

A man with glasses and a grey sweater is sitting in a wheelchair in a modern kitchen. He is looking towards the right. The kitchen has white cabinetry, a sink, and a wooden floor. A semi-transparent text box is overlaid on the image.

”Jeg har fået en helt normal hverdag”

## QUICKWASH HÅNDVASK OG FLEXIPLUS BORDSTEL

En ung mand med rygmarvsbrok fortæller



### UDFORDRING

En helt almindelig dag for 25-årige Alexander ligner de fleste andres: Han passer sit arbejde, tager i byen, shopper og hygger sig med vennerne eller sin kæreste. Men fordi Alexander er født med rygmarvsbrok, sidder han i kørestol, og det gav nogle praktiske udfordringer hjemme i hans lejlighed.

For eksempel var Alexanders køkken indrettet med underskabe, så han kunne ikke komme ind under bordet med kørestolen. Det betød, at han fik en dårlig arbejdsstilling, når han skulle lave mad. Samtidig var det svært at nå vandhanen, åbne skabslågerne og sætte noget i ovnen.

Badeværelset var heller ikke indrettet til en kørestolsbruger: Vasken sad for højt, og der var underskabe, så Alexander ikke kunne komme ind under vasken, når han skulle vaske hænder eller børste tænder.

”Mit køkkenbord og håndvask sad for højt, så jeg fik en dårlig siddestilling.”



## STRATEGI

Sammen med Holbæk Kommune skulle Alexander have indrettet sit køkken og badeværelse, så det blev tilgængeligt for ham. Køkkenbordet skulle ned i en højde, hvor han kunne bruge det. Han skulle også have en løsning, hvor han ikke havde problemer med at nå tingene eller skulle sidde sidelæns for at bruge komfuret eller vaske op.

På badeværelset gjaldt det om at finde en håndvask, hvor han fik bedre adgang til vasken. Den skulle også kunne justeres i højden, så hans gæster kunne hæve vasken til en højde, der er passende for stående brugere. Samtidig skulle vasken ikke være for stor, for han skulle stadig have plads til at komme rundt med sin kørestol.

## LØSNING

I køkkenet valgte Alexander et højdejusterbart Flexi+ bordstel til bordpladen, og der blev ikke monteret underskabe. Det har betydet, at han kan indstille køkkenbordets højde, så det passer til ham, og at han får en god siddestilling, når han bruger bordpladen eller skal nå vandhanen og kogepladerne.

På badeværelset fik Alexander en QuickWash håndvask. Den kan indstilles i to forskellige højder og kan også skydes ud fra væggen. Det har gjort, at Alexander kan sænke vasken og få den tæt på sig – samtidig med at der er plads til kørestolen under vasken. Og når han har gæster, kan de hæve vasken, hvis de har behov for det.

## RESULTAT

Da Alexander bestilte de nye løsninger til sin lejlighed, var han ret spændt på resultatet. Han var nemlig lidt bekymret for, om det kom til at se en anelse for handicapvenligt ud. Men resultatet er blevet godt, synes han. Faktisk så godt, at køkkenet ligner et helt normalt køkken. Hans kan bare køre op og ned.

Når man går i gang med sådan et projekt, er der mange detaljer, der skal gennemtænkes. For eksempel kan placeringen af de eksisterende vandrør have betydning for, i hvilken højde man kan sætte håndvasken. Derfor synes Alexander, at man skal rådføre sig med fagfolk. Så selvom der har været overraskelser undervejs, så har det gjort en kæmpe forskel, for nu kan Alexander nemt bruge både køkken og bad – uden at have problemer med at få plads til kørestolen.

”

”Det ligner et helt almindeligt køkken, der kan køre op og ned.”

”

”Nu kan jeg komme ind under vasken, og det gør hele forskellen. Det løser faktisk problemet.”