



Sjekkliste ved bygging av nye omsorgsboliger

Versjon 25.04.17

NAV Hjelpemiddelsentral

Når det bygges nye omsorgs-/serviceboliger, er det viktig at disse ivaretar eventuelle fremtidige hjelpemiddelbehov. Kommunens ergo-/fysioterapitjeneste bør involveres tidlig i prosjekteringsfasen.

Viktige anbefalinger å huske på i prosjekteringen:

Generell tilrettelegging:

- Legge opp nok strømpunkter (ved vinduer, dører, WC, ladestasjoner til heiser og elektriske rullestoler, seng (min 6 stk), kjøkkeninnredning, vask, stellebord, velferdsteknologi)
- Stikkontakter ved vindu, hvor det kan være aktuelt for noen brukere å montere vindusautomatikk.
- Det bør legges opp stikkontakter i "lysbryterhøyde", da mange eldre og funksjonshemmede har store problemer med å bruke kontakter som sitter langs gulvlistene.
- Anbefaler at det settes av lagringsplass i/ved boligen for lagring av hjelpemidler.
- Plass til parkering av elektrisk rullestol med ladestasjon inne/ ute.
- Det må tas hensyn til fremtidig montering av takheis ved installasjon av ventilasjon, lys og sprinkleranlegg
- Vær bevist på valg av gulvbelegg både i forhold til rengjøring, fremkommelighet med rullestol, personløfter m.m. og i forhold til slitestyrke (rullestoler kan dra med seg både litt fukt og grus). Viktig at gulvbelegget tåler belastning av elektrisk rullestol og bruker.
- Solskjerming – styring av denne
- Lavt monterte vinduer slik at rullestolbrukere og andre som sitter mye kan se ut.
- Rekkverk på balkongen bør være av glass slik at de som sitter inne kan nyte utsikten.
- Snusirkler for rullestolbrukere
- Brannløser må være godkjent og klargjort for dørautomatikk
- Skyvedører inne i leilighet.

Bil:

- Ved beboere som har bil, må det tas hensyn til type bil. Husk at mange HC-biler har opphøyd tak og heis.
- Heis på bil, sideutgang eller bak-utgang på bil
- Kort avstand, bil- bolig, helst overbygd/varmekabler
- Lademuligheter til bil og rullestol i garasje/carport

Adkomst:

- Terskelfri adkomst til bygget
- Overbyggd inngangsparti ved direkte utgang. Med ladekontakt til rullestol og plass til søppeldunk./postkasse.
- Ved direkte utgang må det planlegges biloppstilling/HC-plasser/parkering.
- Terskelfritt i fellesarealer og inne i leiligheter.
- Ledelinjer (lys, ulike typer belegg, ulike typer steiner ol.)
- Heis, plassering av betjening.
- Anbefalt dørbredde: 1 meter. Vurder skyvedører der det er hensiktsmessig inne i leiligheten.
- Unngå hev/senk dører ved for eksempel verandadør, da disse ikke kan settes dørautomatikk på. Vær også oppmerksom på at dører med mye glass kan komme i konflikt med en evt. montering av dørautomatikk.
- Stikkontakter i overkant (på hengslesiden) av dører, der det kan være aktuelt å montere på dørautomatikk.
- Overhold anbefalt svingradius i forhold til bruk av rullestol.

Bad:

- Badet bør ha god plass slik at en kommer godt til ved behov for bistand og for å kunne forflytte seg på badet.
- Toalett:
 - o God plass ved toalettet: 90 cm på hver side. Det anbefales 110cm hvis det settes inn dusj.
 - o Toalettet bør skrues fast i gulvet ellers kan de lett løsne.
 - o Toalettthøyde 40cm (ved behov tilpasse toalettforhøyer/dostol)
 - o Toalett ca 30 cm fra vegg
 - o Stikkontakt ved toalett, klargjøre for evt. behov for hev/senk mekanisme eller tørk/spyl mekanisme til toalett.
 - o Opplegg for varmt vann til toalett i tilfelle bidet-løsning
 - o Det må være mulighet for å feste toalettarmstøtter i gulv eller vegg. Ved feste i vegg bør veggen være forsterket med for eksempel 22 mm kryssfiner. Det bør også forsterkes med for eksempel 22 mm kryssfiner bak vask på badet, for å klargjøre for evt. behov for hev/senk mekanisme på vask.
- Vask:
 - o Vannuttak for armatur som det kan kobles fleksible rør for hev/senk vask (vann/avløp) Avløp vask 25cm over gulv.
- Dusj:
 - o Gode støttehåndtak i dusj og toalett
- Badekar/ stellebenk:
 - o Vurderes om dette er behov for i fremtidig behov
 - o Strømuttak for høydejustering
 - o Varmt/ kaldt-vann monteres med fleksislinger

Kjøkken:

- Det bør være åpent under deler av kjøkkenbenk slik at en kan sitte og jobbe, for eksempel i rullestol.
- Forsterkning med for eksempel 22 mm kryssfiner eller tilsvarende bak kjøkkenskap, for klargjøring ved evt. behov for hev/senk mekanisme på kjøkkenskap.
- Fleksible rør med mulighet for hev/senk (vann/avløp)
- Skuffer i stedet for skapdører i underskap, husk gode håndtak

Takheis:

- Takheis benyttes normalt ikke på andre rom enn soverom/bad, da dette er et løftehjelpemiddel, og ikke laget for forflytning.
- Husk at takheis festes i taket eller vegg. Der hvor heisen skal plasseres må det være innfestningsmulighet, og plassen må holdes fri for tekniske innretninger som ventilasjon, overrislingsanlegg, lysarmatur, røykvarslere og annet.
- Dør mellom soverom og bad bør være 10M med høyde minst 210cm. Det blir normalt brukt 'overkroking' mellom bad og soverom, ikke gjennomgående skinne.
- Det må være minimum 240cm takhøyde på både soverom og bad, maksimum 270cm. Taket innendørs bør være plant, ikke skrånende med ytterkonstruksjon.

Syn:

- God allmennbelysning med mulighet for dimming - lys oppdelt i soner anbefales
- «Matte», lyse farger.
- Kontraster, slik at man ser WC, dører, trapper, hvor benken slutter, håndtak, brytere, ol.
- Obs plassering av vinduer, slik at de ikke blander- evt. frostet glass.
- Husk å kontrastmerke glassfelt
- Bruke indirekte belysning med naturlig fargegjøring.

Hørsel:

- Bruke akustikkdempende materiale i leilighet og i oppholdsrom/fellesområder/trappegang som sørger for gode lydforhold
- Teleslynge i oppholdsrom/tv-stue lagt på en slik måte at den ikke dekker større områder enn tilsiktet
- Fleksible veggløsninger i fellesarealer er gunstig for å skjerme for uønsket lyd.

Velferdsteknologi:

- Sikringsskap skal være tilrettelagt for IKT-løsninger, dette bør inneholde Patche-skap.
- Forbindelseskabel av god kvalitet fra omsorgsbolig til vaktrom/alarmsentral (fiber?)
- 1 dobbelt datapunkt i hvert rom, datakabling, cat 6
- Porttelefon med videofunksjon av god kvalitet av lyd og bilde. OBS, plassering av betjening.
- Dørautomatikk på alle fellesdører og leilighetsdør.
- Ekstra trekkerør fra sikringsskap til punkt ved dør
- Dørautomatikk på alle dører i fellesareal. Vær oppmerksom på plassering av døråpnere og slagretning på dører.
- Alle strømpunkter og lyspunkter bør kunne styres. (f.eks KNX)

Ved behov for råd eller veiledning, ta kontakt med kommunens ergoterapeut eller med Nav Hjelpemiddelsentral i fylket.