



„Barrierefreie Maßnahmen für das eigene  
Zuhause?  
Immer sinnvoll für Jung und Alt!“

Seniorenbeirat Alling 14. Oktober 2025

# BIRGIT SCHIMMEL

Dipl.-Ing. (FH) A



# BIRGIT SCHIMMEL

Inklusion  
und  
Architektur

- 1985 Diplom an der FH München
- 1985-1988 Mitarbeit bei Koch + Partner
- 1988-1990 selbständig tätig, Büro Arche Nova
- 1993-1999 Mitarbeit bei WEP Winkler Effinger Partner
- 1999-2002 selbständig tätig
- 2003-2011 Beratungsstelle Wohnen, Verein Stadtteilarbeit
- seit 2013 selbständig tätig Büro „Inklusion+ Architektur“  
Projekte u.a. Münchner Stadtmuseum, Gasteig, Biotopia, Sozialbürgerhäuser der LHM, Kindertagesstätten, Schulen der LHM u.v.m.
- 2021 Veröffentlichung – „Leitfaden zum inklusionsorientierten Schulsportstättenbau“
- seit 2024 Mitarbeit im Städtischen Beraterkreis für barrierefreies Bauen der LHM

# Barrierefreie Maßnahmen für das eigene Zuhause

1. Situation
2. Was bedeutet barrierefrei?
3. Hauseingang + Außenbereich
4. Treppen + Treppenlifte
5. Schwellen + Terrassenzugang
6. Bad und WC
7. Schlafzimmer - Wohnzimmer
8. Küche
9. Fördermöglichkeiten
10. Kontakte



# 1. Situation



- Die Altersstruktur wird sich stark verändern, der Anteil der über 65-Jährigen nimmt stark zu.
- 2022 lebten in Deutschland knapp 16.800 Menschen, die 100 Jahre oder älter waren. Das entspricht der Größe einer Kleinstadt.
- Die meisten Hochaltrigen in Deutschland führen noch ein relativ selbstständiges Leben. So wohnen immerhin etwa sechs von zehn Personen in einem privaten Haushalt. Nur eine Minderheit (42 Prozent) der über 100-Jährigen lebt in Gemeinschaftsunterkünften wie zum Beispiel Alten- oder Pflegeheimen.

Quelle: <https://www.7jahrelaenger.de/7jl/magazin/das-sind-die-hundertjaehrigen-in-deutschland>



# 1. Situation:

Warum leben wir so gern in Alling?

- Ländlicher Raum mit Dorfcharakter
- Kurze Wege in die Natur
- Intaktes, gesellschaftliches Leben
- Kontakt mit den Nachbarn





# 1. Situation:

## Welche Wohnmöglichkeiten gibt es in Alling?

- In Alling leben die meisten Menschen in Einfamilienhäusern.
- Es gibt viele Reihenhäuser: Gut für junge Familien – schwierig im Alter.
- Welche Wohnformen bieten Alternativen zum Einfamilienhaus?
- Welche Möglichkeiten haben junge Familien?



# 1. Situation:

Welche Wohnmöglichkeiten gibt es in Alling?

- **„Alt macht Platz für Jung“ –**

eine schöne Idee, aber nur möglich, wenn genügend kleine Wohnungen gekauft oder gemietet werden können.

- Idealerweise mit Hausnotruf und weiteren Servicepaketen!





# 1. Situation:

Wie kann ich im Alter in Alling leben?

- 35,5 % der Einwohner sind älter als 65 Jahre.
- In den ländlichen Gemeinden um FFB waren 85 Jahre und älter:

2009 : 710 Personen

2029: 2265 Personen



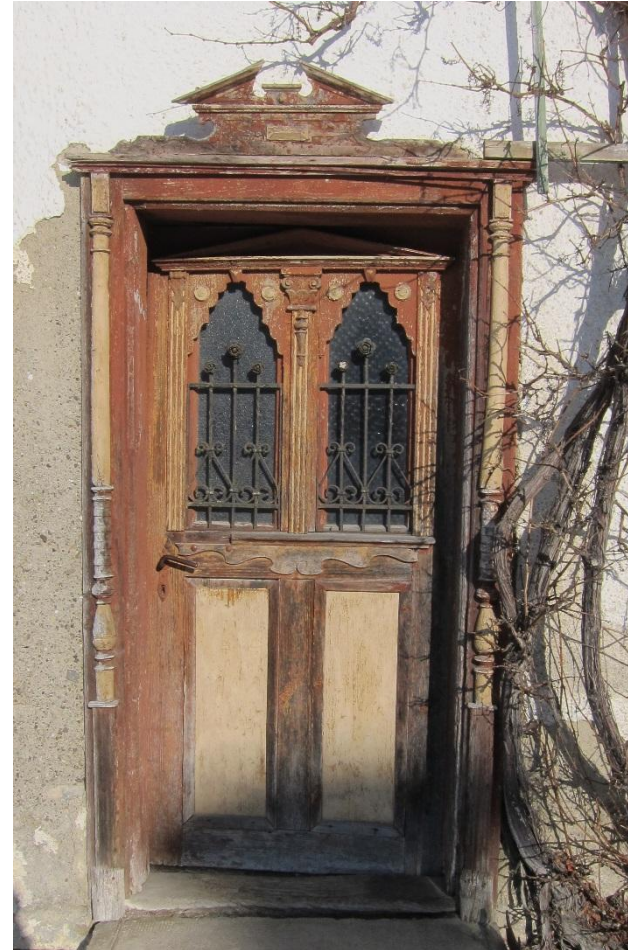


# 1. Situation:

- Zuhause wohnen bleiben möchte jeder – ambulant vor stationär
- nur 10% möchten in einer betreuten Wohnanlage wohnen

**Deshalb sollte jeder nach Möglichkeit sein Zuhause rechtzeitig barrierearm gestalten!**

- Wohnberatung für **alle**, die umbauen oder renovieren möchten
- Qualifizierung von Handwerksbetrieben und Aufbau eines entsprechenden Netzwerkes
- Aufbau von haushaltsnahen Dienstleistungen (Nachbarschaftshilfe, [pflgestuetzpunkt@lra-ffb.de](mailto:pflgestuetzpunkt@lra-ffb.de))



## 2. Was bedeutet barrierefrei?

### Barrierefreies Bauen

# 02

Barrierefreie Wohnungen



Funktion	Basisstandard	R-Standard
Fortbewegung im Flur	120 cm Flurbreite	120 cm Flurbreite
Rangierfläche im Flur	-	150 cm x 150 cm
Rangierfläche in - Wohnräumen - Schlafräumen - Küchen - auf Freisitzen	120 cm x 120 cm	150 cm x 150 cm
Nutzung von Möbeln/Einrichtung mit aufwendigen Bewegungsabläufen	120 cm tief entlang Küchenzeile	150 cm tief entlang Küchenzeile
	120 cm tief entlang Einstiegsseite Bett 90 cm tief entlang der zweiten Längsseite	150 cm tief entlang Einstiegsseite Bett 120 cm entlang der zweiten Längsseite
Nutzung sonstiger Möbel	90 cm tief vor dem Möbel	150 cm tief vor dem Möbel
Bewegungsflächen an Türen	-	120 cm x 150 cm bzw. 150 cm x 150 cm

Alle Bewegungsflächen an Möbeln und die Rangierflächen dürfen sich überlagern.

Seit 1. Juli 2013 ist die DIN 18040-2 als „Technische Baubestimmung“ eingeführt.

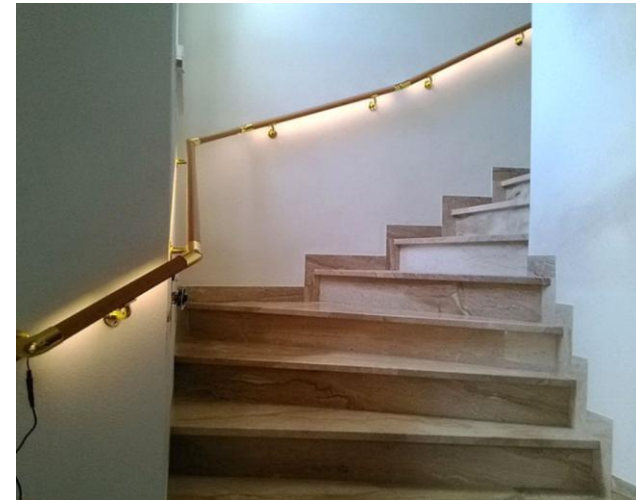
### 3. Der Hauseingang mit Außenbereich

- Gehweg gut befahrbar gestalten, z.B. Münchner Gehwegplatten oder Betonwerksteine
- Sitzmöglichkeit (Bank) im Eingangsbereich
- Vordach vorsehen
- statt Treppenstufen Zugang zum Haus mit leichtem Gefälle ausbilden
- statt einer Schwelle Dichtungsbürsten in der Türzarge vorsehen
- genügend Bewegungsfläche vor der Haustüre vorsehen: Mindesten 1,50m x 1,50m
- Haustüren sollten ein liches Durchgangsmaß von 90cm haben
- Sauberkeitsmatte sollte in Eingangsplatte versenkt sein
- Schalter, Drücker, Klingelknöpfe, Sprechanlagen, Briefkästen - Montagehöhe 85cm
- blendfreie Leuchten für den Hauseingang wählen
- Leuchten mit Bewegungsmeldern
- Hausnummer groß und beleuchtet
- Klingelanlage mit Gegensprechanlage und evtl. automatischen Türöffner



## 4. Treppe im Haus

- Bewegungsflächen (1,50m x 1,50m) am Fuß und Kopf der Treppe nach Möglichkeit schaffen
- je einfacher die Treppenform ist, desto leichter ist sie im Alter begehbar
- Teppiche entfernen
- zu glatte Oberflächen behandeln
- Stufenmarkierung auf erster und letzter Stufe nachrüsten
- gute, blendfreie Beleuchtung im Treppenhaus vorsehen
- Handlauf, wenn möglich auf beiden Seiten in 85-90 cm Höhe montieren
- Handlauf sollte ergonomisch geformt sein - Handlaufdurchmesser sollte 3,0 - 4,5cm betragen
- Handlauf beleuchtet – bessere Auffindbarkeit nachts



## 5. Schwellen

Modulares Türschwellen  
System - Excellent Systems



Schwellenkeile Gummi -  
barrierefrei.de



<https://media.cdn.bauhaus/m/1533506/26.jpg>

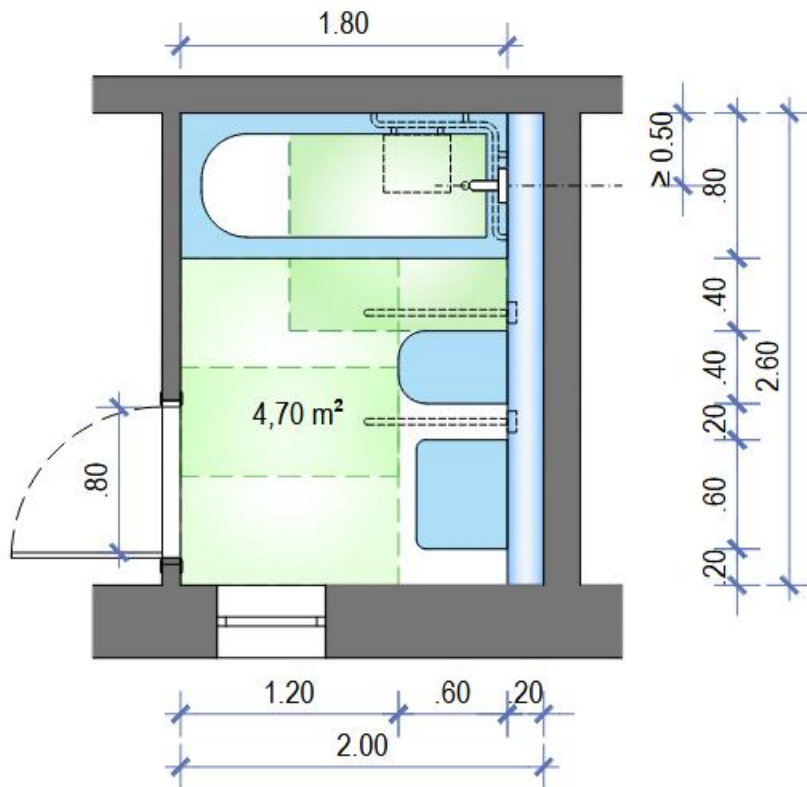
## 6. Bad + WC:

Für den Neubau/Umbau gilt:

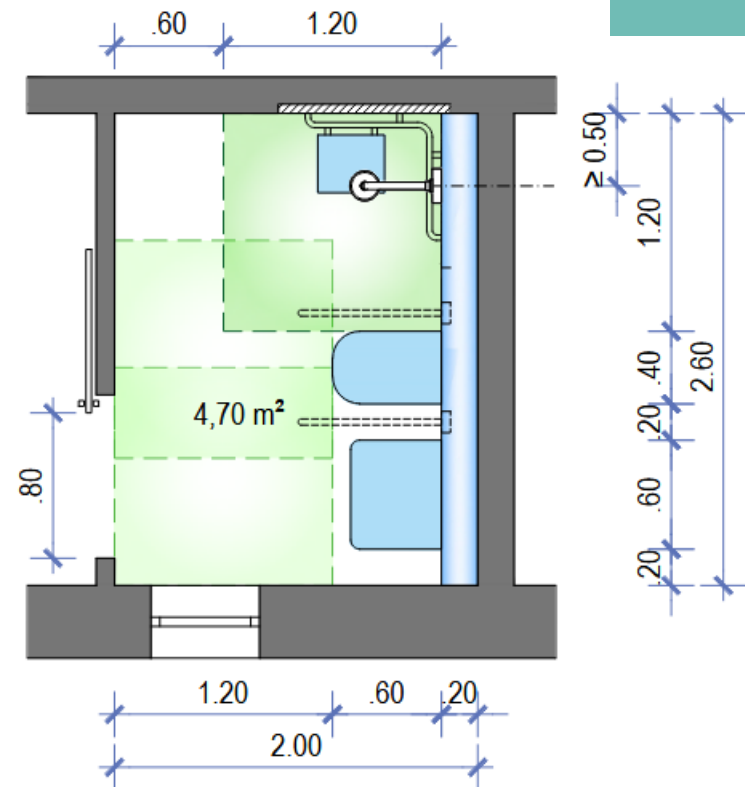
- Wände im Bad massiv ausbilden, damit Haltegriffe, Haltestangen, Stütz- und Hebevorrichtungen sicher montiert werden können
- ausreichend Bewegungsflächen vorsehen
- bodengleiche Duschwanne vorsehen
- Thermostate und Armaturen in 85cm Höhe anbringen lassen
- Armaturen als Einhebel-Mischbatterien mit Temperaturbegrenzung vorsehen
- rutschfester Bodenbelag R10/B
- Toiletten seitlich nicht zu knapp neben die Wand montieren
- Waschtische sollten mit Unterputz- oder Flachaufputzsiphons montiert werden, dann sind die Waschtische unterfahrbar
- große Spiegel ab OK Waschbecken vorsehen



## 6. Bad und WC - Umbau



Standardbad mit Badewanne 4,70 m²  
vorgerüstet für eine bodengleiche Dusche



Standardbad 4,70 m² barrierefrei nach DIN 18040-2  
Bodengleiche Duschfläche 1.20 m x 1.20 m  
Bewegungsfläche 1.20 m x 1.20 m vor jedem Sanitäröbjekt

## 6. Bad + WC

Bodengleiche Duschen sind ein Komfort für alle.  
Bis ins hohe Alter kann man selbständig ohne fremde Hilfe die Körperpflege bewerkstelligen.

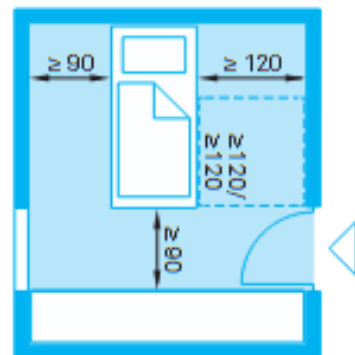
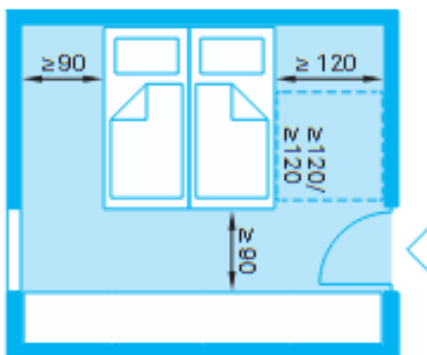
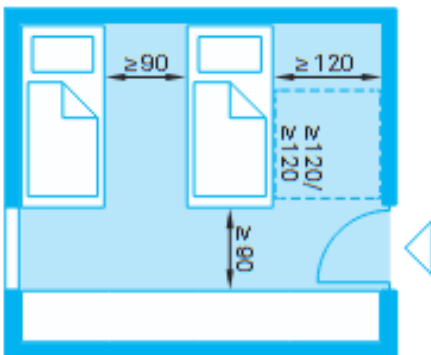
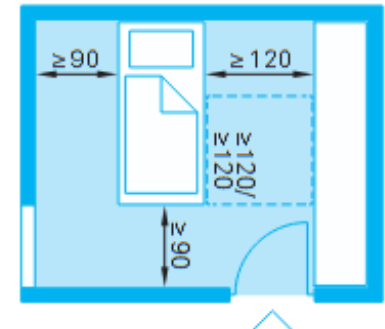
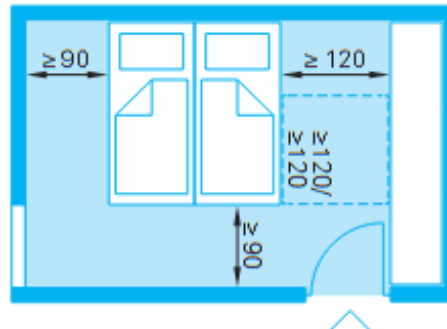
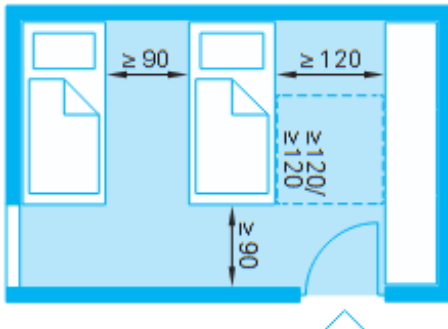
Der nachträgliche Einbau von Fußbodenabläufen ist abhängig von der Stärke des bestehenden Fußbodenaufbaus bzw. der Lage des Bades.

Was ist bei einer bodengleichen Dusche notwendig?

- Komplette neuer Fußbodenbelag mit neuer Abdichtung
- Rutschhemmender Bodenbelag, z.B. Fliesen R10/B
- Ausreichendes Gefälle (mindestens 2 %)
- Armaturen in geeigneter Lage und barrierefreier Bedienungshöhe

# 7. Schlafzimmer

## Grundrissbeispiele Schlafzimmer barrierefrei



Quelle: Grundrissbeispiele

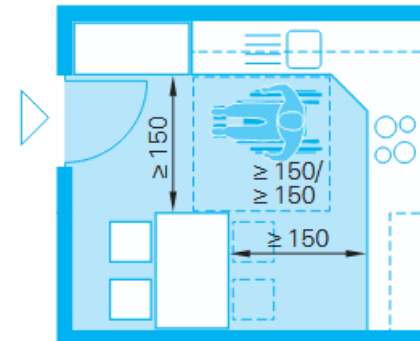
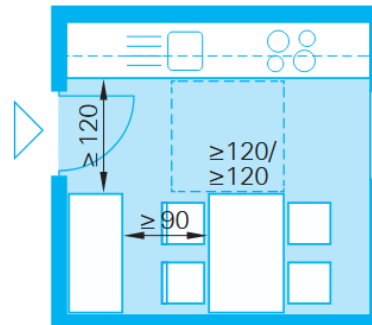
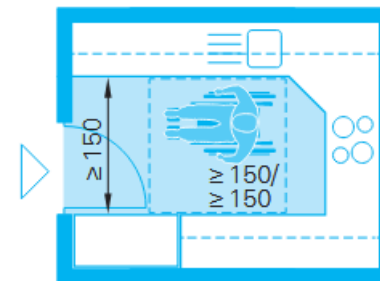
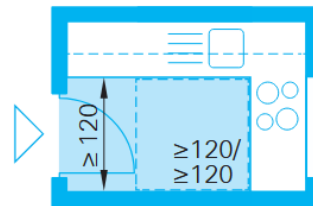
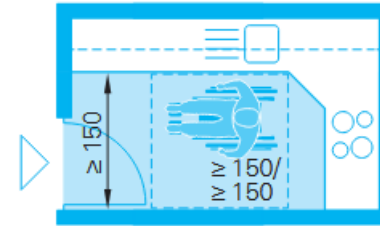
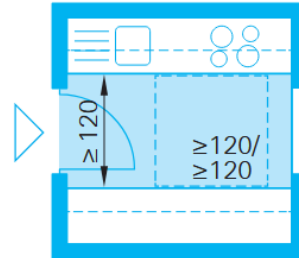
[https://www.byak.de/data/pdfs/Beratungsstelle\\_Barrierefreiheit/BB\\_Leitfaden\\_2\\_barrierefrei.pdf](https://www.byak.de/data/pdfs/Beratungsstelle_Barrierefreiheit/BB_Leitfaden_2_barrierefrei.pdf)



## 7. Schlafzimmer

- lichte Bewegungsfläche im Bettbereich herstellen
- lose Teppiche entfernen (Stolperfallen)
- erhöhtes Bett mit elektrisch verstellbaren Einlegerahmen
- sortieren des Schrankinhaltes: Viel gebrauchtes in Reichweite
- absenkbare Garderobenstangen
- Notruf, Telefon erreichbar – keine zu kleinen Nachtkästchen
- Anschluss TV
- Haltegriffe bei Bedarf am Bett vorsehen
- Handlauf bei Bedarf oder Boden-Deckenstange
- Nachtlicht bzw. Licht mit Bewegungsmelder
- Leseleuchte
- Hygienischen Bodenbelag vorsehen
- bei Pflegebedarf evtl. Toilettenstuhl bereitstellen

# 8. Küche



Quelle: Grundrissbeispiele

[https://www.byak.de/data/pdfs/Beratungsstelle\\_Barrierefreiheit/BB\\_Leitfaden\\_2\\_barrierefrei.pdf](https://www.byak.de/data/pdfs/Beratungsstelle_Barrierefreiheit/BB_Leitfaden_2_barrierefrei.pdf)

## 8. Küche

- Unterschränke als Auszugskonstruktionen - Schubladenschränke
- Hochschränke für Vorräte als Apothekerschränk
- Oberschränke mit maximal 30 cm breiten Tür
- Glasböden in den Oberschränken erleichtern die Orientierung
- um obere Schränke sicher zu erreichen, empfiehlt sich die Verwendung eines Tritthockers mit Geländer
- Türklappen mit Winkelscharnieren oder Schiebetüren
- kontrastreiche Beschläge, Bügel- oder Relinggriffe
- die Spüle lässt sich mit einem Einhandhebelmischer mit längerem Griff leicht bedienen.
- eine ausziehbare Brause erleichtert die Arbeit. Falls nötig, kann ein Verbrühschutz installiert werden.
- für blendfreies Licht sorgen! Unterhalb der Oberschränke Lichteisten anbringen

# 8. Küche

## Einbaugeräte:

Prüfen, welche Bedienelemente für welche Personen sinnvoll sind: Drehknöpfe und Schalter oder Berührungssensoren (nicht für blinde und sehbehinderte Menschen)

## Backofen:

Einbau in Sicht- und Bedienhöhe

Teleskopauszüge

Auszugsbrett unterhalb des Backofens schützt zusätzlich sitzende Personen

## Kochfeld:

Glaskeramik – Kochfelder erlaubt ein Verschieben der Töpfe mit geringem Kraftaufwand

Hitzebeständige Arbeitsfläche neben Kochfelder einplanen

Erhabener Einbau des Kochfeldes (1-2mm) für sehbehinderte Menschen

Mit Kontrasten Arbeiten: Helle Arbeitsfläche – dunkle Kochfelder

Auszugsbrett unterhalb des Backofens schützt zusätzlich sitzende Personen

Herdsicherung einbauen: Hitzeschutz mit Sensor

## Kühlschrank:

Energiesparende Kühlschränke verwenden. Erhöht stellen (40-50 cm über FFB)



## 9. Fördermittel

Wohnumfeldverbessernde Maßnahmen  
nach § 40 Absatz 4 SGB XI (Soziale Pflegeversicherung)

- jeder Pflegebedürftige mit einem Pflegegrad (1 bis 5): Zuschuss von bis zu **4.180 €** bei der Pflegekasse
- Leben mehrere pflegebedürftige Menschen in einer Wohnung, kann für Maßnahmen zur Verbesserung des gemeinsamen Wohnumfeldes (z.B. einen Badumbau) maximal ein Gesamtzuschuss bis zu 16.720 € beantragt werden.
- bei mehr als 4 betroffenen Personen wird der Betrag anteilig berechnet)
- erst wenn sich die Pflegesituation ändert und weitere Wohnungsanpassungen erforderlich sind, handelt es sich erneut um „eine Maßnahme“, und es kann ein weiterer Zuschuss beantragt werden.

# 10. Kontakte



Sie wohnen im Landkreis Fürstentfeldbruck und ...

- haben allgemeine oder spezielle Fragen rund um das Thema Pflege?
- brauchen Unterstützung bei der Antragsstellung von Pflegeleistungen?
- benötigen eine Übersicht an Hilfsangeboten zur Pflege?
- haben den Bedarf von konkreter Hilfestellung in akuten Situationen?
- suchen individuelle Informationen rund um das Thema Pflege?

Dann sind Sie bei uns im Pflegestützpunkt für den Landkreis Fürstentfeldbruck richtig!

Unsere Pflegeberaterinnen bieten Ihnen professionelle Beratung, Vermittlung und Unterstützung per Telefon, persönlich vor Ort oder zu Hause nach vorheriger individueller Terminvereinbarung an.

Termin vorab vereinbaren unter:

Tel. 08141 519-7070 oder E-Mail [pflegestuetspunkt@lra-ffb.de](mailto:pflegestuetspunkt@lra-ffb.de)

# 10. Kooperationspartner

[www.psp-ffb.de](http://www.psp-ffb.de)

Der Pflegestützpunkt Fürstenfeldbruck hat zudem die Aufgabe, Kooperationen zu schließen und ein regionales Netzwerk auf- und auszubauen.

Die engsten Kooperationspartner bilden vorerst folgende Beratungsstellen im Landkreis Fürstenfeldbruck:

- Seniorenfachberatung am Landratsamt Fürstenfeldbruck Frau Trouw
- Fachstelle für pflegende Angehörige der Germeringer Insel e.V.
- Fachstelle für pflegende Angehörige der Caritas Fürstenfeldbruck
- Wohnberatung der Diakonie Oberbayern West Sonja Schlünder

# 10. Kooperationspartner



Kompetenzzentrum Barrierefreies Wohnen  
Konrad-Zuse-Platz 11 / 1. Stock  
81829 München

089-357043-0

## Kompetenzzentrum Barrierefreies Wohnen

### Aktuelles:

Digitale Assistenz in der Wohnberatung Einblicke:  
forschungsbasiert, praxisnah und zukunftsorientiert

Kompetenzzentrum Barrierefreies Wohnen - Offene Führung für  
Alle

Länger selbstbestimmt daheim leben – Künstliche Intelligenz und  
Digitale Assistenz im Wohnbereich

Schlaganfall: Erkennen – handeln – Alltag zu Hause

### Angebotsübersicht:

Wohnberatung / Wohnungsanpassung


THEAmobil

Präventive Hausbesuche

Fachstelle Wohnberatung in Bayern

Ausstellung Barrierefreies Wohnen





Eines Tages  
wirst du aufwachen  
und keine Zeit mehr haben  
für die Dinge,  
die du immer tun wolltest.

Tu sie jetzt.

Paulo Coelho

Vielen Dank für ihr  
Interesse!