



Altersgerechte öffentliche Aussenräume

Zielsetzung

Eine alters- und behindertengerechte Gestaltung von öffentlichen Aussenräumen ermöglicht es Menschen jeden Alters,

- den städtischen Aussenraum für sich zu nutzen,
- soziale Kontakte zu pflegen,
- sich im Alltag selbständig zu bewegen

und trägt damit zum Erhalt eines möglichst selbstbestimmten Lebens bis ins hohe Alter bei.

Das Merkblatt soll die verantwortlichen Stellen dafür sensibilisieren, bei ihren Planungen auch die Anliegen von Personen mit besonderen Bedürfnissen zu berücksichtigen.

Der Good Practice Teil liefert konkrete Beispiele zur Umsetzung.

Adressat/-innen

- Alter und Gesundheit
- Altersforum
- Amt für Städtebau
- Quartierentwicklung
- Baupolizei
- Gemeinnützige Wohnbaugenossenschaften
- Ökologie und Landschaftsplanung
- Sportamt
- Stadtbus
- Stadtgrün
- Tiefbauamt

Ausgangslage

Demografische Entwicklung

Der Bericht 2014 zur demografischen Entwicklung der älteren Bevölkerung sagt für Winterthur in den nächsten Jahren einen kontinuierlichen Anstieg der Bevölkerung über 65 Jahren voraus: „Für die nächsten zehn Jahre wird eine Zunahme von 14% erwartet. Bis ins Jahr 2028 ist mit rund 25% mehr Rentnerinnen und Rentnern zu rechnen.“ Im Jahr 2038 sollen es gegenüber dem Jahr 2013 plus 45% sein. Das würde bedeuten, dass dann der Anteil der über 65-Jährigen bereits einen Fünftel der Winterthurer Bevölkerung ausmacht.

Heterogenität des Alterns

Das Alter kann nicht als starrer Lebensabschnitt definiert werden. So kann das Altern individuell sehr unterschiedlich verlaufen, weswegen auch Mobilität und Bewegungsradius an kein bestimmtes Alter geknüpft sind. Im öffentlichen Aussenraum bewegen sich unterschiedliche Gruppen älterer Menschen:

- **Mobile ältere Sporttreibende:** Sie fahren beispielsweise Velo, trainieren im Fitnesscenter, betreiben Gymnastik oder Aquafitness, joggen, walken, wandern oder schwimmen. Laut der Studie «Sport in Winterthur» (2014) erhöhen vor allem Männer den Umfang ihrer sportlichen Aktivitäten nach der Pensionierung.
- **Mobile ältere Nicht-Sporttreibende:** Sie bewegen sich im Alltag zu Fuss im Strassenraum, benützen den öffentlichen Verkehr, gehen spazieren, besuchen mit ihren Enkelkindern den Spielplatz, spielen Pétanque, verweilen in Strassencafés oder treffen sich auf öffentlichen Plätzen.
- **In der Mobilität eingeschränkte ältere Menschen:** Sie brauchen als Gehhilfen Stöcke oder einen Rollator, bewegen sich langsam und oft unsicher, hören oder sehen schlecht, sind teilweise dement und bisweilen auf Begleitung angewiesen. Ihr Bewegungsradius beschränkt sich zunehmend auf das nähere Wohnumfeld. Nur wo es die Infrastruktur zulässt, benützen sie den öffentlichen Verkehr.

Begegnungsorte für alle Generationen



Bildquelle: Stefan Kubli

Die Frage, woran man die Lebensqualität einer Stadt erkenne, beantwortet der Stadtplaner Jan Gehl in einem Interview im deutschen Wirtschaftsmagazin Brandeins (Ausgabe 12/14) wie folgt: «Es gibt einen sehr simplen Anhaltspunkt. Schauen Sie, wie viele Kinder und alte Menschen auf Strassen und Plätzen unterwegs sind. Das ist ein ziemlich zuverlässiger Indikator. (...)»

Generationengerechte Freiräume animieren die breite Bevölkerung dazu, nach draussen zu gehen, was immer auch mit Bewegung verbunden ist. Sitzgelegenheiten ermöglichen häufig auch soziale Kontakte. Bewegung und Begegnung sind also eng aneinander geknüpft und fördern die soziale Einbindung ebenso wie die Bewegungssicherheit im öffentlichen Raum.

Parks bei den Alterszentren

Die Parks bei den Alterszentren der Stadt Winterthur sind ideale, generationenübergreifende Begegnungsorte, weil sie barrierefrei ausgestattet sind. Sie sind öffentlich zugänglich und für Ausflüge mit der ganzen Familie geeignet. Die kurzen, ebenen Rundwege sind mit einem Hartbelag ausgestattet und werden mit den zahlreichen Sitzgelegenheiten mit praktischen Armlehnen auch den Bedürfnissen weniger mobiler Personen gerecht. Die Parks bei den Alterszentren könnten vermehrt als Ausstellungsorte für verschiedene Kunstprojekte genutzt werden.

Siehe [«Good Practice 10»](#): Parks bei den Alterszentren / Alterswohnungen Gaiwo, Kastellweg Oberwinterthur

Gesellschaftsspiele

Bodenspielfelder wie Schach oder Mühle ziehen jüngere und ältere Menschen an. Sei es zum selber Spielen, zum Beobachten von anderen Spielenden oder ganz einfach als Treffpunkt. Erhöhte Spielfelder oder grosse Spielfiguren ermöglichen das Spielen ohne sich zu bücken (Sturzgefahr). Das Petanque-Spiel auf öffentlichem Grund ist grundsätzlich erlaubt. Idealerweise gibt es Schattenplätze und Sitzgelegenheiten in unmittelbarer Nähe.

Siehe [«Good Practice 10»](#): Schachfeld, Graben Winterthur

Informationstafeln

Es lässt sich beobachten, dass vor allem Menschen nach der Erwerbsphase die freie Zeit dafür nutzen, länger vor im Stadtraum aufgestellten Hinweistafeln stehen zu bleiben, um sich zu verschiedenen Themen zu informieren: Natur (was blüht denn da?), Technik (wie funktioniert das?), Geschichte (wer wohnte früher in diesem Gebäude?), Bauvorhaben (was wird da gebaut?) etc. Für die gute Lesbarkeit muss die Schrift auf den Informationstafeln genügend gross sein (Schriftgrösse = 2% der Lesedistanz, d.h. 2 cm pro Meter Abstand) und sich farblich deutlich vom Hintergrund abheben. Die Montagehöhe soll 160 cm nicht überschreiten.

Siehe [«Good Practice 10»](#): Wegweiser Erlebnisweg, Walcheweiher Winterthur

Sitzgelegenheiten

Das Hauptanliegen der älteren Generation sind genügend Sitzgelegenheiten, auf denen sich weniger mobile Personen von längeren Gehstrecken erholen können (Quartierbegehung 2008, Rückmeldungen aus der Bevölkerung). Diese müssen zu komfortablem und sicherem Sitzen einladen. Nicht nur Sitzbänke, sondern auch mobile Einzelstühle zum Gruppieren oder informelle Sitzgelegenheiten wie Mäuerchen werden begrüsst.

Siehe [«Good Practice 10»](#): Sitzgelegenheiten Stadtgarten Winterthur, Alterszentrum Adlergarten Winterthur, Opernhausplatz Zürich

Kriterien für altersgerechte Sitzgelegenheiten

a) Standort

- zum Beobachten: auf Spielplätzen und Sportanlagen, in Parks und Gärten, am Rand von Pünften, in Fussgängerzonen, neben Tiergehegen, ...
- zum Warten: an Bushaltestellen und Bahnhöfen (idealerweise gedeckt)
- zum Ausruhen: am Waldrand, vor dem Einkaufszentrum, in der Marktgasse, an Spazierstrecken (z. B. entlang von Gewässern), ...

b) Platzierung und Anordnung

- am Rande des Geschehens
- gut einsehbar
- gute Lichtverhältnisse
- auch einander zugewandte Sitzanordnung
- Windschutz und Beschattung
- ebenerdig erreichbar
- daneben genügend Platz für einen Rollator
- angegliederter Mülleimer
- gepflegte Umgebung

c) Ausstattung

- Rückenlehne
- Armlehnen als Stütz- und Aufstehhilfen
- hohe Sitzposition (mindestens 44cm), die im vorderen Bereich leicht nach vorn geneigt ist
- warme Materialien wie Holz oder Kunststoff
- robust

Toiletten

Für Personen mit Kontinenzproblemen kann ein dichtes Netz an öffentlich zugänglichen, barrierefreien Toiletten Voraussetzung dafür sein, dass sie sich überhaupt im öffentlichen Freiraum aufhalten. Da es sich bei Inkontinenz um ein Tabu-Thema handelt, wird dieses Bedürfnis meist nicht auf Anhieb genannt. Für die meisten Personen geeignete Toiletten weisen eine Montagehöhe (inkl. Sitzbrille) von 46cm auf und sind mit einem Haltegriff ausgestattet.

Diese Massnahmen unterstützen, dass sich ältere Menschen, aber auch alle anderen barrierefrei draussen bewegen können:

- Bestehende WC-Anlagen sind geöffnet und in sauberem Zustand.
- Der Zugang zu den WCs ist mit Rollator und Rollstuhl geeignet.
- Die Türe kann ohne grossen Kraftaufwand geöffnet werden.
- Gut lesbare Wegweiser mit Distanzangabe zeigen, wo sich die nächste Toilette befindet.

- «Nette Toilette»: Gastrobetriebe stellen ihre Toiletten kostenlos der Öffentlichkeit zur Verfügung. Ein Flyer gibt eine Übersicht, an den Eingangstüren markiert ein Aufkleber das Angebot gut sichtbar (Massnahme Altersplanung 2014; bereits realisiert in Luzern, Thun, Ftan, geplant in Bern).
- Informieren über WC-Standorte:
 - öffentliche [WC-Anlagen im Stadtplan](#)
 - Apps fürs Smartphone: z. B. «[Winterthur-App](#)» oder «[WC Guide](#)».
 - Winterthurer WC-Führer, in dem alle öffentlichen Toiletten aufgeführt sind.



Siehe [«Good Practice 10»](#): Öffentliche Toiletten Bäumli, Graben, Stadthausstrasse Winterthur

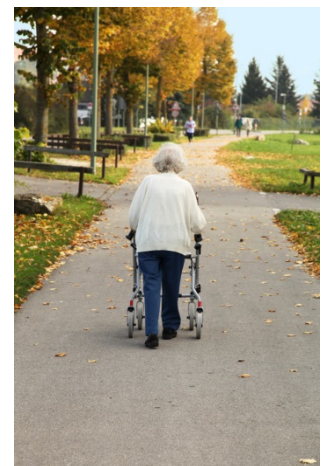
Hindernisfreie und behindertengerechte Zugänge

Grundlagen

SIA 500 macht Hinweise und Vorgaben zu Aussenräumen (ebenso zu WC-Anlagen etc.). Gemäss der Besonderen Bauverordnung I (BBV I), Anhang Seite 16, ist im Kanton Zürich diese Norm als Richtlinie und Normalie zu beachten, unter anderem bei öffentlich zugänglichen Bauten und Anlagen. Bei allen Neubauten und Sanierungsarbeiten auf öffentlichem Grund wird grundsätzlich behindertengerecht gebaut. Dafür gelten die [Planungsrichtlinien «Behindertengerechte Fusswegnetze»](#) (Strassen – Wege – Plätze). Berücksichtigt werden damit die Möglichkeiten und Grenzen von Personen, die in ihrer Mobilität, Bewegungsfähigkeit, Seh- oder Hörfähigkeit eingeschränkt sind. In den [Planungsrichtlinien «Altersgerechte Wohnbauten»](#) sind minimale und erhöhte Anforderungen für hindernisfreies Bauen aufgelistet. Nur die allerwichtigsten Inhalte der beiden Planungshilfen sind in diesem Merkblatt zusammengefasst (siehe auch: www.hindernisfreie-architektur.ch).

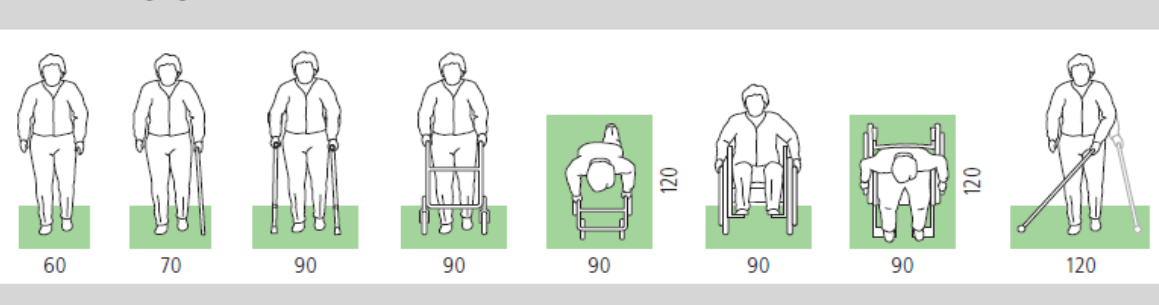
Wege und Übergänge

- Die Anforderungen für eine gute Zugänglichkeit mit dem Rollator sind vergleichbar mit jenen für die Rollstuhlgängigkeit.
- Besonders geeignet sind Asphalt- und sauber verlegte Formstein- oder Plattenbeläge.
- Ungeeignet sind Kiesbeläge, Rasengittersteine, Plattenbeläge mit breiten Fugen.
- Bei Fussgängerstreifen sind Trottoirabsenkungen für das sichere Queren mit einem Rollator oder Rollstuhl notwendig. Total ebenerdige Übergänge sind dagegen für Sehbehinderte ein Hindernis. Deshalb ist das Einhalten von 3 cm bei einem Absatz, beziehungsweise 4 cm bei abgeschrägtem Randstein wichtig.
- Explizit hindernisfrei sollen Zugänge zu Apotheken und Arztpraxen in verkehrsberuhigten Zonen sein.



Bildquelle: Fotolia

Abbildung 12
Minimale Bewegungsbreiten ohne und mit diversen Gehhilfen



Bildquelle: bfu Fachdokumentation 2.103

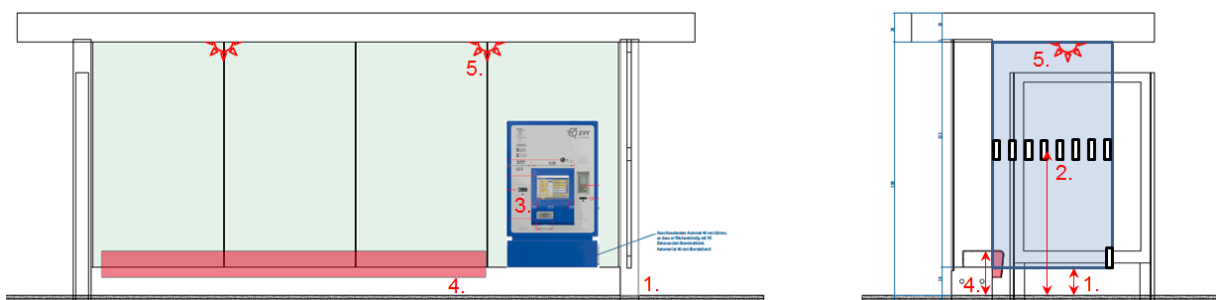
Treppen oder Rampen

- Wo möglich werden Treppen mit Rampen oder einem Lift ergänzt.
- Die Markierung der Treppenstufen ist für Menschen mit einer Sehbehinderung wichtig.
- Rampen mit einer Steigung von max. 6% können die Meisten selbständig befahren.
- Treppen und Rampen sollen beidseitig mit Handläufen versehen werden.
- Handläufe reichen 30 cm über die letzte Treppe hinaus.

Siehe [«Good Practice 10»](#): Treppengeländer Bahnhof Winterthur oder Eingang Seniorenzentrum Wiesengrund

Haltestellen im öffentlichen Verkehr

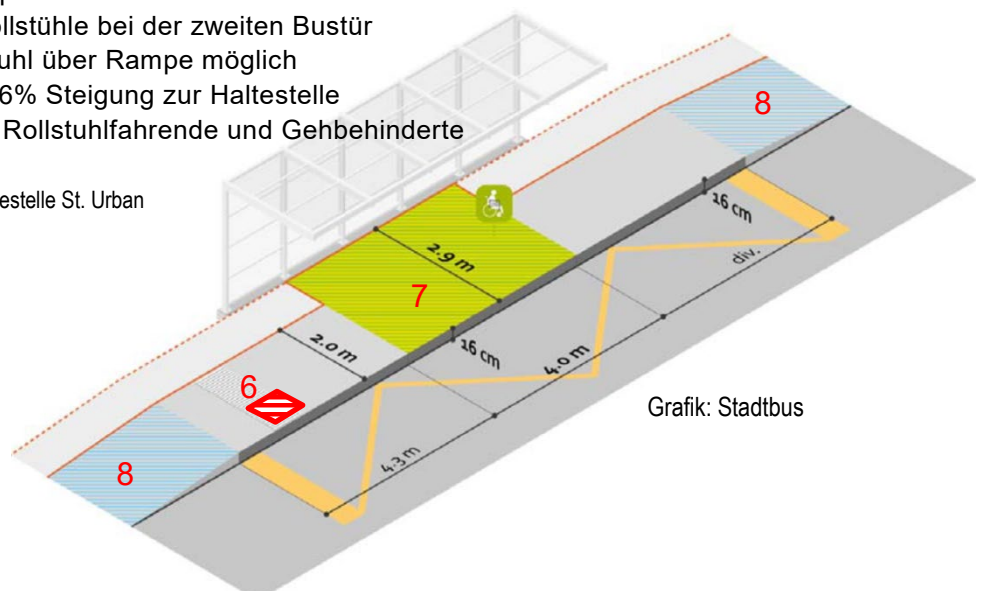
Aufgrund der altersbedingt höheren Abhängigkeit vom öffentlichen Verkehr hat die Zugänglichkeit und Gestaltung der Haltestellen und Informationsträgern eine wichtige Bedeutung. Für eine hinderisfreie und altersgerechte Bushaltestelle sind diese acht Kriterien zu beachten:



Grafik: Stadtbuss

1. Unterkante Seitenscheibe resp. Reklametafel ca. 30 cm ab Boden
→ für Sehbehinderte mit weissem Stock gut ertastbar
2. Kontrastreiche Markierungen auf Glas (hell und dunkel)
→ für Sehbehinderte gut erkennbar
3. Oberkante Touchscreen des Billettautomaten 120 cm ab Boden
→ auch aus Rollstuhl gut bedienbar
4. Oberkante Sitzbank ca. 45 cm ab Boden (Bank grenzt links an Betonstütze und rechts an Billettautomat)
→ durch Abstützen links oder rechts einfaches Aufstehen
5. Gute Beleuchtung und keine dunklen Ecken (für Fahrpersonal gut einsehbar)
→ Fahrpläne gut lesbar und gutes Sicherheitsgefühl
6. Taktile Markierung bei der ersten Bustür
→ mit Blindenstock spürbarer Wartebereich
7. Manövrierfläche für Rollstühle bei der zweiten Bustür
→ Einstieg mit Rollstuhl über Rampe möglich
8. Hindernisfrei mit max. 6% Steigung zur Haltestelle
→ gut zugänglich für Rollstuhlfahrende und Gehbehinderte

Siehe [«Good Practice 10»](#): Bushaltestelle St. Urban



Grafik: Stadtbuss

Bewegungsparks mit Outdoor-Fitnessgeräten

Aus Gründen kultureller Unterschiede lassen sich Bewegungsparks mit Outdoor-Fitnessgeräten wie in Japan oder China nicht eins zu eins in die Schweiz kopieren. Im deutschsprachigen Raum (wie auch im Eulachpark) hat sich gezeigt, dass Erwachsene nicht gerne ausgestellt sind und die Geräte nur dann ausprobieren, wenn sie nicht befürchten, sich zu blamieren. Gerade die Nähe zu Kinderspielflächen ist deshalb zu hinterfragen. Es hat sich gezeigt, dass die grundsätzlich sinnvolle körperliche Betätigung an den Geräten im Freien nur dann wirklich genutzt wird, wenn sehr sorgfältig geplant wird:

- a) *Initiativen aus der Bevölkerung aufnehmen*
- b) *Zielgruppe genau definieren*
- c) *Potenzielle Nutzende in die Planung und Nutzung miteinbeziehen*
- d) *Standort/Einbettung*
 - räumlich eher am Rand einer Grünanlage
 - nicht völlig einsehbar, aber auch nicht abgelegen
 - unmittelbare Nähe zu Schulen oder Kindergärten vermeiden
- e) *Zugang*
 - gut erreichbar zu Fuss
 - gut erreichbar mit öffentlichem Verkehr
 - barrierefreier Zugang über einen Weg (nicht über Wiese oder grobes Kies)
- f) *Auswahl der Geräte*
 - Mindestens 6 Geräte genau für die Zielgruppe auswählen
 - Zur ausgeglichenen Förderung von Beweglichkeit, Kraft, Geschicklichkeit, Balance und Koordination
 - Viele niederschwellige Geräte (z. B. einfacher Balancierparcours mit festem Balken) und nur wenige anspruchsvolle (z. B. Wackelbalken)
- g) *Beschriftungen*
 - Allgemeine Übersichtstafel
 - Trainingsanleitung mit Bild/Grafik an jedem Gerät
 - Schriftliche Erläuterungen in ausreichend grosser Schrift
- h) *Betreuung*
 - Einführung und Anleitung für neu Interessierte
 - Regelmässige, durch Fachperson begleitete Trainings
 - am besten in Gruppen
- i) *Umgebungsgestaltung*
 - Toilette in der Nähe
 - Ablage für Kleider
 - Abfalleimer
 - Kombination mit Rundweg zum Spazieren, Walken
- j) *Unterhalt*
 - Inspektion und Wartung im Voraus planen
- k) *Finanzierungsmodelle*
 - Partner finden und beteiligen (z. B. Senioren-Organisationen, Krankenkassen, Sportvereine, Serviceclubs)
 - Externe Finanzierung ausschöpfen (z. B. Kantonalen Sportfonds / Swisslos)



Bildquelle: Landbote

Siehe [«Good Practice 10»](#): Bewegungspark Gitterli, Liestal

Einbezug von Experten und ihren Organisationen

Erste Anlaufstelle bei Fragen rund um Sinnes- und Mobilitätseinschränkungen ist die Fachstelle Alter und Gesundheit im Departement Soziales. Für Planung und Bau von barrierefreien Aussenräumen empfiehlt sich das Konsultieren von Expertenwissen oder das Miteinbeziehen von Fachorganisationen:

- [Pro Senectute Kanton Zürich](#)
- [Pro Infirmis](#)
- [Schweizerische Fachstelle für hindernisfreie Architektur](#)
- [Regionaler Seniorinnen- und Seniorenverband Winterthur und Umgebung \(RSVW\)](#)

Weiterführende Informationen

Handbuch Raum für Bewegung und Sport

- Merkblatt 2: [«Freiraumgestaltung in Siedlungen»](#)
- Good Practice 2: [«Gute Lösungen zur Freiraumgestaltung in Siedlungen»](#)
- Merkblatt 3: [«Spiel- und Ruheflächen»](#)
- Good Practice 3: [«Ideale Spiel- und Ruheflächen»](#)
- Good Practice 10: [«Ideale altersgerechte Aussenräume»](#)

Kantonale Baurechtliche Grundlage

- [Besondere Bauverordnung I \(BBV I\) mit Anhang](#)

Stadt Winterthur

- [Demografiebericht 2014](#)
- [Altersplanung 2014](#): Die altersfreundliche Stadt Winterthur
- Studie [«Sport in Winterthur 2020»](#) (Lamprecht und Stamm)
- [AXA Stiftung Generationen-Dialog](#)
- [WC Konzept 2014](#)

Sturzprävention der bfu

Die Beratungsstelle für Unfallverhütung bfu stellt eine Reihe von Dokumentationen und Unterlagen zur Sturzprävention zur Verfügung:

- www.sturzpraevention.bfu.ch (Training, Analyse, Checklisten, ...)
- [«Sturzpraevention in Alters- und Pflegeinstitutionen»](#) (Fachdokumentation 2.120; 2013)
- [«Bauliche Massnahmen zur Sturzpraevention in Alters- und Pflegeinstitutionen»](#) (Fachdokumentation 2.103; 2013)

Diverse Literatur

- [Stadtmobiliar für Senioren: Ausstattungskriterien für eine altengerechte Stadt](#) (Hochschule Niederrhein, 2011)
- [Bewegung für Gesundheit im Alter](#); Leitfaden für die Einrichtung von Bewegungsparcours (Hessisches Sozialministerium, 2013)
- [Konzept «Runder Tisch: Seniorenparcours» Leitfragen und Checklisten](#) (Gesundheitsförderung Rheinland Pfalz und Saarland)

Internet

- www.hindernisfreie-architektur.ch: Richtlinien und Merkblätter
- www.die-nette-toilette.de

Rechtsgrundlagen:

- Behindertengleichstellungsgesetz (BehiG)
- Norm SIA 500 «Hindernisfreie Bauten» (2009)
- Norm SN 640 075 «Hindernisfreier Verkehrsraum» (2014)
- Planungsrichtlinien [«Behindertengerechte Fusswegnetze»](#) (Strassen – Wege – Plätze); Schweizerische Fachstelle für behindertengerechtes Bauen (2003)
- Planungsrichtlinien [«Altersgerechte Wohnbauten»](#); Schweizerische Fachstelle für behindertengerechtes Bauen (2014)