

Domov 60+

Domov 60+

domov pre naše babky a dekov

Diplomová práca 2019/2020

Bc. Martina Oravcová

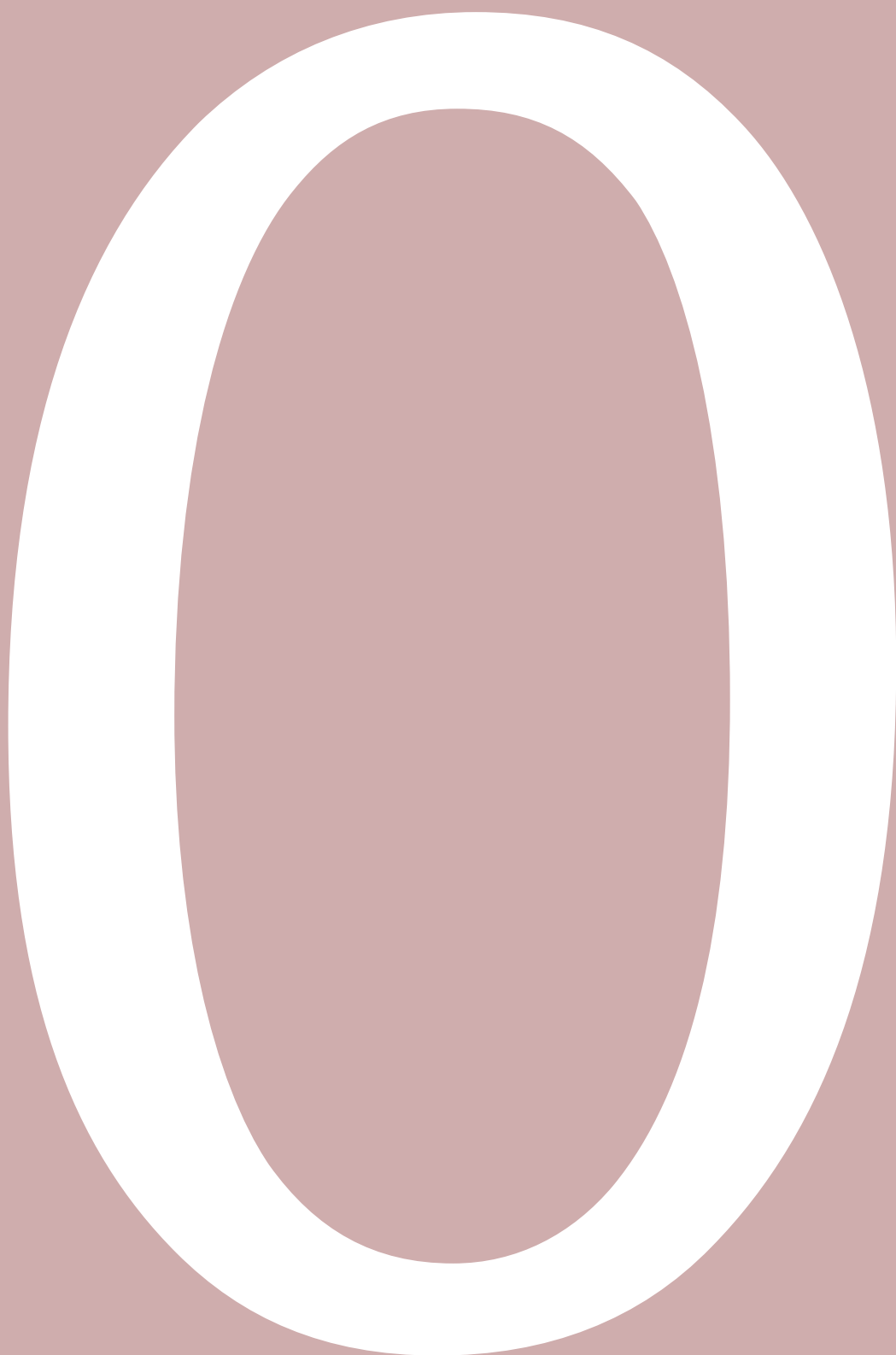
Vysoké ušní technické v Brne

Fakulta Architektúty

Vedúci práce: Ing. arch. Ján Mléčka, Ph.D.

Abstrakt

Domov by malo byť miesto kde bývam, kde sa cítim v bezpečí, kde mám súkromie, kde sa vždy môžem a vraciam rád. Je mi útočiskom, z ktorého denne vyrážam do sveta. Doma nájdem pohodlie, teplo, lásku, úctu, pochopenie... Mať domov, je už od počiatku ľudstva jedna zo základných potrieb každého človeka. Viest plnohodnotný život možno iba za predpokladu naplnenia nie len, ale aj tejto potreby. Analytická časť práce sa zaoberá možnosťami, potrebami a požiadavkami ľudí na bývanie od vekovej hranice 60 rokov a ich aplikáciou v architektúre. Návrh budovy na bývanie nie len pre seniorov v zariadení je obsahom praktickej časti. Spojenie viacerých generácií a funkcií na jednom mieste, podporuje vytváranie medziľudských vzťahov a integráciu seniorov do spoločnosti. V objekte sa nachádza zariadenie pre seniorov spojené s denným stacionárom pre seniorov, jedáleň a klub dôchodcov v spojení s obecnými nájomnými bytmi pre mladé rodiny. Projekt je navrhovaný pre obec Važec, ležiacu v okrese Liptovský Mikuláš na Slovensku.



Život
Osud
Príbeh

Stará mama Zuzana 76

Stará mama žije posledných 10 rokov ako osamelá dôchodkyňa v byte na sídlisku s malým psíkom, o ktorého sa stará. Jej dennou náplňou sú najmä rôzne televízne relácie a venčenie, ale momentálne sa snaží zapojiť do aktívnejšieho života a vyplniť jednotvárne dni aj inými činnosťami. Rodina sa jej snaží doplniť inak nezáživný program kultúrnymi podujatiami ako divadlo, kino alebo vystúpenia či športové zápasy vnúčať.

Životné ciele pani Zuzany sú už vzhľadom na vek obmedzené na pomoc najbližšej rodine a zachovanie si zdravia aspoň do takej miery, aby nebola záťažou ale prínosom. Stará mama, ešte ako sebestačný človek, je schopná sa o seba plnohodnotne postarať, zvláda každodenné domáce práce aj nákupy.

Problémy v tomto pokročilom veku má najmä psychického charakteru, pretože nie je zvyknutá byť odkázaná na pomoc od druhých. Zdravotné problémy spojené s nedostatkom krvných doštičiek ovplyvnili jej stav aj v iných oblastiach, musela začať navštevovať viacero odborníkov, na čo nebola zvyknutá. Toto výrazne poznačilo jej psychiku, no vzhľadom na rovesníkov má problémov výrazne menej. Posledné obdobie si začína uvedomovať svoj vek a starosti, ktoré s tým prichádzajú, čo bolo pre ňu náročné prekonať. Keď sa však stabilizovala psychika, aj návštevy u lekárov sa obmedzili. Teraz si začína si vytvárať náplň dňa aj sama. Momentálne trávi čas stretnutiami so starými priateľmi, na ktorých spomínajú na časy minulé. Takto strávené chvíle sú jej veľkým prínosom, stretnutia s rodinou síce majú svoj význam, ale nevedia nahradiť čas strávený práve v spoločnosti týchto ľudí z jej života.

Rozvíja svoje záľuby, veľa číta knihy aj časopisy, rieši osem-smerovky, pečie a obľubuje aj ručné práce. Začala používať tablet, kde si prezerá informácie o rodnej dedine, nových receptoch, hrá jednoduché hry, či prezerá rodinné fotografie. Tešíme sa zo stále sa zlepšujúceho zdravia starej mamy a ďalších príbehov, ktorých má plné hrste.

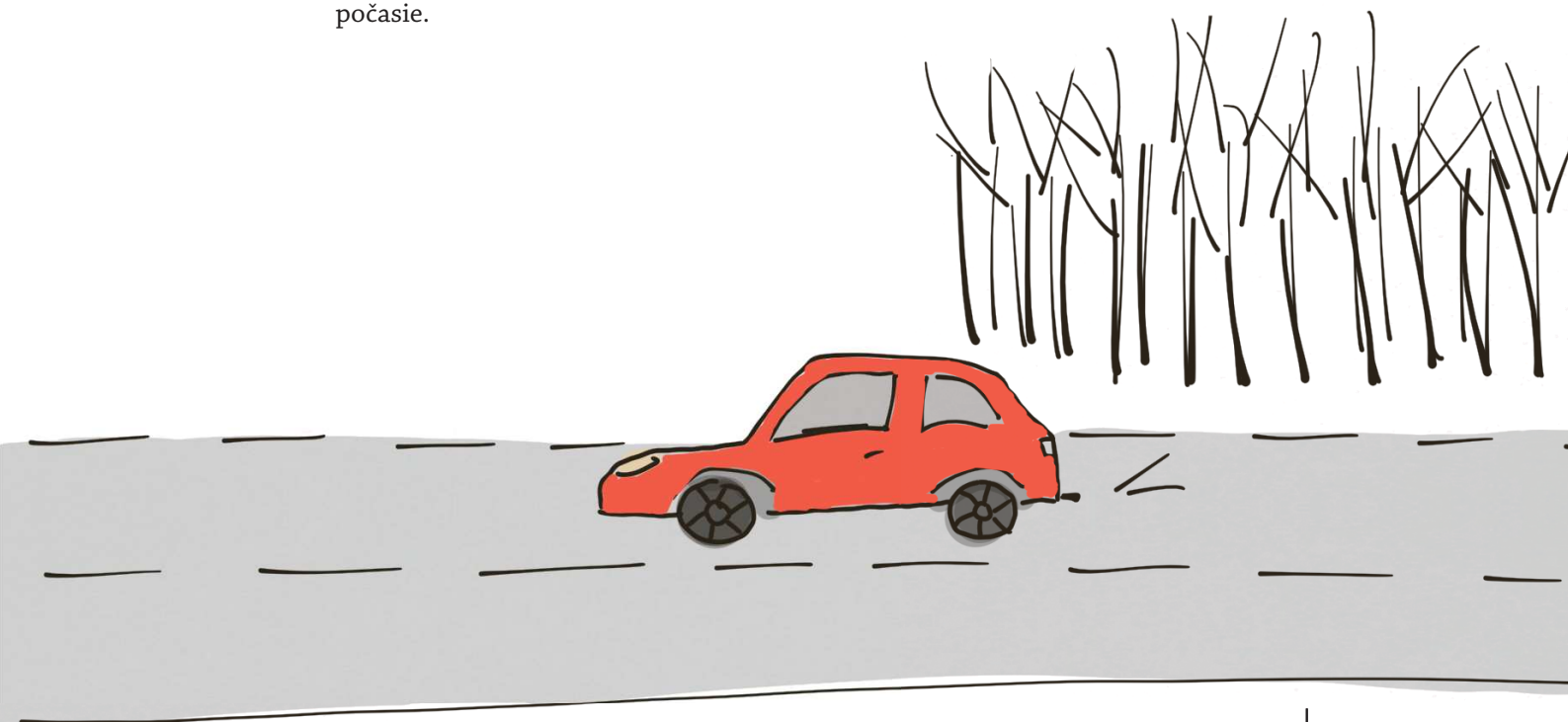
Dedko Julu 79

Nebolo víkendu, ktorého by presedel doma, vždy chodil so svojimi deťmi Igorom a Jankou na výlety do prírody, stanovať k vode, člnkovať sa, lyžovať. Skrátka nuda nikdy nebola. To platilo aj keď chodil po vnučku do škôlky, cestou domov jej na jar keď rástla vrba vždy vyrobil z prútia píšťalku, spieval pri tom pesničku Otlkaj sa píšťalôčka abys dobre pískla. Keď ju strážil, čítal jej rozprávku, príbeh o opiciach, ktoré si stavali dom, občas sa hneval keď Iveta, mama vnučky neprišla z práce na ča s, vraví, že on radšej všad e chodí o 5 minút skôr.

Na dôchodku stále niečo majstruje, každej veci nájde využitie, na všetko vymyslí zlepšovák, je veľmi vynaliezavý. Pomáhal svojmu synovi prestavať chatu, chodí tam často a veľmi rád, niekedy pešo cez les zo susednej dediny kde ho privezie autobus, aby ušetril za cestu, inokedy autom.

Auto dedka Jula je to najobstaranejšie auto v celom okolí, aj po 20 rokoch v ňom vonia akoby bolo nové, nikde nie je ani smietky a jeho červená farba je stále taká žiarivá ako keď vyšla z výrobnjej linky. Nie, že by bol dedko nejaký autičkář ale na svoje veci si dáva pozor, šanuje ich aby dlho vydržali.

Rád spí pri otvorenom okne, dokonca aj v zime keď mrzne až sa občas suseda z vedľajšieho bytu sťažuje na chlad. Občas v noci nemôže spať tak pozerá tenis ale poobede si vždy rád po dobrom obede dá dvadsiatku. Uhorkový šalát bol vždy jeho obľúbený a odkedy ochutnal špenát zo zemiakmi a volským okom od Ivety je to tiež jedno z jedál ktoré mu veľmi zachutilo aj keď špenát predtým nemal rád. Pečie tú najlepšiu bábovku s hrozienkami. Po suroviny chodí každé ráno na bicykli do obchodov, vždy má prehľad kde je čo lacnejšie a teda kde sa čo oplatí kúpiť viac. Odjakživa si vedie si zošit, kde si zapisuje ako hospodári a tiež aké je každý deň počasie.



Krstná Mari 80

Sestra deda Jana, býva v dome hneď vedľa bakby s dekom, ich záhrady delí len vyblednutý bordový plot, teraz už ružovej farby. Cez plot si často podávajú úrodu zo záhrady, keď má niekto niečoho viac, s plodmi robia výmenný obchod, a to aj s ďalšími susedmi.

Krstnina záhrada tak ako aj jej dom je obrovská, okrem zeleniny a ovocia v nej pestuje chrizantény, ktoré nosí na hrob svojho syna. Keď ešte vládala, chodila tam každý týždeň v nedeľu, tak ako aj do kostola. Teraz sa už sama chodiť ďaleko bojí. Nákup jej nosí jej dcéra Katka alebo vnúčatá. Pomáhajú jej zo všetkým čo je treba, aj keď by si teta Mari najradšej spravila všetko po svojom.

Jedlo si varí na niekoľko dní dopredu, vraví, že sa jej nechce variť každý deň, najradšej zo všetkého má čerstvo upečený chlieb, toho sa vraj nikdy nepreje.

Krstná pôsobí veľmi utrápene, často sa sťažuje na boľavé a opuchnuté nohy, zlé trávenie a hromadu práce okolo domu, ktorú sama nestíha. Niekedy nevládze vstať z postele, ale vždy sa snažila prekonať hlavne kvôli psíkovi Sultánovi, ktorý jej strážil dvor, kým tu ešte bol. Sultán jej robil radosť každý deň. V lete pri ňom často sedávala, čistila fazuľu alebo ho len tak hladila a rozpráva sa s ním. Bol to asi jej ôsmi pes vždy veľký biely slovenský čuvač vždy s rovnakým menom Sultán. Je jej za ním smutno ale ďalšieho psíka už nechce, už by sa oňho nevládala postarať.



Babka Margita 75

Babka to má občas s dedkom ťažké, dedko je veľký srandista ale myslí to len dobre, babku má veľmi rád. Spolu sú manželmi už viac než 50 rokov a svoju rodinu si chránia. Vo všetkom si navzájom vychádzajú v ústrety ako to len ide. Bývajú v dome zo záhradkou, kde pestujú zeleninu a ovocie, o kvetinové okrasné záhony sa stará väčšinou babka no kvety vyberajú spoločne.

Babka je veľmi spokojná duša, myslím, že sa snaží užívať si bežné okamihy dňa akoby mali byť výnimočné. Nikdy som ju nevidela nahnevanú alebo rozčúlenú. Všetko dokáže brať tak primerane s nadhľadom alebo to aspoň nikdy nedá najavo. Vždy pôsobí silne a sebaisto. Vyžaruje z nej pohoda, taká čo vytvára pocit bezpečného domova.

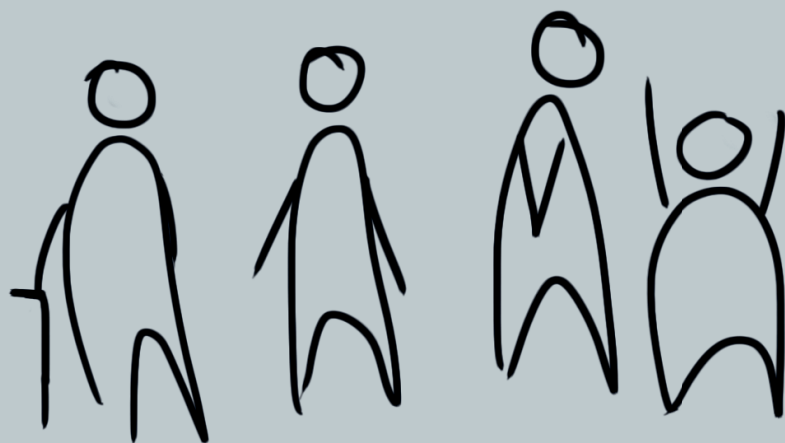
Kým nešla do dôchodku pracovala v hydrometeorologickom ústave, veľa tam písala na stoji. Teraz ju z toho bolia kĺby na rukách ale nestázuje sa, je veľká bojovníčka. Pred pár rokmi ju zasiahla rakovina, našťastie sa ju ale podarilo vyliečiť aj keď pri tom prišla o obličku. Potom bol niekoľko rokov pokoj, no teraz s ňou bojuje zas. Na začiatku z toho bola veľmi smutná a plná obáv, mali sme o ňu strach. Lieky jej ale zaberajú, tak jej všetci držíme palce aby to zvládla. Zo všetkého najviac by si určite priała aby tu s nami mohla byť ešte veľa rokov.

Najväčšiu radosť jej robí keď ju prideme navštíviť a ona nám môže nabaliť úrodu a zavaraniny na domov. Teší sa tiež z pekných vecí čo dostane alebo si kúpi. Zvykla vyšívať alebo paličkovať, dnes to už veľmi nerobí, no nie preto, že by nemohla. Občas ešte ušije nejakú obliečku na vankúš ale vždy podotkne, že dnes sa už všetko dá kúpiť v obchode nie ako kedysi. Ide s dobou. Požívanie mobilu či počítača jej nerobí žiaden problém veď ešte minulý rok viedla účtovníctvo pre synovu nie najmenšiu firmu.



Analytická část

L'udia 60+



60-ročný človek je v súčasnosti ekonomicky aktívny, zaraďuje sa do skupiny občanov v produktívnom veku, z čoho vyplýva, že ak je zdravý chodí do práce. Každodenný rutinný kolobeh dňa, na ktorý je zvyknutý, má nastavený podľa svojich možností a predstáv a pravdepodobne sa za posledných pár rokov nejaký výrazne nezmenil. Dovršením dôchodkového veku má každý nárok na odchod do dôchodku, ak tak urobíme, odchodom z práce nastáva v živote nová situácia.

Zaslúžený dôchodok za desiatky odpracovaných rokov môže byť pozitívnu ale aj negatívnou zmenou, záleží to predovšetkým od nášho osobného postoja a rozhodnutia prežiť toto obdobie spokojne. To, že nemusíme ráno skoro vstávať a náhliť sa do práce, že si poobede môžeme pospať ak sa nám chce, že nám nerobí starosť zajtrajšia porada ale môžeme sa venovať našim obľúbeným činnostiam, ísť kedykoľvek na výlet, tráviť slnečné dni na chate či záhrade, venovať sa vnúčatám patrí k pozitívam. Negatívom je že sme už máme toľko rokov, že si uvedomujeme, že už nie sme najmladší. Pociťujeme to rôzne, zväčša však fyziky. Kde tu nás niečo bolí, nie sme už takí ohybní ako za mladých čias, na tvári už máme nejaké vrásky a vlasy už dávno nemajú tú krásnu hnedú farbu ako keď sme mali dvadsať. Začínajú nás oslovovať ten starší pán, staršia pani, senior.

Slovo „**senior**“ pochádza z latinčiny a v preklade znamená starší. Používa sa na označenie človeka, ktorému chceme vyjadriť úctu pre je jeho životné skúsenosti. V americkej angličtine sa používa vo význame starší, skúsený, služobne starší, na označenie vyššej hodnoty alebo odbornosti.

„Senior je teda starší človek, ktorý už mnohé prežil, vychoval deti a niečo v živote dokázal. Je to človek, ktorý vzhľadom na svoj vek môže odovzdávať mladším generáciám svoje odborné i životné skúsenosti. Či sa nám to páči alebo nie, vo veku okolo šesťdesiatky prechádzame z kategórie stredného veku do seniorskej kategórie. Je absurdné a smiešne to popierať. Čas sa nedá zastaviť a nikto nezostane mladý naveky, i keď vo vnútri sa tak mnohí cítíme. Aj dnešní junióri raz budú (pravda, ak dožijú) senióri. Nebráňme sa preto zaradeniu do tejto čestnej kategórie a oslovenie senior neberme ako nadávku, ale skôr ako poklonu.

Aj senióri majú svetu čo povedať. Niečo jedinečné, čo vychádza z pravej životnej zrelosti, pretože až v starobe si človek dokáže uvedomiť, kým sa sám prostredníctvom svojho života stal. Senior, ktorý už viac-menej naplnil svoj osobný príbeh, lepšie rozumie sám sebe, svet vníma s určitým nadhľadom a väčšinou už má poriadok v hodnotách. Pritom je tu stále šanca rozvíjať svoj duševný a duchovný život, ktorý človeka humanizuje, privádza k životnej múdrosti, pokore a zároveň utvára predpoklady na suverenitu, vnútornú slobodu a spokojnosť.“

[Ľudmila Gašparíková, študentka Univerzity tretieho veku]

Radost,

ktorú nie len starým ľuďom môže priniesť všedný deň.

Štvornohý kamoš kocúr Murko, pes Zorko
Čas strávený s vnúčatami
Pekná úroda v záhradke
Dobré výsledky u lekára
Nákup v kvalitného tovaru v zľave
Úspech
Obdarovanie
Návšteva divadla, vystúpenie vnučky
Nakupovanie na trhovisku
Zbieranie húb a čučoriedok v lese
Bicyklovanie
Výsledok tvrdej práca v záhrade
Pekne natretý plot
Krásne vety
Hra na hudobný nástroj
Vyšívanie
Výlet
Vylúštenie krížovky
Dobré počasie
Stretnutie s priateľmi
Počúvanie obľúbenej hudby
Vtáčiky na krmidle
Úspech slovenských športovcov
Starostlivosť o sliepočky
Káva a krémeš
Nové monterky
Chutný obed z vlastnej kuchyne

Architektonický priestor - - seniori a architektúra

Z architektonického hľadiska je cieľom aby bol priestor vhodne navrhnutý vzhľadom k jeho funkcii, vyhovoval potrebám užívateľov a bol kvalitne spracovaný aj po esteticknej stránke. Správne koncipovaný priestor musí mať logické dispozičné usporiadanie nabádajúce k jednoduchjej orientácii a to hlavne, ak sa jedná o verejný priestor, ktorý má slúžiť všetkým.

Verejný priestor by mal byť priateľský. Nesmie preto obsahovať žiadne prekážky a bariéry brániace alebo sťažujúce jeho dostupnosť osobám s obmedzenou schopnosťou pohybu a orientácie. Starší ľudia alebo osoby s inými zdravotnými hendikepmi ich majú častokrát značne znížené. Blúdenie, nezrozumiteľné či chýbajúce označenia a rôzne iné zbytočné prekážky spôsobia vždy nepríjemný zážitok, pocit nepohodlia. Skúsenosti z podobne prežitých nekomfortných situácií môžu u seniorov viesť k obavám z ich opakovania a odrádzať od opätovnej návštevy verejných priestorov a priestranstiev. Môže sa jednať o úrad, banku, nákupné centrum, obchod, poštu, divadlo, kino, múzeum, park... Je preto veľmi dôležité aby boli priestory navrhnuté kvalitne, s ohľadom na všetkých ich užívateľov a ich obmedzenia a život skôr uľahčovali ako v ňom vytvárali prekážky. Dobre navrhnutý verejný priestor, v ktorom sa človek cíti príjemne, podporuje sociálnu interakciu, integráciu nie len seniorov, obohacuje spoločenský život, vytvára príležitosti k vzniku nových vzťahov, nabáda k zážitkom, poznaniu, získavaniu nových informácií....

Obytný priestor, byt, rodinný dom je predovšetkým **súkromný priestor** jednotlivca, páru alebo rodiny, je v ňom možné v najväčšej miere uplatniť individuálne požiadavky užívateľa a na mieru ho prispôsobiť jeho potrebám. Požiadavky na bývanie sú u každého veľmi osobité, v priebehu života sa menia, výrazne závisia od životného štýlu, aktuálnej situácie, aj toho, v akej etape života sa páve nachádzame, počtu členov v domácnosti, ich zdravotného stavu. Mladý človek, sa často v byte zdržuje málo, dokáže sa rýchlo a flexibilne prispôsobiť novým podmienkam, v živote má množstvo iných priorít. Mladá rodina s malými deťmi sa už na bývanie pozerá inak, nemá tak veľké nároky na veľkosť priestoru ako rodina s adolescentmi, ktorý už potrebujú viac súkromia, každý ideálne vlastnú izbu, no je pre nich napríklad dôležité aby bola v blízkosti materská škôlka a detské ihrisko. Bezdetné páry, jednotlivci si stanovujú opäť iné priority.

Bývanie 60+

Bývanie starých ľudí musí byť ohľaduplné k všetkým potrebám tohto veku.

Na Slovensku, podobne aj v Česku je stále zvykom mať byt, či dom, v ktorom bývame v osobnom vlastníctve. (V krajinách západnej Európy s vyššou životnou úrovňou, ku ktorým sa s cieľom zlepšovania poskytovania sociálnych služieb a zdravotnej starostlivosti snažíme neustále prirovnávať a brať si od nich príklad to nebýva vždy pravidlom.) Nehnuteľnosť na bývanie si väčšinou zaobstaráme ešte v produktívnom veku, v čase, keď máme rodinu a pravidelný príjem finančných prostriedkov. Nároky na bývanie prispôsobujeme v tomto období aktívnemu životu, potrebám rodiny, deťom, viacerým členom domácnosti. Od momentu prisťahovania sa do nového prostredia si k miestu vytvárame citový vzťah. Emocionálne a sociálne väzby vznikajú na základe našich vnemov z prostredia a odohrávajúcich sa udalostí navôkol, kreujú sa v podvedomí voči veciam, ktoré sú súčasťou nášho domova alebo v spätosti s ľuďmi, s ktorými prichádzame pravidelnejšie do kontaktu ako napríklad susedia, predavačka v obchode. Ešte silnejšie puto človeka k domovu vzniká ak sa jedná o domov, ktorý aj fyzicky patrí do nášho vlastníctva, o ktorý sme sa celé roky starali, investovali doň a vlastnoručne ho zveľaďovali a to je prípad väčšiny Slovákov. Tento fakt, je zároveň aj hlavným dôvodom prečo starí ľudia na Slovensku preferujú zotrvanie vo vlastnej domácnosti tak dlho ako je to len možné.

Nie všetky domácnosti sú však pre pobyt seniora vhodné, problémy nastávajú, ak je byt či dom príliš veľký a príjem zo starobného dôchodku na to nestačí, respektíve peniaze, ktoré platíme za náklady na bývanie v pre nás zbytočne veľkom byte, z ktorého aj tak využívame len dve izby a kuchyňu, by sa iste dali vyžiť aj lepšie. Ďalším závažnejším dôvodom, prečo nám už bývanie v domácnosti nevyhovuje, je zhoršený zdravotný stav alebo bariéry ako napríklad schody, prahy, príliš malá kúpeľňa s vaňou do ktorej už nevládzeme bezpečne vliezť a podobne.

Kritériá vhodného bývania seniorov

Ideálne bývanie by nám malo vyhovovať po všetkých stránkach, či už sa jedná o samostatné bývanie vo vlastnom alebo bývanie v špecializovanom zariadení pri jeho výbere sa rozhodujeme predovšetkým na základe týchto kritérií:

typ bývania (rodinný dom, byt,...)

lokalita

okolité prostredie

dostupnosť MHD a občianskej vybavenosti

nároky na veľkosť úžitkových plôch

počet obytných miestností

orientácia voči svetovým stranám

dispozičné usporiadanie priestorov

dizajnové riešenie interiéru aj exteriéru

bezbariérovosť, priestrannosť

dostupnosť sociálnych služieb pre seniorov

- rozvoz stravy
- opatrovateľské služby
- kluby dôchodcov
- zdravotnícke strediská

ak sa jedná o bývanie v zariadení rozhodujeme sa tiež na základe:

osobného dojmu zo zariadenia

kvality a objemu poskytovaných služieb zariadením

kvality bývania v zariadení, môžeme sa porozprávať s niekým, kto tam už býva.



Sociálne služby pre seniorov

Keď človek dosiahne seniorsky vek, má ťažké zdravotné postihnutie alebo je v nepriaznivej životnej situácii má právo na poskytnutie sociálnej služby. V Slovenskej republike poskytuje sociálnu službu obec, ktorá týmto realizuje prenesený úkon štátnej správy.

Človek v seniorskom veku podáva žiadosť na poskytnutie sociálnej služby spolu s dokladmi, ktoré potvrdzujú jeho zdravotný stav. Doklady posudzuje posudkový lekár, ktorý určuje stupeň odkázanosti klienta. Podľa stupňa odkázanosti klienta a výšky dôchodku je človek oprávnený dostávať finančný príspevok na poskytované sociálne služby.

Obec poskytuje sociálne služby podľa štandardov, ktoré sú legislatívne upravené zákonom, vyhláškami a normami.

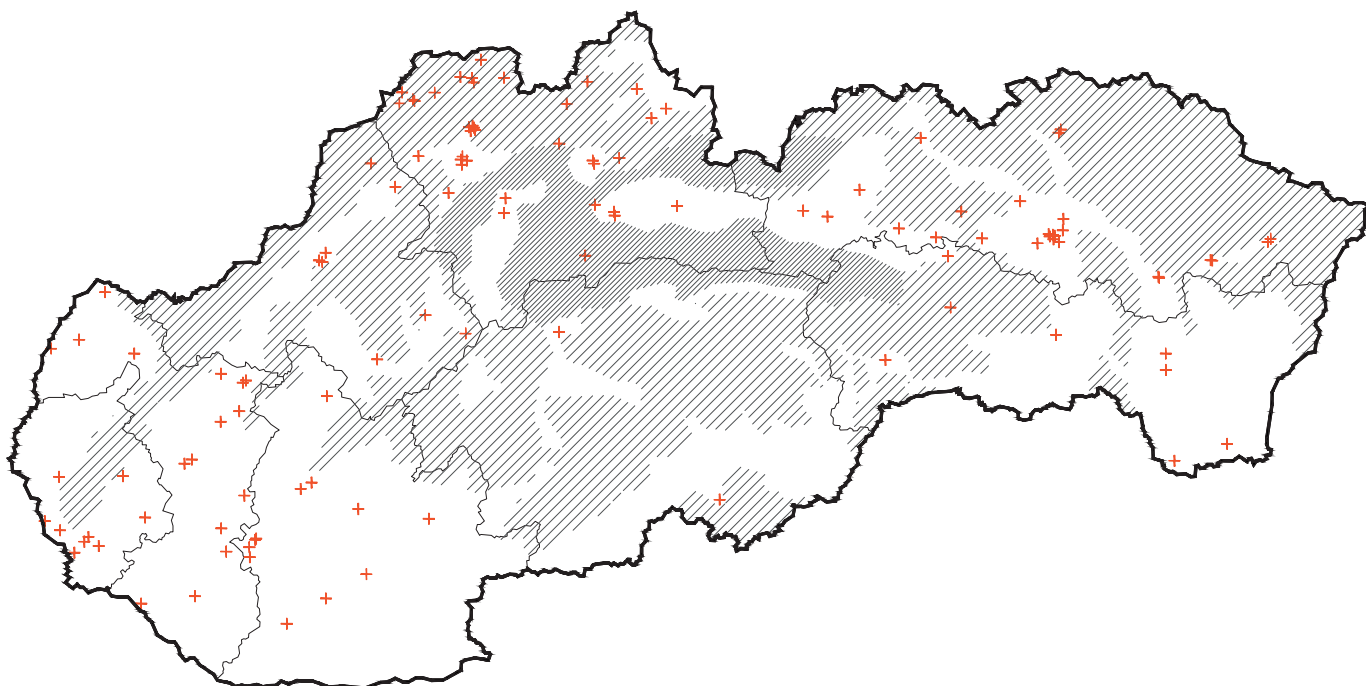
Sociálne služby môžu byť poskytované v domácnosti klienta, v našom prípade občana v dôchodkovom veku, klient môže za poskytnutím služby dochádzať, alebo sú služby poskytované v špecializovaných zariadeniach, ktoré sa nachádzajú v príslušnej obci, alebo v blízkosti jeho domova.

Sociálne služby a to najmä zariadenia pre seniorov poskytujú aj rôzne súkromné spoločnosti, ktoré majú štatút poskytovateľa sociálnej služby. Takéto zariadenia majú vo väčšine prípadov vyšší štandard, avšak sú aj cenovo náročnejšie. Vzhľadom na pomer žiadateľov o túto sociálnu službu a možnosti samosprávnych inštitúcií tvoria aj tieto zariadenia významnú úlohu a ich služby sú žiadané.

Jedálne

Ľudia v seniorskom veku, ktorým zdravotný stav umožňuje a zároveň majú záujem o sociálne kontakty, môžu využiť sociálnu službu, poskytovania obedov v špecializovaných jedálňach, kde podávajú stravu, ktorá je dieteticky vhodná pre vekovú skupinu seniorov.

Sociálna služba je dotovaná. Výška dotácie sa odvíja od výšky dôchodku seniora.



Denné centrum

Zariadenia sú zriaďované v prevažnej miere obcami, ktoré sú potom poskytovatelia tejto sociálnej služby a zodpovedajú za štandardy, ktoré sú pre poskytovanie služby nevyhnutné. Denné centrá môžu vznikať výlučne ako centrá pre seniorov, avšak v mnohých prípadoch sú určené pre viaceré vekové kategórie a tak umožňujú sociálnu inklúziu viacerých vekových skupín. Napríklad obec má zriadené denné centrum, kde sa stretávajú seniori, ale napríklad aj matky s deťmi (materské centrum). Prevádzka denných centier je hradená z rozpočtov obcí, resp. z rozpočtu štátu.

V dennom centre sa poskytuje najmä :

- Sociálne poradenstvo
- Sociálna rehabilitácia
- Záujmové aktivity

Klienti denných centier sa stretávajú v na to vyčlenených priestoroch a majú možnosť sa venovať spoločným záujmovým aktivitám vzdelávacieho charakteru, umeleckej činnosti, ale aj primeranej spoločnej fyzickej aktivite.

Prepravná služba

Preprané služby nie sú poskytované iba pre osoby v seniorskom veku. Je to teda sociálna služba pre vekovo širšie spektrum klientov. Osoby v seniorskom veku majú na túto službu v prípade potreby zákonný nárok.

Prepravnú službu využívajú klienti, ktorí majú problémy s orientáciou v teréne a mobilitou. Je to služba, ktorá je poskytovaná na obmedzený čas. Je to služba, ktorá je poskytovaná pre osoby, ktoré sú odkázané na individuálnu prepravu.

Oprávnenosť požiadavky na využívanie tejto sociálnej služby je tak, ako aj v ostatných prípadoch preukazovaná dokumentáciou o zdravotnom stave žiadateľa, ktorú posudzuje posudkový lekár.

Sprievodcovská, tlmočnická a predčítateľská služba

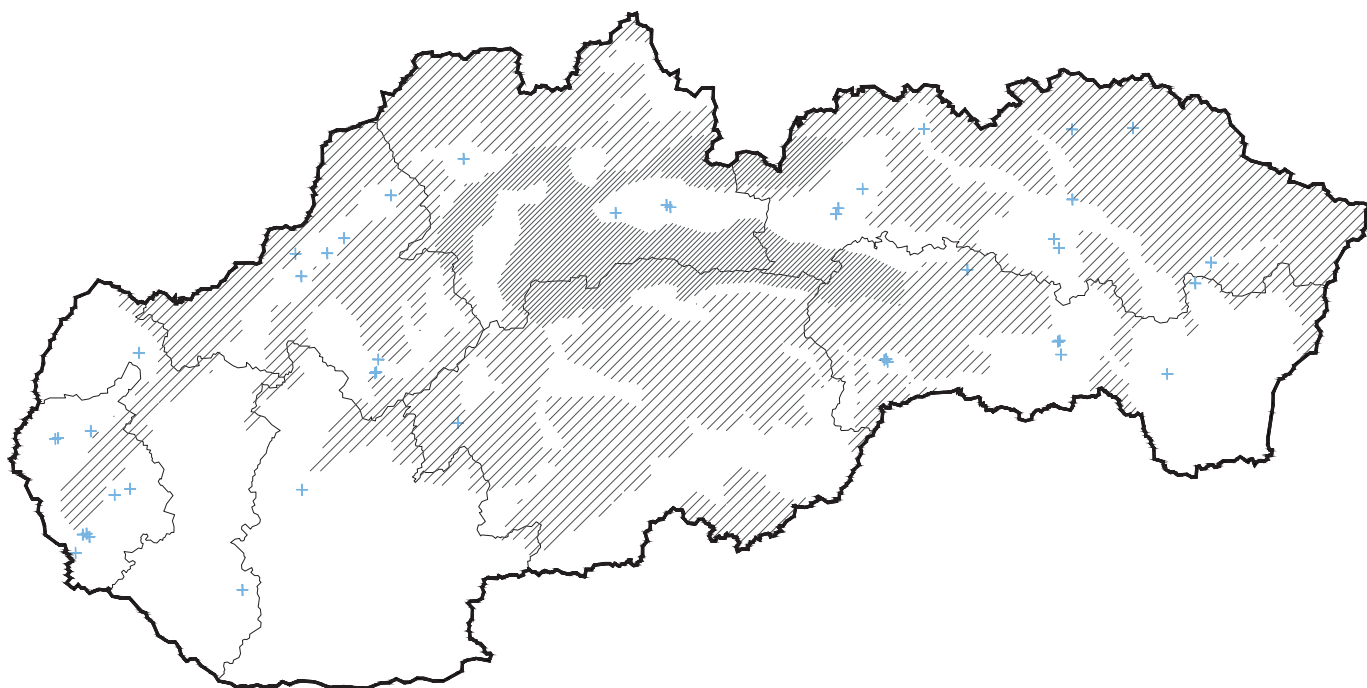
Je poskytovaná v obdobnom režime, ako vyššie uvedená prepravná služba. Klienti, teda aj seniori písomnou dokumentáciou o zdravotnom stave preukazujú oprávnenosť požiadavky na schválenie poskytnutia tejto služby.

Odľahčovacia služba

O tejto službe sa v práci zmieňujem iba pre úplnosť a určitý prehľad o poskytovaných službách. Je to sociálna služba poskytovaná fyzickej osobe, ktorá opatruje fyzickú osobu a teda aj osobu v seniorskom veku, ktorou sa poskytuje alebo zabezpečuje tejto osobe nevyhnutný odpočinok za účelom udržania jej fyzického zdravia a duševného zdravia a prevencie jeho zhoršenia.

Požičiavanie zdravotných pomôcok

Táto doplnková sociálna služba je svojím charakterom iba doplnkovou. Zdravotné pomôcky sú obstarávané zo zdrojov obce, alebo štátu, a na základe požiadavky poskytované na obmedzený čas pre klientov, ktorí ich nevyhnutne potrebujú.



Opatrovateľská služba

Je to špeciálna služba, ktorá sa poskytuje vo väčšine prípadov v domácnostiach klientov.

Zamestnanec terénnej opatrovateľskej služby pre prijímateľa zabezpečuje nakupovanie, upratovanie, pranie, žehlenie a údržbu bielizne a šiat. Poskytuje úkony spojené s dennou hygienou – úkony sebaobsluhy. Dôležitými sú úkony pri uskutočňovaní základných sociálnych aktivít, opatrovateľka môže robiť spoločnosť klientovi v domácom prostredí, alebo na vychádzke. Opatrovateľská služba tiež zabezpečuje pre svojich klientov donášku stravy do domácnosti.

Zariadenie pre seniorov (domov dôchodcov)

Zariadenie pre seniorov poznáme ako domov pre dôchodcov, jedná sa o zariadenie určené pre osoby v dôchodkovom veku, ktoré sú odkázané na pomoc inej fyzickej osoby, majú určité vymedzené zdravotné postihnutie alebo o túto službu požiadali z iných vážnych dôvodov.

Poskytnutie tejto služby je výnimkou, kedy nemusí fyzická osoba pre prijatie do tohto zariadenia spĺňať podmienku odkázanosti na pomoc inej osoby či vymedzeného zdravotného postihnutia. Ide o klientov v dôchodkovom veku, ktorí požiadali o uvedenú sociálnu službu z iných vážnych dôvodov. Tieto však nie sú v zákone taxatívne upravené.

Úlohou sociálneho pracovníka je vždy individuálne posúdiť závažnosť uvádzaných dôvodov. Môže ísť napr. o osoby, ktoré sú alebo boli týrané alebo iným spôsobom zneužívané, osoby, ktoré stratili bývanie a v dôsledku vysokého veku je ohrozené ich zdravie alebo život.

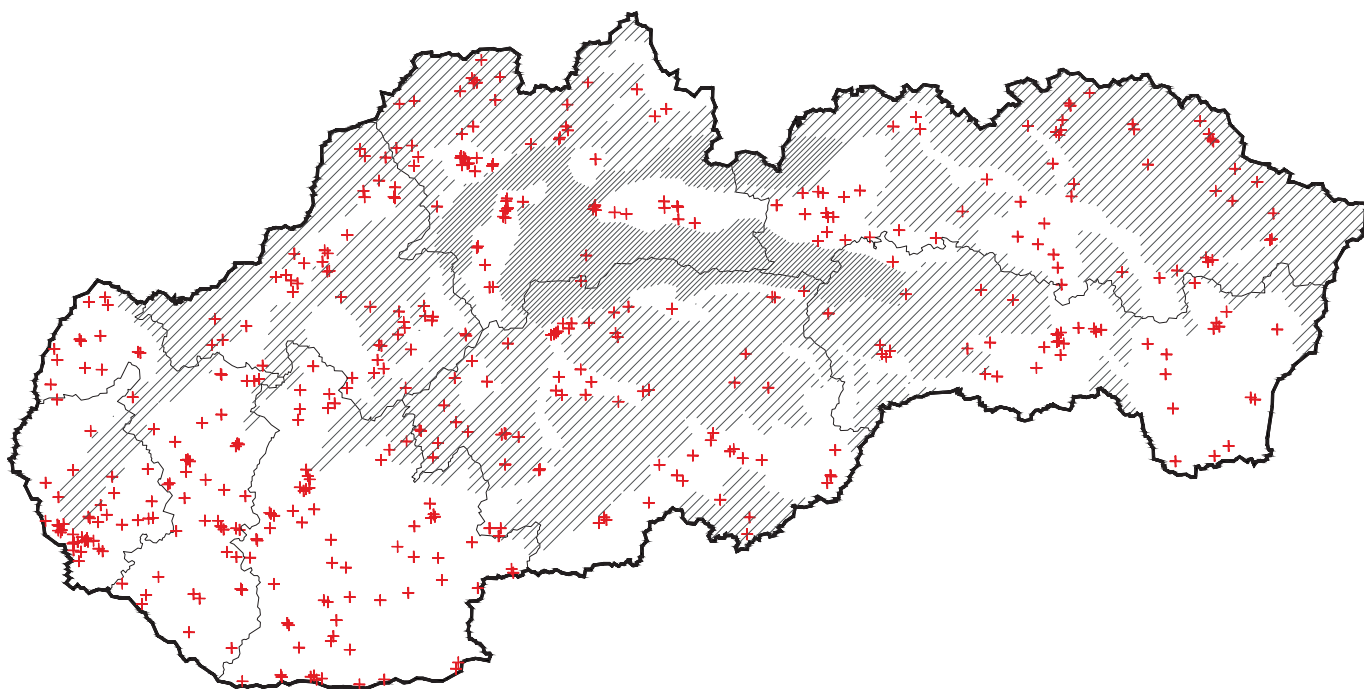
V zariadení pre seniorov sa zo zákona poskytujú tieto služby:

1. pomoc pri odkázanosti na pomoc inej fyzickej osoby
 2. sociálne poradenstvo
 3. sociálna rehabilitácia
 4. ošetrovateľská starostlivosť
 5. ubytovanie
 6. stravovanie
 7. upratovanie, pranie, žehlenie a údržba bielizne a šatstva
 8. osobné vybavenie
- utvárajú podmienky na úschovu cenných vecí
 - zabezpečuje záujmová činnosť
 - zabezpečuje poskytovanie ošetrovateľskej starostlivosti
 - v jednej budove zariadenia možno poskytovať službu najviac 40 prijímateľom

Minimálne štandardy bývania v domovoch pre seniorov sa veľmi líšia. Vyhláškou o podrobnostiach o požiadavkách na vnútorné prostredie budov a o minimálnych požiadavkách na byty nižšieho štandardu a na ubytovacie zariadenia sú pre zariadenia pre seniorov stanové:

plocha jednoposteľovej izby	• najmenej 10 m²
plocha viacposteľovej izby	• na jedného ubytovaného najmenej 8 m²
základné vybavenie izby	• v izbe najviac 3 ubytovaní • v ubytovacej bunke najviac šesť lôžok • v ubytovacej bunke najviac tri izby • stále lôžko pre každého ubytovaného • spoločný stôl v každej izbe • stolička pre každého ubytovaného • dvojdielna skriňa pre každého ubytovaného • nástenný vešiak • nádoba na odpadky • umývadlo ak nie je izba na ubytovacej bunke • na každé lôžko pripadá: - nočný stolík - matrac - poduška a obliečka - prikrývka a obliečka - plachta
vybavenie oddychovej miestnosti	• najmenej jedno lôžko alebo polohovateľné kreslo na dvoch klientov
spoločenská miestnosť	• 3m² na klienta
kuchynka	• varič • chladnička • drez na umývanie riadu • skrinka
prierstor na vypratie osobnej beielizne a odevov	• umývadlo a drez • jedna práčka na zariadenie
umývadlo s tečúcou pitnou vodou a tečúcou teplou vodou	• najviac na 6 ubytovaných
sprcha	• najviac na 6 ubytovaných
záchodová misa	• najviac na 6 žien • najviac na 6 mužov

Mnohé hlavne staršie zariadenia seniorov ponúkajú klientom práve obdobné štandardy na bývanie. Klienti sú v nich ubytovaní v izbách po dvoch alebo troch bez toho aby sa navzájom pred tým poznali. Zdieľanie izby a sociálneho zariadenia s neznámym spolubývajúcim človekom výrazne narušuje súkromie oboch spolubývajúcich a vyžaduje si značnú toleranciu voči narušovaniu súkromia a osobného priestoru druhou osobou z oboch strán.



Zariadenie pre seniorov s vyšším štandardom

Domov seniorov s vyšším štandardom ponúka klientom aj ďalšie služby, ktoré sú nad rámec zákonom stanovených služieb. Sú to napríklad rôzne cvičenia, rehabilitácie, kúpeľné služby, diéty, kozmetika, manikúra a pedikúra, kadernícke služby. Nachádzajú sa v ňom terapeutické a odpočinkové priestory, miestnosti na tvorivé činnosti, kaplnka na praktizovanie viery, telocvične a posilňovne... Ponuky týchto služieb sa v závislosti od konkrétneho zariadenia líšia.

Zariadenia tohto typu, ktoré ponúkajú odborné zdravotné rehabilitačné a kúpeľné služby často ponúkajú aj krátkodobé pobytové služby spojené práve s ozdravným procesom ako sú napríklad doliečovanie po pobyte v nemocnici alebo po úrazoch.

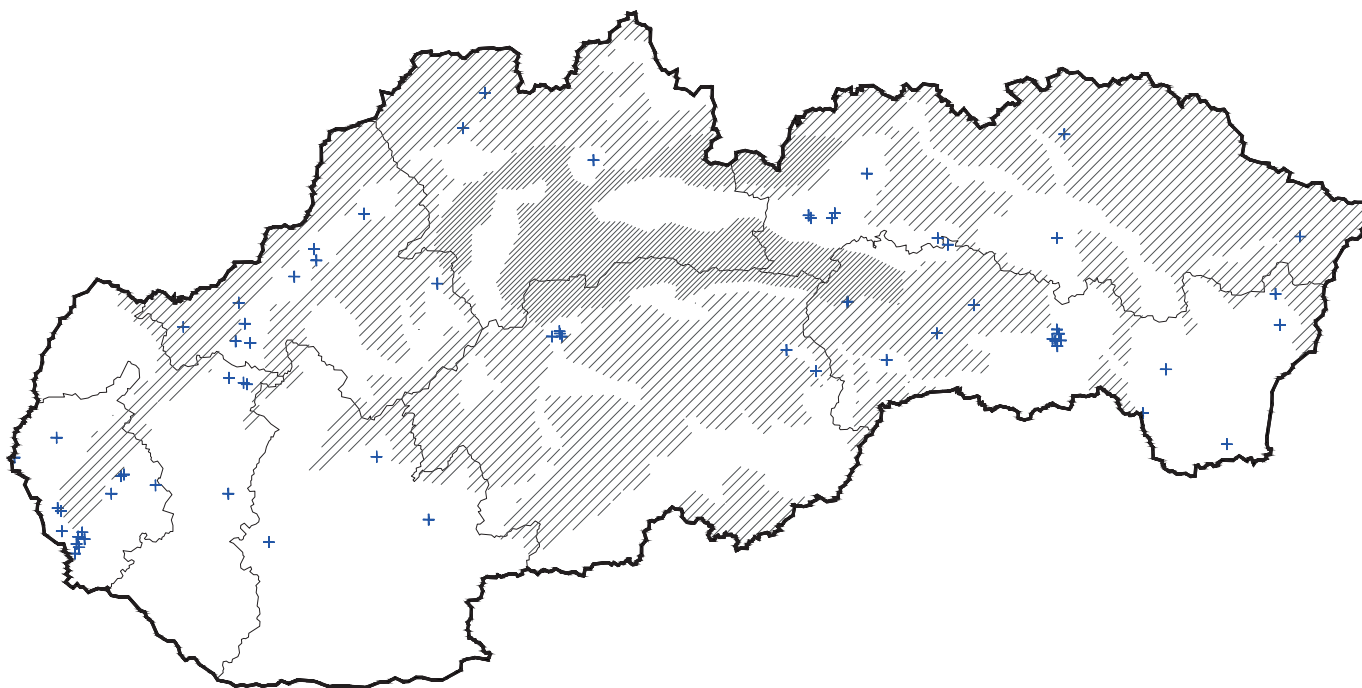
Zariadenie pre seniorov s vyšším štandardom je aj zariadenie, ktoré sa zameriava práve na vyšší štandard bývania, nie vždy aj na nad rámec poskytované služby a to hlavne ak sa jedná o menšie domovy. Obytné jednotky v takomto zariadení tvoria najčastejšie samostatné izby určené pre jednotlivca alebo manželský pár vybavené vlastným sociálnym zariadením, jednoizbové apartmány aj s kuchynským kútom alebo menšie dvojizbové apartmány určené pre manželské páry.

Zariadenie opatrovateľskej služby

V zariadení opatrovateľskej služby sa poskytuje služba na určitý čas plno-letej osobe, ktorá je odkázaná na pomoc inej fyzickej osoby a ak jej nemožno poskytnúť opatrovateľskú službu. V zariadeniach opatrovateľskej služby sú spravidla seniori v dôchodkovom roku, ktorí majú vážne zdravotné problémy, ktoré nie je možné zvládať v ich domácom prostredí.

V zariadení sa poskytuje:

- Pomoc pri odkázanosti na pomoc inej fyzickej osoby
- Sociálne poradenstvo
- Sociálna rehabilitácia
- Ubytovanie
- Stravovanie
- Upratovanie, pranie, žehlenie a údržba bielizne a šatstva

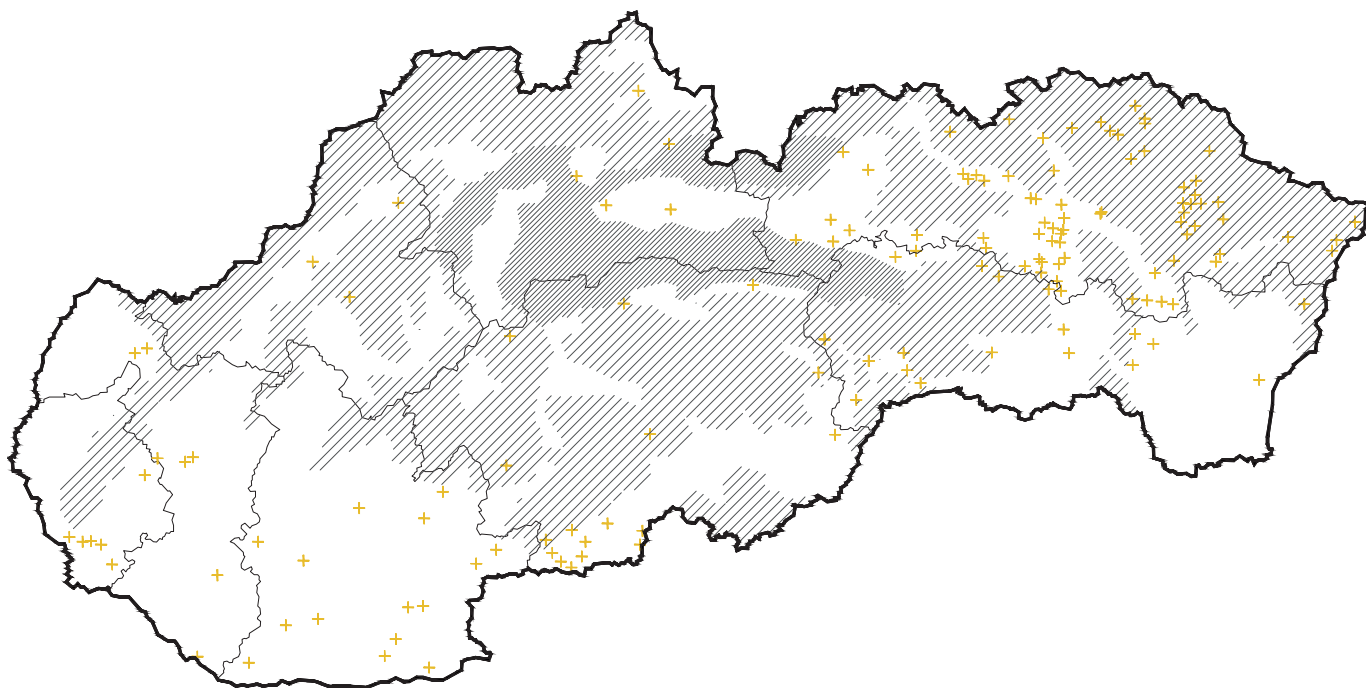


Denný stacionár

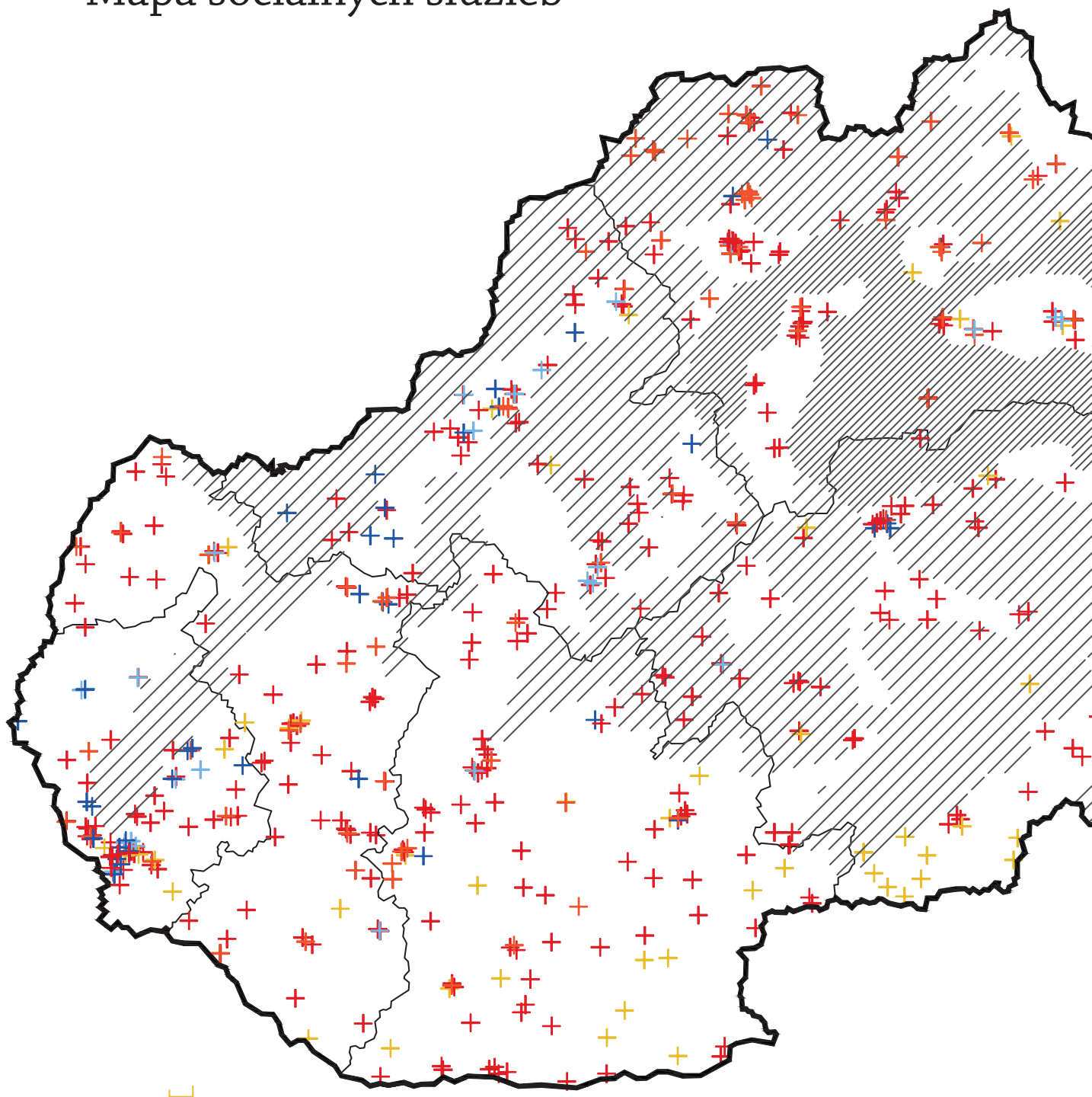
Táto sociálna služba je poskytovaná ambulantnou formou. To znamená, že služba sa klientom poskytuje iba počas dňa a osobitosťou je, že klient do zariadenia prichádza zvyčajne ráno a odchádza v popoludňajších hodinách. Niektoré z týchto zariadení sú špecifické v tom, že sa zameriavajú na osoby s vybraným druhom zdravotného postihnutia. Odborníci teda majú priestor sa klientom venovať dôslednejšie a intenzívnejšie, keďže disponujú potrebnými vedomosťami a zručnosťami.

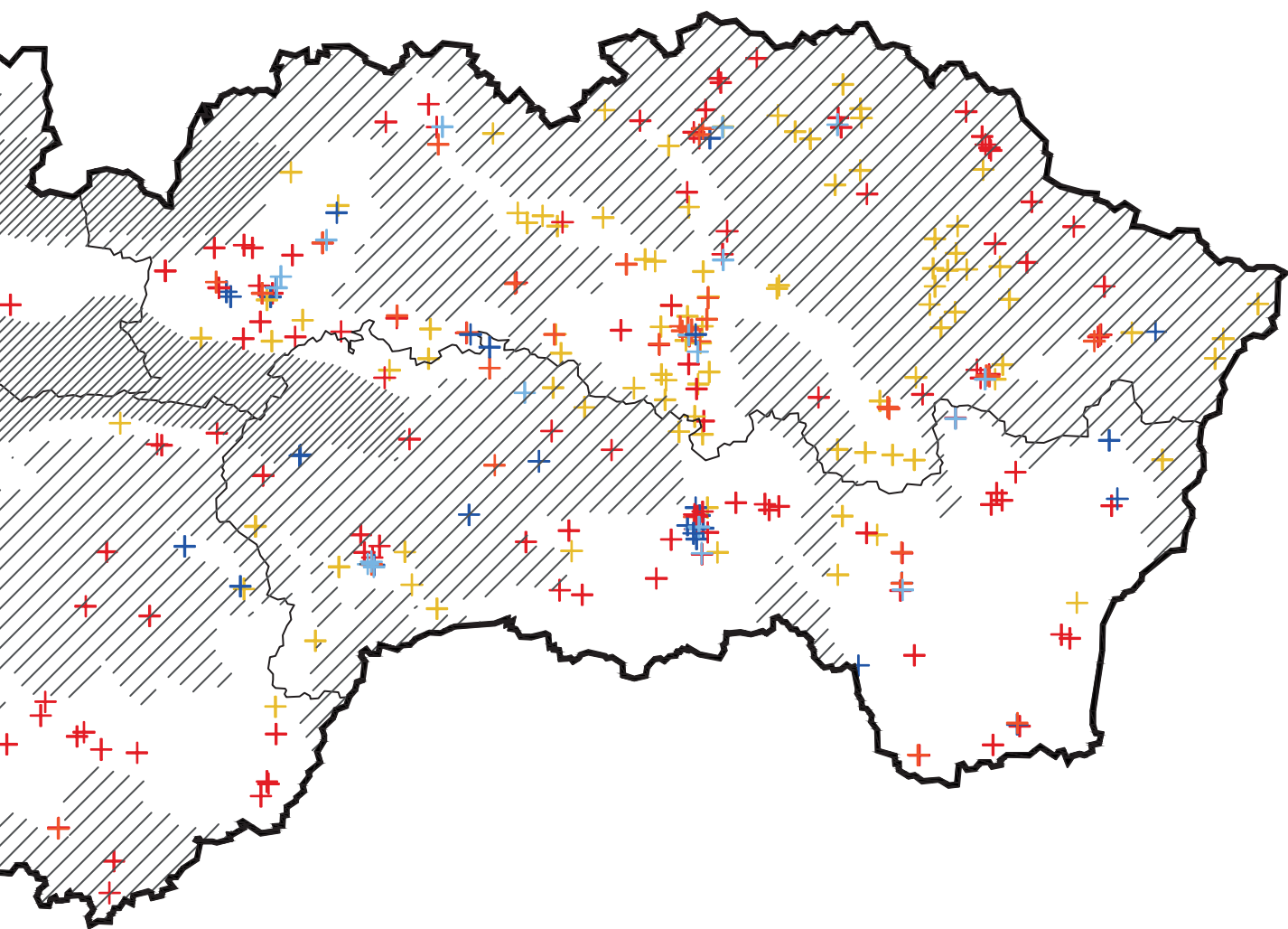
V zariadení sa poskytuje:

- Pomoc pri odkázanosti na pomoc inej fyzickej osoby
- Sociálne poradenstvo
- Sociálna rehabilitácia
- Záujmové aktivity
- Stravovanie



Mapa sociálnych služieb

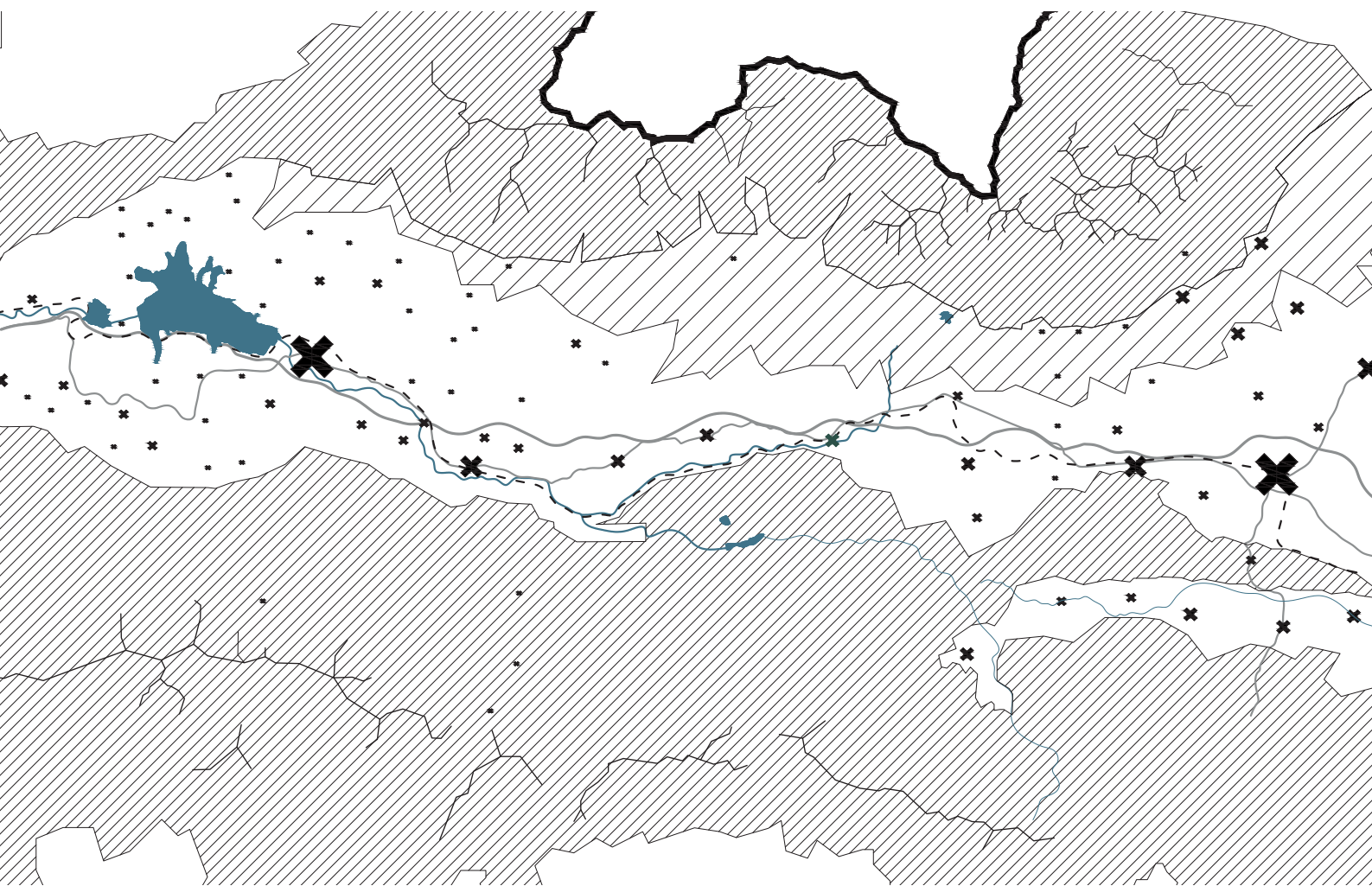




2

Návrhová část

Lokalita - obec Važec



Obec Važec leží v najvýchodnejšej časti okresu Liptovský Mikuláš, má približne 2370 obyvateľov, ktorých každoročne pribúda a v obci bádať napredovanie a rozvoj.

Važec má bohatú históriu. Dôkazmi o dávnej existencii osídlenia tejto lokality sú napríklad kamenná sekera z lokality Slamenná neďaleko Važca, z obdobia doby kamennej alebo bronzový nôž nájdený priamo v centre obce, na brehu rieky Váh, pochádzajúci z obdobia halštatskej kultúry, doby bronzovej (okolo roku 1 500 p .n. l.). Zo záznamov vieme, že po roku 960 n. l. tu bola misijná stanica pustovníkov Nitrianska, z pôsobenia ktorej ostala vo Važci dávna cirkevná tradícia sv. Antona Pustovníka. V roku 1 222 bola podľa vizitácie spoločnou farnosťou Važca a Štrby. Osídlenie v tomto období zničil tatranský vpád. Dotácie, udeľované v roku 1 241 pomohli krajinu opäť oživiť. Kráľ Belo IV. taktiež nejaké v roku 1 267 udelil šľachticovi Bohumírovi na územia od Hybice až po Spišské hranice, názvami: Turie pole, lúka Východná a potok Važec.

Važec, pomenovaný podľa rieky Váh sa prvýkrát spomína ako obec v roku 1 280. Jej občania, slobodníci, dostali túto usadlosť do dedičnej držby na čele s dedičným richtárom. Najstaršiu stavbu obce, kostol, pôvodne zasvätený sv. Antonovi Pustovníkovi, obyvatelia postavili ihneď po založení obce podľa tradície spojenej so šírením kresťanskej kultúry veľkomoravskej misie.

Husitské vojská prechádzajúce regiónom Liptova v 15. storočí smerujúce na Spiš ovplyvňujú životy obyvateľov a vývoj obce. V roku 1 545 prechádza celá obec reformáciou a začína sa boj za rovnosť proti poddanstvu a slobode viery. S dejinami obce sú spätý slovenský národný hrdina Juraj Jánošík a važecký zbojník Šablik.

Sloboda vyznania prichádza až v roku 1783 počas panovania Jozefa II.. Po jej deklarácii tolerančným patentom si evanjelici v priebehu jedného roka z dreva postavili kostol na Piesku, ktorý prestavali na murovaní o stáročie neskôr.

Štúrovci, evanjelický farár Michal Šoltýs a učiteľ Daniel Ferienčík sa angažovali v bohatej kultúrnej činnosti v obci, zapojili sa do Slovenského povstania v rokoch 1848/49, ktorého hlavným prínosom bolo zrušenie poddanstva a vznik niekoľkých ďalších sociálnych zákonov. Organizovali výstupy na Kriváň.

17. júla 1931 v obci vypukol požiar a celá obec vyhorela, po tejto udalosti sa mnohý rozhodli odísť do Ameriky za prácou, tí čo zostali sa pustili do obnovy obce, ktorá trvala približne dva roky.

Zriadením TANAPU mnoho pozemkov zabraných v reštitúcií prepadlo štátu a taktiež prísna ochrana území spadajúcich pod národný park zabráňuje výstavbe a obmedzuje tak rozvoj Važca.

Važec





Architektúra a urbanizmus obce



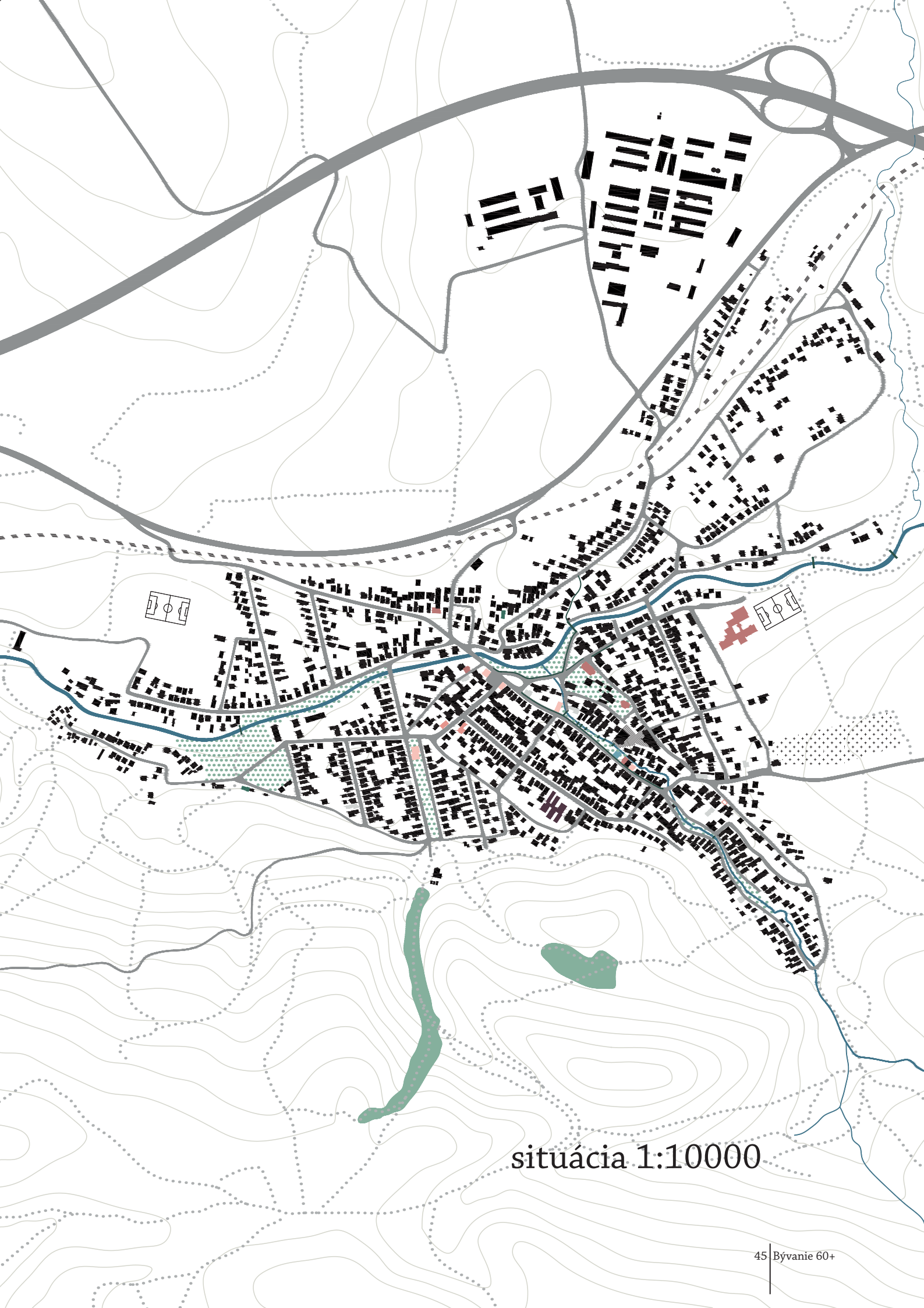
Urbanizmus Važca bol pravdepodobne ovplyvnený starou obchodnou cestou, ktorá spájala Spišskú a Liptovskú kotlinu a spôsobom života obyvateľov, ktorí sa venovali prevažne poľnohospodárstvu a chovu dobytku. Zástavbu tvorili malé jednopriestorové domy s typickou ľudovou architektúrou horských oblastí. Stavalo sa z miestnych materiálov, z riečneho štrku, skál a hlinenej malty základy a zo smrekového dreva z okolitých lesov zrubové domy, ktoré boli najskôr rozmiestnené v nepravidelných zoskupeniach. Mali sedlové strechy, s pántovou alebo pri väčších domoch stolicovou konštrukciou. Ako izolačný materiál sa používala na stenách podmurovka, na zemi drevená podlaha.

Koncom 19. storočia sa výstavba začala sústreďovať okolo dvoch hlavných ulíc Hlavnej a Vernárskej, začali sa stavať trojpriestorové domy s jednoduchou dispozíciou, ktoré majú miestnosti radené za sebou, izbu orientovanú do ulice, centrálnu kuchyňu a komorou v zadnej časti. Za sebou bolo takto postavených na jednej parcele niekedy aj viac domov, úzke dlhé dvory orientované kolmo na komunikáciu slúžili pre viacero rodín, chovali sa na nich hospodárske zvieratá, na konci pozemku bola zvyčajne umiestnená drevená hospodárska budova, na celú jeho šírku.

Po požiari v roku 1931 sa začali v obci stavať murované, trojpriestorové domy na pôvodných základoch, veľa z nich je zachovaných dodnes.

Zmena nastala po II. sv. vojne. Nový typ domu s dvomi izbami orientovanými do ulice je pôdorysne širší - tvarom približujúci sa k štvorcu, nahradil pôvodný líniový trojpriestorový dom. Výstavba nového typu domu na existujúce úzke pozdĺžne orientované parcely, rozmerovo a tvarovo odvodené od pôvodných jednopriestorových a líniových trojpriestorových domov narušila autentický charakter ulice. Pôdorysne širší typ domu zabral veľkú časť pozdĺžne orientovaného dvora, z ktorého zostal pozdĺž domu len úzky pás - prechod medzi stenami dvoch susedných domov. Tento priestor stratil všetky svoje pôvodné funkcie pobytovej aj komunikačnej, slúži len ako prechod do priestoru za domom, ktorý odcloňuje zónu posedenia od verejnej ulice, čím sa vytráca interakcia medzi verejným a súkromným.





situácia 1:10000



situácia 1:2500



situácia 1:2500

Stavebný pozemok

sa nachádza na ulici M. R. Štefánika 682., má rozmery približne 80x57m a veľkosť 4664,26m². Na pozemku stoja chátrajúce budovy bývalej materskej školy, ktorá sa v roku 2005 presťahovala do novej budovy spojenej so základnou školou v obci. Konštrukčný modul spojených objektov dispozične nevyhovuje potrebám zariadenia pre seniorov, v návrhu počítam s jeho odstránením.

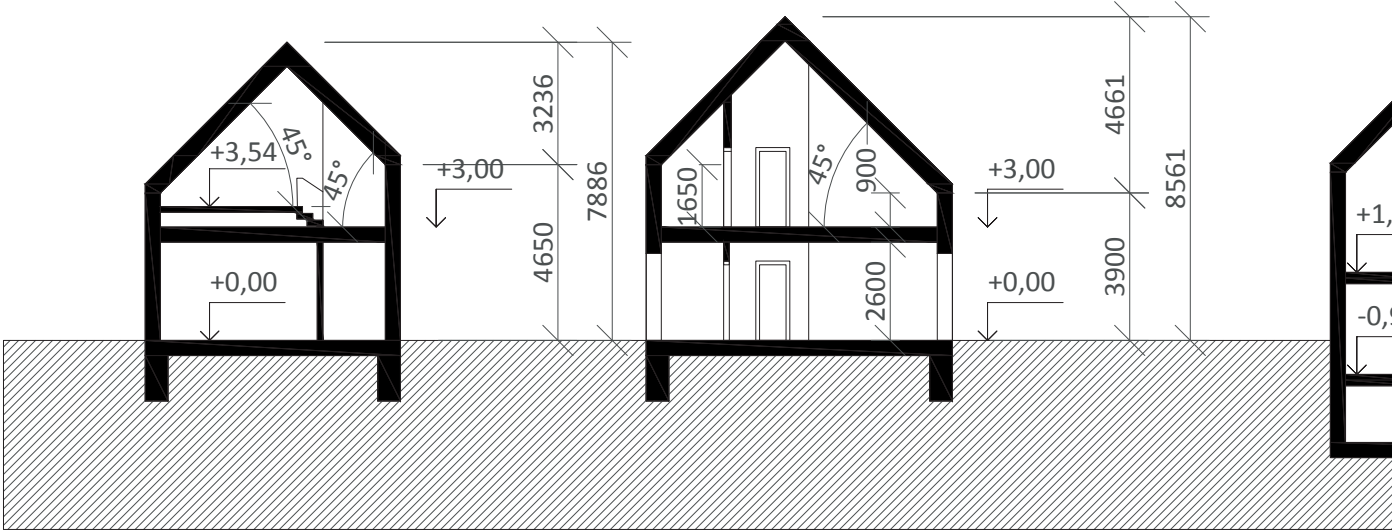
Pozemok je mierne svahovitý s maximálnym prevýšením 5m. Terén sa dvíha v juhovýchodnom rohu pozemku, kde je strmší svah, majoritné časť pozemku má prevýšenie na úrovni 1m. Vyžadujú sa terénne úpravy predovšetkým vyrovnanie terénu pod stavbou nového objektu a jeho okolia, kvôli nevyhnutnosti zabezpečenia bezbariérovosti. Stromy vyskytujúce sa na juhozápadnej hranici pozemku návrh zachová, poškodené smreký na severovýchodnej hranici parcely, tuje voľne-rastúce kry budú odstránené.

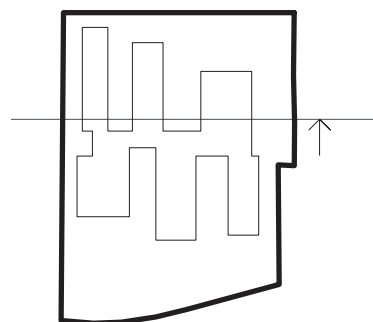
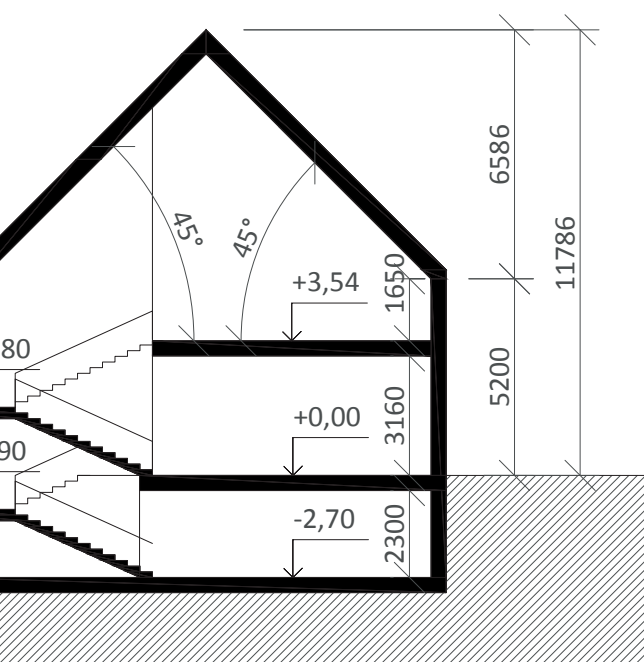






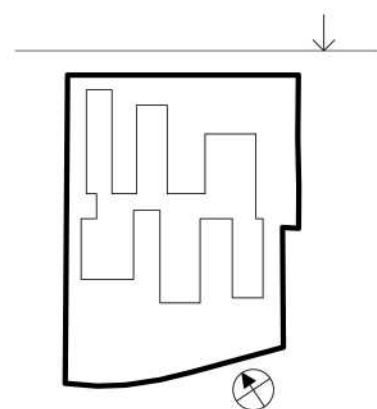
rez 1:200





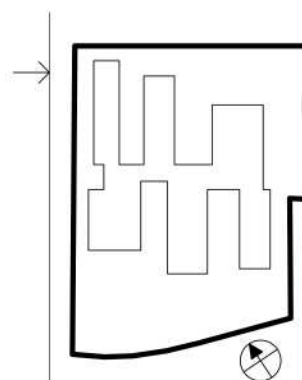
pohľad 1:200





pohľad 1:200





Architektonické riešenie

Analýzou objemových štruktúr obcesom dospela knázoru, že vobci Važec je vhodné pri navrhovaní nových objektov vychádzať z tradičných riešení. Navrhovaná stavba má vďaka úzkym pôdorysom jednotlivých budov predpoklady postupne splynúť s okolitou zástavbou. Nepôsobí rušivo. Tradičné materiály sú použité novými, modernými stavebnými spôsobmi, postupy pri realizácii budú obsahovať všetky riešenia tak, aby teplota technických vlastností budov spĺňali najvyššie požadované štandardy. Fasáda na ktorej je nanosená svetlá omietka je na objekte vystriedaná fasádnym dreveným obkladom v prírodnej farbe. Tieto prvky sa opakujú na všetkých funkčných objektoch. Spojovací objekt je taktiež obložený drevom. Výplne stavebných otvorov sú realizované drevenými oknami. Celkové farebné poňatie stavby je v svetlých tónoch fasádnej omietky vystriedané tmavšími drevenými obkladmi, čo je veľmi tradičným prvkom. Na pozadí zdravého zeleného lesa bude takto farebne riešená stavba vynikať. Pri riešení exteriérov boli použité prvky drobnej záhradnej architektúry. Do záhrady bolo navrhnuté jazierko, záhradný altánok na posedenie, záhony na pestovanie zeleniny sú riešené ako vyvýšené, čo vnesie poriadok a dynamickosť do priestoru a zároveň to bude mať aj praktický význam. Prístupová komunikácia do objektu je z juhovýchodnej strany bude asfaltová, v strede parkovacieho státia je umiestnený zelený pruh. Jednotlivé chodníčky po pozemku tak ako aj terasy sú navrhnuté z veľkoplošnej panelovej dlažby s minimálnymi špármi. Terénne rozdiely na pozemku sú zachytené opornými kamennými múrikmi v tvare vlny kopírujúcej vrstevnice terénu, pri ktorých sa dá zastaviť a posediť si. Kamenný múrik po pravej strane prístupového chodníka k hlavnému vstupu má rovnakú funkciu posedenia, no zároveň tvorí aj prirodzenú bariéru odčleňujúcu intímnu zónu pred oknami izieb klientov. Do záhrady navrhujem vysadiť rastliny vyskytujúce sa prirodzene v tejto oblasti, ktoré pozemok vizuálne prepoja so skrajinou.

Prevádzkové riešenie

V objekte bude poskytovaných viacero sociálnych služieb. Na prízemí objektu sa nachádza zariadenie pre seniorov, jedáleň a denný stacionár. Na poschodí, je spoločenská miestnosť určená na prevádzku denného centra nad jedálňou spojená s prízemím schodiskom a výťahom, z ktorého možno vystúpiť aj na exteriérovú strešnú terasu, ktorá je zároveň prístupom na 2 nadzemné podlažie v ostatných objektoch, kde sa nachádza administratívne zázemie pre zariadenie pre seniorov a nájomné byty, ktoré nie sú suchou nohou prepojené priamo zo zariadením, z dôvodu ich odlišnej funkcie a prevádzky. Na strechu spojovacieho objektu je možné sa dostať dvomi vonkajšími schodiskami, hlavným situovaným vedľa príjazdovej komunikácie a parkoviska, a druhým vedúcim z centrálnej časti do záhrady.

Každá zo štyroch sekcií z časti domova pre seniorov, má kapacitu 6 klientov, čo je optimálny počet ľudí na jednu opatrovateľku. Zároveň sú sekcie rozdelené podľa štandardu bývania na izby lebo samostatné byty. Ležiaci pacienti sú umiestnení v samostatnej prostrednej sekcii spoločne so zázemím pre zariadenie a miestnosťou pre opatrovateľky. Denného stacionár je umiestnená v juho-východnej budove, napojený na zadný vstupe do objektu z parkoviska. V tejto sekcii je tiež situovaná miestnosť na cvičenie a rehabilitáciu klientov, ktorá má aj samostatný vstup v zadnej časti. Oproti, prístupná z oboch vstupov a vstupnej haly je jedáleň, orientovaná do ulice s výhľadom na jazero tak, aby podporovala komunikáciu s ulicou a spoločenským priestorom pri jazere.

Centrálny prepájací objekt má spoločenskú a komunikačnú funkciu, sú doňho orientované spoločenské priestory prispôsobené na rôzne aktivity tak aby sa navzájom nerušili ale zostali s vo vizuálnom kontakte s okolím aj exteriérom prostredníctvom veľkých presklenných okien orientovaných do záhrady a vonkajších otvorených poloátriách medzi jednotlivými pozdĺžne orientovanými ulicami tak ako sú aj okolité dvory. Tieto exteriérové priestory majú aj ich funkciu, dá sa do nich vstupovať zo spoločnej chodby a vykonávať rôzne vonkajšie aktivity alebo si tam len posediť. Navrhovaná dispozícia teda umožňuje rozvíjanie spoločenských kontaktov, avšak umožňuje aj jednotlivé objekty podľa potreby na základe hygienickej situácie dočasne uzatvoriť.

Kapacita objektu predstavuje 24 klientov zariadenia pre seniorov a 8 klientov denného stacionáru.

Kapacita zariadenia bola napočítaná aj z hľadiska efektívnej a dlhodobu udržateľnej prevádzky.

V objekte sa uvažuje s nepretržitou dvadsaťštyri hodinovou prevádzkou. Zamestnanci zariadenia budú realizovať aj podporné služby ako je práčovňa a prevádzka kuchyne.









interiér spoločenský priestor

Použitá literatura:

1. GLOSOVÁ, Dagmar. Bydlení pro seniory. Brno: ERA, c2006. 21. století. ISBN 80-7366-057-1.
2. NEUFERT, Ernst. Navrhování staveb: podklady, normy, předpisy o zřizování, stavbě, tvorbě, nárocích na prostor, na prostorové vztahy, tvoření rozměrů budov, místností, zařízení, přístrojů. Praha: Consultinvest, c1995. ISBN 80-901486-4-6.
3. NEUFERT, Ernst, Johannes KISTER a David STURGE. Architects' data. Fifth edition. Hoboken, NJ: Wiley-Blackwell, 2019. ISBN 9781119284352.
4. STN 73 4301. Budovy na bývanie. Bratislava: Slovenský ústav technickej normalizácie, 2005, 36 s. Třídící znak 73 4301.
5. Vyhláška č. 124/2017 Z. z. Vyhláška Ministerstva zdravotníctva Slovenskej republiky, ktorou sa mení a dopĺňa vyhláška Ministerstva zdravotníctva Slovenskej republiky č. 259/2008 Z. z. o podrobnostiach o požiadavkách na vnútorné prostredie budov a o minimálnych požiadavkách na byty nižšieho štandardu a na ubytovacie zariadenia v znení vyhlášky Ministerstva zdravotníctva Slovenskej republiky č. 210/2016 Z. z.
6. Vyhláška č. 532/2002 Z. z. Vyhláška Ministerstva životného prostredia Slovenskej republiky, ktorou sa ustanovujú podrobnosti o všeobecných technických požiadavkách na výstavbu a o všeobecných technických požiadavkách na stavby užívané osobami s obmedzenou schopnosťou pohybu a orientácie.

