

SOBA POTOVANJA

ROOM FOR A JOURNEY

Ključne besede

Starostniki, demenca, soba za pomiritev, umetna osvetlitev, pohištvo, arhitekturno oblikovanje.

Key words

Home for elderly people, dementia, relaxation room, artificial light, furniture, architectural design, imagination, bio-feedback.

Izvleček

Prispevek predstavlja mentorsko oceno dela mlajših kolegic v seminarju, ki sta izvedli raziskovalni izvedbeni projekt v Domu Petra Uzarja v Trzinu. Preprosta naloga: oprema sobe za pomiritev je postala polje premisleka o opremljanju arhitekturnih prostorov. Oblikovanje opreme je proces snovanja med potrebami, možnostmi in zmožnostmi. Oprema je praviloma oblikovana ergonomsko, glede na uporabnika. S spoznavanjem komu bo oprema služila, snovalec vključuje funkcionalno prilagajanje oblike. Vendar ergonomija ni le fizična pojavnost predmeta (omara, stol), zajema še svet spominov. Ne le snovalčevih, temveč tudi uporabnikovih. Prav ti so oživali v očeh opazovalca, v drži sedečega, v prijemu ročaja. Proustovsko obujanje spominov je pri sobi potovanja ali sobi za pomiritev ključna lastnost celostne zasnove. Arhitekturna zasnova prostora izhaja iz konteksta imaginarija stanovalcev doma.

Abstract

A team of students of Architecture was invited in a guided research project to design a relaxation room in home for elderly people. Project was developed from theory to praxis. The paper presents used methods from the scratch to full function of a designed room. Given task was structured in sections in sense to reach the goals in given time. Sections are functional parts (guidelines) to clarify the idea and the basic aims of relaxation issues for elderly. Architectural form shaping envelope and the furniture was not the basic response to the task, we used other sources to design a relaxation mood: dimmed warm LED light; integrate surface inequalities of wall finishing as part of visual landscape of projected plane; rough wood boards to evoke haptic memories; environment with sound of moving train; colour scheme of interiors from late 70ies...etc. The aim was to evoke memories from the era when the majority of visitors lived their fully active life.

UKD 364 .6
COBISS 1.03
Prejeto 20.12.2017

doc. dr. Domen Zupancič

Univerza v Ljubljani, Fakulteta za arhitekturo
Zoisova 12, 1000 Ljubljana
domen.zupancic@fa.uni-lj.si

dr. Anamarija Kežar

Dom Petra Uzarja Trzin
anamarija.kezar@dputrzc.si

1. Uvod

Prispevek obravnava ergonomijo, spomin, starostnike in stanovalce. Ergonomija prostora je odgovor poznavanju potreb, zmožnosti in možnosti uporabnika. Prilagajanje opreme v domovih za starejše je pogosto skladno z zahtevami temelječih na fizičnih telesnih merah in potrebah starostnikov. Najpogosteje se prilagaja prostor komunikacij, kjer sledimo načelom oblikovanja prostora brez arhitekturnih ovir. Koridorji kot so hodniki, dvorane imajo na stenah vzdolžne ročaj, ki nudijo trdno oporo ob hoji ali gibanju starejših. Poleg ročajev na stenah so prilagoditve tudi v sobah in sanitarijah, kjer so poleg obveznih ročajev prisotni še: sedeži v tuših, spuščena zrcala na višine povprečnega starostnika in starostnikov na vozičkih (delež teh je v domu starejših nad 50%), široki umivalniki in stavbni elementi z jasnimi prepoznavnimi kljukami in preprostimi stikali. Vse te prilagoditve so v sobah v obliki SOS klicnih stikal ob posteljah, postelje so višinsko in horizontalno prilagodljive ter druga oprema sledi funkciji in nato s pavšalnim pristopom tudi estetiki. Vse sledi funkciji in forma sledi funkciji in starostniki sledijo formi. Pa morajo res starostniki slediti formi in le funkciji kataloške opreme oblikovane za starostnike?

Dobro iztočnico poda Trunškova v zaključku prispevka o sodobnih oblikah bivanja starejših v zahodni Evropi z ugotovitvijo: "Starajoča se demografska podoba Evrope spreminja celotno družbo. Vsekakor zahteva tudi potrebne spremembe gradbene in druge infrastrukture. Pogoj za kakovostno starost je globok vpogled v življenje, ki ga živijo vse generacije, posebej seveda starejši ljudje. Dvig splošne kulture bivanja in sožitja je ključ za kakovostno življenje in bivanje v starosti." [Turnšek, 2014: 10]

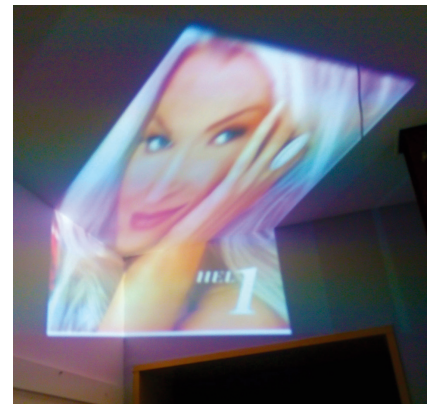
Za namene prispevka bežno osvetlimo pojmovanja bivačih v domovih za starejše. Zagate so bile in jih v praksi med laično javnostjo še zaznavamo. Domovi za starostnike so namenjeni starejšim, pred desetletji so bili v njih pacienti; nato so v družbenem pogledu sčasoma postali starostniki ali upokojenci;

v potrošniški kulturi so pogosto deklarirani (analogija proizvodnje produkta z deklaracijo) uporabniki (analogija računalniški terminologiji: user) in v zadnjem desetletju so družbeno prepoznani kot stanovalci. Starostniki so s takim imenovanjem in jasno prepoznavno socialno vlogo domov postali del družbe in domovi za starejše so integrirani del javnega in poljavnega prostora (sobe pa so seveda zasebne narave). Korak naprej je smer deinstitucionalizacije na področju obravnavanja starostnikov. Tako teorija kot tudi praksa se približuje idealu stanovalca. Namen tovrstnih ciljnih projektov je, da študentje pridobijo izkušnje v praksi in spoznavajo poti in stranpoti med teorijo in prakso. Izkušensko učenje z mentorjem je del metodologije poučevanja na naši fakulteti. V tako zgodbo smo vstopili z bodočimi arhitektkami v Dom Petra Uzarja v Trziču. Naloga: oprema sobe za pomiritev; obstaja korak do banalnost mini projekta sobe v domu za starejše ali korak v smer humanizacije poljavnega prostora, kar skupni prostori v domu starostnikov so! Poljavni prostor je odprt prostor za javnost, a ima dodatne zahteve glede časovne omejitve dostopa, kontrole identitete, dodatne zahtev glede načina obnašanja posameznikov v prostoru.

Avtorji smo si zastavili vprašanje: je ergonomija le fizična komponenta v arhitekturi opreme?

Ergonomija je usmerjena v oblikovanje in pozicioniranje elementov, da jih bodo uporabniki uporabljali v najbolj možni meri z veliko mero varnosti za lastno ali drugo zdravje. Do tu je ergonomija v dialogu s fizičnim svetom tu zdaj in z zdravjem tu zdaj in še kasneje. Vendar je tole delni vpogled, dialektika izraza ergonomija nas je privedla do razmisleka: snovati prilagojeno fizično in vizualno opremo za uporabnika za njegov imaginarij (besedo razumemo kot lasten domišljjski svet med spomini in današnjim svetom). Prehajamo v polje spomina, saj nas spomin in odnos do vtisov zavedanja določa kot posameznike. Humanost je v odnosu do spomina, rojevanje novih spominov za bolj funkcionalno prihodnost in omogočiti nov spomin ter novo zavedanje.

Slika 1: Vizualna krajina poustvarjena s projektorjem. Simulacija projekcije vsebine z izrabo prostorskih danosti: projekcija v vogal sobe in možne geometrijske transformacije abstraktnega motiva. Foto: M.I. Bračevac.
Figure 1: Visual landscape and the geometric transformation (abstraction) when image is projected in the room corner.



Slika 2: Metoda komunikacije: pogovor ob kavi na lokaciji. Kava kot družbeni katalizator preslikave idej med ljudmi. Foto: A. Dolenšek.
Figure 2: Coffee time chat as the free speech method and exploration in the field of possible flooring samples. Coffee time enrich the cycle of ideas as part of brainstorming process. Photo: A. Dolenšek.



Projektna naloga je bila napraviti prostor, ki bo nudil ugodje nemirnemu duhu stanovalcev v DPU Tržič. Izziv je bil podan. Poudarek v nalogi je na stanovalcih z diagnozo začetka demence. Pri stanovalcih je prisoten nemir, osebe z demenco izgubijo orientacijo v času, prostoru in v zvezi z osebami. Pri orientaciji pomagamo z različnimi predmeti, kot smo v našem primeru z kovčkom in starimi razglednicami. Ob tem pa smo upoštevali tudi vizualne in slušne primanjkljaje, vključno z izgubo mobilnosti in ravnotežja, ki sta del normalnega staranja, pri osebah z demenco pa lahko povzročajo tesnobo. Študentje starejših letnikov in absolventi so pogosto vpeti v prasko v arhitekturnih birojih in v prvih letih so njihove naloge usmerjene v tehnično pripravo načrtov, pri procesu snovanja so le redko udeleženi. Nalogo smo sprejeli kot študijsko raziskovalno nalogo, kjer bodo študentje snovalci in nadzorniki lastne ideje v praksi.

2. Soba za pomiritev v teoriji

Prostori za pomirjanje v domovih za starejše niso pogosti. So bolj izjema kot pravilo. Sobe za pomiritev so ena izmed možnih prostorskih rešitev, ki lahko izboljša kvaliteto bivanja starostnikov. Naše izkušnje pri snovanju manjših izboljšav ambientov v domovih za starostnike so, da so spremembe bolje sprejete, če so izvajane postopoma. V primerih prenov je smiselno izvajati posege postopoma z malimi koraki. Metoda malih intervencij, ki so del celostnega načrtovanja od investicijske študije, celostne preнове, izvedbenih načrtov in monitoringa izvedbe. Vendar je arhitektura le del celote. Velik del je v socialnih kompetencah zaposlenih v domovih in njihovi medsebojni strokovni povezanosti.

V literaturi je področje sprostitvenih ambientov obravnavano kot MSE (Multy Sensory Environment). V splošnem ločimo na ukrojene rešitve na rešitve, ki so tržno naravnane. Ugotavljamo, da so splošne tržne rešitve pogosto generične in ne upoštevajo potreb in lastnosti oseb, ki bodo preživljale svoj čas v teh prostorih. Take splošno orientirane sobe imajo mnogo barvnih luči, valjev z mehurčki, snopiče luči (optična vlakna),

razne mehke sedeže, ležalne površine in celo vodne postelje, zvočno ozadje,... celotno rešitev, ki je uporabna za različne skupine (n.pr.: Snoezelen MSE). Vsi ti izdelki imajo svoj namen, vendar niso vedno na mestu glede ciljne skupine. Pri zasnovi prostorov sprostitve je sledimo osnovnim smernicam (delno povzete po Jakob & Collier):

- Oprema prostora naj bo primerna starosti obiskovalcev in njihovim splošnim vrednotam.
- Drobn inventar kot so fotografije ali slike, knjige in druge manjše stvari naj sledi starostni skupini.
- Prostor naj ne bo prepoln dodatkov ali opreme, da ne povečuje vseobsegajoče motnje.
- Prostor naj bo opremljen v ravnovesju glede na možno število elementov opreme in razpoložljivo velikost prostora.
- Prostor naj bo uravnotežen z vidika čutnih zaznav (vid, dotik, okus, vonj, zvok in gibanje).

Smernice smo pri arhitekturnem snovanju upoštevali in jih z uporabo izbranih metod arhitekturnega dela oplemenitili. Ob posameznih točkah (a do n) smo se večkrat ustavili in z metodo ponovnega spraševanja o namenu projekta, dognali posamezne rešitve in jih mestoma prilagodili skladno s kompozicijo celote.

3. Soba za pomiritev v praksi

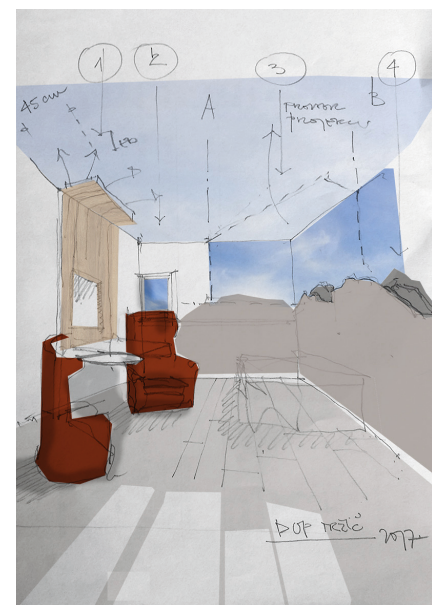
Kot mentor sem oblikoval nalogo v sklope, ki so študentom arhitekture poznani. Ob diskusiji s študenti (pred dejansko izvedbo projekta) smo oblikovali strukturiran organigram reševanja izziva:

- **Pogovor** o projektni nalogi z opredelitvijo pojmov kot je demenca, starostnik, ergonomija, oprema prostora. Ob pogovoru smo določili mejo ergonomije. Ta zajema tudi ergonomijo stanovalcev glede na njihove spomine.
- **Obisk** na lokaciji z izmero, skiciranjem ter fotografiranjem prostora. Metoda pridobivanja fizičnih podatkov o lokaciji in pregled robnih pogojev, ki določajo vsebino.

- **Ogled** doma in preučitev delovnega dnevnega utripa v domu. Metoda komunikacije z naročnikom. S pogovorom z direktorico dr. Anamarijo Kejžar smo določili možne oblike povprečnega spomina stanovalcev v DPU Tržič. Na osnovi podatkov o stanovalcih so spomini vezani na krajinsko sliko Kamniško Savinjskih Alp ter na javni promet kot je avtobus ali vlak, saj so sedanji stanovalci v domu starostnikov bili aktivni v letih 1960–1980, ko je veliko družbeno vlogo imel javni promet (delov v Kranju, Tržiču, Jesenicah). Spomin na avtobus ali vlak je okno in pogled na mimobežno pokrajino.
- **Delo v seminarju:** skiciranje, tehnični izris prostora z njegovimi karakteristikami: vir dnevne svetlobe, možnosti umetne svetlobe, način vstopa v sobo in smer osnovnega pogleda, višina pogleda vstopajočega, zvočna slika prostora (zaprt / odprta vrata), talna obloga in barvna paleta obstoječega stanja. Metoda ročnega risanja in CAD risanja.
- **Izvedba simulacije** zasnove prostora (v prostoru seminarja) z uporabo drugih pripomočkov kot možnost adaptacije fizičnih kriterijev na lokaciji. Metoda uporabe kompozicije kontrastov in barvna shema glede na časovno obdobje imaginarija stanovalcev doma. Metoda suspenza ali preskoka: vključili smo idejo multivizije ali soobstoja fizične opreme in video vsebine, ki je ukrojena glede na načrtovano opremo. Zabrisali smo mejo med tu zdaj in tam zdaj ali nekje prej.
- **Izdelava vzorcev** opreme. Metoda preveritve haptičnih lastnosti (dojemanje lastnosti materiala v vseh treh dimenzijah) in določitev strukture obdelave. Vzorci opreme niso le elementi per se arhitekturni artefakti. Imajo svojo pomensko vrednost v svoji fizični pojavnosti: masa (kg), dimenzija glede na velikost človeka (relativnost), vonj elementa, dejanska barva; čustveno vrednost v odnosu opazovalec – izdelovalec (manufaktura). Vzorec postane svoj lasten element, ki spodbudi drugostopenjski proces snovanja v arhitekturi. Več o tem je že zapisal Juhani Pallasmaa s svojim dialoškim vpogledom v snovanje v arhitekturi:
 - ..my sense of uncertainty has grown constantly to the degree that it has become nearly intolerable. [Pallasmaa, 2010: 236].
- **Priprava vizualnih elementov** multivizije in svetlobni elementi. Zajem video vsebin in oblikovanje kratkih video sekvenc za predvajanje na zaslonu vgrajenem v opremo sobe. Za leseno oblogo in na mestih pod stropom, smo vključili LED trakove z barvo svetlobe 3000 K (topla rumena svetloba), ki so skriti za oblogo. Vir svetlobe je zakrit, poglavitna je posredna osvetlitev z namenom poudarka silhuete in kontrastnih prehodov osvetljenih in neosvetljenih površin.
- **Izdelava detajlnih načrtov** za izvedbo. Metoda inženirskega znanja, ki ga bodoči arhitekt mora obvladati. Navkljub natančni predvidljivosti CAD orodja so vgradnji detajli bili mestoma na lokaciji prilagojeni vgradnji (neravnine sten).
- **Konzultacije** z izvajalci na lokaciji. Metoda komunikacije: prenos ideje iz medija (papir, digitalne vsebine) na izdelovalca (obrnega mojstra). Ob poznani tehnologiji vgradnje in rokovanja z materialom (les, lesne oplemenitene plošče, lesena podkonstrukcija), smo projektne rešitve prilagodili (metoda adaptacije projekta) dejanskim pogojem izvajalca. Vseeno smo ohranili prvotno idejo, le v zakulisnem delu (podkonstrukcija) in drobni spojni stični deli opreme so bili prilagojeni tehnološkemu procesu in orodju izdelovalca.
- **Izvedba del in postavitve** opreme v prostoru. Vključitev elementov, ki spodbujajo spomine na osebne predmete in asociativno spodbujajo občutke zadovoljstva, domačnosti: usnjen kovček iz obdobja 70ih let 20. st.; starejše razglednice (ki so resnično bile poslane in imajo znamko, naslovnika in pozdrave); knjige in zemljevidi. Barvna shema opreme sledi barvni shemi opreme v vagonih iz 80ih let 20. stoletja (lesni dekor, beli robni trakovi, rdeče horizontale). Tej barvni shemi smo približali barvo usnja na udobnih počivalnikih ter talno oblogo, ki se skladno poda k lesenim oblogam na stenah.

Slika 3: Skica kot rezultat plodnega dolgočasnega čakanja med sestankom. Oprema sobe ima polarno delitev: en pol je različica kupeja v vlaku z vgrajenim zaslonom in video vsebino gibajočega vlaka; nasproti kupeju pa je pol Kamniško Savinjskih Alp (motiv Storžiča). Diametralnost poudarja material: prvi je gladek ultrapas povzet iz kupeja v vagonu in drugi je hrupav peskan hrast, ki sledi leseni arhitekturi gorske postojanke. Skica: D. Zupančič.

Figure 3: Sketch of the relaxation room, designed between a boring meeting. Polarity of setting is axial: right side is a reminiscence of a train wagon with huge window (IV), on the left side the wooden boards are mounted and shaped as the skyline of nearby mountain view. Sketch: D. Zupančič.



Podatki o raziskovalnem projektu:**Mentor:** doc. dr. Domen Zupančič**Avtorici projekta:**

Maša Iša Bračevac abs. arh.

Ana Dolenšek abs. arh.

Leto izdelave: 2017**Naročnik:** Dom Petra Uzarja Tržič

- **Preskus delovanja** sobe glede na predvidevanja simulacije. Osvetlitev prostora v veliki meri vpliva na učinke pomirjanja, saj je svetlobni tok subtilno ujet za elementi. Celo neravnine zidnega ometa so v tej kompoziciji del scenografije > puhastih oblakov. Na steno nad silhueto Kamniško Savinjskih Alp s širokokotnim projektorjem projiciramo počasi gibajoče oblake na modrem nebu.
- **Poimenovanje zasnove.** Lastno ime zasnove postavi arhitekturo med ljudi. Soba je bila poimenovana "Grem na lepš". Narečno ime približa tako oblikovano opremo stanovalcem, saj ko so šli na potovanje, so šli na lepše. Iskat nove spomine. Krog imaginarija je sklenjen.
- **Dejanska uporaba** soba s strani stanovalcev in njihovih svojcev.
- **Video zapis** refleksije projekta.

Predpriprava na projekt je ključnega pomena. Ob vsakem koraku smo imeli zadosti časa za manjše prilagoditve ergonomije oprema in združitvi delov zasnove v skupno celoto. Projekt je zajemal ob klasičnih metodah še sodobne vidike snovanja projekta: video vsebine so del prostorske zasnove in video refleksija je del kvalitativnega procesa preveritve izvedbe projekta ter hkrati močno orodje za krepitev skupinskega sodelovanja pri izvedbi projekta.

4. Zaključek

Metode opisane pod referenčnimi točkami organigrama dela so z

obrtiškega vidika arhitekturnega snovanja pomensko enakovredne. Z vidika snovanja pa so pomensko izpostavljena mesta, kjer snovanja presega okvir lista ali računalniškega zaslona. Pogovor v snovalski ekipi in dialog z naročnikom sta začetek potovanja ideje. Prva prelomna točka je simulacija ideje z uporabo projektorjev, saj presegajo okvire zaslona ali lista. Projekcija je krajina imaginarija snovalca. Poleg je možna tudi glasbena podlaga /zvočna krajina (topotanje vlakovne kompozicije po tiri, šum vetra,...). Z vpeljavo vzorca, snovalca nagovori material z vso svojo pojavnostjo. Pri zasnovi sobe Grem na lepš smo upoštevali načelo, da vidni čut ni edini dejavnik; vključili smo tudi druge čute (zvon, dotik, vonj in gibanje po prostoru). Za okus pa smo se odločili, da ga izločimo, saj je v bližini jedilnica in skupna javnosti odprta domska kavarna.

Vaja raziskovanja ergonomije opreme je bila izvedena skozi projektne faze. Kolegici absolventki EMŠ Ana Dolenšek in Maša Iša Bračevac sta projekt izvedli z vsemi timskimi prigodami, ki so del rituala arhitekturnega snovanja: časovna stiska, izpraševanje o pomenskosti oblike, oblikovanje lastnega vrednostnega sistema družbenega poslanstva arhitekture in etičnosti soodgovornosti arhitekture k oblikovanju naših zavestnih in podzavestnih dejanj v prostoru. Na malem prostoru smo vključili Genius Loci temelječega na splošnem spominu stanovalcev DPU Tržič. Prostorske omejitve so celostne vključene v sobi potovanja in se prelivajo od tu zdaj v spomine.



Slika 4: Dokončna soba za pomiritev.

Foto: A. Kejžar.

Figure 4: Finished relaxation room.

Photo: A. Kejžar.

Viri in literatura **Bibliography**

1. Feddersen, E., Lütke, I., (2014): Lost in space, Architecture and Dementia. Birkhäuser Verlag GmbH, Basel.
2. Hubert, A., (2012): Wohnem im Alter - zwischen Wunsch und Wirklichkeit. V: DETAIL, letnik 2012, št. 9, str. 917-922.
3. Jakob, A., Collier, L., (2014): How to make a Sensory Room for people living with dementia. A Guide Book. University of Southampton.
4. Kaiser, G. (2014): Bauen für ältere Menschen. Rudolf Müller, Köln.
5. MSE prostori <https://www.snoezelen.info/> <dostop 12.12.2018>
6. Pallasmaa, J., (2010): In praise of vagueness: V: Encounters 2, str. 24-236. Rakennustieto.
7. Turnšek, K. V., (2014): Sodobne oblike bivanja starejših v zahodni Evropi. V: Kakovostna starost, letnik 17, št. 2, str. 3-11.