

# STILLE STUNDE

Ein Konzept zur Aufklärung und Sensibilisierung einer Gesellschaft, in der die Bedürfnisse von Menschen mit nicht sichtbaren Behinderungen respektiert und sensorische Barrieren abgebaut werden.



## Impulse für architektonische Planungen im öffentlichen Raum unter Berücksichtigung von Menschen mit nicht sichtbaren Behinderungen

Um sicherzustellen, dass alle Menschen - unabhängig von ihren individuellen Fähigkeiten und Bedürfnissen - am öffentlichen Leben teilhaben können, ist in der heutigen Gesellschaft die Schaffung von barrierefreien Umgebungen von entscheidender Bedeutung.

Das Bundesbehindertengleichstellungsgesetz (BGG) definiert barrierefreie bauliche und sonstige Anlagen als solche, die für Menschen mit Behinderungen *“ohne fremde Hilfe auffindbar, zugänglich und nutzbar sind”* (BGG §4). Trotz dieser gesetzlichen Anforderungen finden Menschen mit nicht sichtbaren Behinderungen und Beeinträchtigungen wie Autisten, Angstpatienten und Epileptiker bei der Planung von Gebäuden oft keine Berücksichtigung.

In diesem Schreiben werden die Herausforderungen bei der Planung und Gestaltung öffentlicher Gebäude wie Rathäuser, Bibliotheken, Museen, Kindergärten, Schulen und Schwimmbäder im Hinblick auf die Schaffung inklusiver Umgebungen angedacht und Impulse gegeben, die wir als Betroffene in der Recherche als sinnvoll und nachvollziehbar anerkannt haben. Wir sind keine Experten. In unserem Konzept sowie in unserem Wirken orientieren wir uns an zukunftsfähigen Visionen.

Wir selbst handeln aus einer neurodivergenten Wahrnehmung, die dazu führt, dass wir bestehende Schranken nicht als gegeben ansehen. Uns ist durchaus bewusst, dass nicht alles jetzt und sofort geändert werden kann. Wir wissen, dass wir bei diesen Impulsen teilweise von Planungen sprechen, die sich nicht an Mindest-Standards orientieren, sondern entlang eines möglichst hohen Niveaus. Wir haben Verständnis dafür, dass dies in der aktuellen Lage teilweise schwer umsetzbar ist. Dennoch sind wir der Ansicht, dass es sich hierbei um eine Haltung handelt, die ihre Berechtigung hat und die uns in unserer politischen Ausrichtung letztlich manchmal fehlt, um Höchstleistungen zu erzielen.

Wir hoffen so zur Verbesserung der Planungsansätze zur Förderung der Inklusion von Menschen mit nicht sichtbaren Behinderungen beizutragen.

Ihr Team von  
Stille Stunde - Inklusion durch Reizarmut  
[www.stille-stunde.com](http://www.stille-stunde.com)

# STILLE STUNDE

Ein Konzept zur Aufklärung und Sensibilisierung einer Gesellschaft, in der die Bedürfnisse von Menschen mit nicht sichtbaren Behinderungen respektiert und sensorische Barrieren abgebaut werden.



## Die Problematik

für Menschen mit nicht sichtbaren Behinderungen im öffentlichen Bereich liegt oft darin, dass ihre Bedürfnisse und Herausforderungen wenig Berücksichtigung finden. Nicht sichtbare Behinderungen wie ADHS, Autismus, Angststörungen, Epilepsie oder sensorische Überempfindlichkeiten können dazu führen, dass Menschen in bestimmten Umgebungen Schwierigkeiten haben, sich sicher zu bewegen.

Die Architektur spielt bei der Bewältigung dieser Problematik eine entscheidende Rolle, da sie die physische Umgebung gestaltet, in der sich Menschen mit nicht sichtbaren Behinderungen bewegen. Eine unzureichende architektonische Gestaltung kann zu Barrieren führen, die den Zugang und die Teilhabe dieser Personen am öffentlichen Leben erschwert, verschlechtert oder im schlimmsten Falle unmöglich werden lässt. Die Architektur kann wesentlich dazu beitragen, eine inklusive Gesellschaft, in der alle Menschen gleichberechtigt am öffentlichen Leben teilhaben können, zu fördern, indem sie die Bedürfnisse dieser Personen bei der Planung und Gestaltung öffentlicher Räume mit in Betracht zieht.

Nachfolgend seien einige Beispiele und eine mögliche Einflussnahme der Architektur darauf genannt:

- 1. Sensorische Überreizung:** Helle Beleuchtung, laute Geräusche und unerwartete sensorische Reize können für Menschen mit nicht sichtbaren Behinderungen oder sensorischen Überempfindlichkeiten überwältigend sein. Architektur kann dazu beitragen, diese Reize zu reduzieren, indem Materialien verwendet werden, die Schall absorbieren und eine angemessene Beleuchtung und akustische Umgebung schafft.
- 2. Orientierungsschwierigkeiten:** Menschen mit Autismus oder kognitiven Beeinträchtigungen können Schwierigkeiten haben, sich in unstrukturierten oder schlecht gekennzeichneten Umgebungen zurechtzufinden. Architektur kann Orientierungshilfen wie gut sichtbare Wegweiser, klares Farbkonzept und einfache Symbole integrieren, um die Navigation zu erleichtern.
- 3. Soziale Interaktion:** Menschen mit sozialen Ängsten, Autisten können sich in überfüllten oder unstrukturierten Umgebungen unwohl fühlen. Architektur kann Rückzugsorte schaffen, in denen sich Personen zurückziehen und entspannen können, sowie Bereiche, die für kleinere Gruppen oder Einzelgespräche geeignet sind.
- 4. Sicherheitsrisiken:** Menschen mit Epilepsie können durch flackernde Lichter oder bestimmte visuelle Muster Anfälle erleiden. Architektur kann darauf achten, dass mit einem inklusiven Farb- und Lichtkonzept, potenzielle Risiken reduziert werden.
- 5. Emotionale Sicherheit:** Betroffene Besucher oder Angestellte können in Umgebungen, die auch unbewusst Stress oder Angst auslösen, durchaus in krankmachende Situationen geraten. Dies kann Enge in Großbüros oder Krankenzimmer betreffen, aber auch Licht oder die Geräuschkulisse. Inklusive Architektur kann dazu beitragen, ein Gefühl der Sicherheit zu vermitteln, indem sie diese Barrieren anerkennt und im Konzept berücksichtigt.
- 6. Flexibilität und Anpassungsfähigkeit:** Menschen mit nicht sichtbaren Behinderungen haben oft unterschiedliche Bedürfnisse, die sich im Laufe der Zeit auch verändern können. Architektur sollte daher flexibel und anpassungsfähig sein, um auf individuelle Anforderungen einzugehen. Dies könnte die Integration von modularen Möbeln, verstellbaren Beleuchtungsoptionen oder anderen anpassbaren Elementen umfassen.

# STILLE STUNDE

Ein Konzept zur Aufklärung und Sensibilisierung einer Gesellschaft, in der die Bedürfnisse von Menschen mit nicht sichtbaren Behinderungen respektiert und sensorische Barrieren abgebaut werden.



## Allgemeine Lösungsansätze für inklusive Bauplanung

Um die Herausforderungen bei der Planung und Gestaltung inklusiver Umgebungen unter Berücksichtigung sensorischer Barrieren zu bewältigen, können verschiedene architektonische Empfehlungen und Konzepte berücksichtigt werden:

### Grundlinien für eine Gestaltung unter Berücksichtigung von sensorischen Barrieren:

- Einsatz von **schallabsorbierenden** Materialien und Technologien, um akustischen Komfort zu verbessern
- Verwendung einer (autismusfreundlichen) **Farbpalette und Lichtkonzepte**, die eine stimulierende und beruhigende Atmosphäre schaffen. Von deutschen Experten für barrierefreies Bauen werden in diesem Zusammenhang die Farbpaletten z.B. von *ga architects* empfohlen.
- Gestaltung von klaren Routen und Fixpunkten im Leitsystem, um eine (selbst)verständliche **Orientierung** zu ermöglichen
- Integration von flexiblen und **modularen Gestaltungs- und Möblierungsoptionen**, um verschiedene Nutzungsanforderungen zu erfüllen
- Schaffung von **Ruhe- und Bewegungsräumen** sowie multisensorischen Erlebnisbereichen für eine vielfältige Nutzung
  1. Einbindung von geschützten Garten-, Hof- und Sportplatzflächen zur Förderung von **Bewegung** und Erholung
- Integration von **Ambient Assisted Working** (AAW) Konzepten zur individuellen Anpassung der Arbeitsumgebung, welche in Teilen auch auf Schule und Kindergarten übertragbar ist.
- Eine Möglichkeit ist auch die Einbindung von Symbolen wie dem **Metacom-Konzept**, das international immer mehr Bedeutung für nonverbale Kommunikation wird.

# STILLE STUNDE

Ein Konzept zur Aufklärung und Sensibilisierung einer Gesellschaft, in der die Bedürfnisse von Menschen mit nicht sichtbaren Behinderungen respektiert und sensorische Barrieren abgebaut werden.



## Lösungsansätze für inklusive Bauplanung Rathaus:

### 1. Standardisierte Maßnahmen:

#### a) Architektonisches Design:

- Verwendung von warmen, beruhigenden Farbpaletten und natürlichen Materialien, um eine angenehme und nicht überreizende Umgebung zu schaffen.
- Einrichtung von speziellen Ruhe- und Rückzugsbereichen für Besucher oder Angestellte, die eine Pause benötigen/ sich zurückziehen möchten.
- Nutzung von schallabsorbierenden Materialien, um die Lärmbelastung und Reizüberflutung für Menschen mit sensorischen Überempfindlichkeiten zu reduzieren.
- Großraumbüros können in modulare Einzelbereiche geteilt werden, um Menschen mit nicht sichtbaren Behinderungen vor übermäßiger Reizung und sozialer Überreizung zu schützen.

#### b) Kommunikation und Beschilderung:

- Klare und gut sichtbare Beschilderung mit einfachen Anweisungen und einer deutlichen Symbolik, um die Orientierung für Menschen mit Lernbehinderungen oder kognitiven Beeinträchtigungen zu erleichtern.
- Einsatz von visuellen und auditiven Alarmen für Notfallwarnungen, die auch für Menschen mit Hörbeeinträchtigungen oder Autismus wahrnehmbar sind.

#### c) Barrierefreie Zugänglichkeit:

- Schaffung von breiten Durchgängen und Fluren, um eine sichere Bewegung für Autisten oder Menschen mit Angststörungen zu gewährleisten.
- Menschen mit Behinderungen wie ADHS können bei Überreizung von besonderen Pausen oder Bewegungseinheiten profitieren. Im Außenbereich können daher Ruhe- oder Bewegungsbereiche eingerichtet werden, um die Bedürfnisse dieser Personen zu erfüllen.

### 2. Zukunftsorientierte Maßnahmen:

#### a) Ambient Assisted Working und Living (AAW/AAL) und smarte Technologien:

- Implementierung von intelligenten Sensoren und Assistenzsystemen zur Überwachung und Anpassung von Licht-, Temperatur- und Geräuschpegeln in Echtzeit, um eine angenehme Umgebung zu schaffen und sensorische Überlastung zu minimieren.
- Integration von personalisierten Einstellungen und automatisierten Anpassungen basierend auf den Bedürfnissen und Präferenzen der Nutzer.
- Einbindung von virtuellen Informationsdiensten und digitalen Self-Service-Terminals für eine interaktive und nonverbale Interaktion mit den Dienstleistungen des Rathauses.

#### b) Smartes Architektonisches Design:

- Einsatz von adaptiven Möbeln und flexiblen Raumkonzepten, die es ermöglichen, die Arbeitsumgebung je nach Bedarf anzupassen und individuelle Anforderungen zu erfüllen.
- Implementierung von intelligenten Leitsystemen und dynamischen Beschilderungen, die sich anpassen und Informationen in Echtzeit aktualisieren können, um eine einfache Orientierung und Interaktion zu gewährleisten.

# STILLE STUNDE

Ein Konzept zur Aufklärung und Sensibilisierung einer Gesellschaft, in der die Bedürfnisse von Menschen mit nicht sichtbaren Behinderungen respektiert und sensorische Barrieren abgebaut werden.



## Lösungsansätze für inklusive Bauplanung Kindergarten:

### 1. Standardisierte Maßnahmen:

#### a) Architektonisches Design und Raumgestaltung:

- Verwendung von warmen, beruhigenden Farbpaletten und einem gut durchdachten Raumklima-Konzept
- Verwendung natürlichen Materialien, um eine angenehme und nicht überreizende Umgebung zu schaffen.
- Schaffung von klar definierten Spiel- und Lernbereichen mit klaren visuellen Trennungen, um die Orientierung zu erleichtern und sensorische Überlastung zu minimieren.
- Integration von flexiblen Möbeln und Spielgeräten, die an die individuellen Bedürfnisse und Fähigkeiten der Kinder angepasst werden können.

#### b) Kommunikation und Beschilderung:

- Verwendung von klaren, einfachen Symbolen und Bildern für Beschilderungen und Anweisungen, um die Kommunikation für Kinder mit Sprach- oder Verständnisproblemen zu erleichtern.
- Einrichtung von visuellen Zeitplänen und Anzeigetafeln, um den Tagesablauf und Aktivitäten deutlich darzustellen und Kindern mit Autismus eine Vorhersehbarkeit zu bieten.

#### c) Barrierefreie Zugänglichkeit:

- Schaffung von breiten Fluren und Gängen, um eine sichere und komfortable Bewegung für alle Kinder zu gewährleisten.

#### d) Berücksichtigung der Sicherheit:

- Die Sicherheit der Kinder steht im Mittelpunkt, daher sollten Räume so gestaltet sein, dass sie keine potenziellen Gefahrenquellen enthalten und auch bei einer Überkompensation leicht zu überblicken sind. Beispielsweise: Abgerundete Ecken und Kanten an Möbeln und Einrichtungsgegenständen, rutschfeste Böden und Treppen, klare Sichtlinien für Aufsichtspersonen, kindersichere Türen und Schränke.
- Verglaste Tür- oder Fensterauschnitte zur diskreten Beaufsichtigung

#### e) Sensibles Design und Raumakustik:

- Einsatz von schallabsorbierenden Materialien und Akustikelementen, um die Raumakustik zu verbessern und störende Geräusche zu minimieren. (Bitte unbedingt auch in der Mensa o.ä. integrieren.)
- Schaffung von ruhigen Rückzugsorten und Entspannungsecken, die mit beruhigender Beleuchtung und weichen Materialien ausgestattet sind, um Kindern mit sensorischer Überempfindlichkeit einen Ort zum Entspannen zu bieten.
- Integration eines speziellen Audiosystems: Einbau eines Audiosystems, das psychologisch empfohlene Geräusche wie sanfte Naturklänge, beruhigende Melodien oder *white noise* erzeugt, um eine entspannende Atmosphäre zu schaffen und sensorische Überreizung zu reduzieren. Dieses System kann flexibel gesteuert und an die Bedürfnisse der Kinder angepasst werden, um eine unterstützende Klangumgebung zu gewährleisten.

# STILLE STUNDE

Ein Konzept zur Aufklärung und Sensibilisierung einer Gesellschaft, in der die Bedürfnisse von Menschen mit nicht sichtbaren Behinderungen respektiert und sensorische Barrieren abgebaut werden.



## Lösungsansätze für inklusive Bauplanung Kindergarten:

### 2. Zukunftsorientierte Maßnahmen

#### a) Ambient Assisted Living (AAL):

- Implementierung von intelligenten Sensoren zur Überwachung und Anpassung von Licht-, Temperatur- und Geräuschpegeln in Echtzeit, um eine angenehme Umgebung zu schaffen und ggf. sensorische Überlastung zu minimieren.
- Integration von personalisierten Einstellungen und automatisierten Anpassungen basierend auf den Bedürfnissen und Präferenzen der Kinder und Pädagogen.

#### b) Intelligente Spiel- und Lernumgebungen:

- Integration von interaktiven und sensorischen Spiel- und Lerngeräten, die die kognitiven und sensorischen Fähigkeiten der Kinder ansprechen und fördern.
- Nutzung von digitalen Lernplattformen und interaktiven Bildschirmen zur individuellen Förderung und Unterstützung der Kinder mit unterschiedlichen Lernbedürfnissen.
- Einbeziehung interaktiver Technologien, die das Spielerlebnis auf dem Spielplatz verbessern. Dies könnte die Integration eines intelligenten Systems (z.B. Lü) sein. Durch die Installation von Sensoren und Projektoren können die Kinder in eine immersive Spielumgebung eintauchen. Diese Technologie ermöglicht es, Spiele und Bewegungsaktivitäten miteinander zu verbinden. Es wird ein ansprechendes und inklusives Lern-Erlebnis für Kinder geschaffen und je nach Beeinträchtigung Motorik oder Lernvermögen gefördert.

#### c.) Sensory Pods:

- Einrichtung von *Sensory Pods* oder Ruheräumen mit spezieller audiovisueller Ausstattung, die den Kindern ermöglicht, sich zurückzuziehen und sensorische Erfahrungen zu machen, um Stress abzubauen und zu entspannen.

# STILLE STUNDE

Ein Konzept zur Aufklärung und Sensibilisierung einer Gesellschaft, in der die Bedürfnisse von Menschen mit nicht sichtbaren Behinderungen respektiert und sensorische Barrieren abgebaut werden.



## Lösungsansätze für inklusive Bauplanung Kindergarten:

### Impulse für den Außenbereich, bzw. Konzept für einen barrierefreien Spielplatz, unter Berücksichtigung von sensorischen Barrieren

- **Naturnahe Spielbereiche:** Gestaltung von Außenspielbereichen mit natürlichen Elementen wie Holzstrukturen, Steinen, Sand- und Wasserspielen, um die Sinne zu stimulieren und sensorische Erfahrungen im Freien zu ermöglichen. Schaffung sensorischer Angebote wie einen Barfuß- oder Handpfad und einen Wasserlauf mit Pumpe, der Kindern die Möglichkeit bietet, mit verschiedenen Materialien und Texturen zu interagieren. Wasser beruhigt viele neurodivergente Menschen und hilft beim Stressabbau.
- **Ruheoasen:** Einrichtung von abgegrenzten Ruhe- und Rückzugsbereichen im Freien mit gemütlichen Sitzgelegenheiten, Pflanzen und natürlicher Beschattung, um Kindern einen ruhigen Ort im Freien zu bieten.
- **Bewegungsparcours:** Schaffung von Bewegungsparcours und Sensorikpfaden im Freien mit unterschiedlichen Oberflächen, Texturen und Höhen, um motorischen Fähigkeiten zu fördern und sensorische Integration zu unterstützen.
- **Naturerlebnisbereiche:** Einrichtung von Naturerlebnisbereichen wie Kräuter- und Gemüseärten, Blumenbeeten und Tierbeobachtungsbereichen, um Kindern die Möglichkeit zu geben, die Natur zu erkunden und zu erleben.
- **Sicherheitszaun:** Installation eines robusten Zauns rund um den Spielplatz, um die Sicherheit der Kinder zu gewährleisten und eine Weglauftendenz, die bei neurodivergenten Kindern häufig vorhanden ist, zu unterbinden.
- **Unterschiedliche Schaukeln:** Bereitstellung einer Vielzahl von Schaukeloptionen, darunter Nestschaukeln und Schaukeln für Rollstuhlfahrer:innen, um die Bedürfnisse aller Kinder zu berücksichtigen und ihnen die Möglichkeit zu geben, sich zu entspannen und zu genießen. (Schaukeln beruhigt viele neurodivergente Menschen.)
- **Abgegrenzte Bereiche:** Schaffung von abgegrenzten Bereichen oder Segmenten auf dem Spielplatz, um sicherzustellen, dass nicht alle Kinder, Aktivitäten und Reize gleichzeitig wirken. Dies kann durch die Verwendung von Hügeln oder schalldämpfenden (Kletter-)Wänden erreicht werden.
- **Sichere Alternativen** zu herausforderndem Spielzeug: Bereitstellung sicherer Alternativen zu herausfordernden Seilleitern, um Kindern mit motorischen Einschränkungen oder Ängsten eine Möglichkeit zum Spielen zu bieten, z.B. durch breitere Treppen oder Rampen.
- **Integration von Bodentrampolinen:** Viele neurodivergente Kinder erfahren hierdurch Beruhigung und sie können als Hilfsmittel wirken (*Stimming*) und eine sensorische Erfahrung bieten, die ihre Bedürfnisse anspricht und ihre Sinne stimuliert.

# STILLE STUNDE

Ein Konzept zur Aufklärung und Sensibilisierung einer Gesellschaft, in der die Bedürfnisse von Menschen mit nicht sichtbaren Behinderungen respektiert und sensorische Barrieren abgebaut werden.

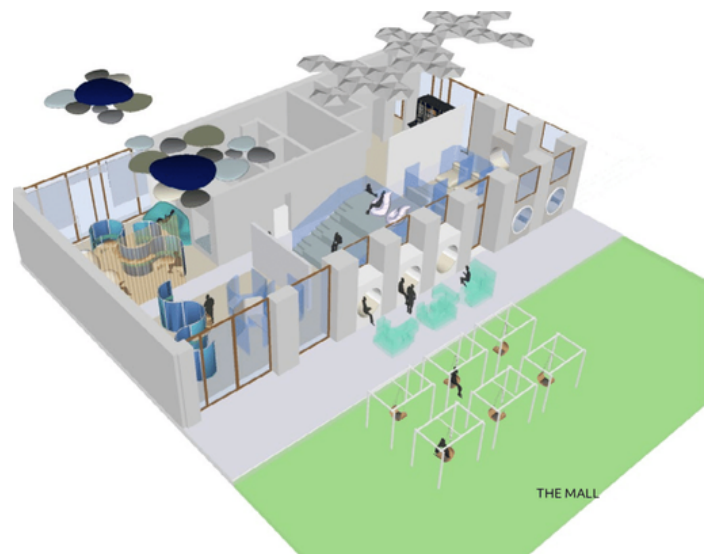
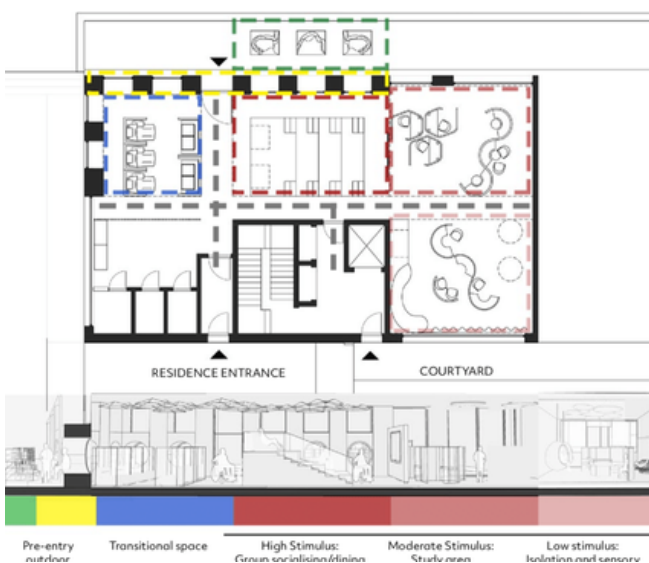


## Lösungsansätze für inklusive Bauplanung Schulen:

Wir empfehlen unsere Anregungen für den Bau von Kindergärten sowie die Impulse des Autism-Friendly University Design Guide der Dublin City University, die zur ersten Autismusfreundlichen Universität ausgezeichnet wurde.

### Zusätzliche Aspekte:

- **Modulare Klassenzimmer und flexible Lernbereiche:** Schaffung von flexiblen Lernräumen, die an die individuellen Bedürfnisse der Schüler:innen angepasst werden können. Modulare Möbel und Raumtrenner ermöglichen es, den Raum je nach Unterrichtsbedarf anzupassen und verschiedene Lernstile zu unterstützen.
- **interaktive Kommunikationshilfen:** Bereitstellung von Kommunikationshilfen und -technologien für Schüler:innen mit Sprach- oder Kommunikationsstörungen. Dies könnte die Verwendung von Bildkommunikationssystemen, Sprachausgabegeräten oder Gebärdensprachunterstützung umfassen, um die Interaktion und Kommunikation zu erleichtern.
- **Präventive Maßnahmen gegen Überlastung:** Implementierung von Strategien zur Vermeidung von Überlastung und Stresssituationen. Dazu gehören regelmäßige Pausen in Ruhezonen, Möglichkeiten zu Entspannungsübungen, Rückzugsmöglichkeiten und sensorische Pausenräume, in denen Schüler:innen sich zurückziehen können, um sich zu erholen.
- [https://issuu.com/magdamostafa/docs/the\\_autism\\_friendly\\_design\\_guide](https://issuu.com/magdamostafa/docs/the_autism_friendly_design_guide)





# STILLE STUNDE

Ein Konzept zur Aufklärung und Sensibilisierung einer Gesellschaft, in der die Bedürfnisse von Menschen mit nicht sichtbaren Behinderungen respektiert und sensorische Barrieren abgebaut werden.



## Lösungsansätze für inklusive Bauplanung Schwimmbad:

### 1. Standardisierte Maßnahmen:

#### a) Architektonisches Design und Raumgestaltung:

- Verwendung von warmen, beruhigenden Farbpaletten und natürlichen Materialien, um eine angenehme und nicht überreizende Umgebung zu schaffen.
- Integration von schallabsorbierenden Materialien, um die Lärmbelastung zu reduzieren und Reizüberflutung für Menschen mit sensorischen Überempfindlichkeiten zu minimieren.
- Schaffung von einem Bereich, der für einen bestimmten Zeitraum genutzt werden kann, den nur eine kleine Anzahl von Menschen gleichzeitig nutzen können, der schallisoliert ist, in dem neurodivergente Menschen in Ruhe das Wasser wahrnehmen können.
- Einrichtung von Ruhe- und Rückzugsbereichen in der Nähe des Schwimmbades für Besucher oder Angestellte, die eine Pause benötigen/sich zurückziehen möchten.
- Integration von sensorischen Hilfsmitteln wie visuellen und akustischen Signalen für die Orientierung im Wasser.

#### b) Kommunikation und Beschilderung:

- Klare und gut sichtbare Beschilderung mit einfachen Anweisungen und deutlicher Symbolik, um die Orientierung für Menschen mit Lernbehinderungen oder kognitiven Beeinträchtigungen zu erleichtern.
- Einsatz von visuellen und auditiven Alarmen für Notfallwarnungen, die auch für Menschen mit Hörbeeinträchtigungen oder Autismus wahrnehmbar sind.

#### c) Barrierefreie Zugänglichkeit:

- Schaffung von breiten Durchgängen und Fluren, um eine sichere und komfortable Bewegung für Autisten oder Menschen mit sozialen Phobien zu gewährleisten.
- Bereitstellung von barrierefreien Zugängen zu Schwimmbecken und Umkleieräumen für Rollstuhlfahrer:innen oder Menschen mit Mobilitätseinschränkungen.

### Zukunftsorientierte Maßnahmen:

#### a) Technologische Integration:

- Einbindung von interaktiven digitalen Informationsdiensten und virtuellen Touren für eine barrierefreie Erfahrung und Interaktion mit den Einrichtungen des Schwimmbads.

#### b) Sensorische Anpassungen:

- Implementierung von intelligenten Sensoren zur Überwachung und Anpassung von Licht-, Temperatur- und Geräuschpegeln, um eine angenehme Umgebung zu schaffen und sensorische Überlastung zu minimieren. So können Schwimmbäder zukünftig z.B. inklusive "Stille Stunden" in reizarmer Umgebung anbieten.
- Integration von multisensorischen Erlebnisbereichen wie Sprudelbecken und Wasserspielen für eine vielfältige Nutzung und zur Förderung der sensorischen Integration.

# STILLE STUNDE

Ein Konzept zur Aufklärung und Sensibilisierung einer Gesellschaft, in der die Bedürfnisse von Menschen mit nicht sichtbaren Behinderungen respektiert und sensorische Barrieren abgebaut werden.



## Lösungsansätze für inklusive Bauplanung Mensa:

### 1. Standardisierte Maßnahmen:

#### a) Architektonisches Design und Raumgestaltung:

- Der Speisesaal wird in mehrere gemütliche Abteilungen unterteilt, um eine intimere und beruhigende Atmosphäre zu schaffen. Jede Abteilung verfügt über eine begrenzte Anzahl von Tischen und Stühlen, um eine Überfüllung zu vermeiden und den Lärmpegel zu reduzieren.
- Verwendung von warmen, beruhigenden Farben und natürlichen Materialien für die Einrichtung, um eine entspannende Umgebung zu schaffen.
- Integration von Trennwänden, Vorhängen oder Pflanzen, um visuelle Barrieren zwischen den einzelnen Abteilungen zu schaffen und die Privatsphäre zu erhöhen.
- Einrichtung einer separaten "Sensory Zone" mit speziellen sensorischen Elementen wie weichen Oberflächen, Sitzsäcken und beruhigender Beleuchtung, um eine entspannte Umgebung für Menschen mit sensorischen Bedürfnissen zu schaffen.

#### b) Kommunikation und Beschilderung:

- Klares Leitsystem sowie Beschilderung und Wegweiser mit Symbolik, um die Orientierung zu erleichtern und keine verstandenen Informationen voraussetzen.
- Verwendung von einfachen Symbolen und Bildern, um Speisekarten und Menüoptionen visuell darzustellen und Menschen mit kognitiven Beeinträchtigungen die Auswahl zu erleichtern.

#### c) Barrierefreie Zugänglichkeit:

- Gewährleistung von breiten Durchgängen und ausreichend Platz zwischen den Tischen, um eine barrierefreie Bewegung für alle Besucher zu ermöglichen, einschließlich Rollstuhlfahrer:innen und Personen mit nicht sichtbaren Behinderungen.

#### d) Reizarmes Klima durch gezielte Bestuhlung:

- Auswahl von Stühlen und Tischen mit gepolsterten Sitzen und Rückenlehnen, um Komfort und Unterstützung zu bieten.
- Platzierung der Bestuhlung so, dass jede Abteilung einen gemütlichen und geschützten Bereich bildet, der ein Gefühl von Sicherheit und Geborgenheit vermittelt.

#### e) Umfassendes schalldämpfendes System:

- Installation von schallabsorbierenden Materialien an den Decken und Wänden, um die Geräuschkulisse in der Mensa zu reduzieren.
- Verwendung von schalldämmenden Vorhängen oder Paneelen, um den Schall zwischen den Abteilungen zu isolieren und eine ruhige Umgebung zu schaffen.
- Einsatz von speziellen schalldämmenden Bodenbelägen, die Trittschall absorbieren und den Lärmpegel weiter reduzieren.

# STILLE STUNDE

Ein Konzept zur Aufklärung und Sensibilisierung einer Gesellschaft, in der die Bedürfnisse von Menschen mit nicht sichtbaren Behinderungen respektiert und sensorische Barrieren abgebaut werden.



## Lösungsansätze für inklusive Bauplanung Museen und Bibliotheken:

### 1. Standardisierte Maßnahmen:

#### a) Standardisierte Maßnahmen:

##### a) Architektonisches Design und Raumgestaltung:

- Verwendung von warmen, beruhigenden Farbpaletten und natürlichen Materialien, um eine angenehme und nicht überreizende Umgebung zu schaffen.
- Nutzung von schallabsorbierenden Materialien, um die Lärmbelastung zu reduzieren und Reizüberflutung für Menschen mit sensorischen Überempfindlichkeiten zu reduzieren.
- Nutzung eines modularen Raumsystems, das Ausstellungen und soziale Barrieren von Menschen mit Behinderungen in Einklang bringen kann
- Einrichtung von speziellen Ruhe- und Rückzugsbereichen für Besucher oder Angestellte, die eine Pause benötigen/sich zurückziehen möchten.

##### b) Kommunikation und Beschilderung:

- Klare und gut sichtbare Beschilderung mit einfachen Anweisungen und deutlicher Symbolik, um die Orientierung für Menschen mit Lernbehinderungen oder kognitiven Beeinträchtigungen zu erleichtern.
- Einsatz von visuellen und auditiven Alarmen für Notfallwarnungen, die auch für Menschen mit Hörbeeinträchtigungen oder Autismus wahrnehmbar sind.

##### c) Barrierefreie Zugänglichkeit:

- Schaffung von breiten Durchgängen und Fluren, um eine sichere und komfortable Bewegung für Autisten oder Menschen mit sozialen Phobien zu gewährleisten.

### Zukunftsorientierte Maßnahmen:

#### a) Technologische Integration:

- Einbindung von interaktiven digitalen Informationsdiensten und virtuellen Touren für eine barrierefreie Erfahrung und Interaktion mit den Ausstellungen oder der Bibliothekssammlung.
- Integration von *Augmented-Reality*-Anwendungen, die es Besuchern ermöglichen, zusätzliche Informationen über Exponate oder Bücher abzurufen und die Erfahrung individuell anzupassen.

#### b) Sensorische Anpassungen:

- Implementierung von intelligenten Sensoren zur Überwachung und Anpassung von Licht-, Temperatur- und Geräuschpegeln, um eine angenehme Umgebung zu schaffen und sensorische Überlastung zu minimieren.

#### c) Barrierefreie Interaktion:

- Entwicklung von barrierefreien interaktiven Ausstellungselementen und Medienstationen, die eine inklusive Interaktion für Menschen mit unterschiedlichen sensorischen Bedürfnissen ermöglichen.

# STILLE STUNDE

Ein Konzept zur Aufklärung und Sensibilisierung einer Gesellschaft, in der die Bedürfnisse von Menschen mit nicht sichtbaren Behinderungen respektiert und sensorische Barrieren abgebaut werden.



Durch die Umsetzung dieser Lösungsansätze kann eine inklusive Bauplanung, die Menschen mit nicht sichtbaren Behinderungen und Beeinträchtigungen gleichermaßen gerecht wird, im öffentlichen Raum realisiert werden. Dabei ist es wichtig, den Fokus auf die Schaffung barrierefreier und zugänglicher Umgebungen zu halten.

Weitere Impulse:

**Tamara Kessel**

<https://www.architekturundbarrierefreiheit.de/>

Sowie internationale "autism friendly" Beispiele:

[https://issuu.com/magdamostafa/docs/the\\_autism\\_friendly\\_design\\_guide](https://issuu.com/magdamostafa/docs/the_autism_friendly_design_guide)

<https://www.simonhumphreys.co.uk/copy-of-workd286e871>

Farbpalette von ga architects

<https://www.autism-architects.com/>

