

BEZ BARIÉR

ARCHITEKTÚRA
BEZ BARIÉR – ZARIADENIA
PRE SENIOROV

Schopnosť užívateľa prispôbiť sa prostrediu a ovplyvňovať ho je pozitívna, ak existuje rovnováha medzi jeho schopnosťami a požiadavkami prostredia. To znamená, že senior musí byť schopný poradiť si fyzicky ako aj psychicky so svojím prostredím v priebehu bežných činností počas dňa. Preto architekt nemôže očakávať, že užívatelia sa plne prispôbia prostrediu, ale práve prostredie sa musí prispôbiť potrebám seniorov.

Pri návrhu zariadenia pre seniorov musíme teda zohľadniť postupné zhoršovanie zdravotného stavu jeho užívateľov, ako aj všetky dôsledky z toho vyplývajúce. Dobře navrhnuté zariadenie pre seniorov sa dokáže nielen prispôbiť zdravotným problémom svojich užívateľov, ale im rovnako umožňuje rozvíjať ostatné, starnutím nepostihnuté, schopnosti.

Keďže populácia vyspelých krajín sveta nezadržateľne starne, v budúcnosti môžeme očakávať výrazný nárast dopytu po zariadeniach pre seniorov. V roku 2008 žilo vo svete približne 506 miliónov ľudí vo veku nad 65 rokov, pričom do roku 2040 sa predpokladá, že táto veková kategória narastie na 1 300 miliónov seniorov. To by znamenalo, že v priebehu nasledujúcich 30 rokov sa počet seniorov zdvojnásobí z dnešných zhruba 7 % na 14 % svetovej populácie.

Na Slovensku máme v súčasnosti približne 300 zariadení poskytujúcich dlhodobú starostlivosť pre seniorov, s celkovou kapacitou okolo 14 000 miest, čo je výrazne pod priemerom v porovnaní s krajinami západnej Európy. Okrem toho, absolútna väčšina z týchto zariadení bola

postavená pred rokom 1989 a v súčasnosti s nimi narastá nespokojnosť, keďže už nevyhovujú dnešným potrebám. Väčšina z nich má inštitucionálny charakter, kde je potlačené súkromie a individuálne potreby jednotlivca. Seniori sú ubytovaní v miestnostiach s dvoma a viac cudzími ľuďmi, stravovanie je riešené centrálné vždy v určitú hodinu, nemajú možnosť upraviť si priestor, často nie je zabezpečená dostatočná bezbariérovosť zariadenia, prípadne nie sú na výber ani im vyhovujúce aktivity a podobne.

Na rozdiel od bežných užívateľov architektúry, obyvatelia zariadení pre seniorov strávia oveľa viac, ak nie všetok čas v rámci jeho hraníc, čo znamená, že kvalita architektonického prostredia takéhoto zariadenia má na ich život výrazný vplyv. Okrem toho títo užívatelia architektúry vo veľkej miere závisia od schopnosti prostredia kompenzovať ich horší zdravotný stav, pretože proces starnutia prináša so sebou mnohé obmedzenia a prekážky v bežnom živote. Toto kladie viaceré špecifické požiadavky na architekta pri návrhu zariadenia pre seniorov. Na to, aby sme pochopili, aké požiadavky by mali spĺňať zariadenia pre seniorov z pohľadu užívateľa, je dôležité pochopiť samotný proces starnutia. Na starnutie človeka sa obvykle pozerá z dvoch rôznych uhlov pohľadu – biologického a sociálno-psychologického.

Biologické starnutie

Ľudské telo pozostáva z viacerých vzájomne prepojených biologických sústav, ktoré zabezpečujú jeho fungovanie. Postupne ako človek starne, začínajú sa tieto sústavy relatívne predvídateľným spôsobom zhoršovať. Napríklad zmeny v endokrinnnej sústave vyvolané starnutím majú obvykle za dôsledok zmenu telesnej teploty človeka, ako aj predĺženie reakčnej doby, čím sa človek stáva zraniteľnejším. Okrem toho začína byť nervový systém menej efektívny pri koordinácii pohybov. Vekom sa takisto zhoršuje



SPOLOČNÉ PRIESTORY ZARIADENIA PRE SENIOROV
NAPOMÁHAJÚCE POCITU DOMOVA. MARGE-ARKITEKTER:
ZARIADENIE PRE SENIOROV NORRA VRAM, ŠVÉDSKO, 2008,
FOTO: JOHAN FOWELIN



MIESTO NA ODDYCH SENIOROV V PRIESTORE KOMUNIKÁCIE.
MURAMATSU ARCHITECTS: ZARIADENIE PRE SENIOROV
IDU TERRACE, JAPONSKO, 2008.

schopnosť nervového systému ukladať informácie a znovu ich privolať. Svalová atrofia, ktorá súvisí aj s nedostatkom pohybu, postihuje držanie tela, výdrž ako aj stav kĺbov. Kostí strácajú kalcium a stávajú sa krehkejšími. Telo stráca svoju ohybnosť, čo spôsobuje problémy staršieho človeka pri kľáčaní, otáčaní sa, ohýbaní sa a vstávaní. Starnutie takisto postihuje všetky zmysly človeka. Chuť, čuch a hmat sa vekom menia, stráca sa ich schopnosť rozpoznávať menšie podnety. Zhoršuje sa schopnosť počuť vyššie frekvencie. Oko staršieho človeka zaostruje pomalšie medzi blízkymi a vzdialenými objektmi. Jas býva takisto problémom a môže viesť až ku krátkodobému výpadku zraku. Šošovka postupne s vekom žltne a hrubne, čím sa mení vnímanie farby. Vekom sa mení aj vnímanie hĺbky priestoru.

Architektonický priestor zariadenia pre seniorov musí byť preto schopný kompenzovať všetky uvedené dôsledky starnutia. Z tohto dôvodu musí byť plne bezbariérový a pri jeho návrhu treba dôsledne uplatňovať princípy univerzálneho dizajnu, pretože požiadavky na priestor sa menia v čase s tým, ako sa zhoršuje zdravotný stav jeho obyvateľa. Okrem toho je dôležité zabezpečiť prístup, alebo priamo v zariadení poskytovať služby, ktoré rozvíjajú fyzické a psychické schopnosti seniorov, napríklad rehabilitačné cvičenia, fitnes, plávanie a mnohé ďalšie.

Sociálno-psychologické starnutie

Vnímanie staršieho človeka spoločnosťou a spôsob, akým sa senior v nej uplatní, sú individuálne. Nikto z nás nemá nemennú osobnosť a faktory, ako sú zdravie, financie a sociálne kontakty, nás rôzne ovplyvňujú v priebehu života. Zmena životného štýlu je zásadnou otázkou, ktorá má obrovský vplyv na rozhodnutie ohľadom presťahovania sa do zariadenia pre seniorov. Zariadenie musí byť preto schopné poskytnúť seniorom životný štýl „na mieru“.



ZÁHRADA – PRIESTOR NA RELAX PRE SENIOROV.
MANUEL OCAÑA DEL VALLE: ZARIADENIE PRE SENIOROV SANTA RITA, OSTROV MENORKA, ŠPANIELSKO, 2009,
FOTO: MIGUEL DE GUZMÁN

Taký, pri ktorom bude mať každý z nich pocit dobre prežitého dňa. Pre niektorých to môže znamenať možnosť navariť si, pre iných rôzne dobrovoľné aktivity, pričom je dôležité poskytovať široké spektrum činností, bez toho, aby boli do nich seniori nútení. Takisto je veľmi dôležité, aby seniori neboli odtrhnutí od diania vo zvyšku sveta len preto, že žijú v zariadení pre seniorov. To znamená, umožniť seniorom udržiavať kontakt s komunitou, v ktorej sa nachádzajú, ako aj podporovať kontakt seniorov s ich rodinou a okolím. Toto sa dá podporiť napríklad možnosťou usporadúvať rodinné oslavy v zariadení alebo poskytovaním rôznych služieb aj pre ľudí z okolia, napríklad vytvorením kaviarne v zariadení. V neposlednom rade je dôležité, aby zariadenie pre seniorov vytváralo pre svojich užívateľov pocit intimity a domova, čo sa dá dosiahnuť aj vhodne zvolenou mierkou stavby a príjemným obytným dojomom.

Záver

Zariadenia pre seniorov sú z typologického hľadiska určitou kombináciou obytnej budovy a zdravotníckej stavby. Do akej miery sa prikláňajú k jednému alebo druhému typu stavby, záleží od miery odkázanosti seniorov, ktorým slúžia. V každom prípade si ich návrh vyžaduje mimoriadnu ohľaduplnosť k svojim užívateľom, čo musí odrážať aj forma, ktorá by mala dôsledne sledovať funkciu (úplne nevhodné sú napríklad výškové stavby).

Daniel Szabó