

## **Küche - Tipps und Maße für eine seniorengerechte / barrierefreie Küche**

### **Allgemeine Hinweise**

Die überwiegend selbstständige Benutzung der Küche kann meistens schon durch einige kleine Veränderungen erreicht werden. Wichtig hierfür sind auch ausreichende Freiflächen / Bewegungsflächen vor den einzelnen Objekten. Eine Unterfahrbarkeit bei Rollstuhlfahrern ist wichtig.

**Bei einem Küchenumbau oder Erneuerung sollte daher folgendes mit bedacht werden:**

**Die benötigten Maße und Höhen bitte mit dem Küchenbauer abstimmen, da individuell und je nach Größe der Person verschieden.**

### **Fußboden:**

- rutschfest z. B. Fliese / anderer Belag mindestens R10
- leicht zu reinigen

### **Küchentür:**

- nach außen anschlagend / alternativ Einbau einer Schiebetür
- mindestens 80 – 90 cm breit

### **Küchentisch / Stühle:**

- auf Stabilität/ Standsicherheit achten

### **Oberschränke:**

- Oberschränke gut erreichbar
- Einlegeböden aus Glas (im Sitzen eine gute Sicht auf die Küchenutensilien)
- zu hohe Oberschränke tiefer setzen
- alternativ elektrische Höhenverstellung (Nachteil: sehr kostenintensiv)

### **Schubkästen:**

- Schubkästen / Schubladenauszüge leichtgängig / gut bedienbar

### **Unterschränke (bessere Anfahrbarkeit für Rollstuhlfahrer):**

- Drehtüren entfernen / Schubladenauszüge einbauen

### **Arbeitsplatte (Rollstuhlfahrer):**

- Unterschrank entfernen (gewisse Beinfreiheit)
- Arbeitsplatte höhenverstellbar (kostenintensiv)
- Beinfreiheit in der Höhe 67 cm (Unterfahrbarkeit)
- Arbeitsplattenhöhe individuell je nach Größe der Person

### **Elektrogeräte (für leichtere Bedienbarkeit):**

- Ceranfeld / Induktionsfeld verwenden
- bei Demenz Herdüberwachung vorsehen (Brandgefahr)
- Backofen höher einbauen / Auszug unter dem Backofen (Töpfe, Backblech abstellen)
- Spülmaschine höher einbauen
- Kühlschrank höher einbauen

### **Küchenarmatur:**

- im Sitzen gut erreichbar
- Hebelmischer gut bedienbar (langer Hebel)
- bei Demenz mit Verbrühschutz 45 Grad Celsius

### **Beleuchtung:**

- ausreichend hell z. B. LED- Lampen / Deckenleuchte
- Unterbauleuchten über den Arbeitsflächen

### **Arbeitswege / Abläufe:**

- auf praktische Anordnung der Geräte achten
- Herd, Spüle, Arbeitsplatte über Eck / nebeneinander anordnen

### **Diverse kleine Hilfsmittel / Arbeitserleichterung:**

- Stehhilfe / Hocker / höhenverstellbarer Stuhl (Sanitätshaus Katalog)
- Greifhilfen / Besteck / Tassen ergonomisch usw.

**Gern beraten Sie die Mitarbeiter\*innen der Wohnberatung  
Infotelefon Wohnberatung 0571 807 22808**