



ΜΠΑΝΙΟ ΓΙΑ ΑΤΟΜΑ ΜΕΙΩΜΕΝΗΣ ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ

ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ ΠΡΟΣΒΑΣΙΜΟΥ ΚΑΙ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟΥ ΜΠΑΝΙΟΥ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΕΤΗ ΚΑΙ ΑΣΦΑΛΗ ΔΙΑΒΙΩΣΗ ΟΛΩΝ ΤΩΝ ΧΡΗΣΤΩΝ

Ο "καθολικός σχεδιασμός" ή "σχεδιασμός για όλους" είναι μια σχετικά νέα φιλοσοφία, που προωθεί το σχεδιασμό των προϊόντων του δομημένου περιβάλλοντος με τρόπο που να μπορούν να χρησιμοποιηθούν από όλους τους ανθρώπους, χωρίς ανάγκη προσαρμογής ή εξειδικευμένου σχεδιασμού στη μεγαλύτερη δυνατή έκταση. Σύμφωνα μ' αυτήν τη λογική όλα τα κτίρια και οι επί μέρους χώροι τους πρέπει να είναι προσβάσιμοι για το σύνολο των χρηστών, να μπορούν δηλαδή να χρησιμοποιηθούν με αυτονομία, ασφάλεια και άνεση από άτομα μειωμένης κινητικότητας, συμπεριλαμβανομένων των ατόμων με αναπηρία (ΑμεΑ) και των "εμποδιζόμενων" ατόμων, όπως των ηλικιωμένων.

Το μπάνιο αποτελεί έναν από τους πιο "επικίνδυνους" χώρους ενός κτιρίου, με πολλές προκλήσεις πρόσβασης και ζητήματα ασφαλείας για τα άτομα μειωμένης κινητικότητας. Τα ατυχήματα στο μπάνιο είναι πολύ συνηθισμένα, ειδικά σε μεγαλύτερες ηλικίες, στις οποίες η φυσική μείωση των αντανakλαστικών και της μυϊκής μάζας, καθιστά τους χρήστες πιο επιρρεπείς σε πτώσεις. Απλές κινήσεις, όπως η είσοδος στην μπανιέρα και η έξοδος απ' αυτήν, το σκύψιμο στο νιπτήρα και η χρήση της λεκάνης αποχωρητηρίου,



σε συνδυασμό με την υγρασία, την ολισθηρότητα του δαπέδου και τη στενότητα του χώρου μπορούν να αποβούν μοιραίες. Είτε πρόκειται για το σχεδιασμό ενός νέου μπάνιου είτε για την αναδιαμόρφωση ενός υφιστάμενου, η προσεκτική διαστασιολόγηση, ο μελετημένος σχεδιασμός και η σωστή επιλογή και τοποθέτηση του εξοπλισμού μπορούν να εξασφαλίσουν ευκολία χρήσης και ασφάλεια για κάθε πιθανό χρήστη και παράλληλα να προλάβουν πιθανές μελλοντικές δαπανηρές προσαρμογές, χωρίς να θυσιάζουν τη λειτουργικότητα και την αισθητική του χώρου.

Ισχύουσα νομοθεσία

Με βάση την ισχύουσα νομοθεσία, η προσβασιμότητα είναι υποχρεωτική σχεδόν στο σύνολο των δημόσιων κτιρίων. Σύμφωνα με το Ν.Ο.Κ. στα νέα κτίρια, εκτός κατοικιών, θα πρέπει να προβλέπεται τουλάχιστον ένας χώρος υγιεινής, έστω και μεικτής χρήσης, ανά όροφο ή ανά συγκρότημα χώρων υγιεινής, ειδικά διαμορφωμένος και προσβάσιμος από άτομα με αναπηρία και "εμποδιζόμενα" άτομα. Σε περίπτωση υφιστάμενων κτιρίων, στα οποία δεν είναι δυνατή η κατασκευή ιδιαίτερων χώρων υγιεινής, είναι απαραίτητο οι προβλεπόμενοι χώροι να διαμορφώνονται έτσι, ώστε να εξυπηρετούν όλες τις κατηγορίες χρηστών, συμπεριλαμβανομένων των χρηστών αμαξιδίων, προβλέποντας μεγαλύτερες διαστάσεις και κατάλληλο εξοπλισμό.

Στις κατοικίες, αν και δεν είναι υποχρεωτικό, η εφαρμογή των αρχών του καθολικού σχεδιασμού μπορεί όχι μόνο να καλύψει τις ανάγκες των ατόμων με μειωμένη κινητικότητα,

αλλά και να ικανοποιήσει τις πιθανές μελλοντικές ανάγκες των χρηστών με εύκολες και οικονομικές προσαρμογές, όπως την άνετη και ασφαλή χρήση του μπάνιου από τους ιδιοκτήτες σε προχωρημένη ηλικία.

Σχεδιασμός μπάνιου

Ο επιτυχημένος σχεδιασμός του μπάνιου ξεκινάει με τον εντοπισμό των δυνητικών χρηστών και την πρόβλεψη των αναγκών όλων των μελών της οικογένειας και των επισκεπτών που θα χρησιμοποιήσουν το μπάνιο σε όλη τη διάρκεια της ζωής τους. Επιπροσθέτως, προωθεί την προσαρμοστικότητα και την ευελιξία, προσφέροντας τη δυνατότητα εξατομίκευσης ή προσαρμογής του χώρου στις διαφορετικές απαιτήσεις των χρηστών, ελαχιστοποιεί την προσπάθεια, διευκολύνει τη χρήση και τη συντήρηση του χώρου και φυσικά καθιστά τη χρήση του μπάνιου ασφαλή για όλους τους χρήστες.

Μέγεθος και διαρρύθμιση

Το μπάνιο που θα φιλοξενήσει άτομα με μειωμένη κινητικότητα πρέπει να σχεδιαστεί σε ένα εύκολα προσβάσιμο σημείο του κτιρίου, χωρίς διαφορές επιπέδων. Στην περίπτωση των δημόσιων κτιρίων, η χωροθέτηση των χώρων υγιεινής πρέπει να γίνεται σε εύκολα αναγνωρίσιμες θέσεις, κοντά στις εισόδους και στους πυρήνες κατακόρυφης κυκλοφορίας, ενώ η ύπαρξη τους πρέπει να δηλώνεται ευκρινώς με κατάλληλη σήμανση. Οι διάδρομοι που οδηγούν στο χώρο του μπάνιου πρέπει να έχουν πλάτος 1,20 - 1,30 m ελεύθερο από εμπόδια σε όλο το

Ι. Ο καθολικός σχεδιασμός του μπάνιου συμβάλλει στην αντιμετώπιση των δυσκολιών που συναντούν στην καθημερινότητά τους τα άτομα με μειωμένη κινητικότητα, και εξασφαλίζει την αυτόνομη, άνετη και ασφαλή διαβίωσή τους.



μήκος τους στα δημόσια κτίρια, και ελάχιστο πλάτος 0,90 m στις κατοικίες. Η προσπέλαση του πρέπει να είναι ισόπεδη, ενώ, αν υπάρχει αναπόφευκτη υψομετρική διαφορά, αυτή πρέπει να καλύπτεται με κεκλιμένα επίπεδα μεγίστης κλίσης 5%.

Το μέγεθος του μπάνιου πρέπει να είναι αρκετά μεγάλο, ώστε να εξασφαλίζεται η απρόσκοπτη και ασφαλής κίνηση των χρηστών, ανάλογα με τις ανάγκες τους. Στην περίπτωση των αναπηρικών αμαξιδίων θα πρέπει μετά την τοποθέτηση της επίπλωσης να υπολογίζεται ελεύθερος χώρος διαμέτρου τουλάχιστον 1,50 m για δυνατότητα πλήρους στροφής αμαξιδίου, ενώ ο νιπτήρας και τα ντουλάπια θα πρέπει να τοποθετούνται επιτοίχια με ελεύθερο χώρο στο κάτω μέρος τους. Μπροστά και δίπλα από τους χώρους υγιεινής και τη λοιπή επίπλωση πρέπει να προβλέπεται επαρκής χώρος για μετωπική ή πλάγια προσέγγιση ατόμου σε αμαξίδιο, αλλά και για κίνηση φροντιστή, αν απαιτείται.

Είσοδος

Η είσοδος του μπάνιου θα πρέπει να είναι αρκετά μεγάλη, ώστε να χωράει άνετα αναπηρικό αμαξίδιο, τουλάχιστον 0,90 m από κάσα σε κάσα. Καλό είναι να επιλέγεται θύρα που ανοίγει προς τα έξω, για να μεγιστοποιείται ο ωφέλιμος εσωτερικός χώρος. Εάν ο χώρος είναι στενός, οι συρόμενες πόρτες είναι μια εξίσου καλή εναλλακτική λύση, αρκεί να μην απαιτούν μεγάλη προσπάθεια για το άνοιγμά τους. Οι χειρολαβές πρέπει να είναι σχήματος Π ή Γ και τοποθετούνται σε ύψος 0,90 - 1,20 m από το δάπεδο. Για λόγους ασφαλείας καλό είναι να επιλέγεται μηχανισμός κλειδαριάς, που επιτρέπει το άνοιγμα και από την έξω πλευρά σε περίπτωση κινδύνου.

Υλικά

Όλα τα υλικά πρέπει να είναι ανθεκτικά, σταθερά, ομογενή και να προσφέρουν άνεση και ευκολία καθαρισμού. Για το δάπεδο ειδικά πρέπει να επιλέγονται υλικά που εξασφαλίζουν αντιολισθηρότητα, ακόμη και όταν είναι βρεγμένα, προκειμένου να μειωθεί ο κίνδυνος ατυχημάτων. Σε υφιστάμενα δάπεδα, αν η αλλαγή είναι πολύ δαπανηρή, μπορούν να προστεθούν αντιολισθητικές λωρίδες. Αν υπάρχουν αρμοί, θα πρέπει να έχουν μικρό μέγεθος, ώστε να μη δημιουργούν κραδασμούς στην κίνηση των αμαξιδίων και να μην προκαλούν ανατροπές κατά το βάδισμα των εμποδιζόμενων ατόμων. Υλικά με έντονη ανακλαστικότητα ή υπερβολική γυαλάδα (π.χ. μάρμαρο ή ανοξείδωτες επιφάνειες), αλλά και υλικά με σύνθετα σχέδια καλό είναι να αποφεύγονται τόσο στο δάπεδο, όσο και στις κατακόρυφες επιφάνειες, καθώς είναι πιθανό να προκαλέσουν σύγχυση σε άτομα με μειωμένη όραση, νοητικά προβλήματα ή ηλικιωμένους.

Εξοπλισμός

Λεκάνη αποχωρητηρίου

Η επιλογή της κατάλληλης λεκάνης αποχωρητηρίου εξαρτάται από τις ανάγκες των χρηστών. Στους ηλικιωμένους, λόγω της μείωσης του μυϊκού τόνου, μια τουαλέτα με μεγαλύτερο ύψος καθίσματος, μεταξύ 0,46 - 0,48 m, μπορεί να διευκολύνει αισθητά τη χρήση της. Για τους χρήστες αναπηρικού αμαξιδίου, το ύψος της λεκάνης πρέπει να είναι

2. Με βάση το ισχύον νομοθετικό πλαίσιο στην Ελλάδα, απαραίτητη προϋπόθεση, για να θεωρηθεί ένα δημόσιο κτίριο προσβάσιμο, είναι η ύπαρξη κατάλληλα διαμορφωμένης και εξοπλισμένης τουαλέτας για την εξυπηρέτηση χρηστών κάθε κατηγορίας.

ΣΥΝΙΣΤΩΣΕΣ ΚΑΘΟΛΙΚΟΥ ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΥ ΣΤΟ ΧΩΡΟ ΤΟΥ ΜΠΑΝΙΟΥ	
Αποτελεσματικός σχεδιασμός	
Ο επιτυχημένος σχεδιασμός του μπάνιου ξεκινάει με τον εντοπισμό των δυνητικών χρηστών και την πρόβλεψη των αναγκών όλων των μελών της οικογένειας και των επισκεπτών, που θα χρησιμοποιήσουν το χώρο σε όλη τη διάρκεια της ζωής τους. Προκειμένου να προσδιοριστούν οι σχεδιαστικές απαιτήσεις, θα πρέπει να απαντηθούν ορισμένα ερωτήματα, μεταξύ των οποίων και τα εξής:	
• Ποιες είναι οι υπάρχουσες και οι μελλοντικές ανάγκες των χρηστών; • Θα επιδεινωθεί η κατάσταση των χρηστών με την πάροδο του χρόνου; • Ποιες δραστηριότητες στο μπάνιο είναι δύσκολες ή επικίνδυνες για τους χρήστες; • Απαιτείται βοήθεια από άλλα άτομα σε κάποιες δραστηριότητες; • Απαιτείται χώρος για κίνηση αναπηρικού αμαξιδίου; • Πού θα τοποθετηθεί το μπάνιο σε νέες κατασκευές; • Πόσα μπάνια διαθέτει ο χώρος; Πού βρίσκονται και τι μέγεθος έχουν;	• Πόσο εύκολη είναι η πρόσβαση στο μπάνιο; • Τι αποθηκευτικός χώρος απαιτείται; • Υπάρχουν επιπλέον απαιτήσεις σε αποθήκευση, π.χ. για ιατρικό εξοπλισμό; • Υπάρχει προτίμηση σε μπανιέρα ή σε ντουζιέρα; • Τι είδους φωτισμός απαιτείται; • Τι είδους μέτρα ή εξοπλισμός ασφαλείας απαιτείται και σε ποια σημεία πρέπει να τοποθετηθεί; • Ποιο είναι το επιθυμητό στιλ για το χώρο;
Ελαχιστοποίηση προσπάθειας	
Η ελαχιστοποίηση της προσπάθειας των χρηστών αποτελεί μια σημαντική αρχή του καθολικού σχεδιασμού. Σχεδιαστικές επιλογές, όπως ο τρόπος διαρρύθμισης των επίπλων, η πρόβλεψη του απαραίτητου χώρου για την κίνηση, η τοποθέτηση εύκολα προσβάσιμου και επαρκούς αποθηκευτικού χώρου κτλ. μπορούν να διευκολύνουν τις δραστηριότητες των ατόμων με μειωμένη κινητικότητα.	
Προσαρμοστικότητα	
Η προσαρμοστικότητα και η ευελιξία μπορούν να επιτευχθούν με δυνατότητα εξατομίκευσης ή προσαρμογής του χώρου στις διαφορετικές ανάγκες των χρηστών. Η επιλογή τηλεφώνου ντουζιέρας, που προσαρμόζεται σε διαφορετικά ύψη, η εγκατάσταση χειρολαβών ασφαλείας, που διπλώνουν όταν δεν χρησιμοποιούνται, η διαθεσιμότητα ειδικού καθίσματος για τη λεκάνη, ο έλεγχος της θερμοκρασίας και του φωτισμού μέσω αυτοματοποιημένων συστημάτων, η διαθεσιμότητα διαφορετικών φωτιστικών επιλογών, η παροχή αποθηκευτικού χώρου σε διαφορετικά ύψη είναι μερικοί από τους τρόπους που προωθούν την ευελιξία του χώρου.	
Ευκολία καθαρισμού	
Η ευκολία καθαρισμού παίζει πολύ σημαντικό ρόλο στην ελαχιστοποίηση της προσπάθειας των χρηστών στο χώρο του μπάνιου. Ο σχεδιασμός έχει στόχο να εξαλείψει περιοχές δύσκολες στο καθάρισμα, ενώ υλικά με μεγάλες ανάγκες συντήρησης ή ειδικές απαιτήσεις καθαρισμού πρέπει να αποφεύγονται. Οι επιφάνειες δαπέδου και ντουζιέρας πρέπει να είναι σχεδιασμένες για πλήρη αποστράγγιση, ενώ ο επαρκής εξεαρισμός είναι ιδιαίτερα σημαντικός, για να μειωθεί η υγρασία και η πιθανή εμφάνιση μούχλας. Το δάπεδο πρέπει να είναι αντιολισθητικό, αλλά εύκολο στον καθαρισμό και στη συντήρηση, ενώ το υλικό επένδυσης των τοίκων πρέπει να διευκολύνει το καθαρισμό και την απομάκρυνση αλάτων. Τέλος, τα προϊόντα καθαρισμού του μπάνιου πρέπει να αποθηκεύονται σε εύκολα προσβάσιμα και ασφαλή σημεία.	
Ασφάλεια	
Η ασφάλεια του μπάνιου μπορεί να εξασφαλιστεί με τον προσεκτικό σχεδιασμό και τη σωστή επιλογή των υλικών. Η πρόβλεψη του απαραίτητου χώρου για ελιγμούς και η τοποθέτηση χειρολαβών αποτελούν δύο πολύ βασικά μέτρα προς αυτήν την κατεύθυνση. Ο κίνδυνος των πτώσεων μπορεί να μειωθεί με την επιλογή αντιολισθητικών υλικών στο δάπεδο, τον επαρκή εξεαρισμό και φωτισμό. Τα χαλάκια μπάνιου πρέπει να αποφεύγονται, καθώς αποτελούν εμπόδιο για τα άτομα με κινητικά προβλήματα, ενώ η χρήση ενός αντιολισθητικού τάπητα στη μπανιέρα ή στο ντους μειώνει το κίνδυνο ολίσθησης ή πτώσης. Τα εγκαύματα αποτελούν έναν ακόμη κίνδυνο ειδικά για τα παιδιά ή τους ενήλικες, που έχουν μειωμένη αίσθηση ή ικανότητα να αισθανθούν τις αλλαγές της θερμοκρασίας. Για την αποφυγή τους μπορούν να χρησιμοποιηθούν μείκτες νερού που ελέγχονται από θερμοστάτη.	

τόσο, ώστε να διευκολύνεται η ομαλή μετάβαση από και προς το αμαξίδιο, ενώ προτιμάται η επιτομία τοποθέτησης, καθώς παρέχει επιπλέον χώρο για ελιγμούς. Ένα βολικό ύψος υπολογίζεται συνήθως στα 0,43 - 0,45 m. Αυτό μπορεί να επιτευχθεί με την τοποθέτηση ειδικού πρόσθετου καθίσματος σε υφιστάμενη τουαλέτα ή με την επιλογή μιας νέας κατάλληλης λεκάνης και την τοποθέτηση της στο επιθυμητό ύψος. Η ύπαρξη πλάτης στη λεκάνη παρέχει πρόσθετη σταθερότητα και είναι βοηθητική για άτομα με θέματα ισορροπίας.

Η λεκάνη αποχωρητηρίου πρέπει να εξοπλίζεται με δοχείο έκπλυσης (καζανάκι) εύκολο στο χειρισμό, π.χ. με χειρολαβή σε εύκολα προσβάσιμο σημείο στο πλάι ή με ανιχνευτή κίνησης. Η θήκη χαρτιού καθαρισμού και ο κάδος πρέπει να είναι

σε προσιτή θέση, ενώ δίπλα στη λεκάνη αγκυρώνεται κατ' ελάχιστο μια χειρολαβή σε κατάλληλο ύψος για ευκολότερη και ασφαλέστερη χρήση.

Επιπλέον άνεση μπορεί να επιτευχθεί με την εγκατάσταση ενός εύκαμπτου σωλήνα ντους που βρίσκεται δίπλα στην τουαλέτα για ευκολία καθαρισμού, την επιλογή αυτοκαθαριζόμενης λεκάνης αποχωρητηρίου, αλλά και την εγκατάσταση πυγολουιτήρα, που απλοποιεί τη διαδικασία της προσωπικής υγιεινής για άτομα με μειωμένη δύναμη ή κινητικότητα των άκρων.

Ντους - μπανιέρα

Η διαδικασία του μπάνιου αποτελεί ίσως την πιο δύσκολη και επικίνδυνη δραστηριότητα για τα άτομα μειωμένης κινητικότητας σε ένα χώρο υγιεινής. Σε υφιστάμενο χώρο η πιο απλή προσαρμογή που μπορεί να γίνει είναι η τοποθέτηση ενός



κινητού ή σταθερού καθίσματος σε ύψος 0,43 - 0,50 m εντός της ντουζιέρας ή εντός της μπανιέρας συνδυαστικά ή όχι με ανυψωτικό μηχανισμό, καθώς είναι μια εύκολη και οικονομική λύση, που μπορεί να διευκολύνει ορισμένους χρήστες. Σε νέους χώρους συνιστάται η κατασκευή καταιονητήρα (ντουζιέρας) στο ίδιο επίπεδο με το υπόλοιπο δάπεδο. Η ντουζιέρα πρέπει να έχει άνοιγμα θύρας τουλάχιστον 0,90 m για εύκολη πρόσβαση αναπηρικού αμαξιδίου, ενώ η κατασκευή δεν πρέπει να έχει περιμετρικές υπερυψώσεις ή βυθίσματα, καθώς και άλλα εμπόδια που μπορεί να δυσχεράνουν την κίνηση. Η απορροή των υδάτων εξασφαλίζεται με τη διαμόρφωση κλίσεων, που οδηγούν σε σιφόνι, ενώ προσοχή πρέπει να δίνεται στα υλικά του δαπέδου της ντουζιέρας, που πρέπει να είναι αντιολισθητικά. Ο χώρος πρέπει να εξοπλίζεται με κάθισμα, στο οποίο μεταφέρεται ο χρήστης του αμαξιδίου, σαμπουνοθήκη σε

ύψος 0,90 - 1,10 m από το δάπεδο, χειρολαβές σε κατάλληλα σημεία, καθώς και αναμεικτική μπαταρία με κινητό "τηλέφωνο" ντους και ρυθμιζόμενο ύψος στερέωσης. Για χρήστες, που προτιμούν τη μπανιέρα, μπορεί να επιλεγεί μια μπανιέρα ειδικής κατασκευής για άτομα μειωμένης κινητικότητας. Αυτές οι μπανιέρες διαστέλνουν χαμηλό κατώφλι εισόδου, διευκολύνοντας τη χρήση και θύρα με μηχανισμό σφράγισης, που εμποδίζει την έξοδο του νερού από το εσωτερικό. Διατίθενται σε ποικίλα μεγέθη και σχήματα, με πλάτος 0,65 - 0,90 m, μήκος 0,90 - 1,50 m και βάθος 0,90 - 1,20 m. Επιπλέον, είναι εξοπλισμένες με αντιολισθητικό δάπεδο, μηχανισμό γρήγορης αποστράγγισης και τουλάχιστον μια ενσωματωμένη χειρολαβή, ενώ πολλά μοντέλα διαστέλνουν σταθερό ή αναδιπλούμενο κάθισμα και αποσπώμενο τηλέφωνο ντους. Υπάρχουν ακόμη μοντέλα με επιπλέον ανέσεις, όπως υδρομασάζ, χρωματοθεραπεία, δυνατότητα

3. Ο χώρος του ντους πρέπει να είναι συνεπίπεδος με το υπόλοιπο δάπεδο, ενώ η ομαλή απορροή του ύδατος εξασφαλίζεται με τη διαμόρφωση κλίσεων, που οδηγούν σε σιφόνι.

4. Τα υλικά κατασκευής του δαπέδου πρέπει να εξασφαλίζουν αντιολισθηρότητα, ομογένεια, μικρή ανακλαστικότητα στον καθαρισμό και στη συντήρηση.

ΠΡΟΔΙΑΓΡΑΦΕΣ ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΥ ΔΗΜΟΣΙΩΝ ΧΩΡΩΝ ΥΓΙΕΙΝΗΣ ΓΙΑ ΕΜΠΟΔΙΖΟΜΕΝΑ ΑΤΟΜΑ

Γενικές οδηγίες

- Σε κάθε δημόσιο κτίριο πρέπει να προβλέπεται τουλάχιστον ένας χώρος υγιεινής ανά όροφο, ειδικά διαμορφωμένος για εμποδιζόμενα άτομα.
- Στα κτίρια, στα οποία προβλέπονται συγκροτήματα χώρων υγιεινής, θα κατασκευάζεται κατά προτίμηση ένας χώρος υγιεινής για άνδρες και ένας για γυναίκες, οπωσδήποτε δε στη δυσμενέστερη περίπτωση ένας ειδικά διαμορφωμένος χώρος κοινός για άνδρες και γυναίκες σε κάθε συγκρότημα.
- Όπου είναι δυνατόν, συνιστάται οι ειδικά διαμορφωμένοι χώροι υγιεινής για άτομα με αναπηρίες να έχουν ανεξάρτητη είσοδο, χωρίς κοινό προθάλαμο με τους υπόλοιπους χώρους υγιεινής.
- Σε περίπτωση υφιστάμενων κτιρίων, στα οποία δεν είναι δυνατή η κατασκευή ιδιαίτερων χώρων υγιεινής για την εξυπηρέτηση των εμποδιζόμενων ατόμων, θα πρέπει οι προβλεπόμενοι χώροι υγιεινής να διαμορφώνονται έτσι, ώστε να εξυπηρετούν όλες τις κατηγορίες χρηστών, συμπεριλαμβανομένων των χρηστών αμαξιδίων, προβλέποντας μεγαλύτερες διαστάσεις και κατάλληλο εξοπλισμό.
- Οι χώροι υγιεινής πρέπει να τοποθετούνται σε εύκολα αναγνωρίσιμες θέσεις, κοντά στις εισόδους και στους πυρήνες κατακόρυφης κυκλοφορίας.
- Στο εσωτερικό των δημόσιων χώρων υγιεινής πρέπει να προβλέπεται ελεύθερος χώρος περιστροφής, διαμέτρου 1,50 m.



Ενδεικτική διάταξη προσβάσιμου WC με ανεξάρτητη είσοδο.

- | | |
|---|-----------------------------|
| 1. Λεκάνη αποχωρητηρίου. | 5. Οριζόντια χειρολαβή. |
| 2. Νιπτήρας. | 6. Σπαστή χειρολαβή. |
| 3. Καθρέπτης. | 7. Σύστημα κλήσης βοήθειας. |
| 4. Πεταετοθήκη ή σύστημα για στέγνωμα χεριών. | 8. Χαρτοθήκη. |

Είσοδος

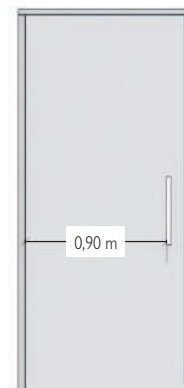
- Η πόρτα πρέπει να έχει πλάτος 0,90 m ή και περισσότερο από κάσα σε κάσα, να ανοίγει προς τα έξω ή να είναι συρόμενη. Θα πρέπει να υπολογίζεται ως μέγιστη δύναμη που απαιτείται για το άνοιγμα της θύρας τα 15 Νιούτον (15 N).
- Η χειρολαβή του θυρόφυλλου πρέπει να επιλέγεται σύμφωνα με το παρακάτω σχήμα.
- Ο μηχανισμός κλειδαριάς του θυρόφυλλου πρέπει να επιτρέπει το άνοιγμα και από την έξω πλευρά σε περίπτωση κινδύνου και επίσης να διαθέτει ένδειξη κατάληψης χώρου.



Μηχανισμός για το άνοιγμα της πόρτας που είναι και πόμολο



Πόμολο και μπάρα



Πόμολο - χειρολαβή περίπτωση συρόμενης πόρτας

αυτοκαθαρισμού, θερμαινόμενες επιφάνειες, αυτοματισμούς ρύθμισης θερμοκρασίας και φωτισμού κτλ., που μετατρέπουν το μπάνιο σε μια ευχάριστη διαδικασία.

Νιπτήρας

Ο νιπτήρας τοποθετείται συνήθως δίπλα στη λεκάνη αποχωρητηρίου, ιδανικά σε κάθετους μεταξύ τους τοίχους. Αν ο νιπτήρας θα χρησιμοποιείται από άτομο που κάθεται στη

λεκάνη αποχωρητηρίου, τότε η απόσταση μεταξύ των δύο πρέπει να κυμαίνεται από 0,10 έως 0,25 m. Εναλλακτικά, ο νιπτήρας μπορεί να τοποθετηθεί παράλληλα στον ίδιο τοίχο με τη λεκάνη (για παράλληλη χρήση σε απόσταση 0,25 m). Ο νιπτήρας αγκυρώνεται στον τοίχο σταθερά, έτσι ώστε το επάνω μέρος του να απέχει 0,80 - 0,85 m από το δάπεδο, ενώ ο χώρος κάτω από το νιπτήρα αφήνεται ελεύθερος σε ύψος τουλάχιστον 0,70 m, προκειμένου να επιτρέπεται η άνετη κίνηση χρηστών

ΠΡΟΔΙΑΓΡΑΦΕΣ ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΥ ΔΗΜΟΣΙΩΝ ΧΩΡΩΝ ΥΓΙΕΙΝΗΣ ΓΙΑ ΕΜΠΟΔΙΖΟΜΕΝΑ ΑΤΟΜΑ	
Σήμανση	Η ύπαρξη των χώρων υγιεινής για εμποδιζόμενα άτομα πρέπει να σημαίνεται σε διάφορα σημεία των δημοσίων κτιρίων και χώρων σωστά και ευκρινώς με τη χρήση του διεθνούς συμβόλου πρόσβασης και του συμβόλου "W.C."
Προσπέλαση	Η προσπέλαση των χώρων υγιεινής πρέπει να είναι ισόπεδη. Εάν υπάρχει αναπόφευκτη υψομετρική διαφορά, αυτή πρέπει να καλύπτεται με κεκλιμένα επίπεδα μεγίστης κλίσης 5%, που θα κατασκευάζονται σύμφωνα με την οδηγία του Υ.Πε.Χω.Δ.Ε. "Ράμπες ατόμων και αμαξιδίων". Το ελεύθερο πλάτος διαδρόμου ή κεκλιμένου επιπέδου πρέπει να είναι 1,20 - 1,30 m.
Δάπεδο	- Τα υλικά κατασκευής του δαπέδου πρέπει να εξασφαλίζουν αντιολισθηρότητα, ομογένεια, μικρή ανακλαστικότητα και ευκολία στον καθαρισμό και στη συντήρηση. - Η αποχέτευση του δαπέδου επιτυγχάνεται με κατάλληλα διαμορφωμένες κλίσεις προς το σιφόνι δαπέδου. - Οι χρωματικές αντιθέσεις μεταξύ δαπέδου, τοίχων, ειδών υγιεινής και θυροφύλλου και ο άπλετος φωτισμός διευκολύνουν ιδιαίτερα τα άτομα με μειωμένη όραση.
Νιπτήρας	- Το ύψος του νιπτήρα είναι 0,85 m από το δάπεδο για το επάνω μέρος του και 0,70 m για το κάτω και συνοδεύεται από ράφι στο ίδιο με αυτόν ύψος. Είναι δυνατόν να επιλεγεί νιπτήρας μεταβλητού ύψους, τον οποίο ο χρήστης ρυθμίζει ανάλογα με τις ανάγκες του. - Η αποχέτευση του νιπτήρα δεν πρέπει να ενοχλεί τα γόνατα του χρήστη με αναπηρικό αμαξίδιο. - Ο νιπτήρας τοποθετείται δίπλα στη λεκάνη, το δε εμπρόσθιο άκρο του νιπτήρα τοποθετείται στην ίδια ευθεία με την εσωτερική παρειά της λεκάνης αποχωρητηρίου. Η απόσταση μεταξύ του άκρου της λεκάνης και του νιπτήρα πρέπει να είναι περίπου 0,10 m και ποτέ να μην υπερβαίνει τα 0,25 m, έτσι ώστε να είναι δυνατή η χρήση του νιπτήρα από καθήμενο στη λεκάνη άτομο. - Εναλλακτικά, σε περιπτώσεις υπαρχόντων κτιρίων, αν δεν είναι δυνατόν να ακολουθηθεί η παραπάνω διάταξη, η λεκάνη αποχωρητηρίου τοποθετείται παράλληλα και δίπλα στο νιπτήρα και η απόσταση μεταξύ τους πρέπει να είναι 0,25 m. - Για την αγκύρωση του νιπτήρα πρέπει να λαμβάνεται ιδιαίτερη μέριμνα, ώστε να αντέχει σε κατακόρυφη φόρτιση 100 kg. - Η μπαταρία του νιπτήρα είναι αναμεικτική, τύπου "κομμωτηρίου", με κινητό "τηλέφωνο - ντους" και με χειριστήρια τύπου μοχλού (όχι σφαιρικά). - Στις περιπτώσεις εξωτερικών, μη εντοιχισμένων σωλήνων ύδρευσης ή αποχέτευσης, πρέπει αυτές να επενδύονται με μονωτικό υλικό, ώστε να αποφεύγονται πιθανά στυχήματα ή τραυματισμοί.
Καθρέπτης	Τοποθετείται επάνω από το νιπτήρα με ελαφριά κλίση. Το κάτω μέρος του πρέπει να βρίσκεται σε ύψος 1,00 m από το δάπεδο και το επάνω 2,00 m.
Λεκάνη	- Το ύψος της λεκάνης αποχωρητηρίου πρέπει να είναι 0,45 m για να διευκολύνεται η μετακίνηση του χρήστη από το αμαξίδιο στη λεκάνη. Πρέπει να έχει πλάτη ύψους τουλάχιστον 0,30 m από την επιφάνεια του καλύμματος. - Δίπλα στη λεκάνη αποχωρητηρίου αγκυρώνεται μη ολισθηρή σπαστή χειρολαβή μήκους περίπου 0,75 m και με το επάνω μέρος της σε ύψος 0,70 m από το δάπεδο. Η διάμετρος μιας τέτοιας χειρολαβής είναι 30 - 40 mm. - Η θήκη χαρτιού καθαρισμού πρέπει να είναι σε θέση προσιτή στο χρήστη και να διαθέτει μηχανισμό παροχής χαρτιού φύλλο - φύλλο, ιδιαίτερα χρήσιμο σε μονόχειρες.
Κλήση βοήθειας	Είναι απαραίτητο να υπάρχει σύστημα κλήσης για περίπτωση ανάγκης παροχής βοήθειας, το οποίο θα διαθέτει κορδόνι, που τοποθετείται περιμετρικά και παράλληλα με το δάπεδο, σε ύψος περίπου 0,15 - 0,20 m από αυτό, ώστε να μπορεί να χρησιμοποιηθεί από οποιαδήποτε θέση μέσα στο συγκεκριμένο χώρο.
Πάγκος	Σ' αυτούς τους χώρους πρέπει επίσης να προβλέπεται η ύπαρξη κινητού - ανακλινόμενου συνήθως ή και μόνιμου πάγκου για το άλλαγμα των βρεφών.
Διακόπτες	Οι διακόπτες φωτισμού πρέπει να έχουν πλακέτα με μεγάλη επιφάνεια και τοποθετούνται σε ύψος 0,90 - 1,20 m από το δάπεδο.
Κρεμάστρες	Σε όλους τους χώρους υγιεινής πρέπει να προβλέπονται κρεμάστρες σε δύο ύψη, στο 1,20 m και 1,80 m από το δάπεδο, σε κατάλληλες θέσεις του χώρου.

Πηγή: Υ.Π.Ε.Κ.Α., Σχεδιάζοντας για όλους. Οδηγίες σχεδιασμού για την αυτόνομη διακίνηση και διαβίωση ΑμεΑ, κεφάλαιο 8: Δημόσιοι χώροι υγιεινής.

αναπηρικού αμαξιδίου. Εάν οι ανάγκες των χρηστών ποικίλλουν, μπορεί να επιλεγεί νιπτήρας μεταβλητού ύψους, τον οποίο ο χρήστης ρυθμίζει ανάλογα με τις ανάγκες του. Η μπαταρία του νιπτήρα πρέπει να είναι αναμεικτική, με κινητό "τηλέφωνο" και με χειριστήρια τύπου μοχλού (όχι σφαιρικά), ενώ καλό είναι να ελέγχεται από θερμοστάτη. Ο καθρέφτης θα πρέπει να στερεώνεται αρκετά χαμηλά (το κάτω μέρος στο 1,00 m) και με ελαφριά κλίση για καλύτερη ορατότητα, ενώ κατά το

σχεδιασμό πρέπει να προβλέπεται εύκολα προσβάσιμη θέση για σαπούνη και πετσέτα.

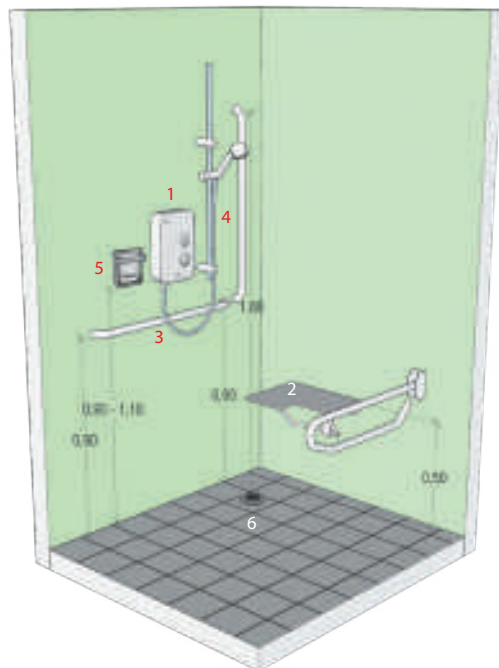
Αποθηκευτικοί χώροι

Ο αποθηκευτικοί χώροι του μπάνιου πρέπει να είναι επαρκείς και να τοποθετούνται σε σημεία συσχετιζόμενα με τη χρήση τους, π.χ. είδη μακιγιάζ και φάρμακα κοντά στο νεροχύτη, πετσέτες και σαμπουάν κοντά στη ντουζίέρα κ.ο.κ. Ακόμη, πρέπει να

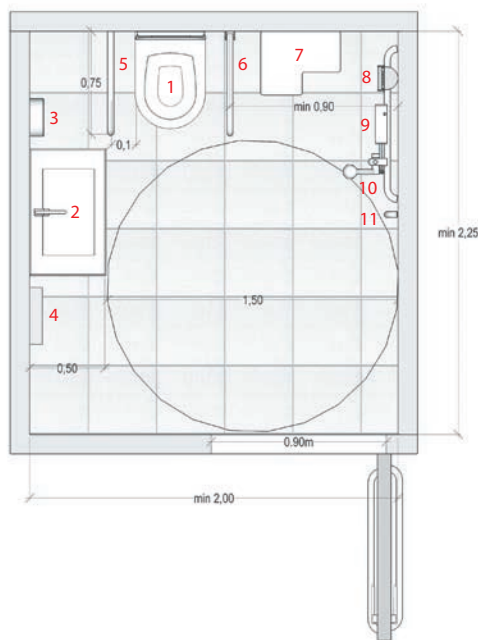
ΠΡΟΔΙΑΓΡΑΦΕΣ ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΥ ΔΗΜΟΣΙΩΝ ΧΩΡΩΝ ΥΓΙΕΙΝΗΣ ΜΕ ΝΤΟΥΖΙΕΡΑ ΓΙΑ ΕΜΠΟΔΙΖΟΜΕΝΑ ΑΤΟΜΑ

Γενικές οδηγίες

- Σε περιπτώσεις, κατά τις οποίες στους δημόσιους χώρους υγιεινής προβλέπεται και η χρήση ντους, πρέπει να λαμβάνεται μέριμνα και να αυξάνονται επαρκώς οι διαστάσεις των χώρων, ώστε να υπάρχει η δυνατότητα τοποθέτησης πάγκου για την εξυπηρέτηση του χρήστη, εξασφαλίζοντας πάντα ελεύθερο χώρο διακίνησης διαμέτρου 1,50 m.
- Στη θέση του ντους απαγορεύεται η τοποθέτηση ντουζιέρας, τυποποιημένης ή χτιστής, καθώς και η υπερύψωση ή το βύθισμα του δαπέδου, ακόμη και η κατασκευή οποιουδήποτε τύπου περιζώματος για τον καθορισμό του χώρου του, διότι αποτελούν εμπόδιο και είναι επικίνδυνα για τα εμποδιζόμενα άτομα.
- Ο χώρος του ντους θα είναι συνεπίπεδος με το υπόλοιπο δάπεδο και η ομαλή απορροή του ύδατος θα εξασφαλίζεται με τη διαμόρφωση κλίσεων, που θα οδηγούν σε σιφόνι.
- Τα υλικά κατασκευής του δαπέδου πρέπει να εξασφαλίζουν αντιολισθηρότητα, ομογένεια, μικρή ανακλαστικότητα και ευκολία στον καθαρισμό και στη συντήρηση.



1. Μπαταρία ντους με τηλεφωνο ρυθμιζόμενου ύψους.
2. Ανακλινόμενο κάθισμα.
3. Οριζόντια χειρολαβή.
4. Κατακόρυφη χειρολαβή.
5. Σαπουνοθήκη.
6. Σιφόνι.



1. Λεκάνη αποχωρητηρίου.
2. Νιπτήρας.
3. Χαρτοθήκη.
4. Πεταστροχή ή σύστημα για στέγνωμα χεριών.
5. Οριζόντια χειρολαβή.
6. Σπαστή χειρολαβή.
7. Ανακλινόμενο κάθισμα.
8. Σαπουνοθήκη.
9. Μπαταρία ντους με τηλεφωνο ρυθμιζόμενου ύψους.
10. Οριζόντια χειρολαβή.
11. Κατακόρυφη χειρολαβή.

Κάθισμα	• Μέσα στη θέση ντους πρέπει να προβλέπεται επίτοικο αναδιπλούμενο κάθισμα σε ύψος 0,50 m από το δάπεδο, στο οποίο μεταφέρεται ο χρήστης αμαξιδίου. Εάν υπάρχει προθάλαμος, αυτός πρέπει να διαχωρίζεται με μία αδιάβροχη κουρτίνα.
Χειρολαβές	• Στη θέση ντους προβλέπονται κατάλληλες ανοξείδωτες χειρολαβές, καλά αγκυρωμένες. Οι χειρολαβές τοποθετούνται οριζόντια και κατακόρυφα σε ύψος 0,90 m από το δάπεδο. Το μέγιστο ύψος για το επάνω μέρος της κατακόρυφης χειρολαβής είναι 1,80 m από το δάπεδο. • Οι χειρολαβές είναι κυκλικής διατομής και έχουν διάμετρο 30 - 40 mm. • Οι χειρολαβές πρέπει να αντέχουν σε φόρτιση 100 kg.
Μπαταρία ρυθμιζόμενου ύψους	• Το "τηλέφωνο" της μπαταρίας του ντους πρέπει να έχει τη δυνατότητα ρυθμιζόμενου ύψους στερέωσης κατά τη χρήση, με χαμηλότερο σημείο το ύψος των 1,10 m από το δάπεδο και μέγιστο το ύψος των 2,20 m από το δάπεδο.
Σαπουνοθήκη	• Η σαπουνοσπογγοθήκη τοποθετείται σε κατάλληλη θέση και σε ύψος 0,90 - 1,10 m από το δάπεδο.

Πηγή: Υ.Π.Ε.Κ.Α., Σχεδιάζοντας για όλους. Οδηγίες σχεδιασμού για την αυτόνομη διακίνηση και διαβίωση ΑμεΑ, κεφάλαιο 8: Δημόσιοι χώροι υγιεινής.



5

προβλέπεται χώρος για την αποθήκευση των ειδών καθαρισμού, αλλά και τυχόν χώρος για ιατρικό εξοπλισμό. Τα ντουλάπια και τα συρτάρια συνήθως στερεώνονται σταθερά στους τοίχους, σε ύψος 0,85 - 0,90 m, ώστε να επιτρέπεται η ελευθερία κινήσεων, ενώ καλό είναι να εξοπλίζονται με μηχανισμούς και χερούλια, που διευκολύνουν τη χρήση, αλλά και με κλειδαριές, όπου κρίνεται απαραίτητο. Επιπροσθέτως, θα πρέπει να προβλέπονται κρεμάστρες σε κατάλληλες θέσεις του χώρου, ιδανικά σε δύο ύψη (1,20 και 1,80 m από το δάπεδο).

Διακόπτες

Οι ηλεκτρικοί διακόπτες, οι ρευματοδότες και γενικώς οι μηχανισμοί χειρισμού (συστήματα συναγερμού, ρύθμισης θερμοκρασίας, εξαερισμός κτλ.) πρέπει να είναι αναγνωρίσιμοι και εύκολοι στο χειρισμό και να τοποθετούνται σε βολικό ύψος από 0,90 έως 1,20 m από το δάπεδο, σε εύκολα προσβάσιμα σημεία. Οι ρευματοδότες πρέπει να τοποθετούνται σε εύκολα προσβάσιμες θέσεις, π.χ. κοντά στο νεροχύτη, ενώ για τον εντοπισμό των διακοπών καλό είναι να χρησιμοποιούνται ειδικές αυτοκόλλητες φωσφορίζουσες ταινίες, που φέγγουν στο σκοτάδι ή νυχτερινός φωτισμός.

Φωτισμός

Ο φωτισμός στο μπάνιο πρέπει να είναι επαρκής, ομογενής και να καλύπτει συνολικά το χώρο. Ακόμη, πρέπει να αποφεύγονται αντανάκλασεις, πολύ έντονο σημειακό φως, σκοτεινές περιοχές, σκιές και πολλές εναλλαγές των επιπέδων φωτισμού, που δημιουργούν οπτική σύγχυση. Αν το μπάνιο διαθέτει φυσικό φωτισμό, θα πρέπει να ενισχύεται με κάθε τρόπο, αποφεύγοντας όμως τα φαινόμενα θάμβωσης. Συμπληρωματικά, θα πρέπει να

τοποθετείται τεχνητός φωτισμός κεντρικά αλλά και σημειακά σε κάθε περιοχή δραστηριότητας, π.χ. στο νιπτήρα, στη ντουζίρα κτλ. Ο έλεγχος των διαφορετικών φωτιστικών θα πρέπει να είναι ανεξάρτητος, ενώ συνιστάται η τοποθέτηση, όπου είναι δυνατόν, διακοπών τύπου ρεοστάτη για καλύτερη ρύθμιση των επιθυμητών επιπέδων φωτισμού ή/και η εγκατάσταση αισθητήρων αυτόματου φωτισμού του χώρου.

Συστήματα ασφαλείας

Χειρολαβές

Αν και πρόκειται για μια σχετικά απλή προσθήκη, οι χειρολαβές αποτελούν το πιο βασικό σύστημα ασφαλείας σε ένα μπάνιο για άτομα μειωμένης κινητικότητας. Η τοποθέτηση τους σε κατάλληλα επιλεγμένα σημεία και σε κατάλληλη ύψη, π.χ. δίπλα στη λεκάνη ή στην είσοδο της μπανιέρας, μπορεί να διευκολύνει τους χρήστες και να αποτρέπει πιθανά ατυχήματα.

Συνιστάται η τοποθέτηση χειρολαβών στα εξής σημεία:

- Δύο χειρολαβές στο πλευρικό τοίχωμα της μπανιέρας, μια σε ύψος για όρθιους και μια για καθιστούς.
- Τρεις χειρολαβές, τουλάχιστον μια για κάθε πλευρά της ντουζίρας. Τοποθετούνται οριζόντια ή κατακόρυφα σε ύψος 0,90 m από το δάπεδο και μέγιστο ύψος για το επάνω μέρος της κατακόρυφης χειρολαβής 1,80 m από το δάπεδο.
- Μία ή περισσότερες χειρολαβές δίπλα στη λεκάνη αποχωρητηρίου μήκους περίπου 0,75 m και με το επάνω μέρος τους σε ύψος 0,70 - 0,85 m από το δάπεδο, ανάλογα με τις προτιμήσεις των χρηστών.

5. Κάτω από το νιπτήρα αφήνεται ελεύθερος χώρος 0,70 m, ώστε να επιτρέπεται η ελεύθερη κίνηση των χρηστών αναπηρικού αμαξιδίου. Προσοχή πρέπει να δοθεί, ώστε η αποχέτευση του νιπτήρα να μην εμποδίζει τα γόνατα των χρηστών.



ΣΧΕΤΙΚΑ ΥΛΙΚΑ
& ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΑ ΑΡΘΡΑ
στην ιστοσελίδα www.ktirio.gr