahre hinaus.

Nehmen Sie professionelle Beratung in Anspruch, wenn es um die Finanzierung von Bauvorhaben geht. Die Materie ist komplex und es lohnt sich, alle in Betracht kommenden Unterstützungsmöglichkeiten auszuschöpfen.

Überstürzen Sie nichts! Bevor für teures Geld Tatsachen geschaffen werden, können Behelfslösungen für eine Übergangszeit sinnvoll sein. Vielleicht stellt sich heraus, dass die eine oder andere Baumaßnahme gar nicht nötig ist oder dass es günstigere Alternativen gibt.

Die DIN 18040 definiert Normen für das barrierefreie Bauen im öffentlichen Raum. Für Baumaßnahmen in den eigenen vier Wänden ist sie nicht verbindlich, kann aber als Ideengeber dienen. Die Bewilligung mancher Fördergelder ist allerdings mit der Berücksichtigung der Norm verknüpft.

Es ist in jedem Fall sinnvoll, bei Baumaßnahmen an die Zukunft zu denken. Im Alter kann zusätzlicher Platzbedarf durch den Umstieg von einem Aktiv- auf einen Elektrorollstuhl entstehen. Eine Einliegerwohnung in die Planung einzubeziehen, bietet sich als Option für eine später vielleicht erforderliche Pflegekraft an.

Auf lange Sicht sollte das Ziel immer sein, so „unbehindert“ wie möglich zu wohnen. Kompromisse in der Startphase sind möglicherweise nicht zu vermeiden, aber Treppelifte, Rampen und andere mit körperlicher Anstrengung verbundene Hilfsmittel schlucken auf Dauer Kräfte, die anderswo besser eingesetzt sind.

Wer mit einem nicht behinderten Partner lebt, kann theoretisch anders planen als ein Alleinstehender. Aber was ist, wenn der Partner für längere Zeit „ausfällt“, etwa wegen Reise oder Krankenhausaufenthalt? Die Wohnsituation sollte deshalb in jedem Fall uneingeschränkte Selbstständigkeit gewährleisten.

Bei der Standortwahl ist für Menschen mit Mobilitätseinschränkung der Blick auf die Infrastruktur besonders wichtig. Der Zugang zu medizinischer Versorgung, barrierefreien Arztpraxen, Einkaufsmöglichkeiten und kulturellen Angeboten sollte mit vertretbarem Aufwand gegeben sein. Eine gute Anbindung an öffentliche Verkehrsmittel ist erstrebenswert, denn wer aufgrund von Alter oder Krankheit nicht mehr selbst Auto fahren kann, sollte deswegen nicht umziehen müssen.



Phil Hubbe lebt seit 1985 mit Multipler Sklerose. Seit 1992 übt er seine Leidenschaft als Beruf aus und arbeitet als Cartoonist für Tageszeitungen, Zeitschriften und Anthologien – und für Hollister! Auf humoristische Weise thematisiert er dabei oftmals seine Krankheit.

Kennen Sie schon das Hollister Beratungsteam?

Unser Beratungsteam besteht aus qualifizierten Beraterinnen und Beratern verschiedener Fachrichtungen des Gesundheitswesens. Das Team berät Sie gerne zu Ihrer aktuellen bzw. einer alternativen Kontinenzversorgung und stellt Ihnen auf Wunsch kostenlose Testmuster der Hollister Produkte zur Verfügung. Auch für Anregungen und Verbesserungsvorschläge zu unseren Produkten haben wir ein offenes Ohr. Genauso wichtig wie fundierte medizinische Kenntnisse sind menschliche Fähigkeiten wie Fingerspitzengefühl und Diskretion.

Sie erreichen das Hollister Beratungsteam

montags bis donnerstags von 8.00–17.00 Uhr und freitags von 8.00–16.00 Uhr

unter der gebührenfreien Nummer 0 800 / 1 01 50 23

oder Sie schicken uns einfach eine E-Mail an beratungsteam@hollister.com.

IMPRESSUM +++ **Herausgeber:** Hollister Incorporated · Niederlassung Deutschland · Riesstraße 25 · 80992 München · Tel. 089/99 28 86-0 · www.hollister.de +++ **Projektleitung:** Heike Voigt, heike.voigt@hollister.com +++ Das Lebensnah Magazin erscheint dreimal jährlich und ist kostenlos erhältlich. +++ **Gestaltung und redaktionelle Mitarbeit:** Werner Pohl, Die Jäger München GmbH



Deutschland

Hollister Incorporated

Niederlassung Deutschland
Riesstraße 25
D-80992 München

Beratung:

Telefon: 0 800 / 1 01 50 23 (gebührenfrei)
beratungsteam@hollister.com
www.hollister.de
www.hollister-lifeblog.de

Österreich

Hollister GmbH

Bergmillergasse 5/1/1
A-1140 Wien

Beratung:

Telefon: 01 / 8 77 08 00-0
hollister.oesterreich@hollister.com
www.hollister.at

Schweiz

Hollister

Bernstrasse 388
CH-8953 Dietikon

Beratung:

Telefon: 0 800 / 55 38 39 (gebührenfrei)
info@hollister.ch
www.hollister.ch

Wichtiger Hinweis: Falls Sie dieses Magazin per Post von Hollister erhalten haben und dies zukünftig nicht mehr wünschen, wenden Sie sich bitte an das Hollister Beratungsteam unter den oben genannten Kontaktdaten. Auf Ihren Wunsch nehmen wir Sie selbstverständlich aus unserem Verteiler.

© 2015 Hollister Incorporated.
Hollister und Logo sowie VaPro, VaPro Pocket und VaPro Plus sind Warenzeichen von Hollister Incorporated.
LI9373/12.15

 **Besuchen Sie uns auf Facebook:**
Hollister Deutschland