

Leichtigkeit

GESUNDHEIT

Gesund durch Harmonie

Wohlfühlarchitektur für Senioren- und Pflegewohnheime

Viele Senioren sehen im Umzug in ein Alten- und Pflegewohnheim die sicherste Variante für ihren Lebensabend. Doch stellt er eine einschneidende Veränderung dar: Der früher selbst bestimmte Alltag weicht den Regeln des Heimes – und der Wechsel läutet endgültig den letzten Lebensabschnitt eines Menschen ein. Sich diesem Gedanken bewusst zu stellen, fällt vielen nicht leicht. Architektur kann vor diesem Hintergrund einen entscheidenden Beitrag für ein besseres Leben im Alter leisten.

Viele Faktoren beeinflussen das Leben im Heim: die Mitbewohner, das Angebot an Pflegepersonal und ärztlicher Betreuung, die Gestaltungsmöglichkeiten in der Freizeit oder auch das Essen. Wohlfühlarchitektur nutzt Gestal-

tungsmittel, die zu einem gesundheitsfördernden Raumkonzept zum Wohle des älteren Menschen beitragen. Dabei ist es unerheblich, ob ihre Konzepte schon beim Entstehungsprozess einer Wohnanlage angewandt werden, oder ob eine schon bestehende Anlage mit wenigen, aber entscheidenden Faktoren der Wohlfühlarchitektur umgestaltet wird.

Wir alle wissen, dass jedes Gebäude und jeder Raum eine Ausstrahlung hat. Was sie ausmacht, ist häufig schwer greifbar. Und doch gibt es eine Reihe von Faktoren, die das erste Gefühl beim Betreten eines Gebäudes oder Raumes beeinflussen können:

- die räumliche Struktur, Großzügigkeit oder Enge der Raumaufteilung
- scharfkantige oder abgerundete Ecken
- große oder kleine Fensterflächen
- die Möbel und ihre Position
- Materialien, Licht und Farbgebung
- Pflanzen

Alles zusammen schafft eine Atmosphäre oder Energie eines Ortes, die positiv oder negativ für den Menschen spürbar ist, auf ihn einwirkt und sich auf ihn überträgt.

Gebäude und deren nähere Umgebung bilden nach unserer Haut und unserer Kleidung die dritte Hülle des Menschen. Wohlfühlarchitektur bietet hier viele gute Ansätze. Sie basiert auf den Grundsätzen der Raumpsychologie, der

Farbpsychologie und des Feng Shui, gepaart mit architektonischer Fachkenntnis.

Das Wissen aus diesen vier Bereichen lässt sich hervorragend in der Gestaltung von angst- oder teilweise negativ besetzten Räumen nutzen: Die Angst der Bewohner wird verringert und eine vertrauensvolle, entspannte Atmosphäre erzeugt. Ihre Gestaltung spricht alle Sinne eines Menschen an. Architektur, Innenarchitektur, Design und weiche Faktoren sollten Teil der Therapie werden und aktiv in den Heilungsprozess mit einbezogen werden.

Gesundheitsfördernde Raumgestaltungskonzepte

Begonnen wird eine solche Planung mit einer Diagnose des Ist-Zustandes: Wie ist die Lage des Hauses? Gibt es in der Umgebung Straßen, Sackgassen, Kirchen, Friedhöfe, Autobahnen, Müllhalden, Sendemasten? In welcher Landschaft steht es? Wie sieht der Grundriss aus: Größe, Ausrichtung, Hanglage, Garten, Bäume, Hecken, Zäune, Mauern? Wie sind die Räume angeordnet? Welche Größe haben sie? In welche Himmelsrichtung weisen sie? Wie sind die Möbel angeordnet? Welche Farben und Materialien werden verwendet?

Unter Berücksichtigung des Ist-Zustandes werden Empfehlungen ausgearbeitet für eine (Um-) Gestaltung der Räume mit Hilfe von Farben, Formen und Materialien, die Positives stärkt, Störendes beseitigt und gegensätzliche Ener-



gien ausgleicht, damit die Menschen sich wohl fühlen. Bei einer bewussten Raumgestaltung hat der Raum die Aufgabe, den Menschen Heilung zu vermitteln, anstatt ihre Krankheit zu bestätigen. Sogar angstbesetzte Räume können zu Orten der Kraft, Freude, Regeneration und Heilung werden.

Schlüsselbegriff „Harmonie“

Harmonie ist in der Wohlfühlarchitektur ein Schlüsselwort. Es geht um die harmonikalen Proportionen des Raumes, das Verhältnis der einzelnen Möbel und der Gestaltungselemente dazu, Ausgleich zwischen den Polaritäten, dem Yin (= Weiches, Warmes, Sanftes) und Yang (= Glattes, Kühles und Glänzendes).

Für die Gestaltung eines Senioren- und Pflegewohnheimes sind vor diesem Hintergrund wichtig:

- Haptische und warme Materialien
- vertraute Formen wie Kreise, Quadrat oder Dreiecke
- klare Formsprache, die weder destruktiv noch aggressiv wirkt
- vertraute Farben nach der Farbpsychologie, sinnliche und leise Töne
- Eher Holz (entspannend), als Metall (kann aggressiv wirken)
- Schaffung persönlicher Bereiche, Raum für Rituale
- Bezug zur Natur
- Angewandte Wohlfühlarchitektur

Im Eingangsbereich zeigt sich die Philosophie des Betreibers nach außen. Mit dem ersten Eindruck wird auch das Innenleben ihres Hauses assoziiert. So sollte im Empfangsbereich eine freundliche und einladende Gestaltung mit klaren Strukturen vorherrschen. Der Wartebereich und die endlos langen weißen Flure gestalten sich häufig als unruhige Orte in Senioren- und Pflegewohnheimen. Hier fühlt sich der Bewohner mit seinen Gedanken, Ängsten und Unsicherheiten allein gelassen. Umso wichtiger ist es, dem Wartenden einen Raum der Erholung zu schaffen.

Bei der Gestaltung der Zimmer eines Alten- und Pflegewohnheimes wird zunächst bewusst die Himmelsrichtungsqualität berücksichtigt. Der Norden hat die Qualität der Ruhe, der Nacht und des Gefühls, aber auch Kühle und Tiefe. Um den Bewohnern in diesen Räumen ein Gefühl von Wärme zu geben, sollten sie in einem warmen Gelb-Apricot gestaltet sein. Es ist bei Depressionen und Melancholie eine wichtige Heilfarbe, die Lebensfreude vermittelt, sowie gedankliche Stärke und Antriebskraft.

Sind die Zimmer zum Süden ausgerichtet, scheint sich Energie in alle Richtungen auszu dehnen. Um den Zimmern die Hitze zu nehmen, wird ein Rosa gewählt. Rosa ist die Farbe der Herzensliebe, ein ausgezeichnete Tröster bei seelischen Verletzungen und hilft bei Schuldgefühlen und Selbstablehnung. Solche

Farben hellen zudem die Haut auf und lassen den blassen Menschen im Spiegel gesünder, rosiger erscheinen. Dies wird von unserem Unbewusstsein registriert und fördert den Therapieansatz.

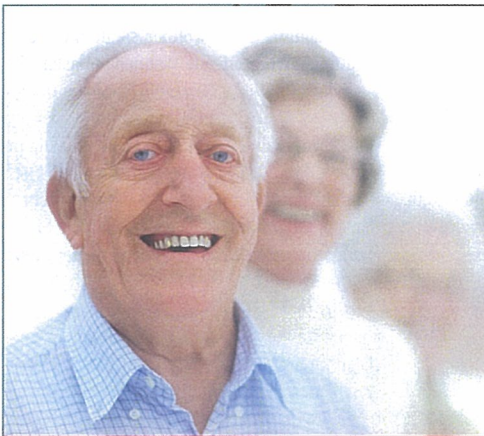
Rot oder Orangerot sollten keinesfalls in Behandlungszimmern verwendet werden, da sie die Durchblutung und damit den Schmerz fördern. In Büroräumen, die in einem speziellen blau-grün gestrichen waren, gaben Testpersonen schon bei 15° C an, dass sie frieren. Die orangerot gestrichenen Wände wirkten erst bei 11° C. Des Weiteren hat die Farbe Blau eine blutdrucksenkende Wirkung.

Dies nur ein kleiner Ausschnitt für die Wirkung angewandter Wohlfühlarchitektur.

Bewusst und unbewusst wirkende Faktoren sind in der Gestaltung von Senioren- und Pflegewohnheimen nicht modischer Trend, sondern entsprechen einer ganzheitlichen Notwendigkeit, die ein Wohlfühlen durch die Schaffung einer gesundheitsfördernden Atmosphäre ermöglicht.

Kontakt:


Dipl.-Ing. Anna-Katharina Buse, Köln
Tel.: 0221/494927
info@wohlfuehlarchitektur.de
www.wohlfuehlarchitektur.de



»Leben & Pflegen«

Bodenbeläge für Senioren- und Pflegebereiche

- besonders matte Oberfläche
- extrem langlebig und pflegeleicht
- warme und wohnliche Farben
- hygienisch und rutschsicher
- geringe Unterhaltskosten



debolon
LEBEN & PFLEGEN

dessauer bodenbeläge
GmbH & Co. KG
Postfach 1602
06814 Dessau-Roßlau

Tel. 0340/6500-0
www.debolon.de

Besuchen Sie uns auf der »Altenpflege+ProPflege 2009« in Nürnberg vom 24.-26.03. in Halle 3-442! Wir freuen uns auf das Gespräch mit Ihnen.