



Checkliste: Seniorengerechtes Bad

Allgemein

- Im barrierefreien Bad sollte ausreichend Bewegungsfreiraum gegeben sein: Planen Sie vor dem WC, dem Waschtisch und dem Duschplatz ca. 150 x 150 Zentimeter große Flächen ein, die sich überlagern dürfen.
- Wer sein Badezimmer in einer Mietwohnung den neuen Bedürfnissen entsprechend umbauen lassen will, sollte vorher die Zustimmung des Vermieters einholen.

Vermeiden Sie Stolperfallen

- Es sollten möglichst keine Stufen an der Zimmertür, keine Bodenpodeste, Schwellen oder sperrige Möbel den Weg versperren.
- Eine rutschfeste Beschichtung aller Bodenbeläge schafft weitere Sicherheit.

Waschtisch

- Der Waschtisch sollte unterfahrbar sein, damit er auch im Sitzen genutzt werden kann. Optimal ist eine mögliche Höhenregulierung.
- Er ist gut zugänglich, am besten auch seitlich.
- Auf etwa ca. 80 cm Höhe montieren (Oberkante).
- Ein Becken mit einer nach innen gewölbten Vorderseite ermöglicht ein weites Vorbeugen zum Spiegel.
- Armaturen mit schwenkbaren Ausläufen oder ausziehbaren Schlauchbrausen wählen, z.B. für die Haarwäsche.





Checkliste: Seniorengerechtes Bad

- Präzise einstellbare Temperaturregler oder Sensortechnik an den Armaturen schützen vor Verbrühen.

Badwanne

- Ausstattung mit rutschfesten Oberflächen.
- Komfortabler Einstieg.
- Ein- bzw. Ausstiegshilfen, z.B. schwenkbare Sitze, seitlich begehbare Türen oder Badelifte.
- Ein breiter Wannenrand sowie Haltegriffe zur Sicherheit.

Dusche

- Ebenerdiger Zugang zur Reduzierung der Stolpergefahr.
- Rutschfeste Bodenbeschichtung.
- Wasserfester, gepolsterter Sitz.
- In sitzender Position per Drehknopf höhenverstellbarer Duschkopf.

Fußboden

- Der Boden sollte rutschfest, mattiert und standsicher sein.
- Bei Bedarf mit speziellen Anti-Rutsch-Badvorlegern kombinieren.
- Bei Bedarf Ausstattung mit einer Fußbodenheizung.

WC

- Die optimale Sitzhöhe beträgt 48 cm. Noch besser: Das WC ist höhenverstellbar.
- Ausreichender Platz zu anderen Sanitärobjekten mit einem seitlichen Bewegungsraum von ca. 95 cm.
- Ein wandhängendes WC erleichtert die Bodenreinigung.





Checkliste: Seniorengerechtes Bad

- Die Toilettenspülung sollte niedrig angebracht sein, damit sie auch im Sitzen leicht erreichbar ist - idealerweise im vorderen seitlichen Greifbereich (auch Papierrollenhalter).
- Auf eine Ausstattung mit stabilen Haltegriffen achten.

Badmöbel

- Sie sollten keine sperrigen Füße haben und an der Wand montiert werden. Das lässt den Raum größer erscheinen und erleichtert die Bodenreinigung.
- Wichtig sind niedrig angebrachte Ablageflächen, damit diese auch im Sitzen leicht erreichbar sind.

Beleuchtung

- Licht entsprechend den Bedürfnissen aussuchen, z.B. Leselicht für die Badewanne oder farbiges LED-Licht für die Dusche, an Möbeln und Armaturen.
- Den richtigen Mix treffen: Indirekte Beleuchtung für die Wellnesszone, ideale Spiegelbeleuchtung für die Körperpflege und maximale Ausleuchtung für Reinigungsarbeiten.
- Die Beleuchtung soll auch der Sicherheit dienen: So sollte sie unter anderem Wasserflächen auf dem Fußboden sichtbar machen und so Stürzen vorbeugen.

