

PROSJEKTERING AV BOLIGER FOR ELDRE

Disse krav gjelder selvstendige små leiligheter beregnet for eldre som kan stelle seg selv.

Boliger for eldre kan plasseres i egne bygg eller spredt i den vanlige bebyggelse. Det er en fordel at leiligheter for eldre ikke har for lang avstand til kommunikasjoner og butikker. Ved plassering av boligene bør en unngå at støy fra trafikk og fra annen bebyggelse blir plagsom.

I større enheter med leiligheter for eldre, bør det være en leilighet for vaktmester, og eventuelt for sosialkurator eller sykepleier. Det kan også være grunn til å innrede visse fellesrom beregnet for de gamle i samme bygg eller i nærliggende bebyggelse. Med fellesrom forstås felles oppholdsrom, felles spiserom og kjøkken, hobbyrom, sykestue for sengeliggende, legerom, rom for sykepleier, fysioterapeut, arbeidsterapeut, sosialkurator, friserdame, fotpleier m. v. Hvert rom kan dekke flere av disse funksjoner. Rommene kan ligge i etasjene eller i underetasjen.

Dersom fellesrommene er ment å dekke et større område og således får karakteren av en helse- og velferdssentral for eldre, må fellesrommene finansieres utenom Husbanken.

Fellesrommene må være av en slik størrelse og art at de ikke berøver prosjektet karakteren av et aldersboligbygg med småleiligheter for eldre som fører sin egen husholdning.

Det er en fordel med lav bebyggelse, men i de tilfelle hvor en må bygge i høyden, må det være heis i bygg med mer enn 2 etasjer. Likeledes er det en fordel om boliger for eldre kan innredes i mindre hus, hvor leilighetene kan få lys fra 2 sider.

Stuen bør ha enten formiddags- eller ettermiddagssol. Ved spesielle planløsninger, hvor ikke alle leiligheter kan bli like godt orientert, må man sørge for at det til hver leilighet blir et vindu med sol.

PLANLØSNING

Leilighetene skal inneholde stue, eventuelt sovenisje eller soverom, kjøkken, toalett og gang og tilhørende ytre rom.

Leiligheter som er beregnet til 2 personer, må ha eget soverom.

Leiligheter for 1 person bør ha eget soverom eller sovenisje, hvis ikke kjøkken kan tjene som oppholdsrom.

Stuen kan være gjennomgangsrom til kjøkken og soverom. Fra soveplassen til toalettet bør det være kort avstand og minst mulige hindringer som kan føre til uhell. Direkte dør mellom soverom og toalettrom er en fordel. I 1-persons leiligheter kan dette være eneste atkomst til toalettrommet. Det må være innvendig atkomst til boder.

Man bør overveie å lage noen leiligheter med atkomst direkte fra terreng uten trapp for gamle som er bevegelsehemmede. Nivåforskjellen mellom terreng og gulv i leiligheter må da opptas av en rampe. Det må også være rampe fra terreng til heis i høyhus for gamle.

Trappene må ikke være bratte. De må ha samme stigningsforhold og trinnprofil over alt i bygget. Stigningen bør ikke være større enn 16—17 cm/28 cm. Trappen bør ligge slik at ganglinjen gjennom korridoren danner en rett vinkel med ganglinjen gjennom øverste trappeløp. Trappene må være rette, og det bør være et repos på hver halve etasjehøyde. I alle trapper må det være håndlist på *begge* sider. For at de eldre lett skal kunne komme ut i frisk luft, bør det være balkong i hver leilighet, eller større balkong i forbindelse med fellesrom. I større bygg bør det være en luftebalkong i hver etasje med atkomst fra korridor. Balkonger som ligger høyt, må ha høyt og tett rekkverk så det ikke oppstår fare ved svimmelhet.

Alle dører i leiligheten må minst være 90 cm brede utvendig karm. Hvis gangen er trang, kan det være nødvendig å ha enda større dørbredde. Det bør ikke være dørterskler inne i leilighetene.

Vinduenes brystningshøyde bør ikke være større enn at det er mulig å se ut i terrenget fra sittende stilling. I leiligheter som ligger høyt, bør vinduene forsynes med fast nedre ramme fra blomsterbrettet og opp til ca. 100 cm over gulv. Det må være lett adgang til vinduspussing.

Gulvene i leiligheten må ikke være for glatte, dette gjelder særlig toalettrommet.

ISOLASJON

Det bør være god lydisolasjon mellom tilstøtende leiligheter og mellom oppholdsrom og korridor eller trapperom.

Varmeisolasjonen bør også være god da de eldre har et stort varmebehov. Særlig viktig er det at gulvet i 1. etasje isoleres godt. Ventilasjonen må ikke fremkalle trekk, men likevel være god. Vinduene må ha to eller helst tre glass.

BELYSNING

Det må være gode lysforhold i leilighetene, i trappehus og ved ytterdører. I oppholdsrommene bør lysnivået være ca. 100 lux i startverdi, i spiserom og kjøkken ca. 150 lux og i korridorer og trapper 100—150 lux.

I leilighetene bør det ikke være taklamper, da dette kan føre til uhell hvis de eldre skal skifte lyspærer. Stikkontakter bør plasseres 60—70 cm over gulvet.

INNREDNING OG MØBLERING

Når det gjelder møblenes mål, vises til HB-3207.

Stuen må ha plass til en sofagruppe og spisebord med plass for 4 personer. Hvis spiseplassen på kjøkkenet kan utvides til 4 personer, behøver det ikke være plass til spisebord i stuen. Videre må det være plass til serviseskap, reol, radio, fjernsyn m. m. i en samlet veggengde av minst 200 cm. Hvis det ikke er eget soverom, må stuen også ha plass til seng, eventuelt i en sovenisje.

Det må være tilstrekkelig fri gulvplass og gode passasjer mellom møblene. De viktigste passasjer, vanligvis mellom stuedør, kjøkkendør og balkongdør bør være minst 100 cm brede.

Kjøkkenet må ha plass til matskap eller kjøleskap, oppvaskbenk med kum eller nedfelt utslagsvask, arbeidsbenk og komfyr. Dessuten må det være overskap helst med regulerbare hyller for servise og en skuffeseksjon. Denne seksjon kan eventuelt plasseres i oppvaskbenk eller arbeidsbenk.

Passasje mellom motstående kjøkkenbenker eller mellom benk og vegg må være minst 100 cm.

Hvis det for en gruppe aldersboliger er felles oppholdsrom — spiserom og kjøkken,

kan størrelsen og innredningen i de enkelte leiligheter reduseres. Det er da tilstrekkelig med seng (evt. sovesofa), 2 lenestoler med lavt bord og spiseplass for 2, plass for reol — TV og en minimum kjøkkeninnredning.

Soverommet skal foruten plass til seng/senger også ha plass til nattbord, 1 eller 2 stoler og ha en gulvplass på ca. 100 x 100 cm til av- og påkledning. Det er ønskelig at sengen kan stilles opp slik at den i sykdomstilfeller kan stelles fra begge sider.

I soverom eller annet sted i leiligheten, må det være en skapplass på 60 x 100 cm pr. person.

Ved sengen bør det være nattlampe og ringeapparat.

Toalettrommet bør ha plass til badekar, sittekar eller dusjkar, vaskeservant og klossettskål. Det er en fordel om badet også har plass til vaskemaskin som kreves hvis det ikke er felles vaskerom. Når det installeres badekar, er sittebadekar eller annet kar med sete å foretrekke. Hvis det bare installeres dusj, er hånddusj å foretrekke, og det bør settes opp et fast sete i dusjavlukket med en holder for hånddusjen i riktig stilling. Dusjavlukket bør skjermes mot baderommet for øvrig. Toalettrommet bør gjøres så rommelig at det er plass til ekstra utstyr for dem som er bevegelseshemmet. Det utstyr som er mest aktuelt, er armlener ved klossettskålen og håndtak på badekar. Det bør være ringemulighet ved badekar/klosettskål.

Det må være utadslående dør fra toalettrommet.

Entréen må være minst 120 cm bred. Den bør ha garderobehylle av minst 50 cm lengde og plass for speil og hylle. Fri passasje i entré mellom vegg og høye møbler må være minst 100 cm.

Matboden kan være på leilighetens plan eller i kjeller. Det bør være en isolert matbod på minst 1 m² til hver leilighet. Hvis det er felles nedkjølt matbod i bygget, er det tilstrekkelig at hver leilighet har plass til et skap på 60 x 60 cm i denne.

Matbod kreves ikke hvis det installeres matskap og kjøleskap i leiligheten.

Brenselbod trenges bare til leiligheter som oppvarmes med fast brensel og bør være på minst 1,5 m².

Klesbod som ligger i selve leiligheten, bør være minst 1,5 m². Ligger den på loft eller i kjeller, bør den være minst 2 m².

Vaskerom kan være felles for flere leiligheter og må være innredet for både vask, tork og etterbehandling av tøy.