

Domy opieki

PORADNIK

Projektownie
miejsc
przyjaznych
osobom
z demencją



Projektowanie przestrzeni na jesień życia

Żyjemy coraz dłużej dzięki postępom w opiece zdrowotnej. Jednak proces starzenia się wiąże się z pogorszeniem stanu zdrowia oraz z charakterystycznymi dla tego etapu życia wyzwaniami. Demencja może powodować dodatkowe komplikacje.

Celem niniejszego poradnika jest nie tylko zwrócenie Państwa uwagi na problematykę wieku starszego i wagę, jaką projektowanie odgrywa w podniesieniu jakości życia, ale również pomoc w doborze odpowiednich materiałów..

Problemy z pamięcią, trudności z przetwarzaniem informacji i utrudniona komunikacja to jedne z głównych konsekwencji demencji. Często towarzyszą im trudności w rozpoznawaniu otoczenia lub postrzeganiu przedmiotów trójwymiarowo. Odpowiednie zaprojektowane przestrzenie zmniejszą wpływ starości i demencji oraz znacznie poprawią jakość życia wszystkich dotkniętych chorobą.

“Dobrze zaprojektowana podłoga pomaga osobom starszym, szczególnie osobom z demencją, zachęcając do aktywności i interakcji, co zwiększa pewność siebie i ostatecznie poczucie tożsamości. Podłoga odgrywa kluczową rolę w środowisku, które generuje dobre samopoczucie. ”

Profesor Rudolf Schrickler,
Przewodniczący BDIA (Stowarzyszenie
Niemieckich Architektów i Projektantów
Wnętrz)





Demencja i rozpoznawanie

Demencja odnosi się do szeregu zaburzeń neurologicznych o postępującym przebiegu, mających wpływ na pamięć, funkcje poznawcze i porozumiewanie się. Może ona przybierać różną postać. Najbardziej powszechną jest choroba Alzheimer'a, która występuje u 50 do 75% przypadków, ale istnieją też jej inne formy, takie jak otępienie wielozawałowe oraz otępienie z ciałami Lewy'ego. Osoby chore doświadczają nie tylko problemów związanych ze starzeniem się, ale także mają zaburzenia w widzeniu przestrzennym przedmiotów i dostrzeganiu związku między tym, co widzą, a własnym otoczeniem fizycznym, co może prowadzić do wyobrażenia sobie odmiennych rzeczy. Osoby takie doświadczają uczucia niepokoju i stresu; często też pojawiają się u nich problematyczne zmiany behawioralne.

ZROZUMIENIE PROBLEMÓW ZWIĄZANYCH ZE STARZENIEM SIĘ I DEMENCJĄ

TRUDNOŚCI WYNIKAJĄCE Z WIEKU



- Pogorszenie poczucia kontrastu
- Ograniczone widzenie peryferyjne
- Zmniejszona wrażliwość na kolory
- Wrażliwość na oślepiające światło
- Zaburzenie rytmu okołodobowego



- Ogólna utrata słuchu
- Dyskomfort w hałaśliwym otoczeniu lub przy określonych częstotliwościach dźwięku



- Utrata siły mięśniowej

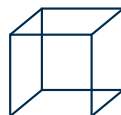


- Utrata pamięci krótkotrwałej

PROBLEMY, KTÓRE POJAWIAJĄ SIĘ WRAZ Z DEMENCJĄ



- Inna percepcja kolorów
- Kłopoty ze słyszeniem, kiedy w tle występuje hałas
- Zaburzony zapach, dotyk i smak



- Trudności w widzeniu przestrzennym
- Trudności w określeniu rozmiaru, jeśli użyto tego samego koloru
- Trudności w rozpoznaniu wzorów, barw lub błyszczących powierzchni



- Problemy z komunikowaniem się
- Trudności z wykonywaniem codziennych czynności
- Zmiany nastroju
- Dezorientacja



- Niepewność co do daty i czasu
- Trudności w zapamiętaniu bieżących wydarzeń
- Trudności z percepcją i rozpoznawaniem ludzi, przedmiotów, wzorów
- Zmniejszenie zdolności uczenia się





Użycie wzorów do uspokojenia

Nasze rozmowy z ekspertami wskazują, że komfort pochodzący ze znanego otoczenia jest szczególnie ważny dla osób starszych, zwłaszcza przy przeprowadzce do domu opieki.

Widok rozpoznawalnych wzorów o nieskomplikowanych fakturach uspokoi mieszkańców i może pobudzić pamięć. Zalecamy unikanie abstrakcyjnych lub nadmiernie obciążonych motywów dekoracyjnych na ścianach i podłodze, aby zmniejszyć ryzyko pomyłki u osób dotkniętych demencją, obniżając poziom stresu.

UŻYJ PRZYJAZNYCH WZORÓW DREWNIANYCH

Wzory drewniane są kluczem do stworzenia przytulnej domowej atmosfery, jednak nie wszystkie ze wzorów są dostosowane.

Należy odpowiednio dobrać drewniane wzory, które są przyjazne i zgodne z wytycznymi dotyczącymi demencji.

Spokojne i subtelne wzory

> aby uniknąć błędnej interpretacji (ruszające się wzory, dziury lub fale na podłodze)

Faza średniej wielkości

> dla łatwej indentyfikacji podłogi

Matowe wykończenie

> aby uniknąć błyszczących powierzchni, która mogłaby się kojarzyć się ze śliską podłogą

PODŁOGI TARKETT PRZYJAZNE DLA OSÓB Z DEMENCJĄ

Nasi projektanci tworzą podłogi przyjazne dla osób z demencją. Podłogi, które nie sprawiają trudności ani nie powodują niepokoju, a poprawiają orientację i postrzeganie przestrzeni, umożliwiając osobom starszym płynne poruszanie się.

Podłogi, które przenoszą ciepło i poczucie bezpieczeństwa, a ich wzory przyczynią się do dobrego samopoczucia.

Wzór i projekt naszych podłóg przyjaznych osobom z demencją **zostały ocenione przez University of Stirling's Dementia Services Development Centre (DSDC).**

W naszym asortymencie przyjaznych dla demencji wybraliśmy wzory oznaczone 1a oraz 1b, najbardziej odpowiednie dla osób z demencją:

- **1a:** Wykończenia w ramach tej oceny są gładkie i można z nich dowolnie korzystać
- **1b:** Wykończenia w ramach tej oceny są pół gładkie (delikatne tekstury, minimalny kontrast między wzorami, efekt drewna bez sęków) i ogólnie można je stosować w całym projekcie wnętrz.

W celu zapewnienia optymalnego komfortu widzenia projekty naszych podłóg mają współczynnik odbicia światła (LRV) o wartościach **pomiędzy 10 a 40**, aby uniknąć odblasku, na co są wrażliwe straszce oczy.



Tym logo oznaczyliśmy w naszym asortymencie wzory, które przyjazne dla demencji. Odkryj nasze w pełni przyjazne dla demencji wzory na stronie elderly-care.tarkett.com



TAK PROSTYCH WZORÓW O DELIKATNYCH DESENIACH



Tissage-Soft Grey



Twine-Indigo



Uni Intense Jean



Fiber Wood-Natural



WYBIERZ WZORY DREWNA OCENIANE PRZEZ EKSPERTÓW JAKO PRZYJAZNE DLA DEMENCJI



Fiber Wood Grege



Brushed Oak Medium



Oak Tree Beige



Serene Oak Warm Brown



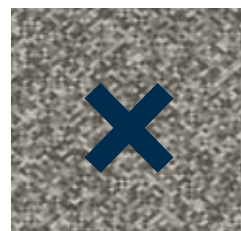
NIE DLA WZORÓW Z WIELOMA SZCZEGÓŁAMI, CIEMNYCH KOLORÓW I MOCNYCH KONTRASTÓW



Terrazzo-Terracotta



Bubbles-Cold Mix



Facet-Black & White



Cubic-Bright Anis



Odpowiedni kontrast aby zwiększyć orientację

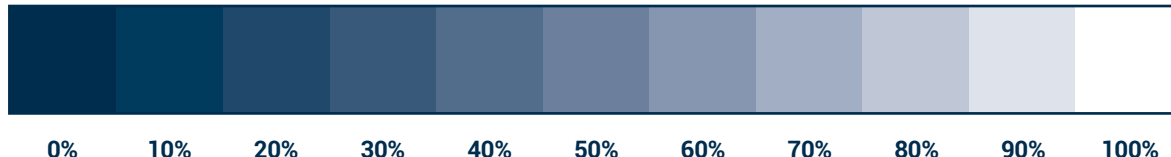
W obliczu trudności w rozpoznaniu otoczenia osoby z demencją mają tendencję do ograniczania własnej mobilności.

Przemyślana aranżacja wnętrza jest zatem niezbędna do stworzenia bezpiecznych i łatwych do poruszania się przestrzeni. Jaśniejsze podłogi wywołują unoszące wrażenie „chodzenia po powietrzu”, podczas gdy bardzo ciemne kształty pod stopami mogą być mylone z pustym obszarem lub dziurą.

SKONCENTRUJ SIĘ NA WSPÓŁCZYNNIKU ODBICIA ŚWIATŁA (LRV)

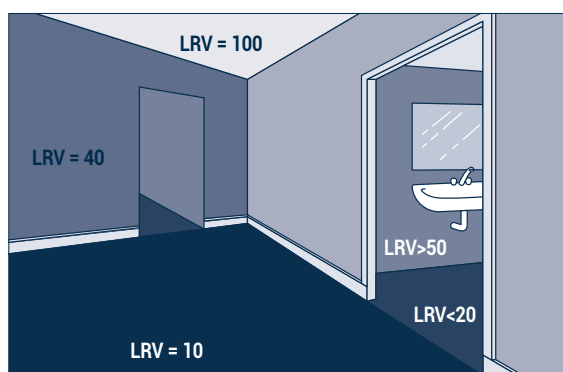
Wartość współczynnika odbicia światła (ang. light reflectance value, LRV) to ilość światła odbitego przez powierzchnię po oświetleniu. Skala LRV wynosi od 0, dla najciemniejszej, nieodbijającej światła powierzchni, do 100, dla najjaśniejszej, odbijającej najwięcej światła. Uwzględnienie LRV pozwoli nam określić, jak duży jest widoczny kontrast i ile światła potrzeba, by stworzyć przyjemne otoczenie.

Skala LRV



UŻYJ LRV, ABY STWORZYĆ SKUTECZNY KONTRAST

W celu zapewnienia optymalnego komfortu widzenia najlepsze będą podłogi o współczynniku odbicia światła **między 20 a 40**. Należy wybierać podłogi o matowym wykończeniu, co pozwoli na uniknięcie odbłasku i wrażenia „mokrej podłogi”.



Wysoki kontrast pomiędzy **podłogą a ścianami** oraz **meblami a podłogą** zwiększą percepcję wizualną. Cel to **różnica LRV >30 punktów**.

Niski kontrast zapewnia płynne **prześcia z sypialni do łazienki oraz z sypialni na korytarz**. Twoim celem tutaj powinna być **różnica LRV <10 punktów**.

ZWIĘKSZENIE WIDZENIA 3D

Wysoki kontrast sprawia, że przedmioty takie jak meble są leiej widoczne. Kontrastujące ze sobą granice mogą posłużyć do stworzenia ścieżki ułatwiającej orientację seniorom.

Przykład zastosowania kontrastu na ścianach i podłogach:



Ściana LRV: 70

Podłoga LRV: 18

Różnica LRV = 52, dobra



Ściana LRV: 70

Podłoga LRV: 65

Różnica LRV = 5, niewystarczająca

ZACHĘCANIE DO RUCHU

Niski kontrast może zachęcać do przemieszczania się z jednego miejsca na drugie. Może również pomóc ukryć rzeczy, takie jak drzwi do pokoju, który jest niedostępny dla mieszkańców.

Przykład zastosowania kontrastu na sąsiednich powierzchniach podłogi:



Korytarz LRV: 28

Wejście do sypialni LRV: 20

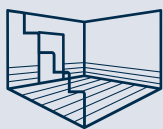
Różnica LRV = 8, zaprasza do wejścia



Korytarz LRV: 6

Wejście LRV: 30

Różnica LRV = 24, zniechęca do wejścia



Ułatwienie percepcji wzrokowej

Proces starzenia zmienia postrzeganie kolorów, trudniej rozpoznać kontrasty i cienie są „mniej żywe”. Czerwienie mogą wyglądać a różowe, a odróżnienie niebieskiego od zielonego staje się trudniejsze.

Zalecamy ostrożne stosowanie światła i kontrastu z odpowiednimi kolorami, aby ułatwić osobom starszym rozpoznawanie takich elementów jak drzwi, uchwyty oraz meble. Dzięki temu ich otoczenie jest łatwiejsze do interpretacji i bezpieczniejsze w nawigacji.

ZROZUMIENIE ZMIAN W PERCEPCJI KOLORU

Normalne widzenie



Widzenie osób starszych





Z wiekiem soczewka oka żółknie, co wpływa na to, jak widzimy kolory. Jest nam **coraz trudniej dostrzegać kontrast**, kolory są mniej wyraźne i pozbawione odcieni (np. czerwony zaczyna być postrzegany jako różowy), trudniej jest też rozróżnić odcienie niebieskiego i zielonego. Z tego względu należy tak dobrać kontrasty kolorów, aby stanowiły one **dodatkową wskazówkę wzrokową do tego, gdzie znajdują się drzwi, klamki, przyciski oraz meble**, ułatwiając w ten sposób osobom ze słabszym wzrokiem lepszą **orientację w otaczające je przestrzeni**.

MAKSYMALIZACJA ŚWIATŁA

Osoby niedowidzące potrzebują więcej światła, dlatego **starsze osoby potrzebują dwa do trzech razy więcej światła do wyraźnego widzenia niż osoby młode**. Różnice w oświetleniu powodują u starszych osób problemy z widzeniem, dlatego też zalecane jest jednolite światło. Jednocześnie należy unikać zacienionych i ciemniejszych obszarów, gdyż mogą wywoływać niepokój u osób cierpiących na demencję.

Sugerowane poziomy oświetlenia i dystrybucji światła dla poszczególnych pomieszczeń:

 PRZESTRZEŃ	 INTENSYWNOŚĆ OŚWIETLENIA (LUX)
Korytarze	300
Pomieszczenia do uprawiania aktywności	350
Pokoje sypialne Strafa czytania	350
Pokoje sypialne Otoczenie	250
Łazienki	250

PRZYKŁADY SCHEMATÓW KOLORÓW DLA RÓŻNYCH PRZESTRZENI:

Zalecamy ciemniejsze podłogi (z LRV między 10 a 40), aby zapewnić uspokajający wygląd gładkiej, solidnej powierzchni bezpiecznej do chodzenia. Ściany powinny mieć kontrastowe kolory z różnicą LRV > 30 punktów.

Znajdź więcej opcji projektowania na elderly-care.tarkett.com



Aquarelle HFS

Stone light warm grey
LRV = 74



ProtectWall

Tissé Fresh green
LRV=61



ProtectWall

Tissé Light aqua
LRV=53



ŁAZIENKI

SYPIALNIE

KORYTARZE



MS Aqua

Concrete warm grey
LRV=19

Excellence

Brushed Oak medium
LRV=28

Excellence

Serene Oak red brown
LRV14



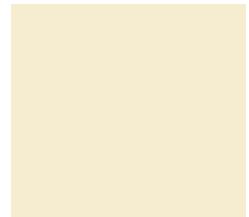
Aquarelle HFS

Uni Yellow
LRV=67



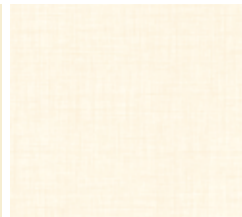
ProtectWall

Uni Light beige
LRV=65



ProtectWall

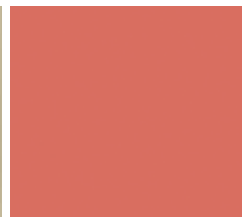
Tisse Warm grey
LRV=76



ŁAZIENKI

SYPIALNIE

KORYTARZE



MS Aqua

Concrete warm grey
LRV=19

Excellence

Fiber Wood natural
LRV=28

Excellence

Uni Intense terracotta
LRV=23



Odpręż się i oddychaj

Przestrzeń życiowa, w której można czytać, grać w gry lub napić się herbaty z przyjaciółmi. W tym pokoju panuje uspokajająca, relaksująca atmosfera dzięki otaczającym go meblom, miękkim materiałom i ciepłym kolorom.





ŚCIANA – farba
PODŁOGA – Excellence - Serene Oak Red-Brown - LRV14



Wspólne wspomnienia

Pokój, gdzie wspólnie spędza się czas dzieląc się wspomnieniami i wrażeniami z odbytych podróży w trakcie rodzinnych posiłków.

Inspiracje projektowe łączą etniczny, wielokulturowy wygląd z elementami vintage.





ŚCIANA – *ProtectWall - Uni White Grey - LRV66*
PODŁOGA – *Excellence - Granito Warm Grey - LRV 37*

Czysty i poetycki

Miejsce nieustannych przyjazdów i wydarzeń, w których historie ludzi układają się na ścianach w w miksie poetyki i osobistości.

Delikatna, uspokajająca kolorystyka stanowi komfort zarówno dla mieszkańców, jak i opiekunów.





ŚCIANA – *ProtectWall - Tisse Warm Grey - LRV76*
PODŁOGA – *Excellence - Oak Tree Grey - LRV 24*

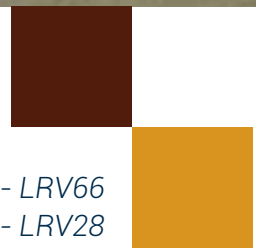
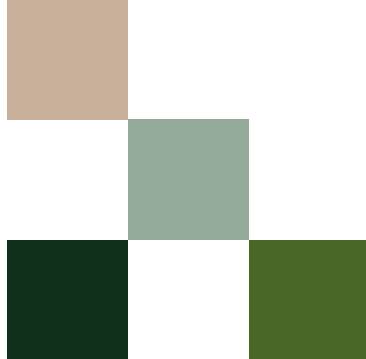


Natura osobista

Prywatny pokój inspirowany naturą w całej okazałości. Projekt delikatnie podnosi na duchu i stanowi pomost między życiem w domu a światem na zewnątrz.

Wybór autentycznych, ciepłych tekstur, które wprowadzą spokój i ciszę do intymnej przestrzeni.





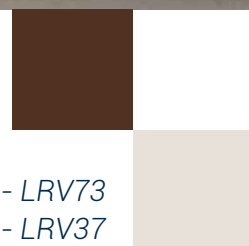
ŚCIANA – *ProtectWall - Uni White Grey - LRV66*
PODŁOGA – *Excellence - Brushed Oak Light - LRV28*

Spokój i minimalizm

Delikatne odcienie łączą się ze stylowymi akcesoriami w minimalistycznej, ale przytulnej atmosferze.

Taka prostota i wygoda tworzą bezpieczne, uspokajające środowisko, tak niezbędne w takich łazienkach.





ŚCIANA – Aquarelle Wall HFS - Stone Light Warm Grey - LRV73
PODŁOGA – Multisafe Aqua - Granito Warm Grey - LRV37
