

Barbara ŽELEZNIK BIZJAK

Udobnost in prijetnost sob v domovih za starejše

Vprašanje, ali so sobe v domovih za starejše udobne in prijetne, je bilo povod za preprosto raziskavo v okviru študijske skupine Notranja oprema in kultura bivanja na Univerzi za tretje življenjsko obdobje. Domnevali smo, da stanovalci domov pogosto bivajo v premajhnih sobah, sobivajo s tujci v večposteljnih sobah in prostor težko prilagodijo svojim željam. Slušatelji so bili povabljeni, naj pomagajo z izkušnjami, ki jih morda imajo s sorodniki, s svojimi mnenji, naj zbirajo podatke o stanju v domovih, dajo predloge, vse po svojih željah in sposobnostih. Izkazalo se je, da je največ težav z ovirami v sobah in kopalnicah. Slušatelji so v nadaljevanju z mentorico analizirali ugotovljene težave ter navedli predloge in končne ugotovitve. Prehod iz domačega okolja v oskrbovano ustanovo je lahko stresen. Stres pa

lahko omilita s prostorskega vidika primerno urejena soba in dovolj prostora. Spoznanja so pokazala, da je mogoče sobe v obstoječih domovih z majhnimi stroški prilagoditi tako, da se stanovalci počutijo prijetneje. Poskrbeti je treba, da bodo v prihodnje in s predelavo prevladovala enoposteljne sobe. Pomembno je vključevanje arhitekta, strokovnjaka na področju starejših, tako pri načrtovanju novih stavb domov za starejše kot pri prenovi starejših stavb.

Ključne besede: domovi za starejše, kakovost bivanja, starostniki, sobe, prenova

1 Uvod

Kot mentorica študijske skupine na Univerzi za tretje življenjsko obdobje sem pred šestimi leti dobila zamisel za preprosto raziskovalno nalogo z naslovom Kako udobne in prijetne so sobe v domovih za starejše, h kateri sem povabila člane svoje študijske skupine Notranja oprema in kultura bivanja (takrat Dom, kultura bivanja, oprema in prenova). Naše ugotovitve so se nanašale na načrtovanje novih stavb in prenovo, tudi na tiste domove, ki lahko vložijo v osvežitev le minimalna sredstva, želeli pa bi izboljšati počutje stanovalcev, ne glede na njihovo zdravstveno stanje, odpraviti slabo počutje, vzrok katerega so lahko neprijetni prostori, in tako ponuditi višjo kakovost bivanja. Naša želja je bila, da bi s predlogi za urejanje našli možnosti za omilitev stresa ob prehodu iz domačega okolja v oskrbovano ustanovo.

V študijski skupini sicer proučujemo bivalne prostore, pristope k oblikovanju prostorov, ergonomijo, modularnost opreme, stanje in možnosti za prenovo stanovanjskih prostorov. Pogovarjamo se o možnostih, kako urediti dom, da bi lahko čim dalj časa ostali v domačem, znanem okolju, za staranje doma, kaj je varno, udobno bivanje in kaj vpliva na kakovost tega. Zavedamo se, da pride čas, ko ne moremo več živeti doma iz različnih vzrokov, pogosto je to opešanost ali bolezen. V domovih za starejše živi tudi veliko samostojnih in dovolj zdravih starostnikov, ki si še posebej želijo prijetne bivalne prostore. Tudi na bolniških oddelkih in oddelkih za dementne je treba z

enako skrbnostjo poskrbeti za prijetno počutje, prepoznavnost prostora, občutek pripadnosti.

Naloga je bila zamišljena tako, da bi spregovorili o potrebah starostnikov na splošno, o ergonomskih zahtevah ter prepoznali slabe in dobre strani dejanskih domskih nastanitvenih prostorov na primerih. Poiskali bi vidike, ki lahko vplivajo na kakovost bivanja v domovih za starejše. Želja je bila, da bi morali oblikovati preproste usmeritve za načrtovanje in preurejanje sob s kopalnicami ali navedli tudi kakšne konkretne rešitve, da bi sobe res postale prijetni in praktični bivalni prostori za različne potrebe stanovalcev v domski oskrbi.

Slušatelji so bili povabljeni, naj pomagajo z izkušnjami, ki jih morda imajo s sorodniki, s svojimi mnenji, naj zbirajo fotografije primerov iz obstoječih domov, dajo predloge, vse po svojih željah in sposobnostih. Ob povabilu k sodelovanju pri raziskovalni nalogi so bili odzivi slušateljev mešani. Nekateri so pomagali pri iskanju podatkov in sodelovali pri pogovorih, drugi so povedali, da se s to temo (še) ne želijo ukvarjati. Zaradi tega je študijska skupina v danem trenutku celo izgubila nekaj slušateljev, čeprav sem poskrbela, da običajen program srečanj ni trpel.

Tako je bilo potrebnega predvsem precej mojega truda, da sem na koncu spoznanja strnila v zaključke in predloge za končno

predstavitev. Kljub težavam sem vesela, da smo se lotili te teme. Nekaj smo se naučili o stanju domov, dragocen je bil vpogled v mnenja ljudi, ki jim ta tema še ni nujno blizu, razen zaradi izkušenj s sorodniki. Predvsem sem spoznala, da je ta tema tako občutljiva, da se večina o njej ne želi pogovarjati niti noče o njej razmišljati. In vendar so sodelujoči na koncu dali veliko koristnih mnenj za načrtovanje, prenovno in opremljanje domov za starejše.

2 Raziskava

Stavbe slovenskih domov za starejše so velikokrat stare, celo nenamensko grajene, hkrati imamo tudi veliko novih domov, v katerih naj bi notranja ureditev bolj sledila potrebam starostnikov in bila prilagojena njihovim različnim potrebam. Kakovost nastanitve je po našem pregledu domov zelo različna.

Zanimalo nas je:

- kako kakovostne so sobe v domovih v smislu uporabnosti in kakovosti bivanja, tudi glede zasebnosti;
- kaj je sploh kakovost bivanja v domu za starejše in kakšna so pričakovanja glede te;
- ali so obstoječe sobe dovolj velike;
- ali so opremljene tako, da se stanovanjci v njih lahko počutijo domače in ne kot v bolnišnici;
- ali je mogoče sobo bolj prilagoditi posamezniku (izbrati barve sten, urediti kopalnico, vključiti njegovo pohištvo, dodatke).

Slušateljce sem vprašala, kaj po njihovem mnenju za starostnika pomeni odhod iz domačega okolja v domsko oskrbo. Ugotovitve skupine so bile, da odhod pomeni in prinaša:

- stres zaradi spremembe in odhoda iz domačega okolja;
- spremembo bivalnega okolja (navajenost na domače prostore, pretrgana povezava z domom, ki smo ga oblikovali sami, in sosesčino);
- negotovost glede sposobnosti lastne vključitve v skupnost;
- strah pred neznanim;
- postavitev v pasivno vlogo;
- strah pred sobivanjem s tujcem;
- splošno ukoreninjeno stigmatizacijo doma kot institucije;
- zavedanje o dokončnosti.

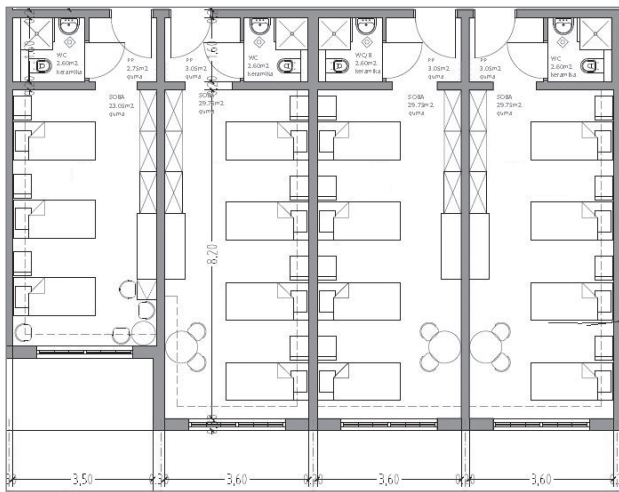
Slušateljem so se zdeli zelo pomembni izguba zasebnosti (sobivanje s tujcem in obiski osebja), pasivizacija glede oskrbe in načina življenja in tudi sprejetje danosti v sobi, ki jo je skoraj nemogoče prilagoditi ali dopolniti, redko je mogoče vnesti svoj kos pohištva. V domovih za starejše prevladujejo dvoposteljne sobe, najdemo lahko tudi tri- in celo štiriposteljne sobe (slika 1). Oblikovalo se je enotno mnenje, da so sobe večinoma premajhne, predvsem v zelo starih domovih, bivanje dveh ali celo

več tujcev v sobi pa je za večino nesprejemljivo, tudi v bolniških oddelkih. Sobe, torej spalnice, so po njihovem mnenju še vedno zasnovane kot bolnišnične sobe, kjer je glavni poudarek na negi v postelji. Niso stanovanje v malem, kot bi bodoči stanovanjci morda lahko pričakovali ob selitvi iz domačega okolja. Sicer smo potem pojasnili, da oskrbovane garsonjere ne moremo enačiti s sobo v domu za starejše, vendar so imeli slušatelji večja pričakovanja glede možnosti sooblikovanja prostora, prijetnosti, zasebnosti.

Pregledali smo več primerov ureditve sob v različnih domovih, nekaj v starejših stavbah, nekaj v novih, primerjali starejše kopalnice in tiste v novih domovih. Ugotovili smo, da zasnova sob omogoča predvsem čim lažje delo za osebje, zasebnost in ohranjanje dostojanstva pa se zdita manj pomembna. Sobivanje s tujcem se zdi sprejemljivo oziroma samoumevno. Opremo sob sestavljajo bolniška postelja, nočna omarica, stol, manjša miza in večja škatlasta omara, ponekod še kakšna polica in televizija na steni. Pod v sobah je večinoma tehničen, kot v bolnišnici, čeprav so slušatelji menili, da so oskrbovanci v domovih uporabniki, ki ne uničujejo opreme, zato bi lahko bil pod drugačnega videza (videz lesa in podobno). To je sicer res, vendar sem opozorila, da so hodniki in bolniški oddelki zelo obremenjeni in da je obraba poda zaradi uporabe vozičkov velika. Menili so, da so sobe premalo premišljeno zasnovane, dolgočasne, oprema je neoblikovana in nedomišljena, manjka jo boljša izbira materialov, barvne študije, prijetna in diskretna razsvetljava. Kopalnice se jim v starejših domovih zdijo zelo majhne. Ugotovili smo sicer, da se prenavljajo ob upoštevanju potreb funkcionalno oviranih, kadice za tuš izginjajo in nadomeščajo jih varnejši tuši v ravnini tal, toda prostori so majhni. Še vedno so žal prisotni umivalniki, ki so majhni, brez odlagalnih površin, ki bi jih nujno potrebovali, pipe so nizke in iz njih je težko natočiti vodo v vrče ipd. Tudi svetlobi in svetilom v sobah je posvečeno premalo pozornosti, svetila so nameščena uniformirano, svetloba v sobah je pogosto preveč bela in bleščava.

Vseeno smo med pregledanimi primeri in izkušnjami, ki so jih navedli slušatelji, našli tudi take, v katerih so posamezni domovi podpirali iniciativo svojcev in stanovalcev, da so sobe prilagodili, spremenili koreniteje, seveda na lastne stroške. Našli smo celo primer, v katerem je bilo mogoče dodati kopalnico.

Pregledali smo tudi nekaj primerov iz tujine, podrobneje enega iz Nemčije (dom v bližini Stuttgarta, podatke je pridobila ena od slušateljic), nekaj naključno najdenih sob na spletu iz Francije. V tujini je možnost izbire različnih ravni bivanja večja, toda povezana s ceno. Enoposteljne sobe prevladujejo, njihov delež je v Nemčiji 60-odstoten, druge sobe so dvoposteljne (Asonson in Mahler, 2016). V ZDA je za stavbo s 30 stanovalci predvidenih 80 % enoposteljnih sob (internet 1), kopalnic si



Slika 1: Primer spalnic v enem od slovenskih domov za starejše iz osemdesetih let prejšnjega stoletja (vir ne želi biti imenovan, sliko je izbrala avtorica).

sobe ne delijo. V izbranem nemškem primeru so sobe videti velike, primerne tudi za gibalno ovirane, opremljene so prijetno, z občutkom za skladnost opreme, materialov, barv. Videli smo lahko tudi kose opreme iz domačega okolja (kredenca, predalnik, kakšen stol, dodatki) ali lepše urejene sobe.

V raziskavi o pravicah starostnikov v dolgotrajni negi v Nemčiji (glej Asonson in Mahler, 2016) je omenjena pravica do zasebnosti, v okviru katere si lahko stanovalci (vzorec 12.190 oseb, leta 2012) dodajajo opremo v sobe in se lahko sami odločajo o opremitvi sobe (v 98,7 % domov za starejše) ter imajo dostop do omarice na ključ (98,5 % domov). To, da so v enoposteljni sobi, ki jo lahko opremijo sami, se je stanovalcem v tej raziskavi zdelo zelo pomembno.

Pomanjkljivosti, ki smo jih ugotovili v veliko sobah v naših domovih za starejše, nekaj tudi na podlagi osebnih izkušenj slušateljev s sorodniki, ki so v domovih, so bile:

- sobivanje s tujcem je nesprejemljivo, tudi souporaba kopalnice;
- zasebnost in ohranjanje dostojanstva se zdita manj pomembna;
- sobe in kopalnice so v starejših domovih premajhne;
- zasnova pogosto upošteva lažje delo za osebje in ne prijetnosti bivanja za uporabnika;
- kopalnice so nepraktične, ni odlagalnih površin, ni prostora za sušenje brisač – velja za starejše domove, glede odlagalnih površin pa tudi za novejše;
- pipa na umivalniku je prenizka za točenje vode v vrč, za umivanje las, pranje manjših osebnih kosov perila ipd.;
- oprema in materiali dajejo vtis bolnišnične sobe;
- pogosto je oprema tipska, kot je določeno v pravilniku, brez dejanske preverbe uporabnosti, estetski vidik je slab,

kot da ni sodeloval arhitekt;

- razsvetljava je agresivna, ni domačna ali je preveč bela;
- v nekaterih domovih barve površin in opreme niso prijetne;
- ponekod so slabo označena nadstropja, smeri, prostori.

3 Podrobnejši pregled

3.1 Tlorisna zasnova sob

Skupina je imela veliko pripomb na tlorisno zasnovo sob in kopalnic iz različnih primerov. Usmerila sem jih v analizo uporabnosti sobe glede na funkcije in nastala je funkcionalna shema, ki je pokazala, da razumejo, da mora prostor delovati kot majhna garsonjera, torej z nočnim, zasebnejšim delom in dnevnim delom, v katerem tudi sprejemamo obiske. Nekakšna oblika ločitve med dnevnim in nočnim območjem se jim je zdela smiselna (zavesa, paravan, omare, drsni paneli). Oseba, ki je v dobri psihofizični kondiciji, bo dejavna in bo potrebovala različna območja v prostoru – za branje, pisanje, računalnik, konjičke, sprejemanje obiskov.

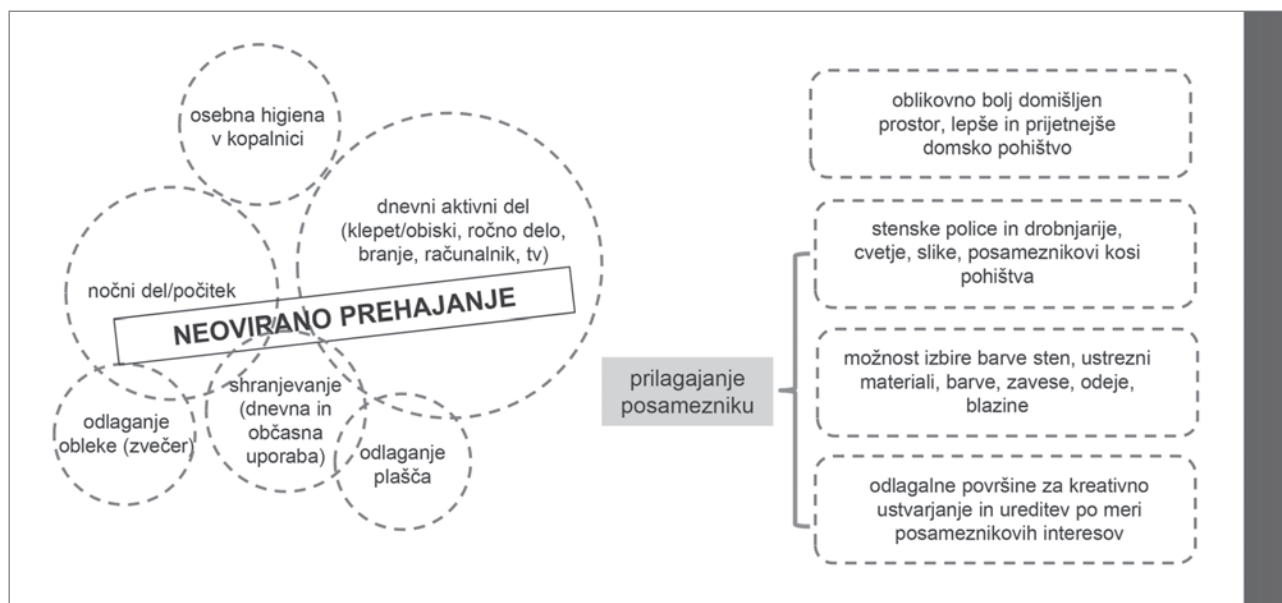
Velikost sobe je pomembna, da lahko dosežemo primerno zasnovo opreme sobe in funkcionalnih območij. Francoski predpisi za površino sobe predvidevajo na osebo 16 m² (brez površine kopalnice) (internet 2). Pri nas je soba po predpisih velika 14 m² (Pravilnik o minimalnih tehničnih zahtevah za izvajalce socialnovarstvenih storitev, 2006), bolje bi bilo 16 m² (Grdiša, 2010). V ZDA (glej internet 1) je soba velika 16 m², kopalnica pa 4,7 m².

3.2 Ergonomija

Prostor mora biti zasnovan tako, da ga lahko uporabljajo zdravi in gibalno ali drugače ovirani, tudi prehod na balkon mora biti dostopen brez pragov in ovir, kar sicer v veliko primerih že velja po slovenskem standardu SIST ISO 21542:2012 (glej Slovenski inštitut za standardizacijo 2012)^[1]. Kopalnice morajo biti prostorne, primerne za funkcionalno ovirane, nujno z dovolj odlagalnimi površinami, obešalniki ter kontrastno obarvanimi robovi in površinami za boljšo vidnost. Pohištvo naj bo skladno z drugimi površinami v sobi, prijetnega videza, naj ima jasno ločljiva mesta za odpiranje in priročna držala. Stoli morajo biti udobni, mize morajo imeti primerno podnožje tudi za vozičke.

3.3 Modularno zasnovano pohištvo

Modularno zasnovan pohištveni sistem iz manjših elementov, ki bi se lahko sestavljali v poljubne sestave, tako po dolžini kot višini, bi omogočal, da se lahko v sobah pripravijo različni sestavi glede na potrebe, želje in psihofizično stanje osebe. Ugotovili smo, da potrebe po shranjevanju kažejo na občasno



Slika 2: Shema organizacije prostora domače sobe, kot so jo predlagali slušatelji (vir: avtorica, 2016)

uporabljene in dnevno uporabljene stvari, vendar tega ni veliko. Modularne omare, ki smo jih predlagali, so lahko dvignjene od tal zaradi lažjega dostopa za vse. Na steni je lahko univerzalno nameščena nosilna letev, ki omogoča namestitve elementov. Zaobljeni oz. delno posneti robovi omar in pohištva so pomembni, prav tako primerni ročaji. Tudi prijeten otip in videz materiala sta pomembna. Sistem smo sicer razdelali podrobneje, prikazali tudi kakšen sestav in predvideli višje nameščene letve za obešanje slik na steno brez zabijanja žebeljev. Predlagali smo delovni pult, ki bi služil za različne namene, od konjičkov do uporabe računalnika, dostopen in uporaben bi bil tudi za osebe na vozičku.

3.4 Generacije, ki prihajajo, in informacijska družba

Generacije, ki bodo prihajale v domove za starejše, bodo vse bolj računalniško pismene, tehnično osveščene in spretno, tak način življenja in stik z informacijami bodo tudi pričakovale. Povezljivost z družino, prijatelji, svetom, ki ga poznamo, nam omogoča, da ostanemo povezani, ne da bi se počutili izključene, kot je pokazala tudi pandemija. Kot je pred časom dejal francoski urbani filozof Thierry Paquot, »... nas definirajo ljudje okrog nas in interakcija z njimi«. V računalniški dobi smo lahko povezani z vsemi, s katerimi želimo, ne glede na to, kako blizu ali daleč smo.

Povezava s spletom in družbena omrežja bodo pomenili stik z vsemi ravnmi družbe in ohranjali obveščeno, dostop do vseh vrst informacij in vsaj delno vključenost. Kar tudi za nepokretne pomeni veliko. To za oskrbovance pomeni tudi ohranjanje

psihične kondicije in manj pasivno vlogo. Slušatelji pričakujejo, da bodo v domu za starejše informacijski strokovnjaki, dobro brezžično omrežje ter tudi skupni prostori z računalniki in pomočniki za tiste, ki nimajo svoje naprave.

3.5 Naravna in umetna osvetlitev

V sobi mora biti dovolj naravne svetlobe, vsaj nekaj sonca na dan in pred okni ne sme biti ovir, ki bi jemale svetlobo, kot so pregosta drevesa, sosednje stavbe ali druge temne površine, ki onemogočajo pogled iz sobe (Železnik Bizjak, 2015). Izbira pravih svetil v sobah in drugih skupnih prostorih domov za starejše je izjemno pomembna, saj s pravilno izbrano barvo svetlobe, močjo, vrsto svetil v kombinaciji z barvami površin in opreme pomembno vplivamo na počutje v prostoru (internet 3). Na skladnost videza prostorov vplivata tudi svetloba in način, kako je svetloba usmerjena in razpršena, kaj želimo z njo poudariti ali skriti. Starejši ljudje sicer slabše vidijo in imajo lahko tudi druge težave z očmi, to pa še ne pomeni, da mora biti soba presvetljena. Neželeni učinki nepravilne razsvetljave so lahko bleščanje na površinah, neželene sence, odsevi na tleh ali v steklu, ki nas zmedejo, soba je videti temna, neprijetna, bleščanje nezasenčene luči, ki ga vidi ležeča oseba (s stropa, sten), in podobno.

3.6 Oblikovanje opreme, barve, celostna podoba in obnem individualnost

Na videz sobe vplivajo primerno izbran material na tleh (npr. vinilna talna obloga v videzu lesa), barva sten in opreme, skladne zavese, skladno izbran material za pohištvo, primerni odnosi

med volumni, premišljena svetila in barva svetlobe (internet 3). Težava je v preveč kliničnem videzu obstoječih domskih sob, kar bi slušatelji popravili in spremenili, da bi bilo bolj podobno hotelski sobi. V domovih se morajo sicer uporabljati materiali, ki preprečujejo gorenje, ki so odporni na jedke snovi ter močno odporni na udarce in poškodbe.

V opremi pregledanih domskih sob smo našli številne neskladne kombinacije, za katere je bilo videti, da poglobljena barvna študija ni bila narejena. Izbrane barvne kombinacije ne smejo vznemirjati, dovolj mora biti tudi barvnih poudarkov, morda celo kontrastov zaradi vidnosti robov. Z barvami lahko tudi usmerjamo, poudarjamo ali skrijemo, česar ne želimo poudariti, nosijo tudi močen simbolni pomen. Lahko so statične, lahko pomirjajo, lahko so pozitivne, vesele, določene kombinacije pa vznemirjujoče ali tudi dolgočasne.

4 Ugotovitve

Slušatelji so tako na podlagi ugotovitev predlagali:

- V domovih naj prevladujejo enoposteljne sobe. Na voljo naj bo nekaj dvoposteljnih sob (partnerja, prijatelji ali tujca za občutno znižano plačilo).
- Soba naj ima jasno opredeljene dele: vhod, prostor pred kopalnico, nočni in dnevni del. Samo tako strukturirana soba lahko pripomore k prijetnemu počutju.
- Kopalnica mora biti univerzalno zasnovana za vse vrste uporabnikov, primerno osvetljena, imeti mora uporabljene kontrastne barve za boljšo vidnost površin, dovolj odlagalnih površin ob umivalniku, visoko izlivno pipo, stolček, lestvični radiator za sušenje brisač, zvonec pri tleh in tudi v tušprostoru, prostor/kavlje za odlaganje obleke.
- Soba mora nuditi nekaj zasebnosti, da lahko oseba zagrne pregradno zaveso, paravan. Rešitev je več. To je treba izvesti v obstoječih dvo- ali večposteljnih sobah.
- Potreba po shranjevalnem prostoru se deli na občasno in dnevno uporabo. Poleg nižjih stensko pritrjenih omar je lahko vgradna omara z drsnimi vrati do stropa v niši v vhodnem delu, notranjost omare mora biti osvetljena.
- Osebe na vozičku same ne morejo uporabljati visokih omar (več kot 140 cm). To ni težava, če je v prostoru na voljo tudi nizka omara za vsakodnevno uporabo.
- Za dnevno uporabo je potrebno modularno pohištvo, ki omogoča prilagajanje posameznikovim željam, konjičkom in sposobnostim. Posamezen modul bi moral biti dovolj majhen, da bi lahko sestavljali poljubne kombinacije, po željah in potrebah.
- Starostnik potrebuje v sobi dobro osvetljeno delovno površino. Na njej se lahko ukvarja s konjički, uporablja računalnik, malica, bere. Pult naj bo daljša delovna površina, podnjo so lahko omarice, dvignjene od tal, ali samo en predal. Za osebo, ki je gibalno ovirana ali na vozičku, mora vsaj del pulta omogočati, da se zapelje podenj. Pult mora biti v višini mize. Pod njim mora biti za sedenje vsaj 65 cm visok prostor.
- Modularni sistem polic oz. karnis za odlaganje, obešanje slik.
- Udoben fotelj je lahko del standardne opreme, oblečen v trpežno blago, vendar naj bo skladen z barvno zasnovo, tudi živahen. Možnost, da lahko posameznik prinese svoj fotelj, če to želi.
- V sobah mora nujno biti brezžično spletno omrežje. Tik nad pultom mora biti dovolj vtičnic v nizu za polnjenje različnih naprav. Vsaj ena omara mora imeti ključavnico za spravljanje elektronskih naprav, morda tudi sef na prstni odtis.
- Slušatelji so menili, da če ni mogoče talno gretje, bi raje imeli radiatorje kot vpihavanje toplega zraka. Radiatorji naj bodo litoželezni, ker se lažje očistijo.
- Vprašali so se, zakaj ne bi bodoči oskrbovanci, ki so tega sposobni, sodelovali pri postavljanju sobe, morda pri izbiri barve stene, razporeditvi opreme.
- Barve in vsični materiali ter prijetna in topla svetloba se jim zdijo zelo pomembni za ustvarjanje domačnosti in dobrega počutja.
- Močni kontrasti med barvami lahko pomagajo slabovidnim, to pa še ne pomeni, da so lahko površine in oprema barvno neskladne. Za opremo prostorov, hodnikov in dnevnih prostorov je treba izdelati barvno študijo.
- V enoposteljni sobi se stanovalec lahko poistoveti s prostorom, zanj res skrbi, ga čuva in želi urediti, če le zmore, ima neki cilj in skrb, postavljen je (vsaj delno) v aktiven položaj, da upravlja sam svoje življenje.
- Soglasno so menili, da je televizijski aparat v skupnih dnevnih prostorih moteč in nesmiseln. Potreben je v vsaki sobi in sodobna tehnologija to omogoča. Želeli bi možnost zastiranja oken, žaluzije, ki jih ni težko spuščati, na balkonu korita za gojenje cvetja, obešalo za sušenje brisač, če v kopalnici ni lestvičnega radiatorja.
- Slušatelji so predlagali tudi neдрсеče in lepše, bolj domače talne površine, talno gretje v kopalnici. Kjer ni potrebe, da je bolniška postelja, naj je ne bo. (Zanimivo, da je to motilo večino, ker naj bi bilo potem težko lepo urediti sobo, op. avtorice).
- Dodatni zanimivi predlogi slušateljev: Ob sprejetju v dom bi vsakdo lahko dobil paket dobrodošlice, na primer mehko odejo, okrasno blazino, pladenj, vrč za vodo, kozarec, milo, brisačko, okvir za fotografijo itd. Ustanova bi lahko v osnovno opremo sobe standardno dodajala na stene slike (uokvirjene fotografije) s prijetnimi temami (mesto, narava, živali, običaji itd.), vazo, pladenj, vrč za vodo itd.

5 Sklep

Čeprav se je skupina lahko le v omejenem obsegu in laično lotila naloge, smo prišli do zanimivih spoznanj, ki kažejo, kako laik in oseba, ki ni neposredno vpletena v dogajanje, gledata na domove za starejše. Spoznanja so vsekakor dobrodošla za investitorje in domove za starejše, saj kažejo, kaj je starejšim pomembno. V skrbi za lepo starost vse prevečkrat pozabljamo, kako malo je potrebno, da se nekje počutimo prijetneje kot drugje. Na podlagi dela v okviru raziskovalne naloge in drugih spoznanj smo prišli do teh ugotovitev:

- Obstoječe domove za starejše je treba prenoviti oziroma dopolniti tako, da se bodo varovanci počutili prijetneje.
- Pri načrtovanju novih domov ali večji prenovi obstoječih je treba v zgodnji fazi vključiti strokovnjaka arhitekta, ki mu je blizu področje notranje opreme za starejše, ki predvidi zasnovo in ureditev prostora sobe s kopalnico tako, da kar najbolj omogočata prijeten prehod iz domačega okolja v domsko oskrbo, ne glede na to, v kakšni psihofizični kondiciji je uporabnik sobe. To vključuje barvno shemo, pravilno osvetlitev, modularnost in oblikovanje pohištva, prilagoditev prostora potrebam uporabnika, spoštovanje zasebnosti in dostojanstva. Prostor mora dopuščati tudi kakšen manjši kos opreme iz domačega okolja.
- Treba je stremeti k temu, da bodo dejansko prevladovale enoposteljne sobe, tudi v obstoječih domovih, če je le mogoče, sicer je treba poskrbeti za ustrezno zastiranje in optično ločevanje.

Barbara Železnik Bizjak, univ. dipl. inž. arh.
E-pošta: barbara.zeleznik@guest.arnes.si

Opombe

[1] Slovenski standard SIST ISO 21542:2012. *Gradnja stavb – Dostopnost in uporabnost grajenega okolja* ni več veljaven. Zamenjal ga je SIST ISO 21542:2022, ki je dostopen na: <http://ecommerce.sist.si/catalog/project.aspx?id=2a311ced-5518-409f-b6e2-e49b130ea98b>.

Viri in literatura

Asonson, P., in Mahler, C. (2016): *Human rights of older persons in long-term care: German national report*. Berlin, German Institute for Human Rights.

Erjavec, A., idr. (1996): *Stanovanjska oskrba za potrebe starejših prebivalcev mesta Ljubljane, 2. del*. Projektna naloga. Ljubljana, Urbanistični inštitut Republike Slovenije.

Grdiša, R. (2010): *Priročnik za načrtovanje sodobnih oblik bivanja starih ljudi*. Ljubljana, Univerza v Ljubljani, Fakulteta za arhitekturo, Katedra za urbanizem.

Grdiša, R., in Koltaj, P. (2014): *Majhni posegi za velike učinke: prilagoditve bivalnega okolja in uporaba pripomočkov za starejše*. Ljubljana, Zveza društev upokoencev Slovenije.

Internet 1: *DSD Design standards for nursing homes*. Dostopno na: <http://www2.gnb.ca/content/dam/gnb/Departments/sd-ds/pdf/Nursing-Homes/NursingHomeDesignStandards-e.pdf> (sneto januarja 2016).

Internet 2: *La maison de retraite: l'architecture a son importance*. Dostopno na: <https://www.trouver-maison-de-retraite.fr/maison-de-retraite/la-maison-de-retraite-l%E9%BF%BDaoarchitecture-a-son-importance-3037-2.html> (sneto marca 2016).

Internet 3: *Lighting for senior care*. Dostopno na: https://www.derungs.swiss/derungs-media/file/ff8081813ba8cf63013ba8d81df0005f.de.0/seniorenpflege_en.pdf (sneto januarja 2016).

Pravilnik o minimalnih tehničnih zahtevah za izvajalce socialnovarstvenih storitev. Uradni list RS, št. 67/2006. Ljubljana.

Pravilnik o minimalnih tehničnih zahtevah za graditev stanovanjskih stavb in stanovanj. Uradni list RS, št. 1/2011. Ljubljana.

Pravilnik o minimalnih tehničnih zahtevah za graditev oskrbovanih stanovanj za starejše ter o načinu zagotavljanja pogojev za njihovo obratovanje. Uradni list RS, št. 110/2004. Ljubljana.

Pravilnik o univerzalni graditvi in uporabi objektov. Uradni list RS, št. 41/2018. Ljubljana.

Pravilnik o zahtevah za zagotavljanje neoviranega dostopa, vstopa in uporabe objektov v javni rabi ter večstanovanjskih stavb. Uradni list RS, št. 97/2003. Ljubljana.

Slovenski inštitut za standardizacijo (2012): *Slovenski standard SIST ISO 21542:2012. Gradnja stavb – Dostopnost in uporabnost grajenega okolja*. Dostopno na: <http://ecommerce.sist.si/catalog/project.aspx?id=97015faf-536f-4a42-88c2-25a834fd541f> (sneto januarja 2016).

Vovk, M. (2000): *Načrtovanje in prilagajanje grajenega okolja v korist funkcionalno oviranim ljudem*. Ljubljana, Urbanistični inštitut Republike Slovenije.

Železnik Bizjak, B. (2015): *Kakovost bivanja v pritličnih stanovanjih večstanovanjskih stavb. Urbani izziv, posebna izdaja, 5, str. 88–97*.

Železnik Bizjak, B. (2017): *Kako varen je vaš dom? Vodnik po varnem stanovanju za starejše*. Ljubljana, Univerza za tretje življenjsko obdobje v Ljubljani.

Železnik, B., Sendi, R., in Kerbler, B. (2020): *Stanovanje v starosti*. Ljubljana, Urbani izziv – publikacije.