



ŚRODOWISKO ZBUDOWANE 01

Podstawy

Dlaczego zwracanie uwagi na potrzeby osób starszych i trudności funkcjonalne w projektowaniu domów jest ważne już w młodym wieku

[Start course >](#)



Warsaw University
of Technology



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

The European Commission's support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents, which reflect the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.





ŚRODOWISKO ZBUDOWANE

MODUŁ 1

Podstawy

W tym module dowiesz się, dlaczego zwracanie uwagi na potrzeby osób starszych i trudności funkcjonalne w projektowaniu domów jest ważne już w młodym wieku.

Czego nauczysz się w tym module

- 1 Dlaczego adaptacja mieszkania powinna nastąpić przed starością
- 2 Na co należy zwrócić uwagę w procesie adaptacji mieszkania



Podsumowanie modułu

1

Wcześniejsze rozpoczęcie adaptacji mieszkania

2

Zwrócenie uwagi na potrzeby osób starszych i trudności funkcjonalne

3

Dokonaj oceny i opracuj plan

4

Wybierz rozwiązania o niskich kosztach utrzymania

5

Wybierz INTELIGENTNE TECHNOLOGIE

6

Sprawdź dostępne opcje finansowe

Wcześniejsze rozpoczęcie adaptacji mieszkania

Starzenie się w miejscu zamieszkania często wymaga zmiany środowiska zbudowanego. Zwracanie uwagi na potrzeby osób starszych i trudności funkcjonalne powinno zacząć się zanim ktoś się zestarzeje. Jest ku temu kilka powodów.

Po pierwsze, niektóre trudności fizyczne lub fizjologiczne mogą pojawiać się stopniowo i mogą być zauważalne w wieku 50 lub 60 lat. Wcześniejsza adaptacja mieszkania daje osobie wystarczająco dużo czasu na odpowiednie przygotowanie i zaprojektowanie. Ponadto w przypadku nagłego pogorszenia się stanu zdrowia osoba jest już przygotowana.

Po drugie, więcej czasu na dostosowanie daje możliwość przemyślenia i dokonania rozsądnych wyborów w zakresie dostosowania do konkretnych

potrzeb, funkcjonalności, projektu, utrzymania lub ewentualnych kosztów dostosowania.

Decyzje o adaptacji są na lata, więc należy je starannie rozważyć, czasami z profesjonalną pomocą.

Ponadto, ogólna sytuacja finansowa osób w wieku 50 lat jest znacznie lepsza niż osób w wieku 70, 80 czy 90 lat. Adaptacja może być kosztowna, a w wieku 50 lat, kiedy ludzie jeszcze pracują, perspektywa uzyskania kredytu hipotecznego wydaje się realna. Kiedy osoba ma 90+ obciążenie finansowe może być nie do udźwignięcia. Ponadto, brak pośpiechu w adaptacji daje również możliwość zbadania i porównania dostępnych produktów oraz wybrania tych tańszych.

Zwrócenie uwagi na potrzeby osób starszych i trudności funkcjonalne

Pogorszenie stanu zdrowia i możliwości funkcjonalnych to oznaki, że jest to ostatni moment na podjęcie działań w zakresie adaptacji mieszkania.

Jeśli jesteś członkiem rodziny starszej osoby lub opiekunem to obserwujesz, jak starsza osoba porusza się po domu. Jeśli zauważysz pierwsze oznaki trudności, zacznij działać szybko. Jest już późno, ale nie za późno na podjęcie działań.

Jeśli nie mieszkasz z osobą starszą, możesz nie zdawać sobie sprawy z jej problemów.

Możesz również porozmawiać z jej lub jego lekarzem lub innym pracownikiem służby zdrowia, który może dać Ci uświadomić Ci trudności starszej osoby dorosłej. Pierwsze oznaki pogorszenia się stanu zdrowia oznaczają, że jest to ostatni moment na ocenę warunków mieszkaniowych osoby starszej i ich zmianę.



Dokonaj oceny i opracuj plan

Dokonaj oceny warunków mieszkaniowych starszej osoby dorosłej w zależności od jej istniejących i przewidywanych potrzeb i trudności. Weź pod uwagę problemy zdrowotne, w tym również choroby psychiczne.

Przejdź przez dom, pokój po pokoju, szukając obszarów problemowych, takich jak potencjalne zagrożenia potknięć lub poślizgnięć. Zwróć uwagę także na obszary, które są trudno dostępne i trudne do utrzymania.

Zasugeruj rozważenie profesjonalnej oceny mieszkania. Specjaliści mogą pomóc w identyfikacji ewentualnych zagrożeń i przyszłych potrzeb, a także sporządzić szczegółowy projekt adaptacji wraz z szacunkowymi kosztami.

Opracuj plan adaptacji w oparciu o informacje zebrane podczas własnej i/lub specjalistycznej oceny .



Wybierz rozwiązania niewymagające konserwacji

Produkty i rozwiązania, które wymagają niewielkiej lub żadnej konserwacji, na przykład farby ognioodporne, blaty z litej powierzchni z wzorem czy drewniane meble są łatwiejsze w codziennym użytkowaniu. Produkty te oferują korzyści związane z pięknym wyglądem oraz długotrwałym działaniem i łatwym czyszczeniem.

Zwróć szczególną uwagę na materiały. Solidne będą droższe, ale trwalsze, np.: drewniane drzwi mogą służyć ponad 100 lat.



Wybierz INTELIGENTNE TECHNOLOGIE

Przykład inteligentnych urządzeń to m. in. kuchenki, które powiadamiają osobę sygnałem dźwiękowym, gdy się włączają. To również urządzenia, które mają świecące elementy sterujące. Takie rozwiązania są prawdziwą pomocą dla starszych właścicieli domów.

W przypadku, gdy zmysły osób starszych są słabsze lub gdy ludzie zapominają, czy wyłączyli piekarnik, czy nie, INTELIGENTNE TECHNOLOGIE pomagają zachować bezpieczeństwo i niezależność na dłużej.

Automatyka domowa to kolejny ważny element usprawnień dla osób starszych w miejscu zamieszkania. Czujniki i wyłączniki czasowe mogą monitorować systemy domowe, aby ostrzegać właścicieli domów, jak również osoby odpowiedzialne za opiekę i bezpieczeństwo, o potencjalnych problemach.

Jeśli chcesz dowiedzieć się więcej możesz przejść do modułów INTELIGENTNE TECHNOLOGIE.



Sprawdź dostępne opcje finansowe

Koszty adaptacji mogą być wysokie, dlatego tak ważne jest dokładne sprawdzenie dostępnych opcji finansowania. Istnieje wiele programów lub dotacji, które finansowo wspierają adaptację domu osób starszych.

Na przykład remont łazienki osoby niepełnosprawnej może być opłacony ze środków Państwowego Funduszu Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych. Pomocne mogą okazać się agencje rządowe i samorządowe.

Jeśli obecne oszczędności osoby starszej nie pozwalają na adaptację i nie może ona uzyskać dofinansowania, wówczas można rozważyć również kredyt hipoteczny lub pożyczkę.



Moduł zakończony!

Gratulacje! Udało Ci się ukończyć ten moduł!

Podsumowanie nabytych umiejętności

1

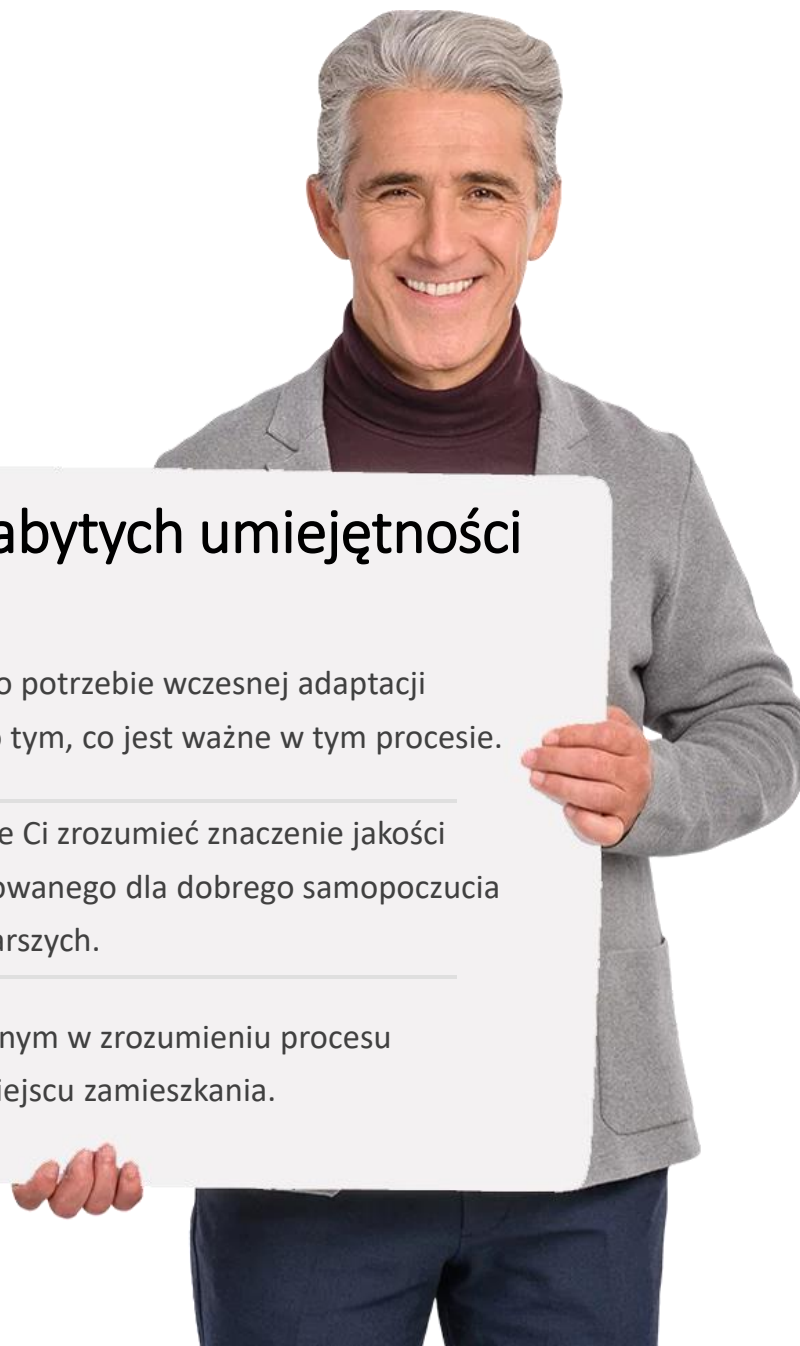
Dowiedziałeś się o potrzebie wczesnej adaptacji mieszkania oraz o tym, co jest ważne w tym procesie.

2

Wiedza ta pomoże Ci zrozumieć znaczenie jakości środowiska zbudowanego dla dobrego samopoczucia i zdrowia osób starszych.



3

Możesz pomóc innym w zrozumieniu procesu starzenia się w miejscu zamieszkania.



Quiz

Click the **Quiz** button to edit this object

 **ŚRODOWISKO ZBUDOWANE** **MODUŁ 1** Podstawy

Jakie rzeczy są ważne, jeśli myślimy o adaptacji domu dla starszej osoby?

- Zmieniające się potrzeby seniorów
- Plan adaptacji
- Rozwiązania i produkty o niskich kosztach utrzymania
- INTELIGENTNE TECHNOLOGIE
- Sprawdzenie możliwości finansowych
- Czas na sprawdzenie i porównanie produktów
- Ocena warunków mieszkaniowych

Co dalej?

Teraz możesz powtórzyć ten moduł lub przejść do kolejnego korzystając z przycisków:

Jeszcze raz

Dalej

