VILNIAUS GEDIMINO TECHNIKOS UNIVERSITETAS

ARCHITEKTŪROS FAKULTETAS

ARCHITEKTŪROS KATEDRA

Justas Noreika

HOLISTINĖ ARCHITEKTŪRA:

SENJORŲ GLOBOS NAMAI NORVEGIJOJE

HOLISTIC ARCHITECTURE:

SENIORS‘ CARE HOME IN NORWAY

Baigiamasis magistro darbas

Architektūros studijų programa, valstybinis kodas 6011PX004

Statinių architektūros specializacija

Architektūros studijų kryptis

Vilnius 2024

VILNIAUS GEDIMINO TECHNIKOS UNIVERSITETAS

ARCHITEKTŪROS FAKULTETAS

ARCHITEKTŪROS KATEDRA

Justas Noreika

HOLISTINĖ ARCHITEKTŪRA:

SENJORŲ GLOBOS NAMAI NORVEGIJOJE

HOLISTIC ARCHITECTURE:

SENIORS‘ CARE HOME IN NORWAY

Baigiamasis magistro darbas

Architektūros studijų programa, valstybinis kodas 6011PX004

Statinių architektūros specializacija

Architektūros studijų kryptis

Vadovas prof. Gintaras Čaikauskas

(Moksl. laipsnis/pedag. vardas, vardas, pavardė)

Lietuvių kalbos konsultantė doc. dr. Rasuolė Vladarskienė

(Moksl. laipsnis/pedag. vardas, vardas, pavardė)

Vilnius 2024

VILNIAUS GEDIMINO TECHNIKOS UNIVERSITETAS

JUSTAS NOREIKA 20194956
ARCHITEKTŪROS FAKULTETAS
ARCHITEKTŪROS STUDIJŲ PROGRAMA, AFA – 19/2

BAIGIAMOJO DARBO (PROJEKTO)
SĄŽININGUMO DEKLARACIJA

2024-05-20

Patvirtinu, kad mano baigiamasis darbas (projektas) tema Holistinė architektūra: senjorų globos namai Norvegijoje, patvirtintas 2024-02-14 dekano potvarkiu Nr. 10.41-488, parašytas savarankiškai. Šiame darbe (projekte) pateikta medžiaga nėra plagijuota. Tiesiogiai ar netiesiogiai panaudotos kitų šaltinių citatos pažymėtos literatūros nuorodose.

Parenkant ir įvertinant medžiagą bei rengiant baigiamąjį darbą (projektą), mane konsultavo mokslininkai ir specialistai: _____

Mano darbo (projekto) vadovas prof. Gintaras Čaikauskas.

Kitų asmenų indėlio į parengtą baigiamąjį darbą (projektą) nėra. Jokių įstatymų nenumatytų piniginių sumų už šį darbą niekam nesu mokėjęs (-usi).

_____	_____
(Parašas)	(Vardas ir pavardė)

Vilniaus Gedimino technikos universitetas ISBN ISSN

Architektūros fakultetas Egz. sk. ……..

Architektūros katedra

Architektūros studijų programos baigiamasis magistro darbas

Pavadinimas: **Holistinė architektūra: senjorų globos namai Norvegijoje**

Autorius **Justas Noreika** Vadovas prof. Gintaras Čaikauskas

Kalba

lietuvių

Anotacija

Šiais laikais, kai architektūros vaidmuo neapsiriboja vien pastato funkcijos užtikrinimu, bet sąmoningai rūpinamasi jos poveikiu visuomenei ir aplinkai, architektūros srityje pagrindiniu tampa projektavimas, kuris atsižvelgia į visus veiksnius. Taip svarbu todėl, kad patalpos nėra tiesiog būstas, jos atlieka daug svarbesnį vaidmenį, sąlygodamos žmonių fizinę, emocinę bei psichinę būsenas, ir tokiu būdu užtikrindamos jų visapusišką gerovę. Šiame darbe gilinamasi į holistinės architektūros svarbą, nagrinėjama jos įtaka žmogaus savijautai ir gyvenimo kokybei, tiriama senstančios visuomenės problematika bei modernių senjorų globos namų projektavimo tendencijos, atliepiančios pagyvenusių žmonių poreikius. Išnagrinėjus teorinius bei praktinius holistinės architektūros aspektus, pateikiamos baigiamojo darbo išvados.

Darbą sudaro 8 dalys: įvadas, analitinė dalis, tiriamoji dalis, projektinė dalis, išvados, literatūros sąrašas, lentelių sąrašas bei priedai.

Darbo apimtis – 99 p. teksto be priedų, 85 iliustracijos, 5 lentelės, 52 bibliografiniai šaltiniai.

Atskirai pridedami darbo priedai.

Prasminiai žodžiai: holizmas, architektūra, sistema, gerovė, globos namai, senstanti visuomenė.

Vilnius Gediminas Technical University ISBN ISSN

Faculty of Architecture Egz. sk. ……..

Department of Architecture

Master‘s thesis (project) of the Master of Architecture programme in Integrated Studies

Title: **Holistic architecture: Seniors‘ care home in Norway**

Author **Justas Noreika** Supervisor prof. Gintaras Čaikauskas

Language

English

Annotation

Nowadays, when the role of architecture is not limited to ensuring the function of a building, but is consciously concerned with its impact on society and the environment, design that takes all factors into account is becoming central to the field of architecture. This is important because spaces are not simply dwellings, but play a much more important role in determining people's physical, emotional and mental states, thus ensuring their overall well-being. This thesis explores the importance of holistic architecture, its impact on wellbeing and quality of life, the issues of an ageing society and the trends in the design of modern care homes for the elderly that meet the needs of the elderly. The theoretical and practical aspects of holistic architecture are analysed and conclusions are drawn.

The thesis consists of 8 parts: introduction, analytical part, research part, design part, conclusions, list of references, list of tables and annexes.

The thesis consists of 99 pages of text without appendices, 85 illustrations, 5 tables, 52 bibliographical references.

The annexes are attached separately.

Keywords: holism, architecture, system, well-being, care homes, ageing society.

TURINYS

PAVEIKSLŲ SĄRAŠAS 8

1. ĮVADAS 11
1.1. Darbo tema 11
1.2. Tiriamas objektas 11
1.3. Tiriamo objekto problematika, aktualumas 11
1.4. Darbo uždaviniai, metodika 12
2. ANALITINĖ DALIS 13
2.1. Įvairialypis holizmas 13
2.2. Holizmas architektūroje 15
2.3. Holistinės architektūros svarba 16
2.4. Gerovės kūrimas holistiniais sprendimais 17
2.4.1. Natūrali šviesa 18
2.4.2. Biofilija 19
2.4.3. Salutogeninis projektavimas 21
2.5. Žmogus – holistinės sistemos pavyzdys 23
2.6. Senstančios visuomenės problematika 25
2.7. Modernus požiūris į globą ir senyvo amžiaus žmonių poreikių tenkinimą 29
2.7.1. Fizinio aktyvumo užtikrinimo svarba 29
2.7.2. Amžiui draugiškų miestų politika 31
2.7.3. Modernus požiūris į globą 32
2.8. Analogų studija 34
2.8.1. „The Gardens“ globos namai 34
2.8.2. „Carpe Diem“ demencija sergančių senjorų miestelis 38
2.8.3. „Móberg“ globos namai 42
2.8.4. „Peter Rosegger“ globos namai 46
2.8.5. Alzhaimerio miestelis Dakse 51
2.8.6. Analogų apibendrinimas – modernių globos įstaigų projektavimo tendencijos 55
3. TIRIAMOJI DALIS 56
3.1. Apklausa 56
3.2.Apklausos rezultatai 58
4. PROJEKTINĖ DALIS 59

4.1. Įvadas ... 59
4.2 Norvegijos kaimų formos ... 59
4.3 Tradicinė Norvegijos architektūra ... 63
4.5 Vietovė ... 64
4.6 Gamtinė situacija ... 65
4.7 Užstatymo tipologija ... 66
4.8 Aukštingumas ... 67
4.9 Susisiekimas ... 68
4.10. Aplinkinių pastatų funkcijos ... 69
4.10 Konkurso reikalavimai ... 70
4.11 Bendra pastato informacija ... 71
4.12 Tūrio bei pastato vietos sklype koncepcija ... 72
4.12.1 Pasirinktos vietos pagrindimas ... 72
4.12.2 Tūrio koncepcija ... 72
4.13. Gen. Plano koncepcija ... 73
4.14.1 Pirmas aukštas ... 75
4.14.2 Antras aukštas ... 77
4.14.3 Trečiasis aukštas ... 79
4.14.4 Rūsys ... 81
4.15 Pjūviai ... 84
4**.16 Fasadai** ... 85
4**.17 Architektūrinė detalizacija** ... 86
4.**18 Interjero sprendimai** ... 87
4.**19 Projekto vizualizacijos** ... 88
4.**20 Žmonių su spec. poreikiais reikalavimų užtikrinimas** ... 90
5. IŠVADOS ... 91
6. ŠALTINIAI ... 93
7. LENTELIŲ SĄRAŠAS ... 99
8. PRIEDAI

PAVEIKSLŲ SĄRAŠAS

1. Biologinio laikrodžio iliustracija. Statyba ir architektūra.....19
2. Karietos alegorija. PhilosophyMT.....23
3. Asmenų, vyresnių jei 55 metai, prognozuojamas augimas. Eurostat.....26
4. Vyresnio amžiaus žmonių pasitenkinimas gyvenimu. Strata.....28
5. Aštuonios amžiui draugiškos aplinkos sritys. Age–friendly Environments ACTIVISTS...31
6. Pastato vidinio kiemo vaizdas. Johan‘o Fowelin‘o nuotrauka. ArchDaily.....34
7. Gen. planas. Marge Arkitekter brėžinys. ArchDaily.....35
8. Pastato vaizdas iš paukščio skrydžio. Fly for fun nuotrauka. Architizer……...35
9. Interjero vaizdas. Johan‘o Fowelin‘o nuotrauka. ArchDaily.....36
10. Pirmo aukšto planas. Marge Arkitekter brėžinys. Architizer.....36
11. Antro aukšto planas. Marge Arkitekter brėžinys. Architizer.....36
12. Eksterjero vaizdas. Johan‘o Fowelin‘o nuotrauka. ArchDaily.....37
13. Vaizdas iš paukščio skrydžio. Knuto Ramstado nuotrauka. ArchDaily.....38
14. Vaizdas iš viršaus. Knuto Ramstado nuotrauka. ArchDaily..... 39
15. Pirmo aukšto planas. Nordic Office of Architecture brėžinys. ArchDaily..... 40
16. Trečio aukšto planas. Nordic Office of Architecture brėžinys. ArchDaily.....40
17. Vidinio kiemo vaizdas. Inger‘ės Marie Grini nuotrauka. ArchDaily.....40
18. Atpažįstamos namų formos. Nordic Office of Architecture schema. Nordicarch.....41
19. Interjero vaizdas. Inger‘ės Marie Grini nuotrauka. ArchDaily.....41
20. Vaizdas iš paukščio skrydžio. Loop Architects & Urban Arkitektar nuotr. Avontuura……42
21. Aplinkinė teritorija. Autoriaus nuotrauka. Geoportal žemėlapis……...42
22. Gen. planas. Loop Architects & Urban Arkitektar brėžinys. Dezeen……..……43
23. Pirmo aukšto planas. Loop Architects & Urban Arkitektar brėžinys. Dezeen……..…...43
24. Interjero vaizdas. Loop Architects & Urban Arkitektar nuotrauka. Avontuura……...44
25. Vidinio kiemo vaizdas. Loop Architects & Urban Arkitektar nuotrauka. Avontuura…..…45
26. Eksterjero vaizdas. Paul‘o Ott‘o nuotrauka. ArchDaily……...46
27. Aplinkinė teritorija. Autoriaus nuotrauka. Geoportal žemėlapis……...46
28. Gen. Planas. Dietger Wissounig Architekten brėžinys. ArchDaily.....47
29. Pirmo aukšto planas. Dietger Wissounig Architekten brėžinys. ArchDaily……48
30. Interjero vaizdas. Paul‘o Ott‘o nuotrauka. ArchDaily……..49

31. Miegamasis. Paul‘o Ott‘o nuotrauka. ArchDaily…….…….49
32. Bendro naudojimo patalpos. Paul‘o Ott‘o nuotrauka. ArchDaily…….……50
33. Miestelio aikštė. 11h45 nuotrauka. ArchDaily……...51
34. Aplinkinė teritorija. Autoriaus nuotrauka. Geoportal žemėlapis…….……...51
35. Gen. planas. NORD Architects brėžinys. ArchDaily…….…….52
36. Pastato planas. NORD Architects brėžinys. Nord Architects…….……52
37. Objekto teritorija. 11h45 nuotrauka. ArchDaily…….……53
38. Gyvenamojo namo eksterjeras. 11h45 nuotrauka. ArchDaily…….……...54
39. Muziejaus interjeras. Autoriaus vizualizacija.....57
40. Vienbučio interjeras. Autoriaus vizualizacija.....57
41. Mokyklos interjeras. Autoriaus vizualizacija.....57
42. Terasa. Autoriaus vizualizacija.....57
43. Joniškio komercinė zona. Autoriaus vizualizacija.....57
44. Kavinės interjeras. Autoriaus ir P. Balčiūno vizualizacija.....57
45. Vienbučio eksterjeras. Autoriaus vizualizacija.....57
46. Muziejaus eksterjeras. Autoriaus vizualizacija.....57
47. Skirtingų kaimų formų paplitimas. Autoriaus iliustracija.....60
48. Havratunet kaimo forma. Autoriaus iliustracija.....62
49. Havratunet kaimas. Det Vonde Liv nuotrauka.....62
50. Agatatunet kaimo forma. Autoriaus iliustracija.....62
51. Agatatunet kaimas. Arvid‘o Aga nuotrauka.....62
52. Urnes bažnyčia. Vesna Lugassy nuotrauka.....63
53. Pastato vieta Norvegijos kontekste. Autoriaus schema……...64
54. Pastato vieta fiordo kontekste. Autoriaus schema……...64
55. Gamtinė situacija. Autoriaus schema…….…….65
56. Užstatymo tipologija. Autoriaus schema……66
57. Aukštingumas. Autoriaus schema…….……67
58. Susisiekimas. Autoriaus schema……68
59. Pastatų funkcijos. Autoriaus schema……..69
60. Vaizdas iš paukščio skrydžio. Autoriaus vizualizacija……71
61. Pastato vietos pagrindimo schema. Autoriaus schema……72

62. Pastato paslėpimo schema. Autoriaus schema……72
63. Tūrio formavimo schema. Autoriaus schema……72
64. Gen. planas, Autoriaus brėžinys……73
65. Išplanavimo schema, sudaryta autoriaus……74
66. Orientacijos lengvinimas, sudaryta autoriaus……74
67. Pirmo aukšto planas, autoriaus brėžinys……75
68. Antro aukšto planas, autoriaus brėžinys……77
69. Trečio aukšto planas, autoriaus brėžinys……79
70. Rūsio planas, autoriaus brėžinys……81
71. Miegamojo korpuso 3D vaizdas, autoriaus schema……82
72. Antro aukšto plano fragmentas, autoriaus brėžinys……82
73. Miegamojo išplanavimo variacijos, autoriaus brėžinys……..……83
74. Intensyvios priežiūros miegamųjų fragmentas, autoriaus brėžinys……83
75. Pjūvis 1–1, autoriaus brėžinys…… …….84
76. Pjūvis 2–2, autoriaus brėžinys…… …….84
77. Fasadas tarp ašių $A_1 – M_1$, autoriaus brėžinys……85
78. Fasadas tarp ašių $1_4 – 13_1$, autoriaus brėžinys……85
79. Architektūrinė detalizacija, autoriaus schema……86
80. Vestibiulis, autoriaus vizualizacija……87
81. Bendro naudojimo erdvė, autoriaus vizualizacija……...87
82. Lauko erdvių vaizdas, autoriaus vizualizacija……88
83. Vaizdas nuo stogo, autoriaus vizualizacija……..88
84. Vaizdas nuo kranto, autoriaus vizualizacija……89
85. Vaizdas vakaro metu, autoriaus vizualizacija……89

1. ĮVADAS

Holizmas yra kilęs iš graikų kalbos žodžio *holos*, reiškiančio visumą. Holistinis požiūris pabrėžia visų sudedamųjų dalių tarpusavio ryšius ir priklausomybę, akcentuodamas, kad viskas tarpusavyje sąveikauja ir atlieka tam tikrą vaidmenį platesnėje sistemoje. Siekiant optimalaus rezultato architektūroje, šis požiūris plačiai taikomas ir projektuojant pastatus. Šiais laikais, kai architektūros vaidmuo neapsiriboja vien pastato funkcijos užtikrinimu, bet sąmoningai rūpinamasi jos poveikiu visuomenei ir aplinkai, į viską atsižvelgiantis projektavimas tampa pagrindiniu požiūriu architektūros srityje. Taip yra todėl, kad patalpos nėra tiesiog būstas, jos atlieka daug svarbesnį vaidmenį, sąlygodamos mūsų fizinę, emocinę bei psichinę būsenas, tokiu būdu užtikrindamos visapusišką žmogaus gerovę. Šiame darbe siekiama įsigilinti į holistinės architektūros svarbą, išnagrinėti jos įtaką žmogaus savijautai ir gyvenimo kokybei.

1.1. Darbo tema

Holistinė architektūra: holistiniai senjorų globos namai

1.2. Tiriamas objektas

Šio tyrimo objektas – holistiniu projektavimo stiliumi pasižyminti architektūra, jos sąsajos su žmogaus visapusiškos gerovės užtikrinimu. Taip pat tyrinėjamas žmogus, kaip holistinės sistemos pavyzdys, ir senstančios visuomenės problematika.

1.3. Tiriamo objekto problematika, aktualumas

Ilgėjanti vidutinė gyvenimo trukmė ir apskritai populiacijos senėjimas, tai tendencijos, su kuriomis susiduria visos išsivysčiusios šalys. Dėl specifinių vyresnių visuomenės žmonių poreikių formuojasi nauja prekių ir paslaugų rinka, atsiranda reikalas pritaikyti socialinės, sveikatos apsaugos sistemas prie naujų reikalavimų, siekiant užtikrinti šios visuomenės dalies visavertį, kokybišką gyvenimą. Projektuodami globos namų įstaigas, architektai taip pat turi atsižvelgti į senstančios visuomenės poreikius, kad būtų sukurta oriam gyvenimui pritaikyta, maloni aplinka. Šio darbo aktualumas yra susijęs architektūrinių sprendimų, atliepiančių žmogaus, kaip holistinės būtybės, o kartu ir senstančios visuomenės poreikius, analize ir praktiniu pritaikymu. Pagyvenę

žmonės dėl amžiaus ar fizinių negalių turi ribotas galimybes judėti ar pasirūpinti savimi, todėl itin daug laiko praleidžia patalpose. Todėl nenuostabu, kokį svarbų vaidmenį jų gerai savijautai daro antropogeninė aplinka. Holistinė architektūra prisideda prie šių žmonių geros savijautos, nes projektuojant pastatus dėmesys yra kreipiamas ne tik į atskirų funkcijų išpildymą, tačiau į visumą, atsižvelgiant į naudotojų fizines galimybes, emocinės ir psichinės būsenos puoselėjimą, darnią sinergiją su supančia aplinka.

1.4. Darbo uždaviniai, metodika

Tyrinėjant ir analizuojant straipsnius, statistinius duomenis bei literatūrą, nagrinėjama holizmo sąvoka įvairiose srityse, holistinio požiūrio taikymas bei svarba architektūroje, taip pat populiacijos senėjimo tendencijos, senstančios visuomenės problematika ir su ja susiję iššūkiai. Nagrinėjant literatūrą, išskiriami principai, kuriais vadovaudamiesi holistinę architektūrą kuriantys architektai užtikrina, kad sprendimai būtų palankūs tiek žmonėms, tiek juos supančiai aplinkai. Analizuojant globos įstaigų projektus, gilinamasi į modernias šių įstaigų projektavimo tendencijas. Siekiant geriau suprasti apie architektūrinių sprendinių įtaką gerai žmonių savijautai, atlikta apklausa, kurioje įvairaus amžiaus, profesijos bei lyties respondentai vertino, kaip tam tikri architektūriniai elementai lemia patiriamų teigiamų pojūčių stiprumą. Analitinės dalies apibendrinimas pateikiamas išvadose.

2. ANALITINĖ DALIS

2.1. Įvairialypis holizmas

Holizmas yra kilęs iš graikų kalbos žodžio *holos*, reiškiančio visumą. Tai filosofinė koncepcija, laikanti visumą svarbesne ir viršesne jos dalių atžvilgiu ir nustatanti, kad sistemos savybės (biologinės, cheminės, socialinės, mentalinės, lingvistinės ir kt.) negali būti apibrėžtos ir paaiškintos vien kaip jos sudedamųjų dalių suma. Priešingai, sistema apibrėžia, kaip veikia jos sudedamosios dalys, todėl nepakanka žinoti atskirus elementus, būtina žinoti ir santykius (ryšius) tarp elementų. Holistinis požiūris yra toks, pagal kurį atsižvelgiama į visą visumą, o ne tik į atskiras jos dalis ar aspektus. Jis pabrėžia visų sudedamųjų dalių tarpusavio priklausomybę, akcentuoja, kad viskas tarpusavyje sąveikauja ir atlieka tam tikrą vaidmenį platesnėje sistemoje. Versle, architektūroje ar projektų valdyme holistinis požiūris gali reikšti, kad reikia atsižvelgti ne tik į tiesioginius rezultatus, bet ir į platesnes sprendimo pasekmes ir sąsajas. Šis terminas pabrėžia visapusiškos, integruotos ir tarpusavyje susijusios analizės ir veiksmų svarbą. Holistiniu požiūriu yra vertinami ne tik trumpalaikiai rezultatai, bet ir galimos pasekmės ilgalaikėje perspektyvoje. Pagrindinis klausimas, kurį turime užduoti sau, yra trumpalaikį ar sisteminį ilgalaikį poveikį sprendimas turės mums ir supančiai aplinkai. Šis klausimas tinka visoms gyvenimo sritims, pradedant sveikata, architektūra, verslu ir pan.

Holizmo sąvoką pirmasis apibrėžė Pietų Afrikos valstybės veikėjas Jan‘as Smuts‘as (1870 – 1950) 1926 m. knygoje „Holizmas ir evoliucija“. Nors autorius ir nesuteikė konkrečios reikšmės šiam terminui, jis holizmą naudojo tam tikroms realijoms paaiškinti, kad kiekvienas psichologinis ar fizinis dalykas turi savo prigimtį kaip visuma, pranokstanti savo dalis. Bush, F. (1984). Kaip pavyzdžius autorius pateikė tiek fizinius dalykus, kaip atomai, ląstelės, tiek psichologinius, kaip individo asmenybė. Terminas gali pasirodyti nekonkretus, tačiau siekiant konkretumo, reikia apibrėžti lauką, kuriame jis yra naudojamas.

Vienas iš laukų, kuriuose naudojamas holizmas, yra psichologija. Psichologijos mokslo tyrinėjamas objektas yra žmogus ir jo psichika. Tai įvairialypis, dinamiškas dalykas, tad nenuostabu, jog atsirado skirtingų šio mokslo krypčių, pasižyminčių savitais bruožais. Išskirti būtų galima mechanišką, pliuralistinį, monistinį bei holistinį požiūrius. Holistinis požiūris, skirtingas nei kiti, nes neišskiria konkretaus aspekto, kuris galėtų nulemti žmogaus elgesio visumą, tačiau

vadovaujasi principu, kad visi psichikos aspektai yra susitelkę į vieną sistemą, kuri, kaip visuma, lemia jos veikimą. Šis požiūris pasireiškia individualiojoje psichologijoje, kai akcentuojama, jog norint tinkamai suprasti žmogaus elgesį, reikalinga individą suvokti kaip nedalomą visumą, turintį konkretų tikslą ir link jo judantį. Pats Jan‘as Smuts‘as teigia, kad: „Asmenybė asimiliuoja socialinius ir kitus ją supančius bei darančius įtaką veiksnius, ir panaudoja juos savo holistinei savirealizacijai“. Tumėnas, G. (2017). Šiuo požiūriu psichologai gali padėti žmogui pirma ištirdami aplinkinius, galbūt net nesusijusius, praeities veiksnius, socialinį kontekstą, ieškodami konkretaus kertinio momento, nulėmusio tolimesnį individo asmenybės formavimąsi.

Kitas, su individo gerove susijęs laukas, kuriame taip pat pasireiškia holizmas, yra medicina. Holistinė medicina yra gydymo forma, kai atsižvelgiama į asmens visumą, jo kūną, dvasią bei protą, taip pat ir emocijas. Healthylife (2022). Šis gydymo metodas grindžiamas panašiai kaip ir psichologinis, nes taip pat manoma, jog žmogų sudaro viena nuo kitos priklausomos dalys, kurių darnus sąveikavimas užtikrina optimalią gyvenimo pusiausvyrą ir sveikatą. Holistinę mediciną praktikuojantys gydytojai naudoja įvairias sveikatos priežiūros formas, nuo vaistų išrašymo iki alternatyvių gydymo būdų, pavyzdžiui, akupunktūrą ar kineziterapiją, tačiau esminis skirtumas tarp tradicinės ir holistinės medicinos yra tai, kad holistinė praktika bando ieškoti sutrikimo priežasties, o tradicinė medicina bando slopinti sutrikimo sukeltas pasekmes. Skrabutėnas, R. (2023). Holistinės medicinos istorija siekia kelis tūkstančius metų, nes ji senovėje pasireiškė akupunktūra, kurios pagrindai aprašyti dar kinų „geltonojo imperatoriaus“ laikais, apie du su puse tūkstančio metų prieš Kristų. NORTHWAY Medicinos centrai (n.d.). Holistinė medicina dėl vaistų atsiradimo bei mokslinių laimėjimų buvo užmiršta, tačiau vėl pastebimas jos populiarėjimas, nes holistinis gydymas padeda ne tik išspręsti sveikatos problemas, bet ir pasiekti ilgalaikių rezultatų.

Menas taip pat yra sritis, kur aktyviai pasireiškia holizmas. Kuriant holistinį dizainą atsižvelgiama tiek į žmogų, jo elgesį ir psichologiją, mąstymą, požiūrį, emocijas, motyvacijas, gebėjimus ir patirtį, tiek į tokius veiksnius kaip kultūrinę aplinką, fizinę erdvę, technologines aplinkybes bei patį laikmetį. Pagrindinis holistinio dizaino tikslas – giliau įsitraukti į visus tvaraus objekto projektavimo aspektus, siekiant gerinti ne tik kuriamo produkto vartotojų pasitenkinimą, tačiau ir atliepti aplinkos poreikius, laikmečio sąlygas, kitaip tariant, holistiniu dizainu stengiamasi kurti patirtį, kurios centre yra žmogus. Borne. (2022). Kūryboje taikant holizmą siekiama

optimalaus rezultato, nes atsižvelgiama ne tik į fizinę erdvę, vartotojų mąstymą, emocijas, gebėjimus, įpročius bei įpročių kitimo tendencijas ar negalią, bet ir į socialinę ir kultūrinę aplinką bei kitas svarbias aplinkybes, kad projektas atlieptų sudėtingus ir tarpusavyje susijusius žmogaus, verslo, gamtos ryšius. Lyonnais, S. (2017).

Holistinio dizaino terminas dažnai vartojamas architektūroje, interjero dizaine – dar senovės graikų traktatuose apie miestų planavimą buvo siūloma projektuojant atsižvelgti į teritorijoje vyraujančių vėjų kryptis, siekiant sukurti tinkamą oro cirkuliaciją. Panchenko, M. (2021)., tad platus požiūris į taikomus sprendimus nėra naujas dalykas.

Apibendrinant, holistinis požiūris pabrėžia visapusiškos, integruotos ir tarpusavyje susijusios analizės ir veiksmų svarbą, kai atsižvelgiama į atskirų sistemos elementų tarpusavio sąveikumą ir atliekamą vaidmenį platesnėje sistemoje, įvertinant galimų pokyčių rezultatus ir platesnes sprendimo pasekmes ilgalaikėje perspektyvoje. Holistinis požiūris plačiai taikomas psichologijoje, medicinoje, kūryboje.

2.2. Holizmas architektūroje

Holistinė architektūra - tai požiūris į projektavimą, kai atsižvelgiama į įvairius tarpusavyje susijusius elementus ir jų tarpusavio ryšius. Holistinis požiūris į architektūrą reiškia, kad projektuojant sutelkiamas dėmesys ne tik į pastato atskirus komponentus ar funkcijas, tačiau sistemiškai ir atsakingai atsižvelgiama į aplinką ir jos veiksnius, sukuriant pusiausvyrą tarp projektuojamo pastato, gamtos ir žmogaus. Taigi, holistinė architektūra visiškai nuo idėjos iki įgyvendinimo integruoja aplinką į projektą, tokiu būdu užtikrinant ne tik estetinius pasirinkimus, tačiau su tvarumu susijusius sprendimus ir projektuojamo objekto darną su supančia aplinka. Užuot sutelkus dėmesį tik į atskirų komponentų estetinę išraišką ar funkcionalumą, sistemingas arba holistinis mąstymas propaguoja šių aspektų integraciją, siekiant sukurti harmoningą ir subalansuotą aplinką. Taigi, tikslui pasiekti išnagrinėjami visi pastato projektavimui svarbūs veiksniai ir tų veiksnių tarpusavio ryšiai. Problemos paprastai nėra pavienės, o išsprendus vieną problemą ir neatsižvelgus į kitas, gali iškilti neigiamų pasekmių projekto sėkmei. Laikantis šio požiūrio, atsižvelgiama yra ne tik į fizinius pastato elementus, kaip pavyzdžiui, medžiagas, formą ir erdvių išsidėstymą, bet ir į socialinius, kultūrinius, ekonominius bei aplinkos veiksnius, darančius įtaką projektui.

Iš dalies dėl žmogaus veiklos, gamta nuolat keičiasi, o kai kurie pokyčiai, ypač susiję su globalia klimato kaita, jau tampa pavojingais tiek žmogui tiek apskritai gamtai. Atsižvelgiant į tai, holistinės architektūros vienas iš tikslų yra reaguoti, stiprinant ryšį su aplinka ir pagal galimybes siekti atstatyti pusiausvyrą tarp supančios gamtos ir žmogaus veiklos. Anderson, O. (n.d.). Taigi, holistinė architektūra ne tik koncentruojasi į pagrindines kuriamo pastato funkcijas, tačiau kuriamą objektą suvokia kaip didesnės visumos dalį ir atsižvelgia tiek į pastatu besinaudojančių žmonių poreikius bei kuriamą naują gyvenimo, darbo ar kitos veiklos kokybę, tiek į gretimus pastatus ir atviras erdves, į saulės padėtį skirtingu paros metu (pvz. šviesos atspindžius pastato paviršiuje), išnagrinėja erdvės panaudojimo galimybes ir pranašumus, kuriuos gali pateikti skirtingi architektūriniai sprendimai, įvertina pastato tvarumą medžiagų požiūriu ir aplinkosaugos požiūriu, įvertina net galimybę vėliau utilizuoti arba panaudoti statyboms naudojamas medžiagas ar konstrukcijas.

2.3. Holistinės architektūros svarba

Holistinę architektūrą galima pavadinti viską apgalvojančiu projektavimu, sukuriančiu ilgalaikį naudingą poveikį žmogui ir aplinkai. Platus požiūris į taikomus sprendinius ir jų tarpusavio santykius padeda architektams sukurti daugiaprasmę ir patogią asmeninę ir visuomeninę terpę bei humanišką, harmoningą aplinką, jautrią vartotojo poreikiams ir prisidedančią prie žmogaus gerovės ir aplinkos tvarumo. Taigi, kokia svarbi mūsų gyvenime yra architektūra galime spręsti iš Renzo Piano kalbos, pasakytos 1998 metais Pritzker'io premijos įteikimo cermonijoje: „Galite atidėti blogą knygą, galite nesiklausyti blogos muzikos, tačiau negalite nepastebėti bjauraus daugiabučio priešais savo namus". Mathew, N. (n.d.).

Architektas yra atsakingas tiek prieš užsakovą, tiek prieš visuomenę, nes jo darbo rezultatas išlieka ilgam ir daro įtaką ne vienai kartai. Holistinį principą pažeidžiantys, tik vienai pusei tinkantys sprendimai, vargu ar rodo brandžią architekto kūrybinę asmenybę. Taigi, architektūra yra svarbus vizualusis visuomenės gyvenimo atvaizdas, rodantis tam tikrą nueitą istorijos atkarpą. Kita vertus architektūros panaudojimas gali būti nukreiptas prieš žmogų. Kiekvienas mes turime įsivaizduojamą erdvę, kurioje jaučiamės komfortiškai. Tokios erdvės apribojimas arba, atvirkščiai, išplėtimas sumenkina individo savivertę ir saugumo jausmą. Tschumi, B. (1996). Diskomfortą ar psichologinį „smurtą" žmogui gali kelti baltos palatos, statūs laiptai, siauri koridoriai, per dideli ar maži kambariai, per žemos ar aukštos lubos, beformės palatos ir t.t. Toks specialių erdvių

panaudojimas įneša radikalų perėjimą nuo architektūros kaip estetikos objekto į architektūrą kaip išnaudojimo priemonę, siekiant paveikti žmogų, sumenkinti jos orumą, kad įkalintas tam tikroje erdvėje jis prarastų tapatybę ir pasitikėjimą savimi. Arba atvirkščiai, žmogus gali netgi siekti patirti tą architektūros, pvz. didelių erdvių dominavimo prieš jį poveikį.

Taigi, architektūra atlieka labai svarbų vaidmenį mūsų gyvenime, ji svarbi vystant kiekvieną miestą, atskirą gatvę, ar kitą visuomenei skirtą erdvę. Winston‘as Churchill‘is savo kalboje pabrėžė architektūros įtaką visuomenei: „Mes formuojame pastatus, o po to pastatai formuoja mus“. Mathew, N. (n.d.).

Apibendrinant, holistinė architektūra, tai požiūris į projektavimą, kai įvertinami įvairūs tarpusavyje susiję elementai ir jų tarpusavio ryšys, sutelkiant dėmesį ne tik į pastato atskirus komponentus ar funkcijas, tačiau atsižvelgiant į aplinką ir sukuriant pusiausvyrą tarp projektuojamo pastato, gamtos ir žmogaus. Holistinę architektūrą galima pavadinti viską apgalvojančiu projektavimu, sukuriant ilgalaikį naudingą poveikį žmogui bei aplinkai ir užtikrinant tiek estetinius tiek su tvarumu susijusius sprendimus ir harmoningą objekto darną su supančia aplinka.

2.4. Gerovės kūrimas holistiniais sprendimais

Projektavimas apima daugybę parametrų, susijusių su idealios erdvės gyvenimui, darbui, verslui kūrimu. Architektas turi užtikrinti, kad jo projektas sukurs pozityvią aplinką vartotojui produktyviai veikti, atsipalaiduoti ir tobulėti. Tam tikri sprendimai gali padėti žmogui pasiekti harmonijos būseną, subalansuodami jo emocinę, dvasinę bei fizinės būsenas. Architektūra gali pasąmoningai veikti individo ar grupės temperamentą, fiziologinę ir psichologinę būklę, tad holistinio požiūrio taikymas projektuojant tampa būtinu parametru. Vashi, V. (n.d.). Tai turi būti esminis aspektas planuojant visas erdves, kuriose žmonės praleidžia savo laiką – namuose, darbo vietoje, poilsio zonose, taip pat ir sveikatos ar ilgalaikės priežiūros erdvėse, tokiose kaip ligoninėse, slaugos ar globos namuose, reabilitacijos centruose. Siekiant gerinti žmonių fizinę ir psichinę sveikatą, projekto gebėjimas būti holistiniu gali paveikti konkrečios erdvės aurą. 90 % laiko mes praleidžiame patalpose (Allen, J. & Macomber, J. (2020). Naudinga susimastyti, ką šis skaičius reiškia mūsų pačių gyvenimui: jei pasiekiame 80 metų amžių, dauguma būsime praleidę 72 metus patalpose, tad tampa akivaizdu, kokį svarbų vaidmenį vidinės erdvės atlieka mūsų

sveikatai ir emocinei būklei. Covid-19 pandemija, kai žmonės priverstinai gyveno izoliacijoje ilgą laiką, tapo kertiniu veiksniu suprantant bei įvertinant erdvės ir bendrai architektūros svarbą žmonių sveikatai ir gerovei. Gattupalli, A. (2022a). Po pandemijos architektai suvokdami, kokį poveikį žmogaus sveikatingumui daro uždaros erdvės ir aplinka, pasitelkdami įvairias projektavimo strategijas, turi galimybę vystyti žmogaus fizinę, emocinę gerovę užtikrinančius sprendimus. Pasaulio sveikatos organizacija apibrėžia sveikatą kaip „visišką fizinę, psichinę ir socialinę gerovę, ne tik ligos ar negalios nebuvimą“. World Health Organization (n.d.). Holistinė architektūra, atsižvelgdama į šią daugialypę sveikatos koncepciją ir projektuojamų erdvių poveikį žmogui, gali sukurti pastatus, tarnausiančius žmogaus gerovei. Tam tikros projektavimo strategijos prisideda siekiant didesnio postūmio sveikatingumo labui:

2.4.1. Natūrali šviesa

Saulės šviesa ne tik praskaidrina aplinką. Moksliškai įrodyta, kad natūrali šviesa žmogui suteikia gyvybingumo, pakelia nuotaiką, o jos trūkumas sutrikdo emocinę pusiausvyrą, pablogina žmonių savijautą, sukelia galvos skausmų ar apatiją. Saulė ir natūrali šviesa svarbios vitamino D gamybai ir cirkadinio ritmo reguliavimui.

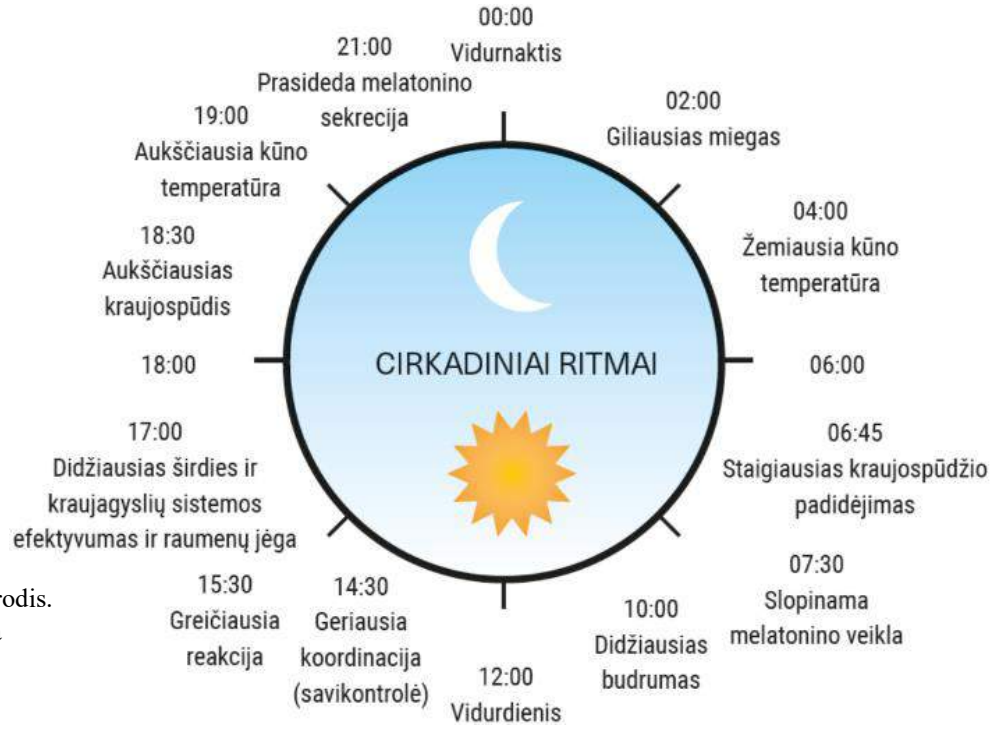
Vitamino D gamyba

Natūrali saulės šviesa - pagrindinis vitamino D šaltinis. Vitaminas D stiprina kaulus, reguliuoja imuninę sistemą, mažina riziką susirgti vėžio ar širdies ligomis. Natūralus apšvietimas nesuteikia mums vitamino D tiesiogiai, tačiau ultravioletiniai spinduliai skatina patį organizmą gaminti didesnius šio vitamino kiekius. McAuliffe, S. (2023). Didėjant vitamino D kiekiui, gerėja žmogaus nuotaika, nes D vitamino atsiradimas organizme savo ruožtu skatina serotonino gamybą, kuris, liaudiškai dar yra vadinamas „laimės hormonu“. Serotonino stygius siejamas su tokiais sutrikimais, kaip depresija ir nerimas. Natūralios šviesos svarbą gerai iliustruoja sezoninis afektinis sutrikimas (angl. *seasonal affective disorder*, SAD) arba kitaip dar vadinama sezoninė depresija, kai, pagal pasikartojantį sezoninį modelį, pablogėja nuotaika, sumenksta energijos lygis.

Cirkadinio ritmo reguliavimas

Apšvietimas turi įvairiausios įtakos mūsų sveikatai - miego ir budrumo ciklui, medžiagų apykaitai. Taip yra todėl, kad žmogaus kūnas natūraliai užprogramuotas veikti pagal dienos ciklą, kuris dar vadinamas cirkadiniu ritmu (1 paveikslas). Tai fiziniai, psichiniai ir elgsenos pokyčiai, vykstantys pagal 24 valandų ciklą. Šie procesai pirmiausia priklauso nuo natūralios šviesos ir tamsos ir veikia ne tik žmogų, bet daugumą gyvų būtybių, įskaitant gyvūnus, augalus bei mikrobus. National Institute of General Medical Sciences (2023). Natūralios šviesos disbalansas gali sutrikdyti cirkadinį ritmą, o tai sukelia ne tik nuovargį, bet, ekstremaliais atvejais, gali turėti poveikį širdies ir kraujagyslių ligų bei nutukimo, diabeto, depresijos, bipolinio sindromo atsiradimui.

Nyman, A. (2022).



1 pav. Biologinis laikrodis. Statyba ir architektūra iliustracija

2.4.2. Biofilija

Biofilija remiasi idėja, jog žmonės turi įgimtą polinkį ieškoti ryšių su gamta bei kitomis gyvybės formomis. Ši sąvoka buvo apibrėžta vokiečių kilmės amerikiečių psichoanalitiko Erich‘o Fromm‘o knygoje „The Anatomy of Human Destructiveness (1973)“, kurioje biofilija apibūdinama kaip „aistringa meilė gyvybei ir viskam, kas gyva“. Rogers, K. (2023). Biofilinis projektavimas yra šios idėjos atmaina, siekianti sujungti mūsų prigimtinį polinkį gamtai su urbanizuota aplinka. Šio projektavimo principai yra skirstomi į tris kategorijas:

1. Gamta erdvėje – tai vizualinio ryšio su gamta kūrimas, kaip augmenijos naudojimas tiek pastato išorėje, tiek viduje.
2. Erdvės pobūdis – tai natūralių procesų, kaip pavyzdžiui cirkadinio ritmo imitacija apšvietimo reguliavimu ar erdvinių kompozicijų, kaip jaukaus prieglobsčio skaitymui, sukūrimas.
3. Analogų naudojimas – tai natūralioje gamtoje aptinkamų tekstūrų, formų, spalvų atvaizdai, netiesiogiai sukuriantys gamtos pojūtį.

Biofilinis projektavimas pasitelkia įvairius žmogaus pojūčius: regą, klausą, lytėjimą, kvapą. Anot Stephen‘o R. Kellert‘o, rega yra bene pagrindinis būdas, kuriuo žmonės patiria gamtą: kai stebime augalus, gyvūnus, vandenį, patiriame įvairių kognityvinių reakcijų, kurios gali pasitarnauti mūsų gerovei. Kellert, S. & Calabrese, E. (2015). Jei pažvelgsime į sveikatą holistiniu požiūriu, ryšio su gamta buvimas yra be galo svarbus, nes jis teigiamai veikia žmogaus psichinę, emocinę bei fizinę būsenas. Įvairūs tyrimai patvirtina, kad biofilija teigiamai veikia žmogaus imuninę sistemą, psichinę ir emocinę sveikatą bei padeda greičiau fiziškai išgyti:

Teigiamas biofilijos poveikis žmogaus pasąmonei

Buvo atliekami tyrimai, lyginantys biofilinius elementus naudojančių ir nenaudojančių darbo erdvių poveikį žmogui. Rezultatai parodė, kad gamtinių elementų naudojimas darbo erdvėse gali pagerinti trumpalaikę atmintį iki 14%, taip pat biofilinėje aplinkoje dirbantys tyrimo dalyviai jautė daug mažiau negatyvių emocijų, nei dirbusieji įprastoje erdvėje, o patirtos fiziologinės ir kognityvios reakcijos buvo itin panašios su būvimu gamtoje. Yin, J. & Zhu, S. & MacNaughton, P. & Allen, J. & Spengler, J. (2018).

Teigiamas biofilijos poveikis žmogaus fizinei sveikatai

Tiesioginis ir netiesioginis ryšys su gamta turi įtakos ir žmonių fizinei būsenai, o ypač skausmo ar kraujospūdžio lygiui. Matuojant fiziologinius kraujospūdžio, raumenų įtampos bei smegenų aktyvumo pokyčius išsiaiškinta, kad 3 ar 5 minutės, praleistos žiūrint į vaizdus, kuriuose dominuoja medžiai, vanduo, gėlės, mažina pyktį, nerimą bei skausmą ir sukelia atsipalaidavimo jausmą. Franklin, D. (2012). 1984 metais, amerikiečių sveikatos priežiūros pastatų projektavimo pedagogas Roger‘is S. Ulrich‘as tyrinėjo, kokį poveikį pacientams daro gamtos vaizdai. Sternberg, E. (2009). Tyrime buvo dirbama su 46 pacientais, iš kurių pusė pro palatos langus matė medžių

giraitę, o kita pusė – plytinę sieną. Fiksuojamos buvo pacientų gyvybinės funkcijos ir kiti sveikatos rodikliai, taip pat vaistų nuo skausmo vartojimas, buvimo ligoninėje trukmė. Tyrimo rezultatai parodė, jog pacientai turėjusieji prieigą prie vaizdų į gamtą, ligoninėje buvo gydyti trumpiau, taip pat jiems reikėjo mažiau nuskausminamųjų.

2.4.3. Salutogeninis projektavimas

XX a. septintojo dešimtmečio pabaigoje medicinos sociologas, profesorius Aaron‘as Antonovski tyrė streso poveikį sveikatai ir stebėjo, kokie veiksniai padeda ligoniams įveikti ligą, ir pasveikti. Profesoriaus sukurtas modelis pavadintas salutogeneze, kilęs iš žodžių „*salus*“, reiškiančio sveikatą ir „*genesis*“, reiškiančio kilmę. Anot salutogenezės, svarbiausias veiksnys, nulemiantis žmogaus gerovę ir sveikatą yra jo jaučiamas darnos pojūtis (ang. *sence of coherence*) su supančia aplinka. Šį darnos pojūtį sudaro trys sudedamosios dalys: suprantamumas, valdomumas ir prasmingumas (ang. *comprehensibility, manageability, meaningfulness*). Gattupalli, A. (2022b). Architektas Alan‘as Dilani, siekdamas pagerinti pacientų gerovę ir pagreitinti natūralų jų gijimo procesą, pasiūlė salutogenezės koncepciją taikyti sveikatos priežiūros įstaigų architektūrai. Jo nuomone, architektai dešimtmečiais buvo orientuoti į pramonės vystymą, todėl viešieji pastatai, tokie kaip oro uostai ar ligoninės, dažnai buvo kuriami taip, kad veiktų ir atrodytų kaip gamyklos, dažnai nepaisant ar erdvė atliepia klientų ar pacientų psichologinius, socialinius ir dvasinius poreikius. Dilani, A. (2008). Remdamasis prof. Aaron‘o Antonovskio darbais, architektas atkreipė dėmesį, kad tarp individo darnos jausmo ir fizinės aplinkos savybių yra svarbus ryšys ir pasiūlė taikyti psichosocialinį projektavimą, panaudojant aplinką streso lygio mažinimui. Pagrindinė psichosocialiai palaikančio dizaino funkcija yra projektuojant pastatus orientuotis į veiksnius, kurie skatina teigiamas psichologines emocijas, kūrybiškumą ir padeda žmogui patirti malonumą, pasitenkinimo jausmą ir jaustis gerai, tuo pačiu sumažinant jo nerimą ir skatinant natūralų gijimo procesą. Gattupalli, A. (2022b). Psichosocialiai palaikantis dizainas stimuliuoja ir įtraukia žmones tiek protiškai, tiek socialiai, taip pat palaiko jų darnos su aplinka jausmą ir tokiu būdu prisideda prie streso mažinimo, emocinės būklės gerinimo ir gijimo proceso spartinimo. Pagal architektą Alan‘ą Dilani, darnos su aplinka jausmas palaikomas per aplinkos suprantamumą, valdomumą ir prasmingumą. Golembiewski, J. (2016):

Suprantamumo jausmas architektūroje

Šį jausmą sukelia patalpų aiškumas, gebėjimas jose nesudėtingai orientuotis. Žmonėms yra be galo svarbu suvokti kontekstą, kuriame jie atsidūrė. Architektai gali numatyti projektuose intuityvias susisiekimo bei nuorodų sistemas. Projektuojant sveikatos priežiūros įstaigas, galima sustiprinti suprantamumo jausmą panaudojant spalvas, orientyrus. Ši taktika ne tik pasitarnauja pacientų erdvės suvokimui, tačiau ir sustiprina jų pasitikėjimą savimi vykdant kasdienes asmenines iniciatyvas. Ypač tai svarbu pagyvenusiems pacientams, kurie dažnai serga demencija ar turi kitų problemų, ir jiems sudėtinga tiek judėti, tiek orientuotis neįprastoje aplinkoje.

Valdomumo jausmas architektūroje

Valdomumas susijęs su paciento savarankiškumo lygmeniu ir jo galimybe kontroliuoti savo situaciją ir aplinką. Sveikatos priežiūros įstaigų funkcionalumo didinimas taikant salutogeninį dizainą gali padėti pacientams jaustis savarankiškesniems. Pritaikius patalpas bei technologinius sprendimus, pvz. sudarius galimybę atverti langus arba patekti į įvairias lauko erdves ar vidaus patalpas, pacientas jaučiasi savarankiškesnis ir įgalintas priimti sprendimus dėl savo veiksmų bei labiau įsitraukęs į gydymo procesą. Galimybė lengvai susiekti su personalu, šeimos nariais ir draugais bei suteikta prieiga prie tam tikrų pacientams reikalingų išteklių, suteikia ligoniams daugiau savarankiškumo ir leidžia kontroliuoti savo aplinką.

Prasmingumo jausmas architektūroje

Emocinę vertę turinčią patirtį prof. Aaron‘as Antonovski vadina prasmingumo jausmu. Daugumai žmonių ši patirtis susijusi su patirtimi ir emocijomis, patirtomis už ligoninių ribų, per šeimos narius, draugus, meną, muziką, sportą ar religiją. Prasmingas patirtis kurti sveikatos priežiūros įstaigose yra sudėtinga, nes žmonės yra izoliuoti vieni nuo kitų bei išorinio pasaulio. Salutogeninė architektūra siūlo sveikatos priežiūros įstaigose skirti deramą dėmesį meninėms ekspozicijoms, muzikos ir socialinės paramos zonoms, įrengti laisvalaikio erdves, skirtas tiek socializacijai, tiek fiziniam lavinimui tiek intelektualiniam tobulėjimui (pvz. skaityklos ar bibliotekos).

Taigi, holistinė architektūra, pasitelkdama įvairias projektavimo strategijas prisideda prie žmonių fizinės ir psichinės sveikatos stiprinimo ir apskritai gerovės kūrimo. Holistiniu požiūriu vadovaudamiesi architektai, pasitelkdami natūralią šviesą, biofilinius elementus ir salutogeninį

projektavimo stilių, sukuria balansą tarp projektuojamo pastato erdvių, gamtos ir žmogaus bei išnaudoja gamtinius elementus žmogaus sveikatos, geros savijautos, darbingumo ir gyvenimo kokybės užtikrinimui. Holistiniai architektūriniai sprendimai plačiai panaudojami projektuojant sveikatos priežiūros ir slaugos įstaigas, nes įrodyta, kad gamtos vaizdai bei pasitelkti biofiliniai projektavimo sprendimai padeda pacientams greičiau sveikti, o salutogeninis projektavimas, stiprina pacientų pasitikėjimą savimi, savarankiškumą ir įsitraukimą į gydymo procesą.

2.5. Žmogus – holistinės sistemos pavyzdys

Požiūris į žmogų kaip į holistinę sistemą kyla iš įvairių filosofinių, kultūrinių ir medicinos tradicijų. Šios idėjos siekia dar senovės Graikijos, pavyzdžiui Platono, Aristotelio ir Rytų filosofijos laikus, kurių metu dažnai buvo nagrinėjamas žmogaus proto, kūno ir dvasios tarpusavio ryšys. Induizme tikima, kad kūno sveikata ir gerovė yra glaudžiai susijusi su dvasiniu asmens tobulėjimu. Pavyzdžiui sveikas kūnas, šviesi oda, skambus balsas ir malonus kvapas buvo laikomi dvasinės pažangos ženklais. Toks holistinis požiūris į žmogų yra pagrindinis Ajurvedos, 5000 metų senumo tradicinės medicinos krypties, principas. Singh, K. & Raina, M. & Oman, D. (2022).

Graikų filosofas Platonas teigė, jog žmogus yra sudarytas iš trijų tarpusavyje susijusių elementų – kūno, dvasios ir proto. Kaip analogą šiems elementams filosofas pasirinko karietą, tempiamą dviejų arklių. Ji vaizduojama 2 paveiksle. Juodasis arklys kairėje, simbolizuojantis kūną, apima visus nesuskaičiuojamus mūsų troškimus, susijusius su įvairiais fiziniais malonumais, pasitenkinimu. Kilnus baltas žirgas dešinėje atstoja dvasią, kuriai kyla pyktis, kai pastebima daroma neteisybė. Šiam žirgui svarbu pergalės, pripažinimas, garbė, įveikti iššūkius. Mūsų sąmoningam suvokimui arba protui, atstovauja vežikas, kuris kontroliuoja abu žirgus ir vežimą. Tai mūsų dalis, kuri mąsto, analizuoja ir žvelgia į priekį, racionaliai priimdama sprendimus, kas yra geriausia ir teisingiausia. Chiaro, A. (2021).



2 pav. Karietos alegorija . PhilosophyMT iliustracija

Senovės Graikijoje supratimas apie kūno fizinę sveikatą ir ligas taip pat buvo holistinis, grindžiamas keturių skysčių: kraujo, skreplių, juodosios bei geltonosios tulžies teorija, kuri savo ruožtu remiasi keturių elementų: ugnies, žemės, vandens, oro ir juos atitinkančių savybių – karščio, sausros, drėgmės ir šalčio teorija. Anot Pitagorininkų, sveikata yra harmonijos ir tobulos skysčių pusiausvyros būklė, kuriai sutrikus žmones ištinka ligos. Kadangi ši pusiausvyra lengvai sutrikdoma išorinių veiksnių, pastangos buvo sutelkiamos į žmogaus organizmo fizinių ir mitybos sąlygų reguliavimą. Tountas, Y. (2017).

Keturlypė žmogaus sudėtis

Nagrinėdamas asmens dvasinių ir materinių sistemų ryšį, austrų filosofas, antroposofijos pradininkas Rudolf‘as Steiner‘is iškėlė keturlypės žmogaus būties koncepciją. Pasak filosofo, žmogų sudaro keturi tarpusavyje susiję ir vienas nuo kito priklausomi kūnai (dėmenys): fizinis kūnas, eterinis kūnas, astralinis kūnas ir „Aš“ – ego, iš kurių kiekvienas tarnauja tam tikram tikslui ir pasižymi savitomis savybėmis. Connolly, C. (2015).

Fizinis kūnas – tai labiausiai apčiuopiamas žmogaus dėmuo, veikiamas gamtos dėsnių. Jis priklauso nuo kaulų iki genetinės informacijos kiekvienoje ląstelėje ir lemia mūsų išorinę išvaizdą, svorį, tankį ir jėgų pusiausvyrą. Girke, M. & Soldner, G. (2018). Antroposofijoje fizinis kūnas laikomas tarsi indu, kuriame yra talpinami kiti trys aspektai. Per fizinį kūną patiriamas materialusis pasaulis ir sąveikaujama su kitais žmonėmis ir daiktais.

Eterinis kūnas - dar vadinamas gyvybės kūnu (*ang. Vital body*). Tikima, kad jis yra mūsų gyvybingumo ir gyvybinės jėgos šaltinis. Antroposofijoje eterinis kūnas laikomas nematomu sluoksniu, kuris supa ir persmelkia fizinį kūną ir yra atsakingas už augimo, gijimo ir atsinaujinimo procesus. Būtent per eterinį kūną žmogus patiria savo gyvybingumo ir gerovės pojūtį.

Astralinis kūnas – siejamas su patiriamomis emocijomis, geismais ir impulsais. Šis kūnas taip pat nėra matomas, siejamas su malonumo, skausmo, meilės ir neapykantos patyrimu. Per astralinį kūną patiriamas savasties jausmas ir ryšys su kitais žmonėmis bei mus supančiu pasauliu.

„Aš“- ego – anot Rudolf‘as Steiner‘is yra svarbiausiasis dėmuo, siejamas su mūsų individualumo šerdimi, pranokstančia kitus tris kūnus. Ši dalis atsakinga už savimonės,

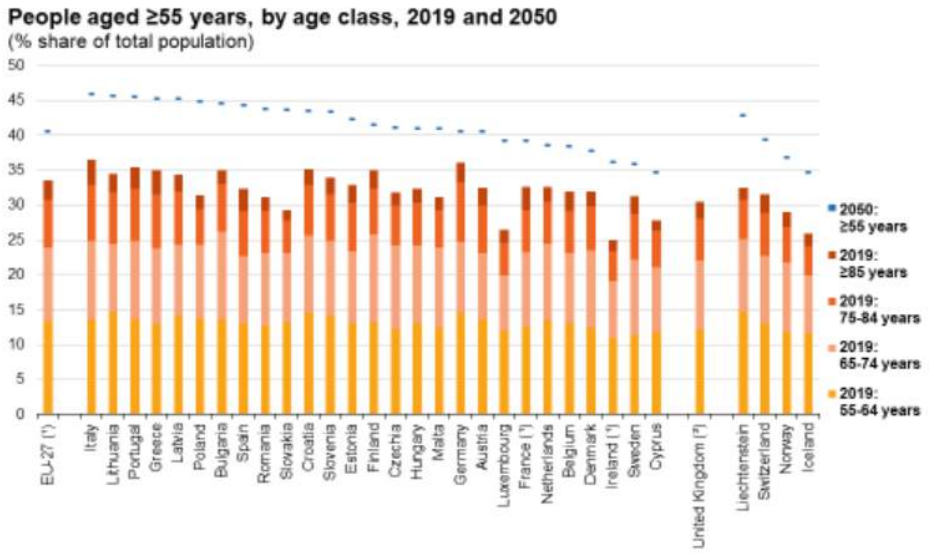
kūrybiškumo ir moralinės atsakomybės jausmus, per ją žmogus patiria savo aukščiausius siekius ir tikslus. Chapeltown Anthroposophy (2023).

Apibendrinant, iš antikos filosofijos bei iš šios keturlypės būties teorijos galiausiai išsivystė modernus holistinis požiūris į žmogų, pagal kurį mes taip pat susidedame iš keturių elementų: fizinio, protinio, emocinio ir dvasinio. Šių elementų darni tarpusavio sąveika užtikrina visaverčio gyvenimo pojūtį, o įvairūs destabilizuojantys veiksniai gali turėti įtakos kaip suvokiame pasaulį.

2.6. Senstančios visuomenės problematika

Gyventojų senėjimas yra tendencija, su kuria susiduria išsivysčiusios šalys. Ilgėjanti vidutinė gyvenimo trukmė, aukštas vyresnio amžiaus visuomenės socialinis ir ekonominis aktyvumas – tai valstybės pažangą ir efektyvų prisitaikymą prie senėjančios visuomenės tendencijų rodantys rodikliai. Ilgėjanti gyvenimo trukmė ir tai, kad žmonės gyvena apskritai sveikiau,– didelis žmonijos laimėjimas, lemtas daugelio teigiamų pokyčių svarbiausiose žmonių veiklos srityse : medicinos pažangos, geresnių gyvenimo ir darbo sąlygų, padidėjusios gerovės ir efektyvios visuomenės sveikatos.

Naujausi, moksliniais įrodymais pagrįsti, pažangūs gydymo metodai tapo prieinami daugeliui išsivysčiusių šalių gyventojų, reikšmingai pagerėjo švietimas, informacijos sklaida ir žinių prieinamumas, sudaręs prielaidas gyventojams geriau suprasti sveiko gyvenimo būdo įtaką ilgaamžiškumui ir pritaikyti sveiko gyvenimo praktikas savo kasdieniniame gyvenime. Kita vertus, prie populiacijos senėjimo prisideda ir kitos, išsivysčiusioms šalims būdingos tendencijos: mažėjantis gimstamumas, augantys jaunų žmonių emigracijos tempai. Vyriausybės strateginės analizės centras (2020). Šiandien vienas iš penkių europiečių yra 65 metų ar vyresnis, bet prognozuojama, kad iki 2050 m. vyresnių nei 65 metai asmenų dalis sudarys beveik 30 proc. visų Europos gyventojų. Grafike pateikiami Eurostato duomenys apie gyventojų virš 55 metų dalies prognozuojamą augimą nuo 2019 iki 2050 metų. Eurostat (2020):



3 pav. Asmenų, vyresnių jei 55 metai, prognozuojamas augimas nuo 2019 iki 2050 metų. Eurostat grafikas

Jungtinės Tautos prognozuoja, kad per šimtmetį Europos gyventojų vidutinė gyvenimo trukmė ilgės beveik 18 metų, nuo 63,7 m. 1950 m. iki 81,5 m. 2050 m. Lietuvos populiacijai prognozuojamas netgi didesnis, beveik 20 metų sieksiantis, vidutinės gyvenimo trukmės augimas: nuo 60,8 m. 1950 m. iki 80,3 m. 2050 m. Deja, Lietuvos populiacijos senėjimo tempas yra beveik du kartus greitesnis negu Europos Sąjungos vidurkis. Europos Komisija prognozuoja, kad 2050 m. mūsų šalies gyventojų amžiaus mediana sieks 51 m. ir bus beveik 7 metais didesnė negu šiuo metu. 2050 m. už Lietuvos gyventojus vyresni bus tik italai, portugalai ir kroatai. Palyginimui, 1990 m. Lietuvos amžiaus mediana buvo 33 metai. Tuomet šalies populiacija buvo viena iš šešių jauniausių Europoje.

Spartus populiacijos senėjimas turi reikšmingą poveikį šalių ekonomikai ir viešiesiems finansams, nes gali mažinti šalių ekonominį potencialą, stabdyti ūkio plėtrą ir mažinti šalies galimybes siekti ekonominio augimo. Gyventojų senėjimo problema yra kompleksinė, apimanti įvairias veiklos sritis. Naujas jaunų ir vyresnio amžiaus gyventojų santykis visuomenėje verčia naujiems poreikiams pritaikyti turimus ekonomikos (galimybes dalyvauti darbo rinkoje, pajamų lygį), socialinio saugumo (socialines garantijas), sveikatos apsaugos (poreikius atitinkančią paslaugų plėtrą), žmogaus visaverčio gyvenimo (poreikius atitinkančius būstus, aplinką, gyvenviečių infrastruktūrą, susisiekimą ir panašiai), politikos (politinių ir visuomeninių organizacijų galią) ir kitus išteklius. Dėl specifinių vyresnių visuomenės žmonių poreikių formuojasi nauja prekių ir paslaugų rinka bei sąlygos naujiems darbo rinkos modeliams kurti. Šios naujos galimybės Europoje yra apibūdinamos „sidabrinės ekonomikos“ terminu. Viena vertus, senstančią visuomenę galima traktuoti kaip reikšmingą problemą valstybių socialinės apsaugos ir

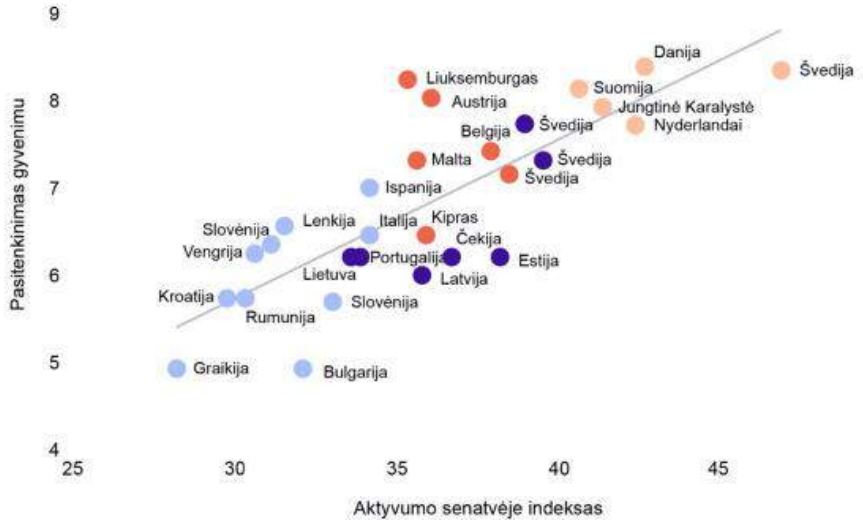
sveikatos priežiūros sistemoms, tačiau kita vertus senėjanti visuomenė susijusi ne tik su galimais iššūkiais, bet ir naujomis galimybėmis darbo rinkai ir geresnių gyvenimo standartų gyventojams siekiu. Taigi, spartus Europos gyventojų senėjimas yra svarbus demografinis pokytis, kuris paliečia beveik visas visuomenės sritis, sukelia įvairių socialinių ir ekonominių pasekmių ir kelia daugybę iššūkių ir klausimų:

- kaip užtikrinti šalių socialinės sistemos stabilumą, kai vis mažesnei darbingo amžiaus žmonių daliai reikės išlaikyti vis didesnę vyresnio amžiaus žmonių dalį?
- ar infrastruktūra yra pasirengusi patenkinti greitai senstančios visuomenės poreikius?
- ką vyresnio amžiaus rinkėjų skaičiaus padidėjimas reiškia demokratijos ateičiai ir politiniams sprendimams dėl klimato kaitos ir kitų neatidėliotinų iššūkių, turinčių įtakos ateities kartoms?
- kaip formuoti ekonominę, socialinę ir užimtumo politiką, kad stiprintume kartų socialinį solidarumą ir bendradarbiavimą, abipusę vyresniosios ir jaunesniosios kartų atsakomybę viena už kitą?
- kaip tvarkyti darbo rinką, kad joje kuo ilgiau būtų naudojamasi vyresnių žmonių profesiniais gebėjimais?
- kaip įgyvendinti mokymosi visą gyvenimą principą?
- kokiu būdu garantuoti lygias galimybes gauti kvalifikuotas sveikatos ir socialines paslaugas ir paremti vyresnio amžiaus žmones, jų šeimas ir bendruomenes, teikiančias globos paslaugas?

Kaip sėkmingai valstybės politika atliepia senėjančios visuomenės poreikius atspindi tarptautiniu mastu vertinamas rodiklis - aktyvaus senėjimo indeksas, kuris apjungia keletą aktyvumą vyresniame amžiuje lemiančių veiksnių: elgsenos ir asmeninės savybes, ekonominės galimybes, valstybės kultūrą ir santvarką, sveikatos ir socialinės paslaugas, pritaikytą aplinką ir infrastruktūrą. Kol kas Lietuvos pozicijos pagal šį rodiklį yra žemos (20 vieta Europos Sąjungoje) ir nesiekia Europos Sąjungos vidurkio. Tai rodo, kad bendrai vyresnio amžiaus žmonių gyvenimo kokybės rodikliai ir prielaidos jų augimui Lietuvoje nėra aukšti. Pagal vyresnio amžiaus žmonių užimtumo rodiklius lenkiame Europos Sąjungos vidurkį, tačiau vyresnio amžiaus žmonių potencialas matuojamas ne tik aktyvumu darbo rinkoje, bet ir dalyvavimu visuomeniniame

gyvenime, gyvenimo kokybe, pajėgumais ir galimybėmis aktyviam senėjimui, o Lietuvos pozicijos pagal vyresnio amžiaus savanorišką veiklą ir dalyvavimą politiniame gyvenime yra gana žemos. Pusė apklaustųjų nedalyvauja ir neketina dalyvauti savanoriškoje veikloje, o skeptiškas požiūris į šią veiklą stiprėja su respondentų amžiumi.

Kol kas Lietuvoje vyresnio amžiaus gyventojai gyvenimu patenkinti mažiau negu vidutinis Europos Sąjungos pilietis. Žemiau paveiksle pateikiamas Europos Sąjungos šalių palyginimas pagal vyresnio amžiaus žmonių pasitenkinimo gyvenimu rodiklį (pagal aktyvaus senėjimo indeksą):



4 pav. Vyresnio amžiaus žmonių pasitenkinimas gyvenimu. Strata iliustracija

Viena vertus, Lietuvoje gyvenančių vyresnio amžiaus žmonių atsakymus apie pasitenkinimą gyvenimu įtakoja ekonominiai ir aplinkos veiksniai, tačiau įtaką jų savijautai daro ir socialiniai aspektai, ypač tai, kad vyresnio amžiaus gyventojų socialinis ratas traukiasi ir balansuoja ant socialinės izoliacijos ribos, nes daugiau nei pusė 60 m. ir vyresnių Lietuvos žmonių gyvena vieniši ir bent kartais pasijaučia socialiai atskirti arba jiems trūksta žmonių, kuriais galėtų pasikliauti (56,4 proc. lyginant su 47,4 proc. tų, kurie gyvena ne vieni), kuriems jaustųsi artimi (55,6 proc. ir atitinkamai 44 proc.) ir į kuriuos galėtų kreiptis ištikus bėdai (53,5 proc. ir 35,7 proc.). Tai rodo, kad vyresnio amžiaus žmonių įtraukties bei geros emocinės sveikatos užtikrinimui reikalingas papildomas dėmesys.

Apibendrinant, ilgėjanti gyvenimo trukmė ir tai, kad žmonės gyvena apskritai sveikiau – didelis žmonijos laimėjimas. Tačiau, gyventojų senėjimo problema yra kompleksinė, apimanti įvairias veiklos sritis, o spartus populiacijos senėjimas turi reikšmingą poveikį šalių ekonomikai ir viešiesiems finansams. Vyresnio amžiaus žmonės yra labiau pažeidžiami dėl sveikatos pablogėjimo, mažėjančio konkurencingumo darbo rinkoje, dėl didesnės skurdo rizikos, todėl dalis valstybės išteklių privalo būti nukreipiama šios amžiaus grupės rizikoms mažinti ir specifiniams poreikiams tenkinti. Taigi, socialinės vienatvės ir izoliacijos mažinimui reikalingos priemonės, kurios skatintų įsitraukimą į prasmingas veiklas, susipažinimą su bendraamžiais ar kitų amžiaus grupių atstovais. Atsižvelgiant į tai, socialinės apsaugos, užimtumo, aplinkosaugos, būsto, švietimo, transporto, žemės ūkio, finansų, mokesčių, vartotojų apsaugos ir daugelio kitų sričių politika turi būti pritaikyta visokio amžiaus žmonių socialinei raidai – gerovei, sveikatai, gyvenimo kokybei.

2.7. Modernus požiūris į globą ir senyvo amžiaus žmonių poreikių tenkinimą

2.7.1. Fizinio aktyvumo užtikrinimo svarba

Tarptautiniu mastu sutariama, kad vienas iš veiksnių, nulemiančių sėkmingą senėjimą yra asmens fizinė sveikata. Mokslo įrodyta, kad fizinė veikla turi teigiamą poveikį žmogaus psichinei sveikatai, padeda išvengti arba pavėlinti širdies ir kraujagyslių ligų, depresijos, diabeto ir kitų lėtinių ligų atsiradimą ir mažina ligų sukeliamus neigiamus padarinius, teigiamai veikia atmintį, suvokimą, nuotaiką, savivertę, savarankiškumą ir tokiu būdu visapusiškai stiprina bendrą sveikatą. Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerija (2023). Fizinis aktyvumas padeda pagyvenusiems žmonėms susirasti draugų, skatina juos bendrauti, savanoriauti ir didina bendrumo jausmą. Todėl tinkamai pritaikyta ir poreikius atitinkanti veikla teigiamai veikia pagyvenusių žmonių fizinį pajėgumą ir funkcines galimybes, o fiziškai aktyvūs vyresnio amžiaus žmonės pasižymi geresne sveikata, aukštesne saviverte. Tokiu būdu padidinama tikimybė senti sėkmingai. Priešingai – fiziškai neaktyviems asmenims atsiranda didesnė tikimybė patirti funkcinius suvaržymus ir nepasitenkinimą gyvenimu, dėl fizinio pasyvumo didėja rizika atsirasti antsvoriui, cukriniam diabetui, vėžiui ar kraujotakos sistemos ligoms. Todėl vyresnio amžiaus žmonių fizinis aktyvinimas yra viena svarbiausių priemonių, siekiant vyresnio amžiaus žmonių sėkmingo senėjimo.

Išskiriami veiksniai, turintys įtakos vyresnio amžiaus asmenų fiziniam aktyvumui:

1. Fiziologiniai veiksniai – su amžiumi mažėja širdies darbingumas, nyksta raumenų masė. Priklausomai nuo paveldimumo, aplinkos ir kitų veiksnių, kiekvienam asmeniui senėjimas vyksta skirtingai, tačiau tinkamas fizinis krūvis padeda padidinti raumenų jėgą ir ištvermę, o tuo pačiu atitolinti senėjimą.

2. Psichologiniai veiksniai – dažniausiai fizinį aktyvumą ribojanti priežastis yra motyvacijos stoka arba visiškas jos nebuvimas. Baimė, depresija, stresas, negatyvumas, nesitikėjimas gyvenimo kokybės pagerėjimo, žinių stoka neigiamai veikia fizinį aktyvumą. Didelį teigiamą poveikį turi pasitikėjimas savimi, savivertė, savo veiklos efektyvumo bei savo gebėjimų suvokimas. Savo veiklos efektyvumo suvokimas ir noras yra įvardijami kaip patys svarbiausi veiksniai, lemiantys pagyvenusių žmonių fizinį aktyvumą.

3. Socialiniai veiksniai – teigiama, jog mažas pajamas gaunantys asmenys, gyvenantys skurde, turi didesnę tikimybę tapti fiziškai pasyvūs. Priklausymas žemesniam ekonominiam-socialiniam sluoksniui sąlygoja socialinių ryšių stoką, psichologinę įtampą. Fizinį aktyvumą skatina aukštesnis išsilavinimas, geresnė ekonominė padėtis, šeimos, draugų ir kaimynų , bendruomenės palaikymas, įvairių veiklų prieinamumas, švietimas ir informacija. Taigi, būtina daugiau dėmesio skirti vyresnio amžiaus žmonių socialinės įtraukties, bendruomeniškumo didinimui, nes tai turi įtakos žmonių savijautai ir psichologinei būsenai.

4. Aplinkos veiksniai – asmeninis saugumas ir fizinės aplinkos pritaikymas (pėsčiųjų takai, dviračių takai, keliai, parkų gausa, tualetai, suoliukai, apšvietimas, policijos veiklos efektyvumas ir pan.). Pritaikyta fizinė aplinka padeda gerinti fizinį aktyvumą

Taigi svarbu siekti, kad vyresnio amžiaus žmonės būtų fiziškai aktyvūs, gerai jaustųsi, aktyviai dalyvautų kultūriniame ir politiniame gyvenime, plėtotų socialinius ryšius, naudotųsi technologine pažanga ir būtų kuo savarankiškesni. Įvairios socialinės paslaugos, kuriomis suteikiama pagalba dėl amžiaus, neįgalumo, socialinių problemų, kai žmogus iš dalies ar visiškai neturi arba prarado gebėjimus ar galimybes savarankiškai rūpintis savo gyvenimu ir dalyvauti visuomenės gyvenime, didina senyvų žmonių savarankiškumą ir prisideda prie oraus gyvenimo užtikrinimo.

2.7.2. Amžiui draugiškų miestų politika

2007 metais Pasaulio sveikatos organizacijos (toliau – PSO) iniciatyva buvo įsteigtas amžiui draugiškų miestų ir bendruomenių tinklas. PSO apibrėžia amžiui draugišką miestą ir bendruomenę kaip „fizinę ir socialinę aplinką, kuri skatina vyresnių žmonių aktyvumą senstant, kad jie gyventų jausdamiesi saugiai, būdami geros sveikatos ir toliau aktyviai dalyvaudami visuomenėje veikloje“. Hoof, J. & Marston, H. (2021).

PSO išskiria sritis, kurios svarbiausios kuriant amžiui palankią aplinką. Age-friendly Environments ACTIVISTS (2020):



5 pav. Aštuonios amžiui draugiškos aplinkos sritys. Amžiui draugiškos aplinkos patirčių knygos iliustracija

PSO atkreipia dėmesį, kad su amžiumi žmogaus veiklos erdvė traukiasi dėl mažėjančio judumo, kurį riboja ne tik silpstanti sveikata, bet paprastai pajėgiam ir aktyviam žmogui pritaikyta gyvenamoji aplinka. Tuo tarpu amžiui draugiška aplinka padeda pagyvenusiems žmonėms savarankiškai arba su kitų pagalba atlikti pagrindines kasdienes veiklas (pvz.: nuvykti ten, kur jiems reikia, patenkinti savo reikmes), o taip pat gauti įvairiausias viešąsias ir asmenines paslaugas bei sukuria galimybes iki gilios senatvės gyventi savo namuose, nes žmonėms svarbu gyventi jiems įprastoje aplinkoje bei palaikyti glaudų ryšį su žmonėmis, kuriuos jie pažįsta ir kuriais gali pasitikėti. Prie amžiui draugiškos aplinkos kūrimo prisideda ir plėtojamos įvairios elektroninės paslaugos bei programos, kurios palengvina kasdienį gyvenimą namuose.

Tuo atveju jei dėl vienokių ar kitokių priežasčių nėra galimybės užtikrinti oraus ir kokybiško savarankiško gyvenimo, priklausomai nuo situacijos senyviems žmonėms siūlomos globos paslaugos namuose, dienos centruose arba specializuotose, nuolatiniam gyvenimui pritaikytose įstaigose - senų žmonių globos namuose.

2.7.3. Modernus požiūris į globą

Senelių globos namai - tai globos įstaiga, skirta žmonėms, kuriems reikalinga nuolatinė globa ir slauga ir kurie dėl senatvės ir negalios negali savarankiškai gyventi savo namuose. Holistiniu požiūriu į žmogų besivadovaujančios globos įstaigos siekia pasirūpinti ne tik fiziniais, bet ir dvasiniais žmogaus poreikiais ir stengiasi visų pirma padėti žmogui gyventi. Holistinis požiūris ragina kuo labiau įtraukti globojamą žmogų į kasdienį, natūralų gyvenimą, nepalikti jo tik stebėtoju, kai visus sprendimus priima įstaigos personalas, o žmogui telieka pasyviai stebėti ir priimti jam teikiamas paslaugas. Moderni slauga ragina koncentruotis ne į tai, ko žmogus negali, o į tai – ką jis gali.

Holistine filosofija besivadovaujančių slaugos namų „Addere Care“ direktorė Kristina Judinė teigia: „Savo ligoninėje siekiame laužyti postsovietinių slaugos ligoninių palikimą ir jų propaguotą funkcinę slaugą, kai kiekvienas darbuotojas atlieka tik tam tikras funkcijas, kai žmogus identifikuojamas pagal ligos kodus ir medicinines procedūras, o slauga susiaurinama iki žmogaus kūno rodiklių ir jų kontrolės. Mums priimtinesnis holistinis požiūris į žmogų, kai svarbu ne tik slaugomo asmens kūno temperatūra ar kraujo spaudimas, bet ir tai, kodėl jis, pavyzdžiui, šiandien yra liūdnas ir ką galėtume padaryti, kad žmogus jaustųsi geriau. Net ir labai senas ar sunkiai sergantis žmogus pas mus atvyksta ne būti slaugomas iki mirties, o gyventi iki mirties. Net jei žmogui reikalinga nuolatinė slauga, jis vis tiek gyvena. Mūsų slaugytojai, slaugytojų padėjėjai, kineziterapeutai, išplėstinės praktikos slaugytojai, gydytojai, socialiniai darbuotojai, muzikos terapeutai, sielovados darbuotojai ir kiti specialistai kasdien dirba tam, kad padėtų žmogui gyventi kiekvieną savo gyvenimo dieną“. 15min. (2022).

Taigi, moderniuose globos namuose gyventojams ne tik sudaromos saugios ir jų amžiui ir poreikiams pritaikytos gyvenimo sąlygos (pvz. veikiantis liftas, kėdės laiptų aikštelėse prisėsti

ir pailsėti lipant laiptais, geras apšvietimas, pašalinti slenksčiai, įrengtos rankenos koridoriuje ir vonioje įsitverti, neslidi grindų danga, platūs praėjimai ėjimui su vaikštyne), adaptuojamos viešosios erdvės (lygi danga be duobių, suoleliai su ranktūriais įsitverti stojant ir sėdant, žaliosios erdvės, lauko treniruokliai, nuolydžiai vietoje laiptų, kad būtų patogu eiti su vaikštyne), bet organizuojami laisvalaikio užsiėmimai, sielovada, gyventojai skatinami aktyviai įsitraukti ir dalyvauti bendruomenės gyvenime.

Apibendrinant, fiziologiniai, psichologiniai, socialiniai ir aplinkos veiksniai turi didžiausią įtaką vyresnio amžiaus asmenų fiziniam aktyvumui ir apskritai gerai savijautai. Todėl tinkamai pritaikyta aplinka ir jų poreikius atitinkanti veikla teigiamai veikia pagyvenusių žmonių fizinį pajėgumą, funkcines galimybes, o kartu ir sveikatą bei savivertę. Todėl siekiant oraus gyvenimo užtikrinimo, reikalinga kurti amžiui draugišką aplinką. Holistiniu požiūriu į žmogų besivadovaujančios globos įstaigos rūpinasi ne tik fiziniais, bet ir dvasiniais žmogaus poreikiais ir stengiasi visų pirma padėti žmogui gyventi. Moderni slauga ragina įtraukti globojamą žmogų į kasdienį, natūralų gyvenimą, nepalikti jo tik stebėtoju, kai visus sprendimus priima įstaigos personalas, o žmogui telieka pasyviai stebėti ir priimti jam teikiamas paslaugas.

2.8. Analogų studija

2.8.1. „The Gardens“ globos namai

Architektai: Marge Arkitekter

Vieta: Erebru miestas, Švedija

Metai: 2018



6 pav. Pastato vidinio kiemo vaizdas, Johan’o Fowelin’o nuotrauka

A. Socialiniai aspektai

A.1. Objekto paskirtis – senjorų globos namai

A.2. Socialinė svarba – Su amžiumi ir ligomis žmonės dažnai patiria vienatvę ir atskirtį nuo visuomenės. Projektu stengiamasi ne tik suteikti globą senjorams, bet ir sukurti patalpas socializacijai, gyventojų įtrauktimi kurti bendruomenės jausmą.

B. Urbanistiniai aspektai

B.1. Objekto vieta urbanistiniame kontekste

Pastatas yra įsikūręs Erebru miesto pakraštyje, greta kitapus gatvės esančių blokuotų vienbučių kvartalų. Artimiausiame kontekste globos namai yra supami medžių giraičių ir atvirų laukų, kurie naudojami žemdirbystei. Anot autorių, tai palanki vieta globoms namams, nes supanti gamtinė aplinka pasitarnauja gyventojų gerovei. Atstumas nuo miesto centro automobiliu iki objekto yra apie 10 min., pėsčiomis – 55 min.

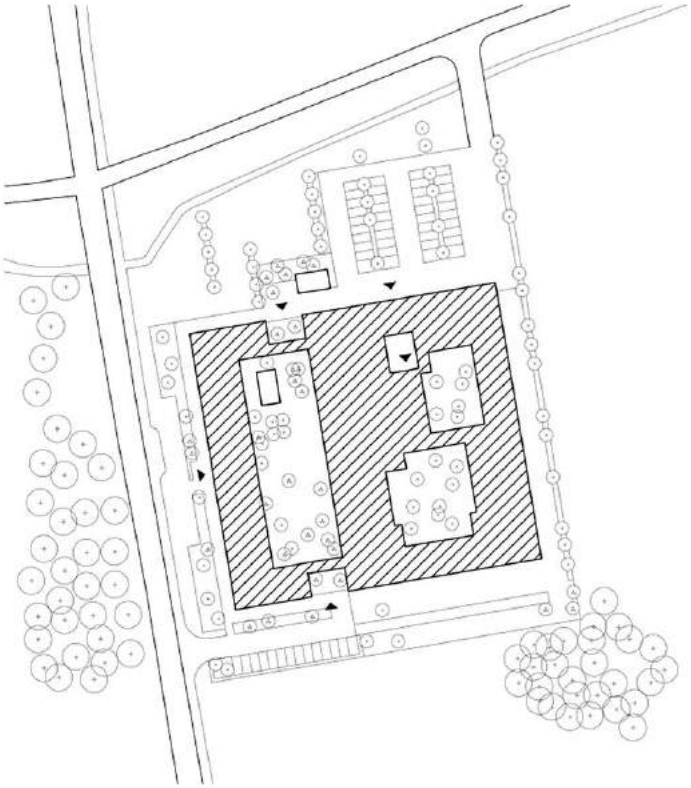
B.2. Objekto ryšio su aplinka pobūdis

Kvartalas, kuriame stovi pastatas, nėra tankiai užstatytas, pietuose nuo jo yra atskirai stovintys darželio, parduotuvių, automobilių priežiūros pastatai. Su šiais objektais nagrinėjamas statinys kontrastuoja masteliu, tačiau visi jie pasižymi panašia forma – aplinkai būdingais šlaitiniais stogais.

C.1. Objekto funkcinis sprendimas

C.1.1. Gen. planas

Generaliniame plane numatyti dviračių takai, jungiantys vienbučių kvartalus su rytuose esančia mokykla. Taip pat greta dviračių tako, yra suprojektuota automobilių stovėjimo aikštelė, su šalia stovinčiu šiltnamiu. Vakarinėje dalyje yra techninio aptarnavimo prieiga, dalinai uždengta augalija. 7 paveiksle pastebima, kad augalija yra naudojama aplink globos namų sklypo ribas, taip suteikiant privatumo pirmų aukštų gyventojams.



7 pav. Gen. planas, Marge Arkitekter brėžinys

Trys vidiniai kiemai, suprojektuoti taip, kad patenkintų skirtingus gyventojų veiklos poreikius. Mažiausias kiemelis – tai rami ir tyli aplinka, kurioje gyventojai gali mėgautis augmenija, pasivaikščiojimais ir vandeniu, pritraukiančiu vabzdžius ir paukščius. Vidutinio dydžio kiemelis skirtas šventėms ir dideliems susibūrimams. Didžiausiame kieme pagrindinis dėmesys skiriamas integracinei veiklai, gyventojai gali naudotis lauko treniruoklių sale, užsiimti joga ir kroketu.



8 pav. Pastato vaizdas iš paukščio skrydžio, Fly for fun nuotrauka

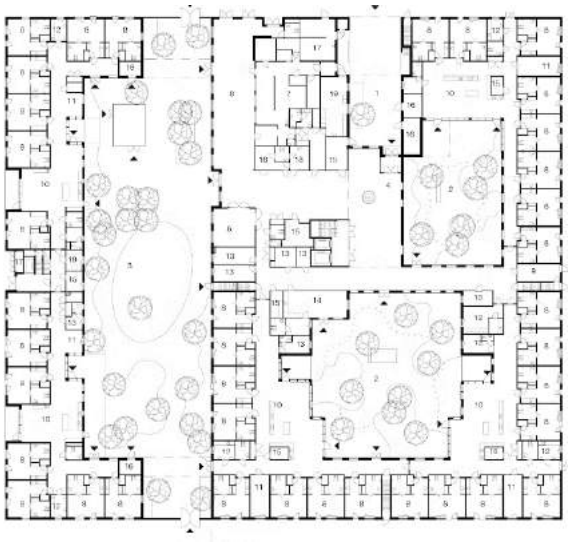
C.1.2. Pastato plano struktūra

Planą sudaro vientisas stačiakampio formos pastatas, kuriame įsikomponavę įvairaus dydžio sodai su atriumais. Iš vidaus pagyvenusiems žmonėms vaizdas į kiemo sodus atsiveria pro didelius langus. Tai skatina jų norą tyrinėti lauko aplinką bei socializuotis su kitais gyventojais.

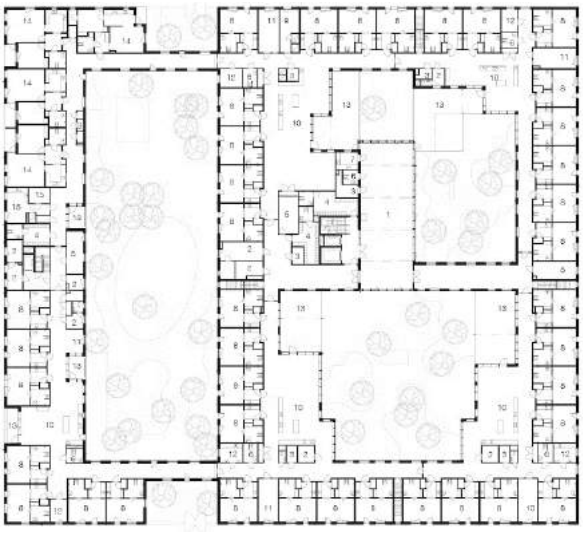


9 pav. Interjero vaizdas, Johan'o Fowelin'o nuotrauka

Aplink koridorius ir atskirus kambarių blokus įkurti lankytojų centrai, bendro naudojimo patalpos, siekiant sustiprinti bendruomeniškumo jausmą. 10 ir 11 paveiksluose pastebima, kad kambariai, kuriuose gyvena senjorai, yra išsidėstę aplink pastato perimetrą, jų yra skirtingų dydžų, pritaikytų gyvenimui vienam ir poroje. Kiekvienas kambarys turi asmenines sanitarines patalpas, virtuvėlę bei išėjimą į lauką.



10 pav. Pirmo a. planas, Marge Arkitekter brėž.



11 pav. Antro a. planas, Marge Arkitekter brėž.

C.2. Objekto meninis sprendimas

C.2.1. Kompozicinio sprendimo ypatumai

Iš 8 ir 12 paveikslų galima matyti, kad stogas yra sudarytas iš atskirų skirtingo mastelio šlaitinių stogų, besisukančių aplink pastatą, kurie reaguoja į aplinkoje esančius pastatus. Toks sprendimas pasirinktas tam, kad būtų smulkinamas objekto mastelis.

C.2.2. Stiliniai ypatumai

Projekte dominuoja skandinaviškai architektūrai būdinga mediena, šiltos ir neutralios spalvos, kurios naudojamos tiek eksterjere (6 pav.), tiek vidinėse patalpose (9 pav.). Durys yra kontrastuojančiai išryškinamos siekiant pagerinti jų matomumą. Eksterjeras yra nuklotas kvadratinėmis plytelėmis, kurių spalva keičiasi iš švelniai žalsvų į baltas, tarsi augalijos ir dangaus sąryšis. Tokiu būdu pastatas prisiderina prie dirbamų laukų horizonto vaizdo.



12 pav. Eksterjero vaizdas, Johan’o Fowelin’o nuotrauka

C.2.3. Semantiškumo, psichologinio veikimo aspektai

Natūralios medžiagos, augalijos pilni vidiniai kiemai teigiamai veikia gyventojus psichologiškai, nes kuriamas ryšys su gamta. Didelis natūralios šviesos kiekis taip pat pasitarnauja senjorų gerovei, stimuliuojama vitamino D gamyba, išskiriamas serotoninas.

C.3. Objekto materialinė struktūra

C.3.1. Medžiaginis – konstrukcinis sprendimas

Objekto konstrukcijoms naudojama mediena, ji yra pastebima tiek vidinėse patalpose, tiek atriumuose. Pasirinktos medžiagos yra tvirtos ir tvarios, jos nedaro didelio poveikio aplinkai ir nereikalauja pastovios priežiūros.

2.8.2. „Carpe Diem“ demencija sergančių senjorų miestelis



Architektai: Nordic Office of Architecture

Vieta: Dønskiveieno miestas, Norvegija

Metai: 2020

13 pav. Vaizdas iš paukščio skrydžio, Knut’o Ramstad’o nuotrauka

A. Socialiniai aspektai

A.1. Objekto paskirtis – globos namai, demencija sergančių senjorų miestelis.

A.2. Socialinė svarba – Demencija sergančių asmenų miesteliuose dėmesys skiriamas pažeidžiamų gyventojų gyvenimo kokybei gerinti, nes jiems siūloma stimuliuojanti aplinka ir veikla, pritaikyta jų interesams ir gebėjimams.

B. Urbanistiniai aspektai

B.1. Objekto vieta urbanistiniame kontekste

Nagrinėjamas objektas yra Dønskiveieno miesto vienbučių kvartale, įsikomponavęs tarp dviejų kitų globos namų įstaigų. Apart globos namų, artimiausiame kontekste objektas yra supamas mišrios paskirties pastatų, kaip garažų, renginių erdvių. Į šiaurinę ir pietinę puses nuo pastato yra miškų plotai. Atstumas iki arčiausio didmiesčio centro – Oslo, yra apie 19.5 km.

B.2. Objekto ryšio su aplinka pobūdis

Iš 13 paveikslo matyti, kad tai yra atskirai stovintis objektas. Jis savo išvaizda kontrastuoja su greta esančiais pastatais. To priežastis yra siekis atsiriboti nuo tipinių sveikatos priežiūros pastatų išvaizdos, kuriant atskirą, jaukią kaimyniją.

C.1. Objekto funkcinis sprendimas

C.1.1. Gen. planas



14 pav. Vaizdas iš viršaus, Knut'o Ramstad'o nuotrauka

Projekto generalinis planas pastato išorėje numato automobilių stovėjimo aikštelės bei techninį aptarnavimą, o visos gerbūviui tarnaujančios struktūros koncentruotos vidiniuose kiemuose. Lauko erdvės buvo suprojektuoti taip, kad padėtų gyventojams tapti fiziškai aktyvesniais ir savarankiškais. 14 paveikslas parodo, kad kiekviena lauko erdvė turi aiškų charakterį, siekiant palengvinti jų atpažįstamumą, pavyzdžiui greta pagrindinio įėjimo esanti kietos dangos aikštelė primena miesto aikštę, ji galiausiai transformuojasi į labiau užmiesčiui būdingą teritoriją. Šios įvairios zonos yra sujungtos kilpiniu takeliu, vedančiu per skirtingus teminius potyrius, kurie turi savitus pavadinimus, tokius kaip: "vandens sodas", "auginimas" ir "dvaras", o kiekviename iš jų yra su pavadinimu susiję elementai, pavyzdžiui, negilus tvenkinys, šiltnamis ir pavėsinė.

C.1.2. Pastato plano struktūra

Globos namų planas apgaubia vidinį kiemą iš visų pusių, jo suskaidymas į mažesnius modulius smulkina didelį pastato tūrį. 16 paveiksle matyti, kad prie pagrindinio įėjimo numatytos laisvalaikio patalpos: kavinė, kirpykla, dirbtuvės, fizinio lavinimo kambariai. Kiekvieną iš gyvenamųjų korpusų aukštų sudaro apytiksliai 8 privatūs kambariai ir bendros erdvės, skirtos gyventojų socializacijai ir įvairioms veikloms.



15 pav. Pirmo a. planas, Nordic Office of Architecture brėžinys



16 pav. Trečio a. planas, Nordic Office of Architecture brėžinys

Skirtingi korpusai aukštesniuose aukštuose yra sujungti 15 paveiksle matomomis kabančiomis konsolėmis. Toks sprendimas palengvina gyventojų tarpusavio susisiekimą. Papildomos techninės patalpos ir automobilių stovėjimo aikštelė numatytos požeminiame aukšte.

C.2. Objekto meninis sprendimas

C.2.1. Kompozicinio sprendimo ypatumai

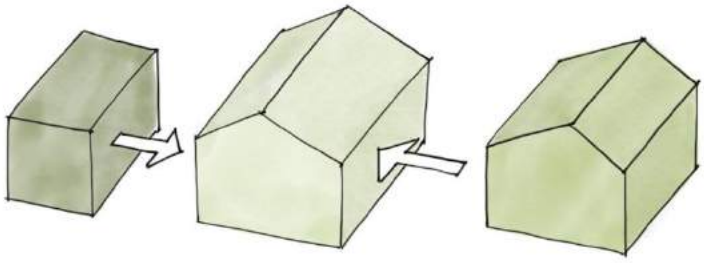
Projektu stengiamasi nutolti nuo tipinės slaugos institucijų išvaizdos. Tai pasiekiama naudojant skirtingos raiškos tūrius, kurie sudaro vidines erdves. Šiais tūriais sukuriama jaukaus kaimelio nuotaika, nekelianti demencija sergantiems gyventojams streso. Šio kaimelio fragmentas vaizduojamas 17 paveiksle.



17 pav. Vidinio kiemo vaizdas, Inger'ės Marie Grini nuotrauka

C.2.2. Stiliniai ypatumai

Siekis sukurti lengvai atpažįstamą aplinką išreiškiamas paprastomis formomis (18 pav.), pavyzdžiui apsiribojant tik šlaitiniais, lygiais stogais, nenaudojant išraiškingų sprendimų. Apdailos priemonės taip pat ribojamos: išorėje vyrauja medis, klinkerio plytos ir tinkas. Šios medžiagos labiau išryškina atskirų pastatų įspūdį.



18 pav. Atpažįstamos namų formos, Nordic Office of Architecture schema

C.2.3. Semantiškumo, psichologinio veikimo aspektai

Kaip minėta anksčiau, siekiama sukurti stimuliuojančią aplinką demencija sergantiems žmonėms, tad projektuojant atkreipiamas dėmesys į erdvių kontrastą, išnaudojami gamtiniai motyvai, tokie kaip augmenija, vanduo. 19 paveikslas iliustruoja, kad interjeras kuriamas tokiu būdu, kad patalpos būtų kuo panašesnės į tipinius namų kambarius ir aiškiai išsiskirtų.



19 pav. Interjero vaizdas, Inger’ės Marie Grini nuotrauka

2.8.3. „Móberg“ globos namai

Architektai: LOOP Architects & Urban Arkitektar

Vieta: Selfosas, Islandija

Metai: 2022



20 pav. Vaizdas iš paukščio skrydžio, Loop Architects & Urban Arkitektar nuotrauka

A. Socialiniai aspektai

A.1. Objekto paskirtis – globos namai, demencija sergančių senjorų miestelis

A.2. Socialinė svarba – sukurta saugi aplinka demencija sergantiems senjorams, kurioje jie gali neprižiūrimi užsiimti sau patinkančia veikla.

B. Urbanistiniai aspektai

B.1. Objekto vieta urbanistiniame kontekste

Šie globos namai yra įsikomponavę Selfoso miesto pakraštyje. Į pietus ir vakarus nuo sklypo driekiasi vienbučių namų kvartalai, rytuose industrinis kompleksas. Šiaurinėje dalyje atsiveria gamtiniai vaizdai, kuriuose, už plačios upės pavadinimu Ölfusá, matomi Islandijos kalnai (20 pav.).



21 pav. Aplinkinė teritorija, Geoportal žemėlapis, autoriaus nuotrauka

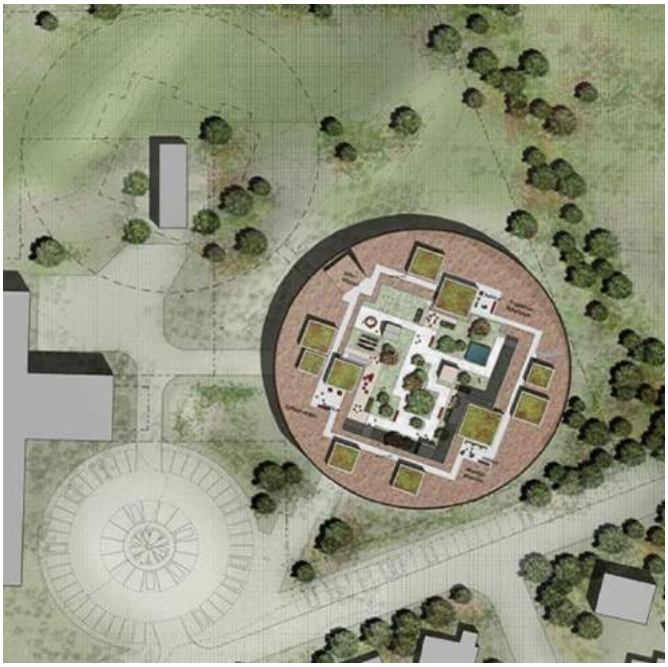
B.2. Objekto ryšio su aplinka pobūdis

21 paveiksle matyti, kad nagrinėjamas objektas yra suprojektuotas atskirai, nesišlieja prie greta esančių pastatų, tačiau kontrastuoja su jais savo masteliu ir forma.

C.1. Objekto funkcinis sprendimas

C.1.1. Gen. planas

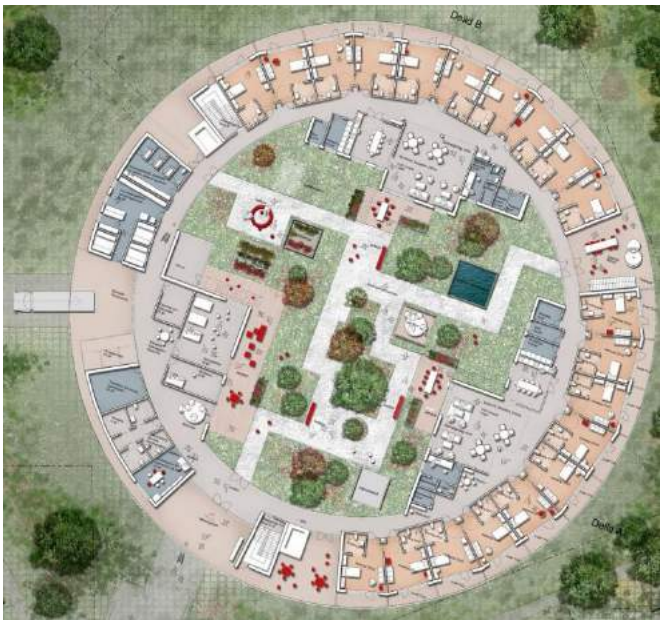
Projekto generalinis planas papildo greta esančios ligoninės sklypą nauja apskritimo formos automobilių stovėjimo aikštele, vaizduojama 22 paveiksle, taip pat naujos stovėjimo vietos numaytos palei Árvegur gatvę. Patekimas į pastatą numatytas iš pietvakarių pusės, techninis privažiavimas – iš vakarų.



22 pav. Gen. planas, Loop Architects & Urban Arkitektar brėžinys

C.1.2. Pastato plano struktūra

Apskritimo formos globos namuose privatūs kambariai yra išdėstyti palei pastato perimetrą. 23 paveiksle vaizduojami kambariai yra orientuoti arba į gamtos vaizdus, arba į vienbučių namų kvartalus, jų virtines kerta bendro naudojimo erdvės, skirtos socializacijai. Kiekvienas gyventojo kambarys turi asmenines sanitarines patalpas bei terasą arba balkoną. Bendro naudojimo erdvės taip pat įsiskverbia į žiedo vidų, jose suprojektuoti masažo kambariai, virtuvės. Prie techninio įvažiavimo numatyti įvairūs darbuotojams skirti kambariai.



23 pav. Pirmo a. planas, Loop Architects & Urban Arkitektar brėžinys

C.2. Objekto meninis sprendimas

C.2.1. Kompozicinio sprendimo ypatumai

Pasirinkus apvalią pastato formą, architektai pasirūpino saugia gyventojų aplinka, kad jie galėtų laisvai judėti kilpa ir visada grįžtų namo. Šį tūrį autoriai apibūdina kaip demokratišką [44] , nes sukuriamos lygios galimybės visiems, visi dalijasi bendromis vidinėje apskrito pastato dalyje esančiomis erdvėmis. Atvira centrinė erdvė yra suprojektuota kaip pastato šerdis, kurioje poilsiaujantys gyventojai gali būti prižiūrimi. Ji pavaizduota 25 paveiksle.



24 pav. Interjero vaizdas, Loop Architects & Urban Arkitektar nuotrauka

C.2.2. Stiliniai ypatumai

Projekte aktyviai kuriamas ryšys su gamta, tai daroma naudojant natūralias medžiagas, pavyzdžiui medienos apdailą tiek eksterjere, tiek interjere (24 pav.). Taip pat vidiniame kieme numatyta daug augalijos, vandens instaliacija. Derintis prie gamtos taip pat padeda apželdintas stogas, dėl kurio, žiūrint iš paukščio skrydžio, pastatas atrodo tarsi iš žemės išnyrantis kalnas.

C.2.3. Semantiškumo, psichologinio veikimo aspektai

Šie globos namai daro teigiamą poveikį demencija sergančių senjorų pasąmonei, nes vidinio kiemo saugi aplinka leidžia jiems be priežiūros užsiiminėti norima veikla. Tai suteikia jiems įspūdį, jog jie patys kontroliuoja savo gyvenimą, o tai atsiliepia jų vidinei gerovei. Taip pat vidiniame kieme numatytos įvairios namų apyvokos detalės, kaip pavyzdžiui iš virvių padarytos džiovyklos drabužiams, galinčios priminti senjorams apie jų buvusį gyvenimą.



25 pav. Vidinio kiemo vaizdas, Loop Architects & Urban Arkitektar nuotrauka

C.3. Objekto materialinė struktūra

C.3.1. Medžiaginis – konstrukcinis sprendimas

Nagrinėjamame objekte daug dėmesio skiriama tvarumą užtikrinantiems sprendimams, tad projektas yra labai gerai įvertintas BREEAM sertifikavimo sistemoje [43]. Slaugos namai pastatyti iš betono karkaso, išlieto vietoje. Siekiant importuoti kuo mažesnį kiekį medžiagų, betonas buvo maišomas su po ugnikalnio išsiveržimo likusiais pelenais, o toks mišinys jam suteikė tamsesnį atspalvį. Pastatas apvilktas importuota norvegiška mediena (kedru), kuri suteikia eksterjerui šiltą ir lytėjimui malonių paviršių, o ant stogo esanti žolė surenka lietaus vandenį.

2.8.4. „Peter Rosegger“ globos namai

Architektai: Dietger Wissounig Architekten

Vieta: Gracas, Austrija

Metai: 2014



26 pav. Eksterjero vaizdas, Paul’o Ott’o nuotrauka

A. Socialiniai aspektai

A.1. Objekto paskirtis – senjorų globos namai

A.2. Socialinė svarba – su amžiumi ir ligomis žmonės dažnai patiria vienatvę ir atskirtį nuo visuomenės. Projektu stengiamasi ne tik suteikti globą senjorams, bet ir sukurti patalpas socializacijai, įtrauki gyventojus į įvairias veiklas ir kurti bendruomenės jausmą.

B. Urbanistiniai aspektai

B.1. Objekto vieta urbanistiniame kontekste

Pastatas yra Graco miesto užmiestyje esančiame vienbučių namų kvartale. Iš šiaurinės ir pietinės pusių globos namai ribojasi su komercinės paskirties objektais, vakaruose yra miškas, rytuose – upelio atskirti dirbami laukai (27 pav.).

B.2. Objekto ryšio su aplinka pobūdis

Atskirai stovintis objektas kontrastuoja su aplinka savo masteliu ir forma. Skirtingai nei greta esantys pastatai, nagrinėjami globos namai yra labiau atsitraukę nuo gatvės ir nutraukia vyraujančią užstatymo virtinę.

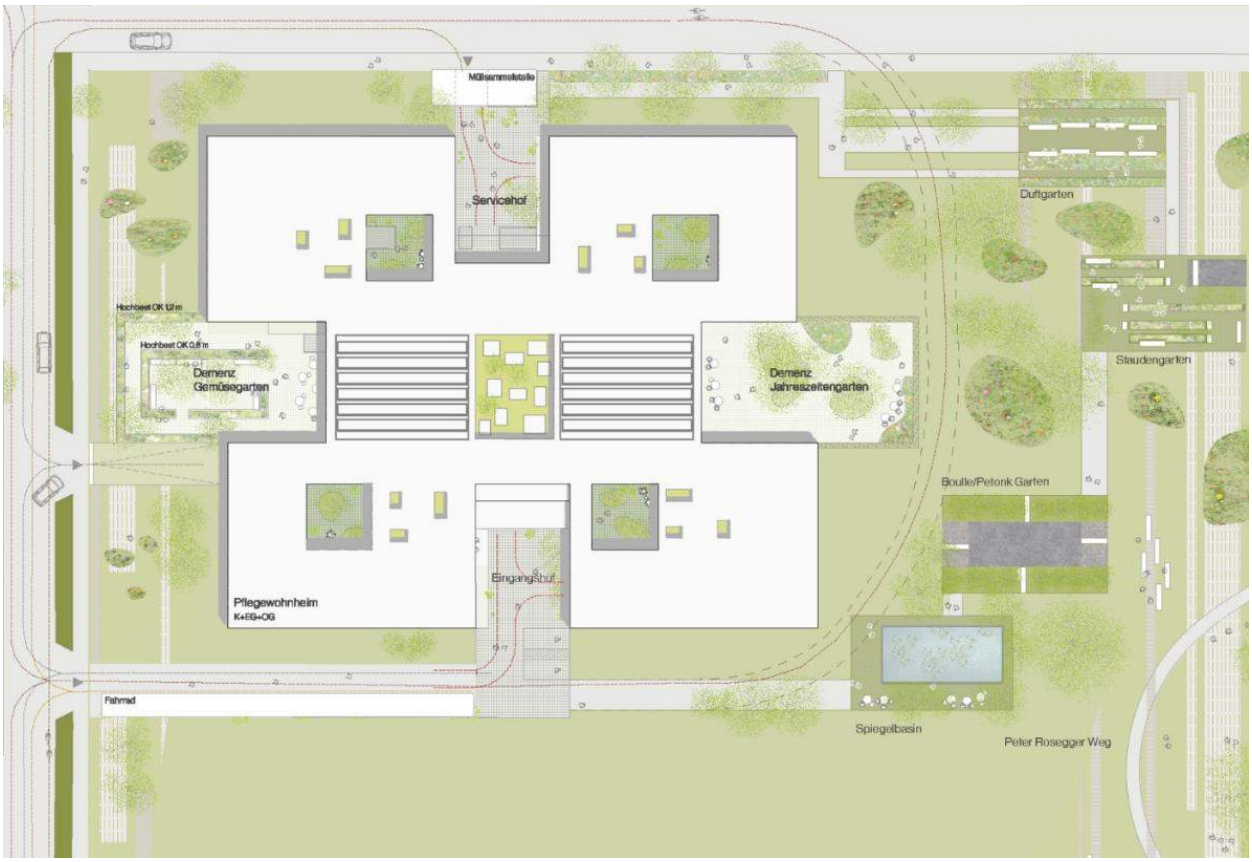


27 pav. Aplinkinė teritorija, Geoportal žemėlapis, autoriaus

C.1. Objekto funkcinis sprendimas

C.1.1. Gen. planas

Generaliniame plane pagrindinis įėjimas į pastatą yra numatytas iš pietinės pusės, šiaurinis privažiavimas paliktas aptarnavimui. Atkreiptinas dėmesys, kad pradiniame sumanyme pagrindinis įėjimas buvo suprojektuotas vakarinėje dalyje vietoj sodo, tačiau šiuo metu ten yra automobilių stovėjimo aikštelė. Šis sprendimas galimai buvo priimtas norint patraukti bendro naudojimo lauko erdves kuo toliau nuo aktyvios gatvės. Iš 28 paveikslo matyti, kad rytinėje sklypo dalyje suprojektuotos įvairios rekreacinės zonos, tokios kaip sporto aikštelė, tvenkinys ir t.t.



28 pav. Gen. Planas, Dietger Wissounig Architekten brėžinys

C.1.2. Pastato plano struktūra

Gyvenamosios patalpos yra išdėstytos palei pastato išorinį perimetrą, su bendro naudojimo rekreacinėmis erdvėmis viduje, greta vidinių kiemelių. Siekiant sukurti jaukią ir pažįstamą atmosferą, kiekvienas aukštas yra suskirstytas į 4 mažesnes bendruomenes, matomas 29 paveiksle. Jose apgyvendinta po 12 senjorų ir slaugytojas. Šios bendruomenės turi savo atskiras virtuves ir bendro naudojimo erdves. Norint užtikrinti patogų susisiekimą, slaugytojų kabinetai yra centrinėje pastato dalyje, tad pacientams nereikia eiti didelių atstumų norint juos pasiekti. Šis išplanavimas yra identiškas antrajame aukšte. Objekto viduryje numatyta auditorija renginiams, kuri taip pat naudojama kaip rekreacinė erdvė.



29 pav. Pirmo a. planas, Dietger Wissounig Architekten brėžinys

C.2. Objekto meninis sprendimas

C.2.1. Kompozicinio sprendimo ypatumai



30 pav. Interjero vaizdas, Paul'o Ott'o nuotrauka

Nagrinėjamas objektas susideda iš asimetriškų stačiakampių, kuriais autoriai siekia padalinti globos namus į aštuonias bendruomenes, po keturias kiekviename aukšte. Kaip minėta anksčiau, tokiu būdu komponuojant tūrius norima kurti jaukias ir atpažįstamas erdves. Sklypo vakaruose esančios viešos rekreacinės zonos pritraukia vietinius, tokiu būdu mažinama senjorų atskirtis nuo išorinio pasaulio.

C.2.2. Stiliniai ypatumai

Projekte šviesiomis spalvomis ir natūraliomis medžiagomis kuriama ne tik jauki aplinka, tačiau ir ryšys su gamtine aplinka (26, 31 pav.). Prie šio ryšio prisideda ir miegamuosiuose naudojamos vitrinos, atveriančios vaizdus į greta esančius miškingus kalnus ir žalius laukus. Skirtingos interjero spalvų paletės bei namus priminančių miegamųjų išvaizda tarnauja tam kad būtų sustiprintas atpažįstamumo jausmas.



31 pav. Miegamasis, Paul'o Ott'o nuotrauka

C.2.3. Semantiškumo, psichologinio veikimo aspektai

Dideli balkonai ir terasos, taip pat įvairūs takai ir vaizdai į kitas namo dalis sukuria stimuliuojančią aplinką, skatinančią gyventojus būti fiziškai aktyviais, tyrinėti pastatą, sąveikauti su kaimynais. Bendruomeniškumui skatinti išnaudojamos specialiai suprojektuotos pakeltos lysvės, kurios matomas 30 paveiksle. Ravėdami ir prižiūrėdami lysves gyventojai ne tik bendrauja, bet ši veikla veikia kaip sensorinė stimuliacija, padedanti jiems susikaupti.

C.3. Objekto materialinė struktūra

C.3.1. Medžiaginis – konstrukcinis sprendimas

Pastatas sukonstruotas naudojant medinį karkasą. Išskyrus pagrindinius laiptus, abu pastato aukštai, įskaitant lubas ir sienas, yra pagaminti tik iš medinių konstrukcijų (32 pav.). Šios konstrukcijos yra atidengtos bendro naudojimo patalpose. Fasadas apšiltintas perdirbama akmens vata ir yra padengtas neapdorotu maumedžiu.



32 pav. Bendro naudojimo patalpos, Paul’o Ott’o nuotrauka

2.8.5. Alzhaimerio miestelis Dakse



33 pav. Miestelio aikštė, 11h45 nuotrauka

Architektai: NORD Architects

Vieta: Dakso miestas, Prancūzija

Metai: 2020

A. Socialiniai aspektai

A.1. Objekto paskirtis – Alzhaimeriu sergančių senjorų globos namai

A.2. Socialinė svarba – Alzhaimeriu sergančių asmenų miesteliuose dėmesys skiriamas pažeidžiamų gyventojų gyvenimo kokybei gerinti, nes jiems siūloma stimuliuojanti aplinka ir veikla, pritaikyta jų interesams ir gebėjimams.

B. Urbanistiniai aspektai

B.1. Objekto vieta urbanistiniame kontekste

Nagrinėjamas objektas yra įsikūręs pačiame Dakso miesto pakraštyje. Artimiausiame kontekste iš rytų, pietų ir vakarų objektą supa miškų masyvai. Į šiaurę nuo sklypo yra industrinių ir komercinės paskirties pastatų kompleksai, juos nuo globos namų skiria geležinkelis (34 pav.).



34 pav. Aplinkinė teritorija, Geoportal žemėlapis, autoriaus nuotrauka

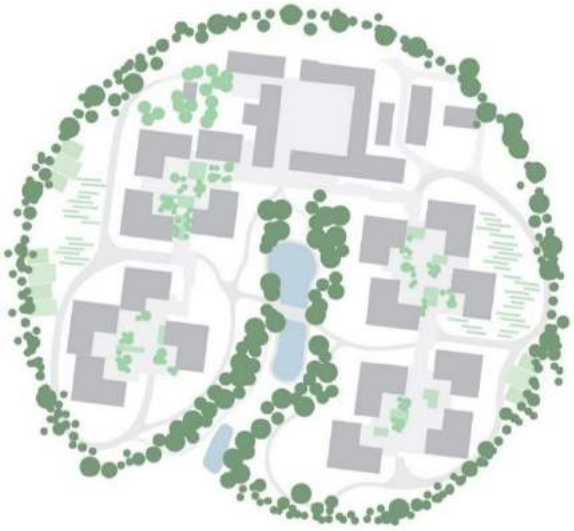
B.2. Objekto ryšio su aplinka pobūdis

Alzhaimerio miestelis su aplinka nekontrastuoja, nes susideda iš smulkesnių pastatų, kurie sukuria teritorijai būdingo vienbučių kvartalo įspūdį.

C.1. Objekto funkcinis sprendimas

C.1.1. Gen. planas

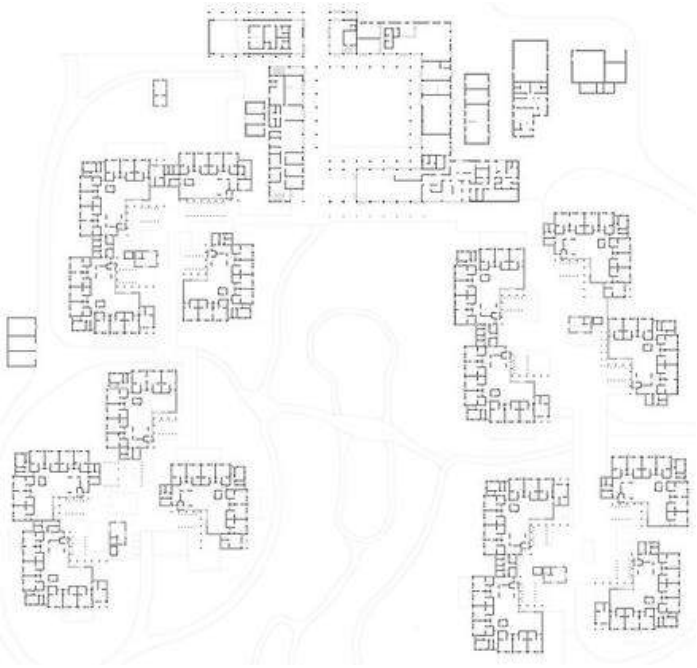
Gen. plane gyvenamieji pastatai yra suprojektuoti pietinėje sklypo dalyje, juos nuo triukšmingo geležinkelio skiria medžių ruožai, žaliais taškais pažymėti 35 paveiksle ir rekreacines erdves talpinantis pastatas. Kuriant intymų ryšį su gamta, sklypo viduryje numatyti vandens telkiniai, iki kurių veda vingiuoti takeliai. Šie takeliai suprojektuoti kilpų formos, kad jais vaikštantys gyventojai nenutoltų nuo teritorijos ir nepasiklystų.



35 pav. Gen. planas, NORD Architects brėžinys

C.1.2. Pastato plano struktūra

Gyvenamųjų pastatų grupės susideda iš 4 smulkesnių namų, kuriuose numatyti miegamieji su asmeniniais san. mazgais bei bendro naudojimo patalpos su atskira virtuvėle. Šie namukai yra išdėstyti aplink vidinius kiemus, kurie tarnauja papildomai gyventų socializacijai. Šiaurinėje dalyje esančiame tūryje suprojektuotos įvairios rekreacinės erdvės, tokios kaip turgaus aikštė, renginių salė, valgykla ir t.t (36 pav.). Šiame pastate taip pat numatyti masažo kabinetai ir įvairios techninės patalpos.



36 pav. Pastato planas, NORD Architects brėžinys

C.2. Objekto meninis sprendimas

C.2.1. Kompozicinio sprendimo ypatumai

Architektai šiuo projektu stengėsi imituoti Dakso senamiesčio įvaizdį, sukurdami betonines arkas, kurios apglėbia turgaus aikštę. Jos vaizduojamos 33 paveiksle. Suskaidydami slaugos įstaigą į smulkesnių pastatų klasterius, architektai sukūrė gyventojams jaukią ir atpažįstamą aplinką, primenančią eilinį Dakso miesto vienbučių kvartalą. Anot architektų, vidiniuose kiemuose naudojama augalija suteikia gyventojams privatumo.



37 pav. Objekto teritorija, 11h45 nuotrauka

C.2.2. Stiliniai ypatumai

Kaip minėta anksčiau, šio Alzhaimerio miestelio išvaizda yra inspiruota Dakso senamiesčio, tad taip pat naudojamos miestui būdingos arkos, šlaitiniai stogai (37 pav.).

C.2.3. Semantiškumo, psichologinio veikimo aspektai

Projekte didelis dėmesys buvo skiriamas atpažįstamumo jausmo sukūrimui. Anot "NORD Architects" partnerio Morten‘o Gregersen‘o, Alzheimerio liga ar demencija sergantiems žmonėms labai svarbu, kad aplinka būtų atpažįstama. Ji neturi kelti jiems iššūkių ar trikdyti jų pažintinių gebėjimų. Todėl projektuojant panaudoti vietos pastatų stiliaus elementai. Šie globos namai tarnauja tarsi gyventojų kasdienės aplinkos pratęsimas, palengvinantis perėjimą nuo savarankiško gyvenimo namuose prie gyvenimo Alzheimerio centre.

C.3. Objekto materialinė struktūra

C.3.1. Medžiaginis – konstrukcinis sprendimas

Nagrinėjamam objekte medžiagos įvairuoja pagal pastatų funkcijas: pagrindiniame pastate vyrauja betonas ir medis, gyvenamieji namai yra padengti arba tinko arba medinių lentų fasadais. Visų pastatų šlaitiniai stogai dengti vietovei būdingomis ochros spalvos čerpėmis, matomomis 38 paveiksle.



38 pav. Gyvenamojo namo eksterjeras, 11h45 nuotrauka

2.8.6. Analogų apibendrinimas – modernių globos įstaigų projektavimo tendencijos

Nagrinėjant įvairius globos namų projektus, išaiškėjo tam tikros tendencijos, kurias naudoja architektai, siekdami sukurti kuo malonesnę aplinką bei užtikrinti kokybišką ir orų klientų gyvenimą. Vienas iš šių pasikartojančių motyvų yra gyventojams atpažįstamos aplinkos projektavimas. Globos namams pritaikoma išvaizda, primenanti jų gyventojams aplinką, kurioje šie anksčiau praleido visą savo gyvenimą. Tai pasiekiama suskaidant stambios įstaigos pastatą į smulkesnius tūrius, sukuriant miestelio įspūdį, arba pritaikant įvairius interjero dizaino elementus, kad aplinka kuo labiau primintų namus. Jaukesnės ir lengviau atpažįstamos aplinkos įspūdžiui sustiprinti taip pat pasitarnauja gyventojų suskirstymas į smulkesnes bendruomenes, padalinant pastatą į atskiras mažesnes dalis, tokiu būdu padedant senjorams geriau jose orientuotis.

Šiuolaikinėse globos įstaigose taip pat didelis dėmesys yra skiriamas gyventojų atskirties mažinimui. Vienatvė yra didelė problema senyvo amžiaus žmonių tarpe, tad architektai projektuose numato įvairias bendro naudojimo patalpas, kurios skatina gyventojus socializuotis. Šios bendro naudojimo patalpos dažniausiai turi nedidelę virtuvėlę, patogius baldus ir yra lengvai pasiekiamos iš privačių miegamųjų.

Lauko erdvės taip pat yra pritaikytos senjorų gerovės užtikrinimui. Nagrinėtuose projektuose gamtinė aplinka suteikia gyventojams įvairaus sensorinio stimulo, skatina juos būti fiziškai aktyviais. Siekiant suteikti demencija sergantiems pacientams kuo daugiau savarankiškumo, taip pat pasirūpinant jų saugumu, projektuojami takai yra kilpos formų. Tai neleidžia gyventojams nuklysti nuo teritorijos ir užtikrina, kad jie visada atsidurtų greta pažįstamos aplinkos.

Globos namų teritorijose esančioms rekreacinėms erdvėms kartais numatoma vieša prieiga, padedanti sukurti ryšį tarp senjorų bei vietos bendruomenės ir taip mažinti globos namų gyventojų atskirties jausmą.

3. TIRIAMOJI DALIS

3.1. Apklausa

GAMTOS ELEMENTŲ PANAUDOJIMO ARCHITEKTŪRINIUOSE SPRENDINIUOSE POVEIKIO ŽMONIŲ SAVIJAUTAI TYRIMAS

Hipotezė: Žmonių gerovei svarbus ryšys su natūralia gamta, todėl gamtinių elementų naudojimas architektūroje yra itin reikšmingas gerai savijautai.

Tikslas: Išsiaiškinti, kaip gamtos elementus įtraukiantys architektūriniai sprendiniai veikia žmonių teigiamas emocijas.

Metodas: Naudojant įvairias projektų vizualizacijas (pasižyminčias gamtinių motyvų gausa ir atvirkščiai), išsiaiškinti, ar ir kaip rodomi vaizdai sukelia įvairias teigiamas emocijas. Apklausoje tiriama, kaip stipriai kiekviena iš pateiktų vizualizacijų asocijuojasi su tokiais teigiamais jausmais, kaip: jaukumas, atsipalaidavimas, saugumas, susikaupimas, ramybė ir įkvėpimas.

Pateikiami klausimai:

Kaip stipriai ši aplinka jums sukuria jaukumo pojūtį ? (1-10)

Kaip stipriai ši aplinka jums sukuria atsipalaidavimo pojūtį ? (1-10)

Kaip stipriai ši aplinka jums sukuria saugumo pojūtį ? (1-10)

Kaip stipriai ši aplinka jums sukuria susikaupimo pojūtį ? (1-10)

Kaip stipriai ši aplinka jums sukuria ramybės pojūtį ? (1-10)

Kaip stipriai ši aplinka jums sukuria įkvėpimo pojūtį ? (1-10)

Apklausoje vaizduojamos vizualizacijos:



39 pav. Muziejaus interjeras, autoriaus viz.



40 pav. Vienbučio interjeras, autoriaus viz.



41 pav. Mokyklos interjeras, autoriaus viz.



42 pav. Terasa, autoriaus viz.



43 pav. Joniškio komercinė zona, autoriaus viz.



44 pav. Kavinės interjeras, autoriaus viz.



45 pav. Vienbučio eksterjeras, autoriaus viz.



46 pav. Muziejaus eksterjeras, autoriaus viz.

3.2.Apklausos rezultatai

1 len. Rezultatų apibendrinimas

	Jaukumas	Atsipalaidavimas	Saugumas	Susikaupimas	Ramybė	Įkvėpimas	Vidurkis
Muziejaus interjeras	5.70	6.20	6.25	6.50	6.60	6.25	6.25
Vienbučio interjeras	7.90	8.15	7.95	7.80	8.85	7.95	8.10
Mokyklos interjeras	5.30	5.20	6.25	6.35	5.55	5.35	5.66
Terasa	7.70	8.35	7.50	7.40	8.50	7.65	7.85
Joniškio komercinė zona	6.35	6.00	6.20	5.05	5.70	5.70	5.83
Kavinės interjeras	6.40	6.05	5.95	5.40	5.85	5.30	5.83
Vienbučio eksterjeras	8.50	8.75	8.15	8.05	8.80	8.50	8.46
Muziejaus eksterjeras	5.80	6.00	6.15	6.20	6.10	6.35	6.10

Apklausoje dalyvavo 20 dalyvių, kurie atsakė į 6 klausimus apie kiekvieną iš 8 vizualizacijų, vertindami jas pagal tai, kiek stipriai kiekviena iš vizualizacijų atliepia tam tikrus teigiamus jausmus (kur 1 – mažiausiai atliepia, 10 – labiausiai atliepia). Vienbučio interjero, terasos, muziejaus ir vienbučio eksterjero architektūriniuose sprendimuose ir atitinkamai jų vizualizacijose buvo panaudota daugiau gamtinių elementų nei kitose. Apklausos rezultatai rodo, kad vizualizacijų, pasižyminčių didesniu kiekiu gamtinių elementų, įvertinimų vidurkis yra aukštesnis nei tų, kuriose gamtinių elementų yra mažiau. Respondentams nuotraukos, vaizduojančios architektūrinius sprendinius su gamtos motyvų integracija, ženkliai stipriau sukėlė atsipalaidavimo ir ramybės jausmą, nei gamtos elementų stokojantys sprendimai.

4. PROJEKTINĖ DALIS

4.1. Įvadas

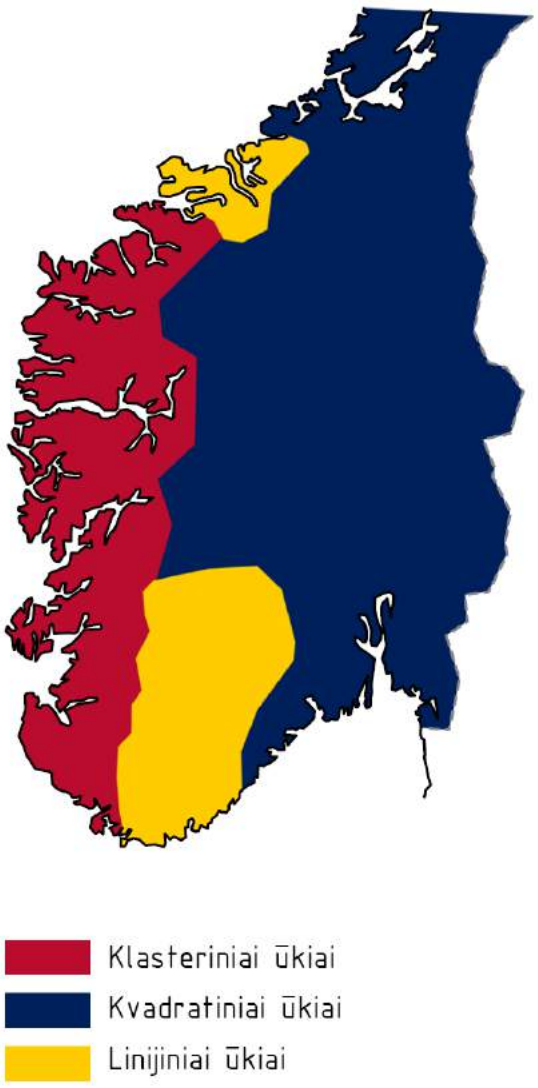
Ilgėjanti vidutinė gyvenimo trukmė ir apskritai populiacijos senėjimas, tai tendencijos, su kuriomis susiduria visos išsivysčiusios šalys. Dėl specifinių vyresnių visuomenės žmonių poreikių formuojasi nauja prekių ir paslaugų rinka, atsiranda reikalas pritaikyti socialinės, sveikatos apsaugos sistemas prie naujų reikalavimų, kad užtikrinti senstančios visuomenės dalies visavertį, kokybišką gyvenimą. Pagyvenę žmonės dėl amžiaus ar fizinių negalių turi ribotas galimybes judėti ar pasirūpinti savimi, todėl itin daug laiko praleidžia patalpose. Todėl nenuostabu, kokį svarbų vaidmenį jų gerai savijautai daro antropogeninė aplinka. Holistinė architektūra, kurdama jų poreikiams pritaikytus gyvenamuosius ar bendruomeninėms reikmėms skirtus pastatus, prisideda prie šių žmonių geros savijautos, nes projektuojant dėmesys yra kreipiamas ne tik į atskirų funkcijų išpildymą, tačiau į visumą, atsižvelgiant į naudotojų fizines galimybes, emocinės ir psichinės būsenos puoselėjimą, darnią sinergiją su supančia gamta, kad būtų sukurta oriam gyvenimui pritaikyta, maloni aplinka. Šiame rašte pristatoma projektui pasirinktos vietos analizė, glaustai pateikiama informacija apie projektuojamo pastato esminius elementus.

4.2 Norvegijos kaimų formos

Norvegijos miestų istorija gana trumpa. Norvegijos visuomenės politinę ir socialinę raidą o taip pat ir miestų vystymąsi sustabdė XIII a. maro pandemija. Iki XIX a. pabaigos Norvegijoje buvo mažai ne tik miestų, bet ir kaimų, nes gyventojai vertėsi žemdirbyste ir medžiokle, todėl kūrėsi individualiuose ūkiuose, dažniausiai slėniuose ar palei fiordus. Tradiciniai mediniai ūkių pastatai atspindi turtingą Norvegijos medinės architektūros nuo XII iki XIX a. laikotarpį.

Senuosius medinius norvegiškus ūkius sudaro nedidelių pastatų grupės, kurių erdvinė sąranga atspindi mažiausių gyvenviečių Norvegijoje formą. Daugumą tradicinių ūkių sudaro keli pastatai, kurių kiekvienas turi specialią funkciją. Paprastai ūkį sudarydavo gyvenamasis namas (*Nor. stugu*) bei atskiri pastatai maisto atsargoms, gyvuliams laikyti, dirbtuvių ar veikloms skirti pastatai (kalvė, gaisrinė, pirtis). Tai kaip pastatai išsidėsto vienas kito atžvilgiu priklauso nuo topografijos ir kraštovaizdžio regione. Pagal morfologinį sodybų išdėstymo modelį išskiriami kaimų sąrangos (*Nor. tun*) tipai. Išskirtinos 3 pagrindinės kaimų sąrangos: linijinė, kvadratinė bei

klasterinė. Šių kaimų formą lėmė teritorijoje vyraujantis reljefas. Linijiniai ūkiai būdingi Norvegijos pietuose esantiems slėniams, nes gyventojai toje teritorijoje paprastai įsikurdavo palei slėnyje esantį kelią. Kvadratiniai ūkiai būdingi rytinei Norvegijos daliai. Kraštovaizdis šiose vietose ne toks kalvotas, žmonės užsiima gyvulininkyste bei žemdirbyste. Klasteriniai kaimai dominavo Norvegijos vakarinėje dalyje, kuri pasižymi fiordais ir ryškiais reljefo pokyčiais. Šio tipo užstatymas yra ganėtinai padrikas, tačiau dauguma pastatų stovi eilėmis palei žemėjantį reljefą ir ilgosiomis kraštinėmis yra orientuoti į vandens telkinius bei ten atsiveriančius vaizdus.



47 pav. Skirtingų kaimų formų paplitimas, autoriaus iliustracija.

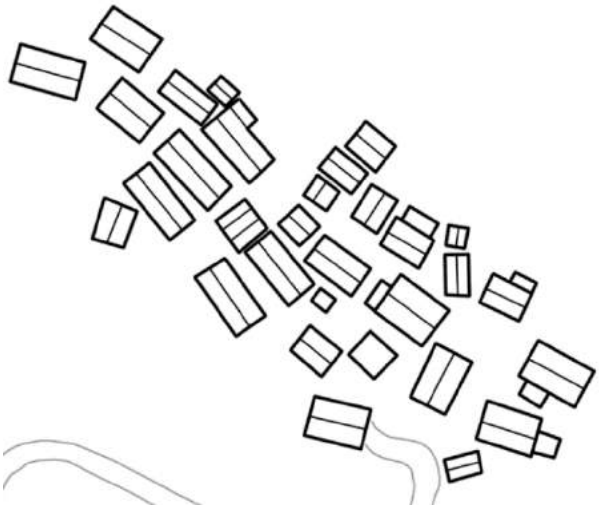
Atokiuose slėniuose bei fiorduose išsidėsčiusiuose ūkiuose tradicinis pastatų išdėstymas išliko nepakitęs nuo viduramžių iki XIX a. Sodybose pastatai paprastai grupuojami erdvėje pagal tam tikras taisykles, priklausomai nuo vyraujančio reljefo. Pagal morfologinį sodybų išdėstymo modelį išskiriami keli tipai, kurie priklauso nuo kraštovaizdžio, klimato, potvynių rizikos, vyraujančių stiprių vėjų ir drenažo problemų.

Linijinio ūkio pastatų išdėstymo tipas laikomas mažiausiu ir paprasčiausiu. Dažniausiai jie stovi abiejose slėnyje esančio pagrindinio kelio pusėse. Šių tipo ūkių gausiausia Telemarko provincijoje Setesdal ir mažesniuose slėniuose. Nors pastatai stovi vienoje eilėje, jie prasislenka vienas kito atžvilgiu ir sudaro integruotą erdvę . Dėl drenažo, pagrindinis namas „*stugu*“ paprastai yra aukščiausioje vietoje eilės gale, o kiaulių tvartas – tolimiausioje nuo „*stugu*“ vietoje. Įėjimai į visus pastatus nukreipti į pagrindinį maršrutą ir į slėnio vaizdą.

Kvadratinio išdėstymo ūkiai skirstomi į tris pogrupius: uždarą, atvirą ir dvigubą. Kvadratiniam ūkio tipui būdinga pastatų suformuota vidinė erdvė. Namai išsidėstę 90 laipsnių vienas kito atžvilgiu, formuodami kvadrato formos vidinę erdvę. Uždaras kvadratinis ūkis vadinasi „*trøndelag*“, o atviras -„*ø*stlandet“ Uždarą ir atvirą kvadratinį ūkį sudaro tik vienas pastatų žiedas, o dvigubą kvadratinį ūkį – du pastatų žiedai. Pasak Norvegijos tradicinės architektūros tyrinėtojų, kvadratinis ūkis yra jauniausias ūkio erdvinės organizacijos tipas. Daugelis išlikusių iki šių laikų kvadratinių ūkių buvo iš esmės modernizuoti ir išplėsti atsižvelgiant į ūkio poreikius ir ūkiuose naudojamų padargų dydį. Tačiau net modernizuotuose ūkiuose dažnai išlaikoma kvadratinė „*tun*“ forma arba naujai statomi pastatai dėstomi už kvadrato ribų. Tradiciniam uždaro kvadrato „*tun*“ ūkiui būdingi pailgi, siauri dviejų aukštų pastatai, erdvėje išdėstyti taip, kad būtų sukurta uždara aikštė. Visi pastatai turi po išėjimą į šį vidinį kiemą. Jeigu šalia išsidėstę keli ūkiai, kiekvienas jų turi savo uždarą vidinį kiemą. Tokio išdėstymo tikslas – apsaugoti vidinę erdvę nuo stipraus vėjo. Tokio tipo ūkių daugiausia Trøndelag regione, bei palei Švedijos pasienį. Pietryčių Norvegijos klimatas vasarą yra sausas ir šiltas, žiemos šaltos, tačiau vėjas ne toks stiprus kaip vakarinėje ir šiaurinėje Norvegijos dalyse. Spėjama, kad būtent dėl šių klimatinių sąlygų šioje teritorijoje esančių ūkių pastatai neužtveria vidinės erdvės, išlaikant platų tarpą tarp pastatų. Paprastai „*innhus*“ pastatai (skirti žmonėms) išsidėstę vienoje vidinio kiemo pusėje, o „uthus“ (skirti gyvuliams) – kitoje pusėje dvigubo kvadrato ūkiuose. Taip jie formuoja atskiras vidines erdves – reprezentacinę aikštę (ją supa „inhus“ pastatai) ir darbinę, gyvuliams skirtą kiemą (apsuptą „*uthus*“ pastatų). Šios erdvės turi ir specifinius pavadinimus: gyvenamoji namų erdvė vadinama „*stuegard“*, o darbinis kiemas - „*nautgard*“. Tradicinę norvegų architektūrą tyrinėjančių mokslininkų nuomone, tokį pastatų išdėstymą lėmė 1700 m. priimti higienos standartai ir ūkio pažanga. Kaip tik tokio tipo ūkių būtent daugiausia ir pradėjo kurtis apie šį laikotarpį Gudbrandsdalen regione.

Klasteriniai ūkiai apie 1300 m. pradėjo kurtis palei fiordus Vakarų Norvegijoje. Šiose teritorijose žmonės vertėsi gyvulininkyste, žvejyba, medžiokle, valčių gamyba, prekyba, todėl kaimai išsidėsto ant plokščiakalnių palei stačius ir gilius fiordus. Dažnai viename klasteriniame ūkyje įsikurdavo iki 20 šeimų, kurios dirbdavo kartu ir dalydavosi turtu. Pastatų vieta klasteriniame ūkyje atrodo atsitiktinė, tačiau atlikta erdvės analizė parodė, kad dėstant pastatus erdvėje laikomasi tam tikros logikos. Erdvėje pastatai išsidėsto tarsi nedideliame kaime. Paprastai gyvenamieji namai „*stugu*“ išsidėstę vienoje eilėje, jų įėjimai nukreipti į bendrą vidinį kiemą, kurį supa kiti pastatai.

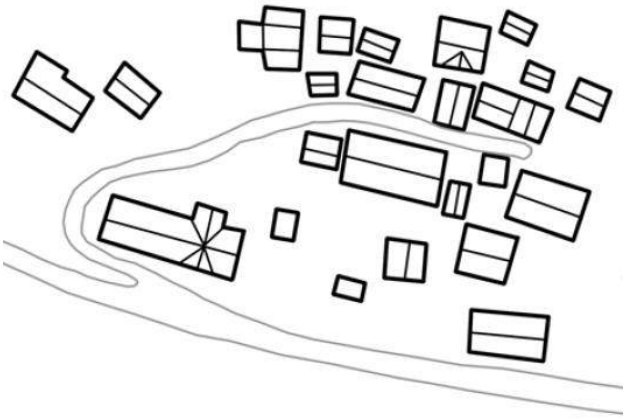
Visi kiti pagalbiniai pastatai formuoja tam tikrą vidinį kiemą kiekvienam „*stugu*“. Daugelis šių ūkių turi specialius vasaros pastatus gyvuliams, įkurdintus aukščiau kalnuose. Šiuo metu Norvegijoje yra tik du išlikę klasteriniai ūkiai: Havråtunet ir Agatatunet , nes 1821 m. įstatyminės bazės pokyčiai, susiję su nuosavybės teisės reglamentavimu, prisidėjo prie ūkių padalinimo ir iširimo. Van Nes, A. (2022).



48 pav. Havratunet kaimo forma, autoriaus iliustracija



49 pav. Havratunet kaimas, Det Vonde Liv nuotrauka



50 pav. Agatatunet kaimo forma, autoriaus iliustracija



51 pav. Agatatunet kaimas, Arvid’o Aga nuotrauka

4.3 Tradicinė Norvegijos architektūra

Tradicinė norvegų architektūra yra giliai įsišaknijusi šalies istorijoje, joje harmoningai dera geografinė, klimatinė šalies padėtis, funkcionalumas, meistriškumas bei natūralių medžiagų panaudojimas. Daugeliui tradicinių norvegiškų pastatų būdingi statūs šlaitiniai stogai, kurie apsaugo nuo gausių sniego kritulių, dekoratyvinės medinės detalės. Norvegų sodybos, kurių stogai dengti žole, vadinamieji "velėnos stogai", sklandžiai įsilieja į aplinkinį kraštovaizdį. Stebint norvegiškus pastatus, atkreipiame dėmesį į jų funkcionalumą - kaip pastatomos durys, atsižvelgiant į stogo šlaitą, kad sniegas neužkristų ant žmonių, kurie įeina į pastatą, kaip įrengiami sandėliai, kad graužikai negalėtų patekti į vidų. Taigi konstrukcijos yra labai funkcionalios ir efektyvios, bet ir unikalios architektūriškai.

Seniausiems mediniams Norvegijos pastatams – tūkstantis metų. Vienas garsiausių tokių senų medinių pastatų - Urnes bažnyčia Lusteryje. 40 % Norvegijos žemyninės dalies sudaro miškai, tad pasirinkimas statybinės medžiagos – daugiau nei pakankamas. Dažniausiai viduramžiais namai buvo statomi iš spygliuočių – pušies ar norvegiškos eglės. Šių medžių kamienai paprastai yra aukšti, tiesūs ir lygūs. Labai svarbus ir medienos paruošimas. Istoriniais laikas medieną statyboms pradėdavo ruošti dar miške, o procesas trukdavo kelerius metus. Pirmiausia būdavo dar stovinčiam medžiui nupjaunamos šakos ir viršūnė, kad apriboti skysčio transportavimą per medieną, tada šalto sezono metu buvo šalinama kamieno žievė, kiek mažiau nei per 1 metrą per kalendorinius metus, pradedant nuo apačios. Norint gauti geriausią rezultatą, šis procesas išsitęsdavo 7 metus ar ilgiau. Taip apdorojant kamieną, jis visas užsipildydavo sakais, nes medis bandydavo tokiu būdu regeneruoti ir gydyti pats save. Galutinis rezultatas vadinamas rūdine pušimi arba vytinta pušimi , tai mediena, iš kurios pastatyti seniausieji mediniai Norvegijos pastatai. Thomsen, P. (2002).



52 pav. Urnes bažnyčia, Vesna Lugassy nuotrauka

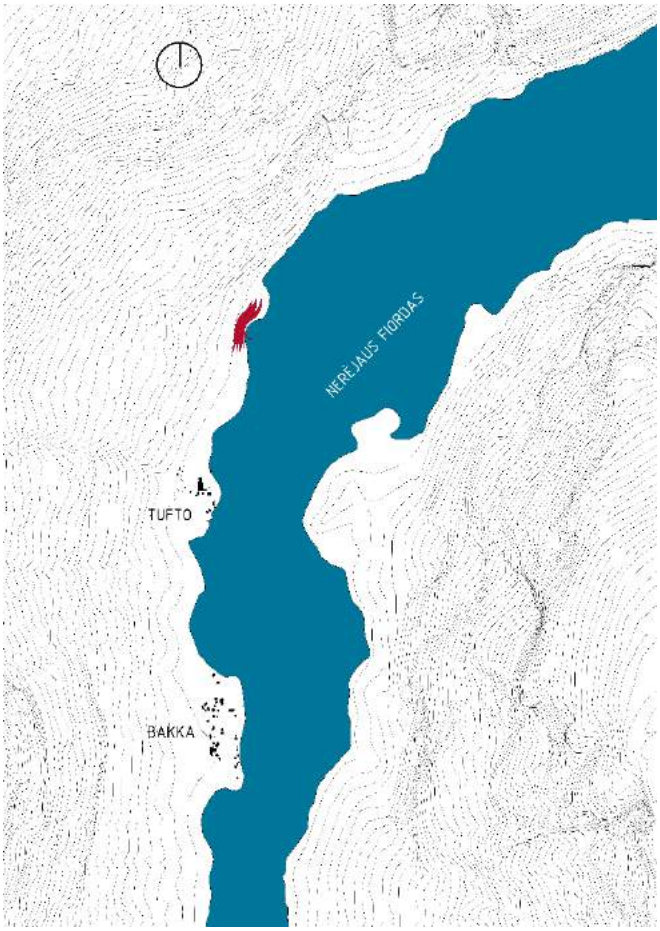
4.5 Vietovė

Projekto vieta yra vakarinėje Norvegijos dalyje, Vestland apskrityje, Aurland savivaldybėje. Teritorija, kurioje yra projektuojamas pastatas yra jau esamo, milžiniško sklypo dalis, priklausanti Tufto fermai, kuri įsikūrusi kairiajame Nerėjaus fiordo *(Nor. Nærøyfjord)* krante. Nerėjaus fiordas yra siauriausias ir žinomiausias iš daugelio Sognefjordo atšakų. Šis fiordas garsėja stačiais kalnų šlaitais, plačiais slėniais, aukštomis viršūnėmis, kriokliais ir išsimėčiusiais mažais kaimeliais. Šis fiordas yra viena žymiausių Norvegijos gamtos vertybių, 2005 metais, kartu su greta esančiu Geirangerio fiordu, įtrauktas į UNESCO pasaulio paveldo sąrašą dėl savo išskirtinės gamtinės reikšmės.

Nerėjaus fiordas yra 20 km ilgio, apie 1 km. pločio, tačiau siauriausioje vietoje jo plotis siekia tik 250 m. Aplinkiniai kalnai siekia 1660 m aukštį. Plaukiant Nærøyfjord fiordu atsiveria puikūs vaizdai į nedidelius tradicinius ūkius, prigludusius prie kalnų šlaitų.



53 pav. Pastato vieta Norvegijos kontekste. Autoriaus schema



54 pav. Pastato vieta fiordo kontekste. Autoriaus schema

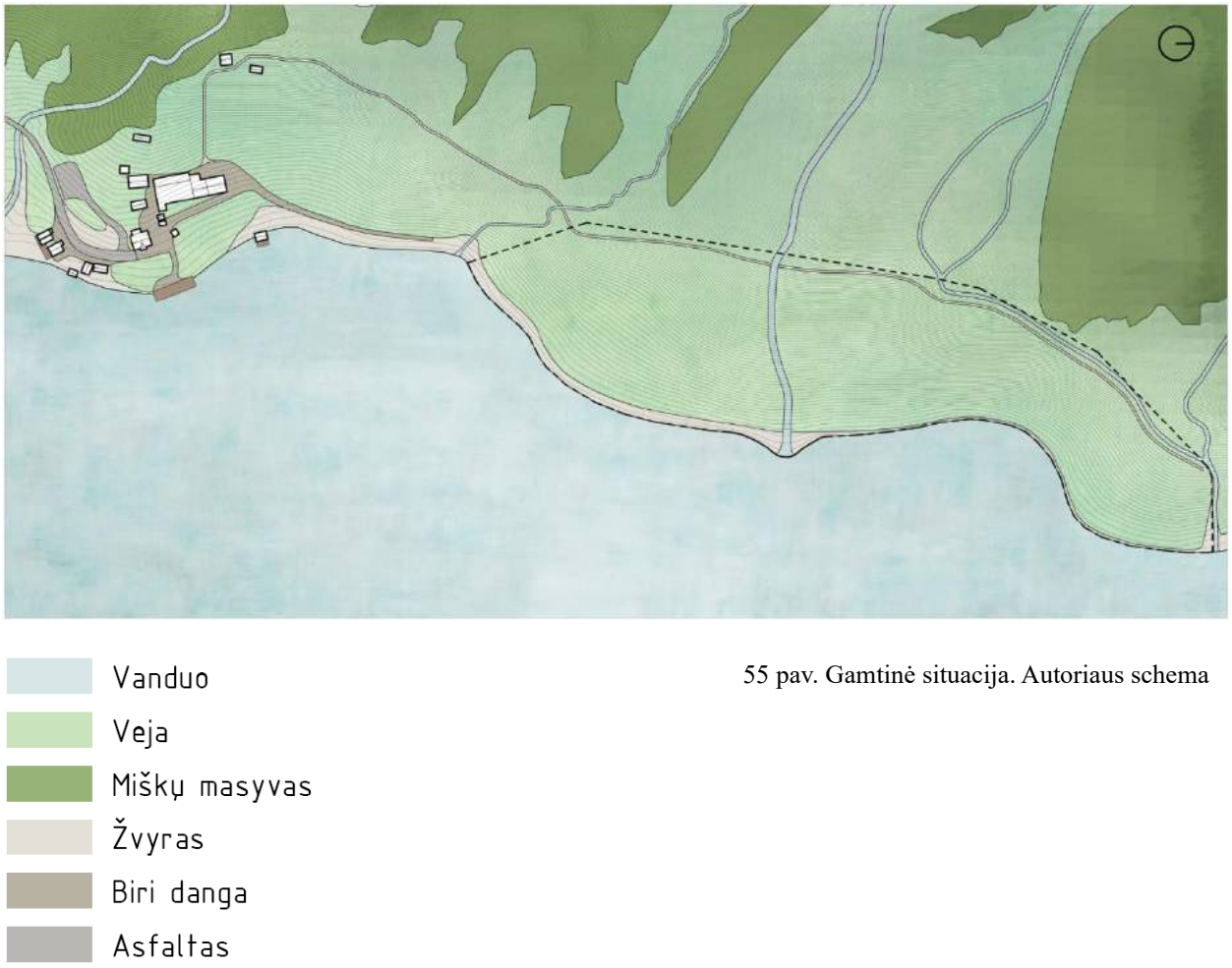
Aplinkiniai pastatai

Fiordo upė

Projektuojamas pastatas

4.6 Gamtinė situacija

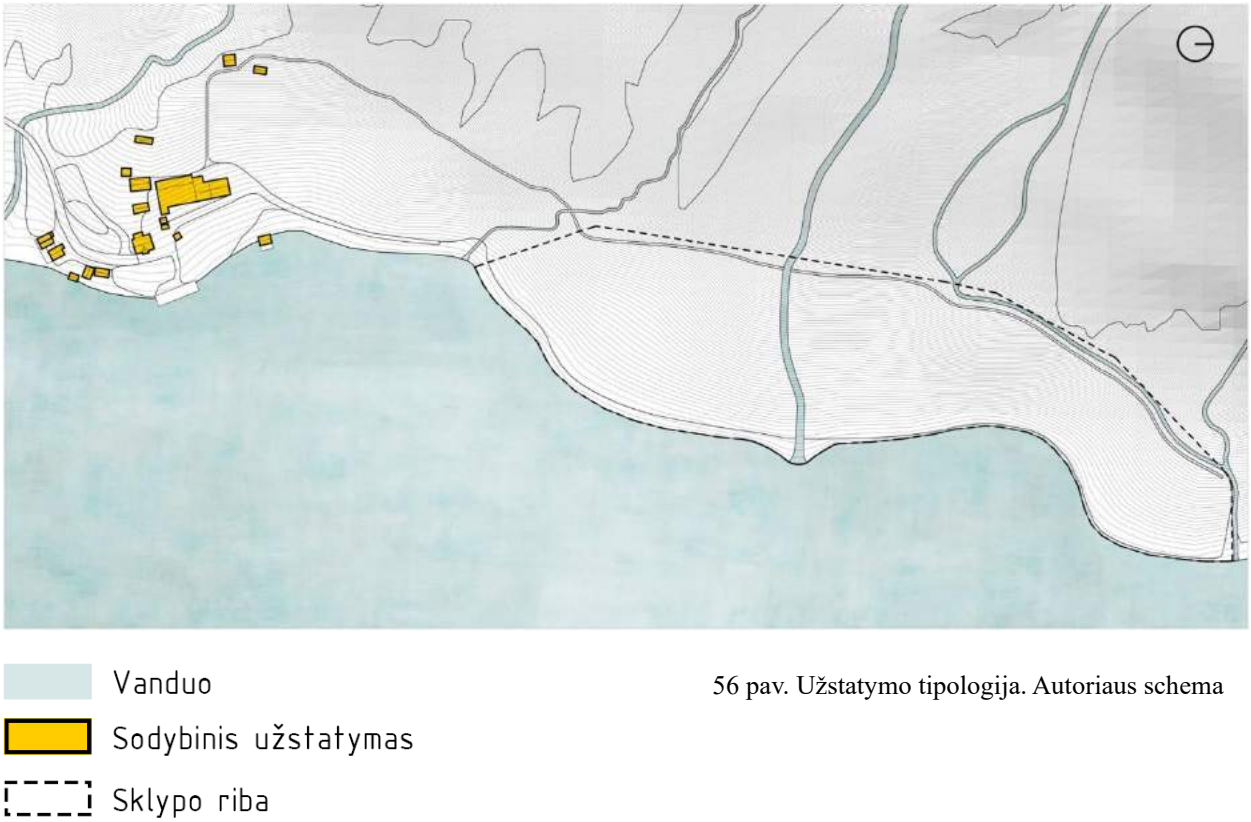
Gamta, kurioje projektuojamas pastatas yra išties įvairi, ji gausi įvairiais vandens telkiniais, želdynais ir išraiškingu reljefu. Sklypo rytinė teritorijos dalis ribojasi su Nerėjaus fiordo upe, o vakarinę sklypo dalį supa fiordo kalnuotoji dalis. Sklypą per vidurį kerta siauras kalnų upelis, o kitas kalnų upeliukas teka ties šiaurine jo riba. Šie nuo kalno sniegynų atitekantys upeliai gali aprūpinti pastato sodą vandeniu. Sklypas nėra miškingas, teritorijos viduryje auga tik keli pavieniai medeliai, kurie įtakos projektui nedaro. Artimiausioje aplinkoje miškingais plotais pasižymi sklypo vakaruose stūksanti kalno papėdė. Vaizdinga sklypo teritorija pasižymi išraiškingu reljefu, kuris tolygiai žemėja iki pat Nerėjaus fiordo vandens kranto. Nuo kalnuotosios sklypo vakarinės ribos iki su vandeniu besiribojančios vakarinės sklypo ribos yra 25 metrų aukščio skirtumas, į kurį reikalinga atsižvelgti kuriant pastatą. Sparčiausias nuolydis stebimas sklypo viduryje, o šiaurinėje bei pietinėje dalyse nuolydis tampa nebe toks status.



55 pav. Gamtinė situacija. Autoriaus schema

4.7 Užstatymo tipologija

Teritorija, kurioje projektuojami globos namai, yra neužstatyta, tai labiau gamtinė aplinka. Greta sklypo teritorijos yra sodybinio užstatymo pastatų kompleksas. Šiame komplekse be didesnio pastato viduryje, pietuose stovi keli mažesni vienbučiai vasarnamiai ir ūkinės paskirties pastatai, jų išsidėstymas nėra organizuotas.



56 pav. Užstatymo tipologija. Autoriaus schema

4.8 Aukštingumas

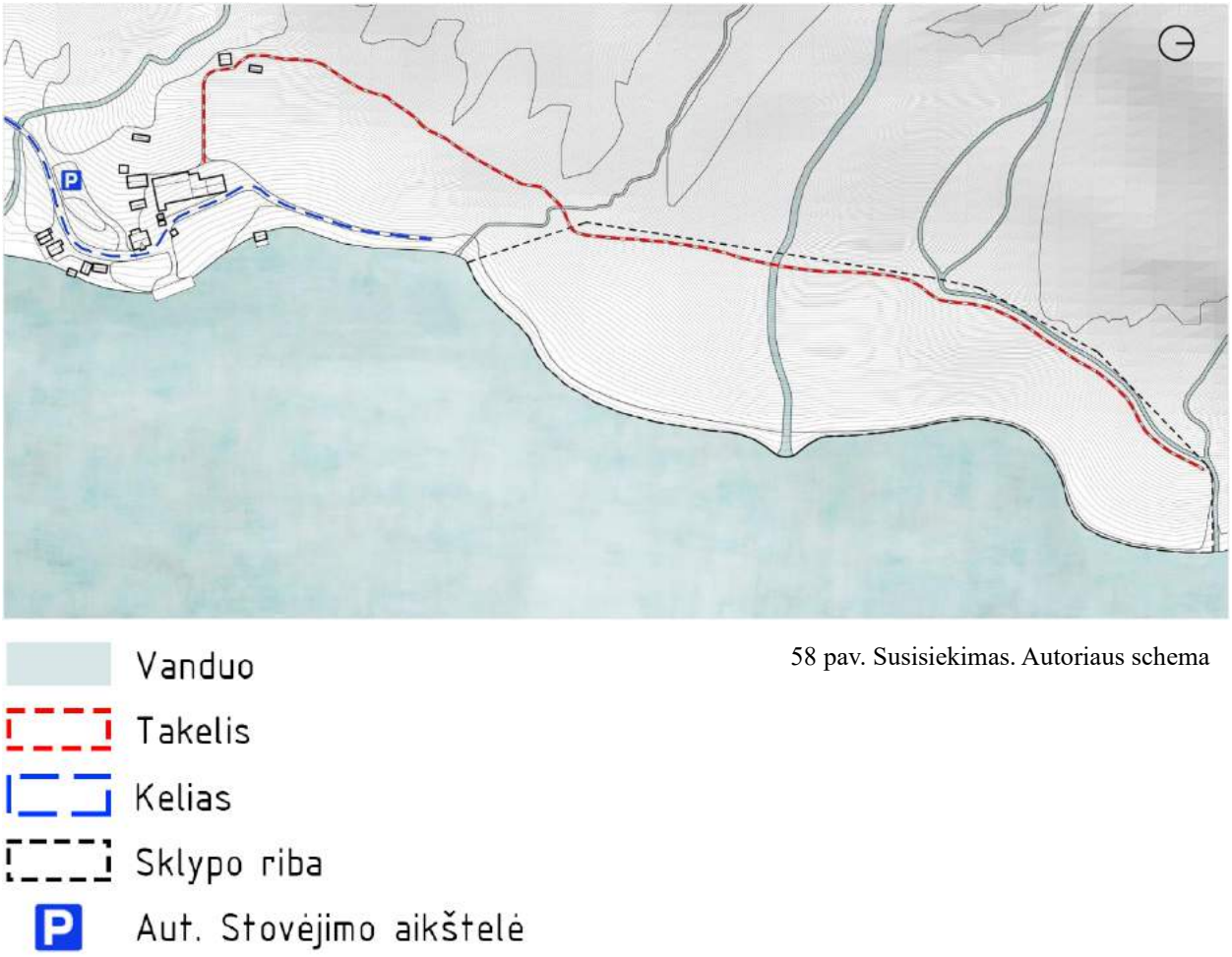
Pietinėje sklypo pusėje esančiame pastatų komplekse vyrauja smulkios vieno aukšto struktūros, kurių daugumos aukštingumas yra apie 3–3,5 metro, o aukščiausiojo pastato aukštis – apie 7.5 metro.



57 pav. Aukštingumas. Autoriaus schema

4.9 Susisiekimas

Pasiekti teritoriją galima vandens transportu. Patekimas į sklypą sausumos keliais yra įmanoma tik iš pietinės pusės, nes tai vienintelė vieta iki kurios yra įrengtas kelias, pavadinimu Bakkavegen. Šis kelias yra asfaltuotas ir sujungia greta sklypo esantį pastatų kompleksą su pietuose esančiu Bakos (Nor. *Bakka*) kaimeliu. Greta pastatų komplekso esančio pietuose, yra kemperių stovėjimo aikštelė. Pati teritorija yra iš vakarų ribojama išminto takelio, vedančio iki sklypo pabaigos. Šie susisiekimo elementai galėtų būti išnaudoti tolimesniam teritorijos vystymui, tačiau svarbu paminėti, jog konkurso gairėse reikalaujama, jog pagrindinis patekimas į pastatą būtų iš vandens, tad anksčiau minėti keliai ir takeliai galimai tarnaus tik pagalbinėms reikmėms.



58 pav. Susisiekimas. Autoriaus schema

4.10. Aplinkinių pastatų funkcijos

Norvegijos erdvinės informacijos portalai didžiąją dalį su pastato sklypu pietinėje pusėje besiribojančioje teritorijoje stovinčius namus įvardina kaip gyvenamosios paskirties objektus (Nor. *Bolig*). Tačiau šie pastatai pasižymi didesne funkcine įvairove, kadangi jie priklauso ūkininkui. Smulkiausieji pastatai yra ūkinės paskirties, tai įvairūs sandėliai, tvartai ir t.t. Didesnė funkcinė įvairovė yra pastebima greta vandens, prie kurio stovi keli vasarnamiai (Nor. *Fritidsbolig*), bei du nuomojami kotedžai, kurie yra įvardinti kaip komercinės paskirties objektai (Nor. Næringsbygg). Šio sklypo didžiausias pastatas įvardintas kaip gyvenamosios paskirties, tačiau name vystoma ir komercinė turizmo veikla.



59 pav. Pastatų funkcijos. Autoriaus schema

4.10 Konkurso reikalavimai

Konkurso pagrindinės sąlygos išdėstytos organizatorių Larsen Architecture interneto svetainėje: https://www.larsenarchitecture.com/fjords

Pagrindinė užduotis yra suprojektuoti poilsio ir sveikatingumo vietą, įsikūrusią Nerėjaus fiordo krante, kurios centre - gausus sodas. Objektas turėtų būti sukurtas specialiai pasirinktai tikslinei naudotojų grupei. Tai galėtų būti palaikanti ir saugi mokymosi aplinka, skirta tėvams užmegzti ryšį su savo vaikais, reabilitacijos centras tiems, kurie kovoja su fizinėmis problemomis, arba palaikanti priežiūros aplinka demencijos ar ligų kamuojamiems žmonėms. Projektuojamo objekto paskirtis nėra ribojama, tačiau architektų užduotis - sukurti tvarų, aplinką tausojantį ir su ja darniai susiliejantį holistinį centrą, su gausiu sodu ir galimybe puoselėti kūną ir sielą fiordų didybės apsuptyje. Suprojektuotame komplekse turėtų derėti gamta, judesio, maisto terapijos, aromaterapija bei išmanūs architektūriniai sprendimai. Reikalavimai projektui:

- Projekto miegamieji ir apgyvendinimo elementai turėtų būti susiję su vietovės istoriniu ir kultūriniu paveldu, atsižvelgiant į netoliese esančio Gudvangeno vikingų miesto Njardarheimoro (Nor. *Njardarheimr*) kaimiškąją architektūrą.
- Vaizdinė medžiaga turi perteikti vietinio kraštovaizdžio nuotaiką.
- Reikalingas unikalaus ir nestandartinio stiliaus pastatas, kuriame būtų puoselėjama naudotojo patirtis. Architektūra turi būti funkcionali, orientuota į vartotoją ir pritaikyta vietos poreikiams, naudojant natūralius išteklius, būdingus šiai vietovei.
- Pastatas turėtų būti pritaikytas gyventi 12 žmonių arba 6 poroms vienu metu ir mažiausiai 6 darbuotojais. **Atsižvelgdami į pasiūlymo tikslą, galite pridėti daugiau svečių, tačiau tai turi atsispindėti pastato dydžio, mastelio ir apgyvendinimo sąlygose.** Turi būti nurodytos to priežastys.
- Projektuojant sodą turėtų būti atsižvelgiama į vietinius, sezoninius augalus. Šiame vidaus ar lauko sode turėtų būti auginama tiek vaisų ir daržovių, kad jo užtektų aprūpinti gyventojus ir būtų galima saugoti atsargas.
- Pastate turėtų būti įrengtos bendros poilsio, valgymo ir lauko zonos su privačiomis erdvėmis ramiam kontempliavimui, o kiekvienas svečias ir darbuotojas turėtų turėti atskirą dvivietį kambarį su privačiu vonios kambariu.

- Turi būti nubraižyta ir detaliai aprašyta tik darbuotojams skirta virtuvės zona, kurioje bus ruošiamas maistas iš sode užaugintų kultūrų, todėl ši zona turėtų būti suprojektuota netoli sodo.
- Šalia sodo turėtų būti įrengta terasa, kurioje būtų galima prisėsti, pavalgyti ar atsipalaiduoti prieš ir (arba) po maudynių fiorduose.
- **Reikalaujama, kad patekti į pastatą gyventojai galėtų tik valtimi**, tad reikėtų apsvarstyti galimybę įrengti prieplaukos platformą
- **Svečiai turėtų turėti galimybę naudotis žvaigždžių stebėjimo platforma** - ji gali būti pastato viduje arba išorėje. Jei išorinė, jos nereikia uždengti.

4.11 Bendra pastato informacija

Sklypo plotas: 4.81 hektaro

Bendras pastato plotas: 5560.54 m^2

Antžeminis plotas: 6101.65 m^2

Sodo plotas: 610.25 m^2

Aukštų skaičius: 4

Aukštis: 12.8 m

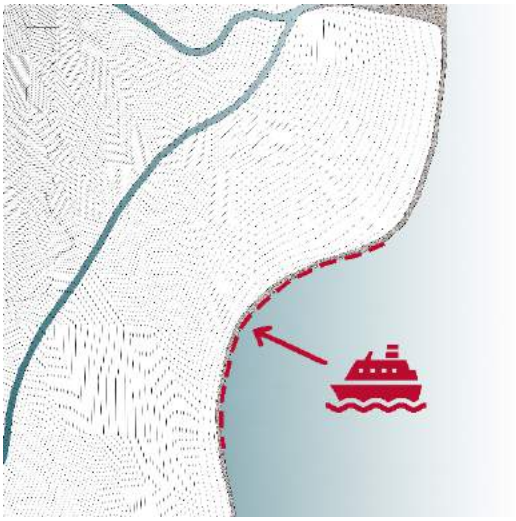


60 pav. Vaizdas iš paukščio skrydžio. Autoriaus viz.

4.12 Tūrio bei pastato vietos sklype koncepcija

4.12.1 Pasirinktos vietos pagrindimas

Renkantis vietą, atkreiptas dėmesys į žemėlapyje matomą kranto įlinkį. Atsižvelgiant į tai, kad konkurso gairėse reikalaujama, kad į pastatą būtų patenkama iš vandens, sprendimas tūrį formuoti lygiagrečiai krantui, iš abiejų pusių apglėbiant įlanką, kurioje įsikūrusi prieplauka, kuria kvietimo užsukti į pastatą įspūdį.



61 pav. Pastato vietos pagrindimo schema. Autoriaus schema

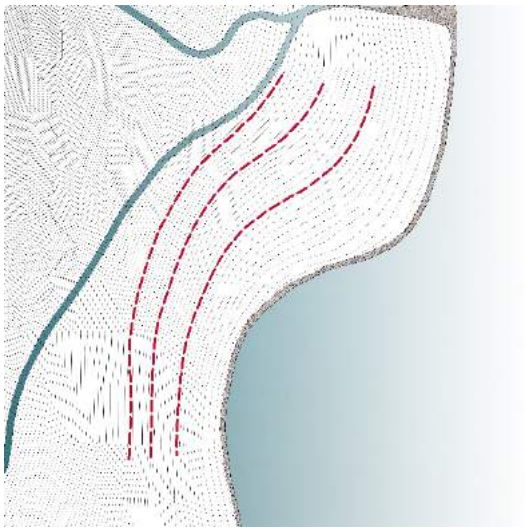
Kalva, esanti tarp globos namų bei sklypo pietuose įsikūrusios fermos, pasitarnautų apsaugant globos namų gyventojų privatumą, nes paslėptų pastatą nuo vietinių gyventojų žvilgsnių.



62 pav. Pastato paslėpimo schema. Autoriaus schema

4.12.2 Tūrio koncepcija

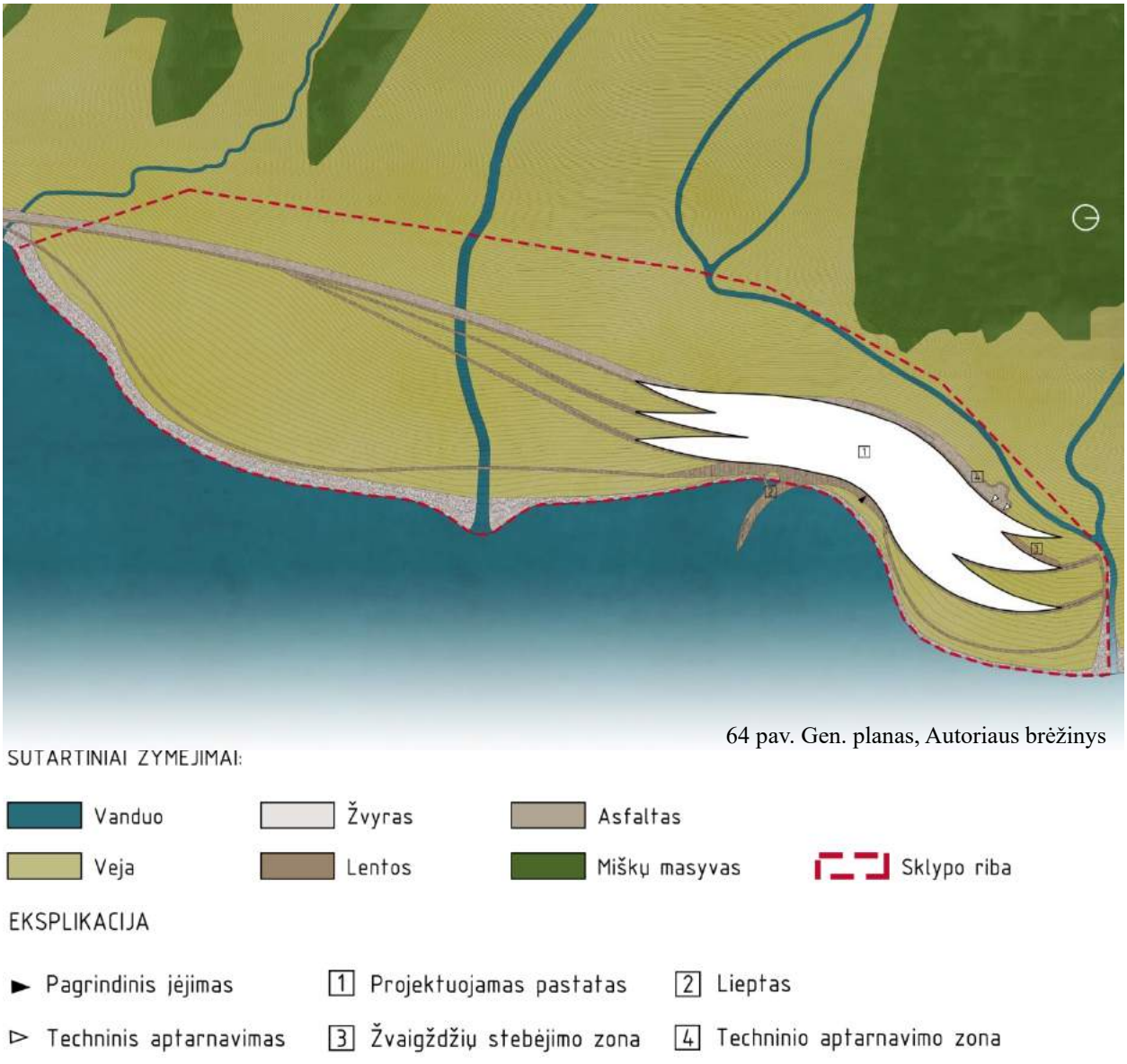
Stengiantis kurti pastatą, kuris susilietų su išraiškingu reljefu bei jame pasislėptų, nuspręsta formuoti tūrį, kuris laiptuotai kiltų nuo fiordo kranto į viršų, panašiai kaip schemoje išryškintos izohipsės, pagal kurias galiausiai banguotų paties pastato sienos. Sklype esančios izohipsės taip pat nulemtų ir žaliųjų erdvių dydį, iš kurių didžiausiame plote įkurtas į pietus orientuotas sodas, o siauresni žalieji plotai tarnaus senjorų rekreaciniams poreikiams. Trečiasis aukštas šiaurinėje pastato dalyje yra atitrūkęs nuo žemės, tai sukuria galimybę už jo numatyti paslėptą techninio aptarnavimo zoną, kuri šiuo atveju turėtų patogų priėjimą prie virtuvės, maisto sandėlių bei baseino techninių patalpų.



63 pav. Tūrio formavimo schema. Autoriaus schema

4.13. Gen. Plano koncepcija

Sklype numatytas kelias, vedantis iki techninio aptarnavimo zonos. Nuo jo išsišakoja pėsčiųjų takeliai, kurie galiausiai susilieja su ant pastato terasų esančiais takais. Šie takeliai grįsti medinėmis lentomis, kaip tai buvo daroma Norvegijos kaimuose dar vikingų laikais. Žvaigždžių stebėjimo terasa yra įrengta greta sodo, nukreipiant pėsčiuosius žemyn reljefu, o ne iki techninio aptarnavimo zonos. Senjorams gyvenantiems pirmajame aukšte, sukurtas denis su suoliukais rekreacijai.



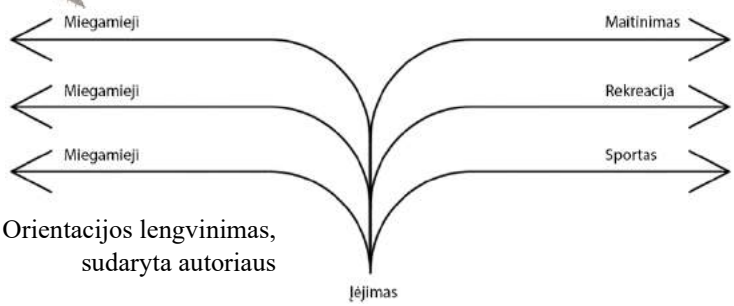
64 pav. Gen. planas, Autoriaus brėžinys

4.14 Išplanavimas

Pastato išplanavimą nulėmė pagal izohipses sukurto tūrio forma, tad šiaurinėje dalyje, kur pastebimas aukštų išplatėjimas yra numatytos įvairios bendro naudojimo rekreacinės, fizinio lavinimo bei maitinimo patalpos. Šias bendro naudojimo erdves nuo ramesnių miegamųjų korpusų skiria vestibiulis, palengvinantis gyventojams orientuotis pastate.



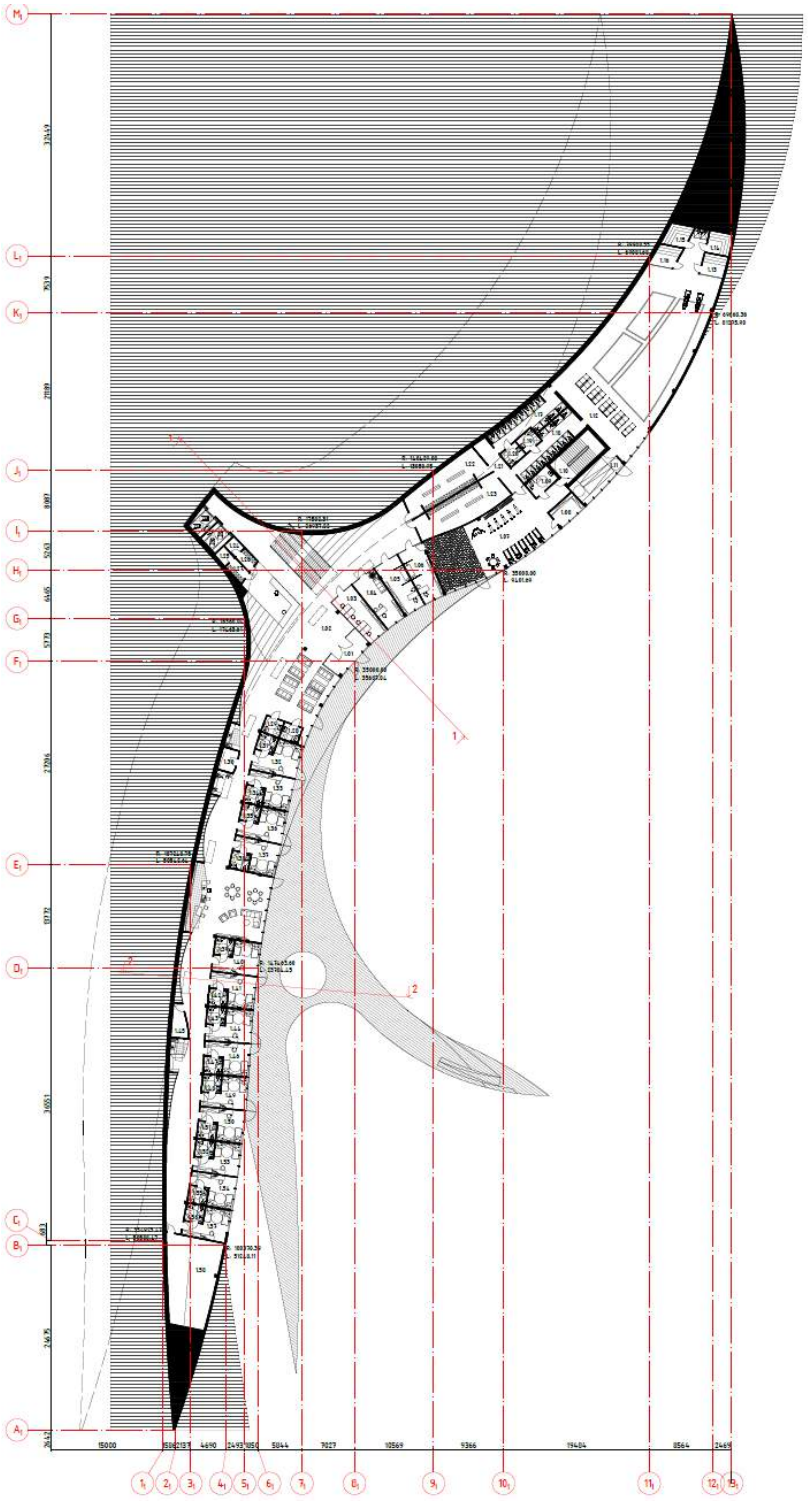
65 pav. Išplanavimo schema, sudaryta autoriaus



66 pav. Orientacijos lengvinimas, sudaryta autoriaus

4.14.1 Pirmas aukštas

Į pirmąjį aukštą nuo vandens atveda lenktas lieptas, kuris, savo forma primeną pastatą. Šis lieptas pakopomis laipsniškai žemėja link vandens užtikrindamas, kad globos namų gyventojai patogiai galėtų patys išlipti ar būtų išlaipinami iš vandens transporto priemonės. Lieptu patenkama į globos namų vestibiulį. Iš vestibiulio veda trys kryptys: viena pro darbuotojų kabinetus link sporto patalpų, kita į viršutinius aukštus, o paskutinioji link miegamųjų. Fizinio lavinimo patalpose numatyti 3 baseinai bei 4 pirtys, sporto salė ir mankštos erdvė bei šiems kambariams reikalingos pagalbinės patalpos. Pirmajame aukšte yra įsikūrusi administracija, direktoriaus, gydytojo ir kineziterapeuto kabinetai.



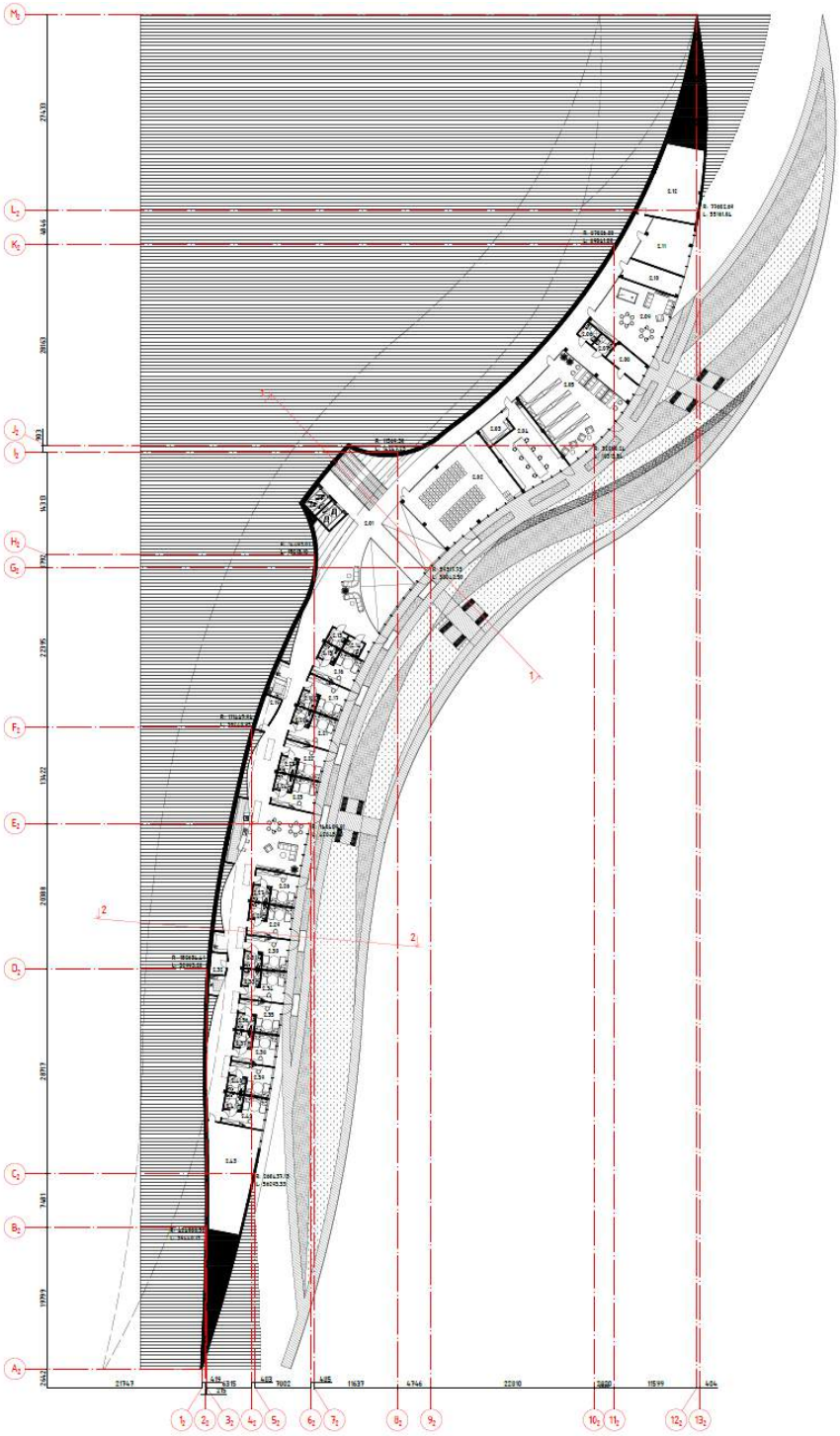
67 pav. Pirmo aukšto planas, autoriaus brėžinys

2 len. Pirmo aukšto programa

NR.	Patalpos pavadinimas	Plotas m^2
1.01	Tambūras	17.51 m^2
1.02	Vestibiulis + koridorius	649.68 m^2
1.03	Administracija	24.59 m^2
1.04	Direktoriaus kabinetas	24.06 m^2
1.05	Daktaro kabinetas	24.06 m^2
1.06	Kineziterapiauto kabinetas	24.14 m^2
1.07	Sporto salė	134.39 m^2
1.08	Inventoriaus sandelis	10.47 m^2
1.09	San. mazgas	9.18 m^2
1.10	Laiptinė	16.87 m^2
1.11	Evakuacinė rampa	10.82 m^2
1.12	Baseinas	317.27 m^2
1.13	Suomiška sauna	9.40 m^2
1.14	Infraraudonųjų spindulių pirtis	9.27 m^2
1.15	Garinė pirtis	9.33 m^2
1.16	Turkiška pirtis	10.16 m^2
1.17	Vyrų dušai	34.38 m^2
1.18	Moterų dušai	35.54 m^2
1.19	San. mazgas	5.96 m^2
1.20	San. mazgas	5.96 m^2
1.21	Koridorius	16.73 m^2
1.22	Vyrų rūbinė	43.87 m^2
1.23	Moterų rūbinė	50.19 m^2
1.24	Persirengimo patalpa	3.54 m^2
1.25	Persirengimo patalpa	3.47 m^2
1.26	Moterų rūbinė	6.47 m^2
1.27	Vyrų rūbinė	5.15 m^2
1.28	San. mazgas	5.36 m^2
1.29	San. mazgas	5.34 m^2
1.30	Valytojos patalpa	6.65 m^2
1.31	San. mazgas	5.55 m^2
1.32	Miegamasis	21.84 m^2
1.33	Miegamasis	19.93 m^2
1.34	San. mazgas	5.66 m^2
1.35	San. mazgas	5.66 m^2
1.36	Miegamasis	19.92 m^2
1.37	Miegamasis	19.21 m^2
1.38	San. mazgas	5.66 m^2
1.39	San. mazgas	5.67 m^2
1.40	Miegamasis	20.5 m^2
1.41	Miegamasis	19.97 m^2
1.42	San. mazgas	5.64 m^2
1.43	San. mazgas	5.64 m^2
1.44	Miegamasis	20.54 m^2
1.45	Valytojos patalpa	8.17 m^2
1.46	Miegamasis	19.30 m^2
1.47	San. mazgas	5.66 m^2
1.48	San. mazgas	5.67 m^2
1.49	Miegamasis	19.00 m^2
1.50	Miegamasis	19.10 m^2
1.51	San. mazgas	5.67 m^2
1.52	San. mazgas	5.67 m^2
1.53	Miegamasis	18.97 m^2
1.54	Miegamasis	19.04 m^2
1.55	San. mazgas	5.74 m^2
1.56	San mazgas	5.67 m^2
1.57	Miegamasis	19.05 m^2
1.58	Tech. patalpa	75.94 m^2
	Viso:	1943.86 m^2

4.14.2 Antras aukštas

Rekreacijų korpuse siekta sukurti erdves įvairaus diapazono užsiėmimams, kad skirtingų charakterių ar fizinio pajėgumo senjorai galėtų pasirinkti sau tinkamiausias veiklas. Čia numatyta aktų salė, kuri tarnaus bendruomenės renginiams, kūrybinės dirbtuvės, biblioteka, ekumeninė patalpa kontempliavimui ir t.t. Lauko erdvės yra smulkinamos gėlynų ruožais, mediniais deniais atsisėdimui.



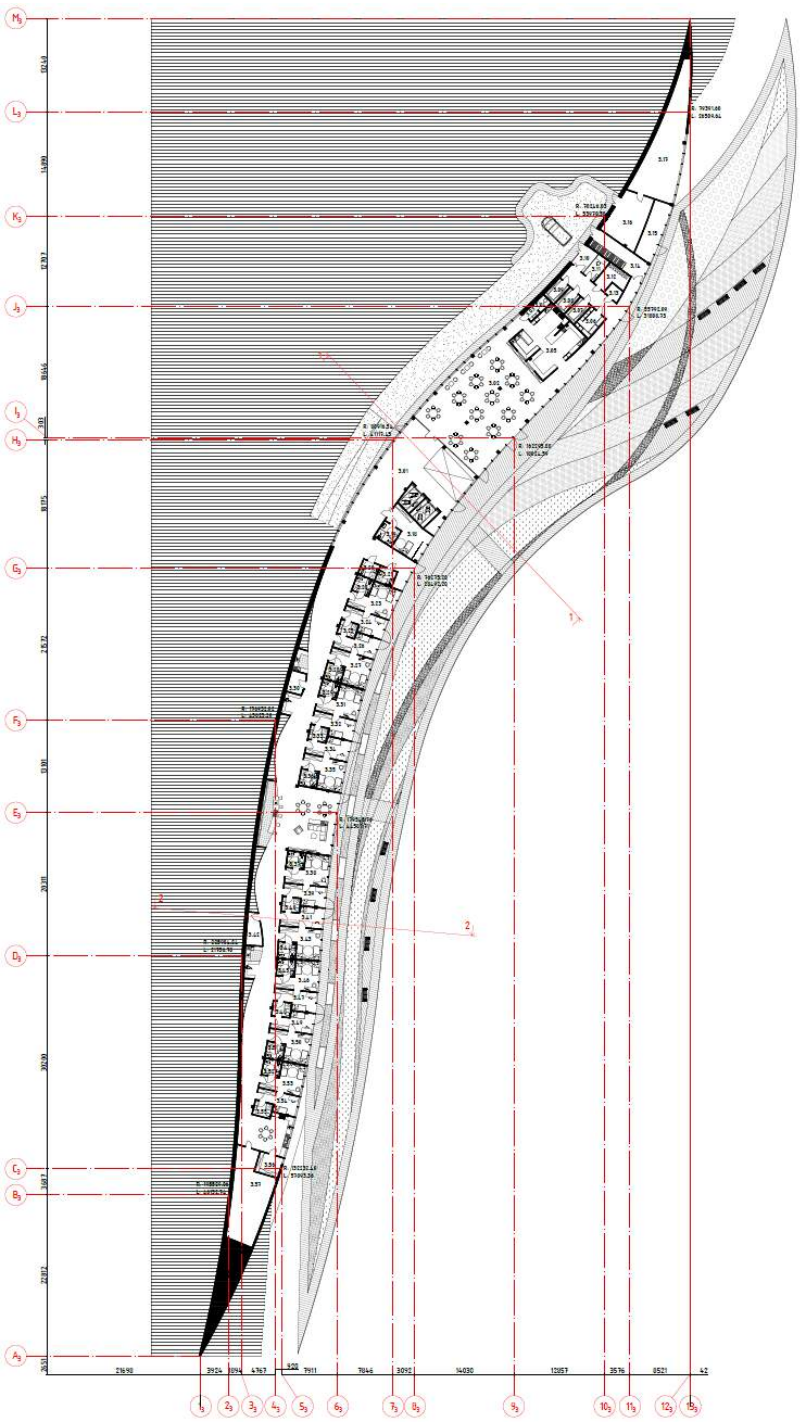
68 pav. Antro aukšto planas, autoriaus brėžinys

3 len. Antro aukšto programa

NR.	Patalpos pavadinimas	Plotas m^2
2.01	Koridorius	674.09 m^2
2.02	Aktų salė	137.99 m^2
2.03	Sandelis	11.93 m^2
2.04	Kūrybinės dirbtuvės	67.97 m^2
2.05	Biblioteka	125.74 m^2
2.06	San. mazgas	5.57 m^2
2.07	San. mazgas	5.53 m^2
2.08	Sodo priežiūros įrankių sandelis	15.59 m^2
2.09	Poilsio kambarys	84.02 m^2
2.10	Valytojos patalpa	23.08 m^2
2.11	Ekumeninė patalpa	46.21 m^2
2.12	Tech. patalpa	70.95 m^2
2.13	San. mazgas	5.50 m^2
2.14	San. mazgas	5.47 m^2
2.15	San. mazgas	5.62 m^2
2.16	Miegamasis	21.37 m^2
2.17	Miegamasis	21.44 m^2
2.18	San. mazgas	5.63 m^2
2.19	Valytojos patalpa	9.53 m^2
2.20	San. mazgas	5.63 m^2
2.21	Miegamasis	21.33 m^2
2.22	Miegamasis	21.19 m^2
2.23	San. mazgas	5.64 m^2
2.24	San. mazgas	5.65 m^2
2.25	Miegamasis	20.40 m^2
2.26	Miegamasis	20.83 m^2
2.27	San. mazgas	5.64 m^2
2.28	San. mazgas	5.64 m^2
2.29	Miegamasis	20.84 m^2
2.30	Miegamasis	20.84 m^2
2.31	San. mazgas	5.64 m^2
2.32	Valytojos patalpa	6.49 m^2
2.33	San. mazgas	5.69 m^2
2.34	Miegamasis	19.41 m^2
2.35	Miegamasis	19.10 m^2
2.36	San. mazgas	5.66 m^2
2.37	San. mazgas	5.66 m^2
2.38	Miegamasis	19.11 m^2
2.39	Miegamasis	19.12 m^2
2.40	San. mazgas	5.66 m^2
2.41	San. mazgas	5.66 m^2
2.42	Miegamasis	19.81 m^2
2.43	Tech. patalpa	90.52 m^2
	Viso:	1724.39 m^2

4.14.3 Trečiasis aukštas

Trečiasis aukštas yra vienintelis dalinai atitrūkęs nuo žemės, tai padeda paslėpti techninio aptarnavimo zoną. Šiaurinėje šio aukšto dalyje yra milžiniška techninė patalpa, tarnaujanti baseino reikmėms, maisto sandėliai bei virtuvė. Stengiantis atkreipti dėmesį į nelaimių globos namuose riziką, trečiajame aukšte yra įrengtas kambarys skirtas pasirūpinti nukentėjusiu žmogumi, sudarant galimybę jį transportuoti gulintį lovoje. Miegamasis korpusas šiame aukšte yra išskirtinis, nes jis sukurtas orientuojantis ne į savarankišką gyvenimą, o į intensyvią priežiūrą: čia kiekvienas miegamasis ribojasi su slaugytojo kambariu, suteikiant progą patogiam kontaktavimui tarpusavyje.



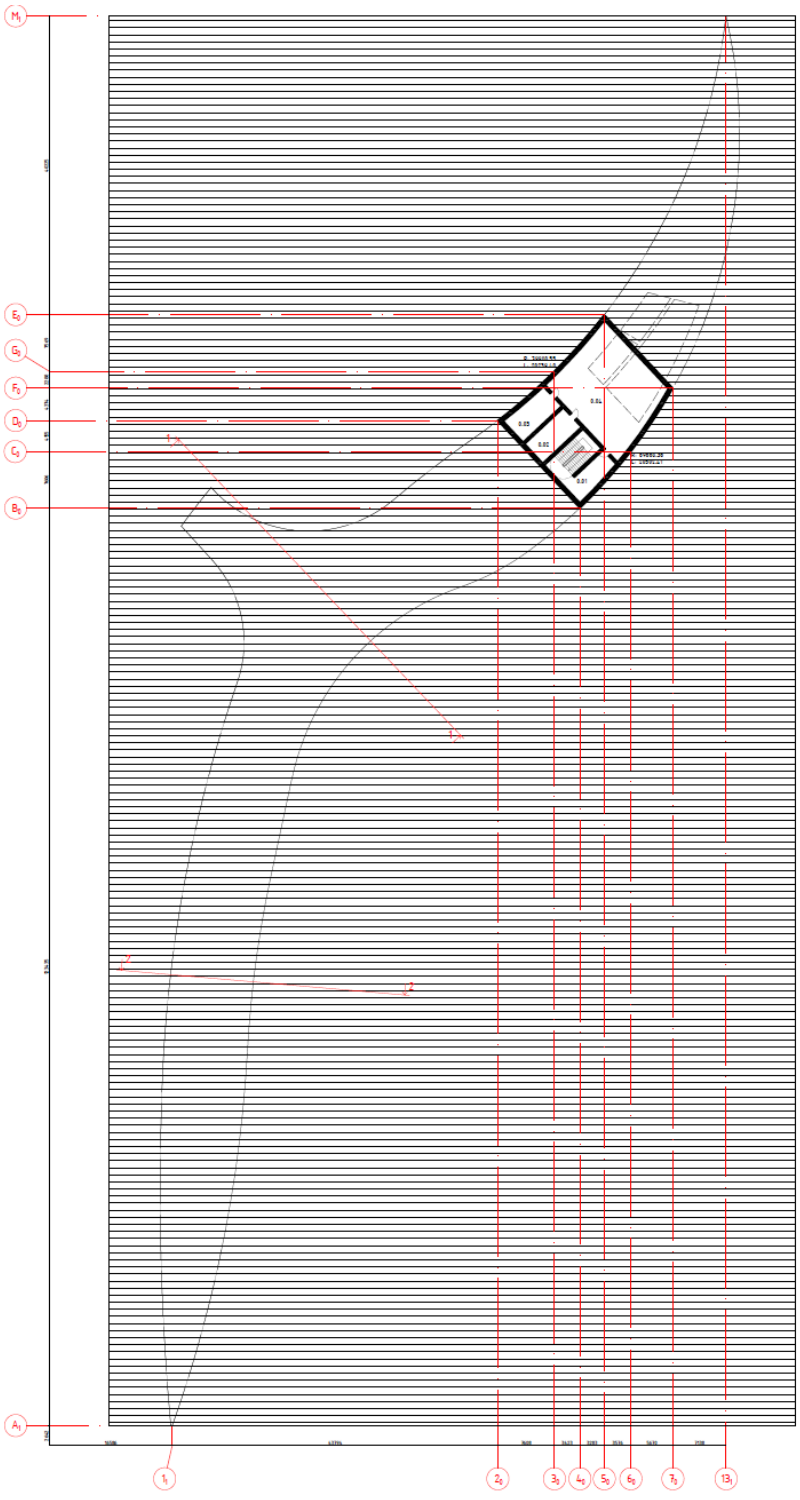
69 pav. Trečio aukšto planas, autoriaus brėžinys

4 len. Trečio aukšto programa

NR.	Patalpos pavadinimas	Plotas m^2
3.01	Koridorius	554.43 m^2
3.02	Valgykla	267.14 m^2
3.03	Praustuvės patalpa	2.67 m^2
3.04	San. mazgas	3.14 m^2
3.05	Virtuvė	59.64 m^2
3.06	Šaldytuvų patalpa	10.06 m^2
3.07	Mėsos sandėlis	6.72 m^2
3.08	Sausų produktų sandėlis	6.49 m^2
3.09	Daržovių sandėlis	6.26 m^2
3.10	Tambūras	7.47 m^2
3.11	Šefo kabinetas	6.91 m^2
3.12	Virtuvės darbuotojų rūbinė	11.26 m^2
3.13	Valytojos patalpa	3.82 m^2
3.14	Konteinerių patalpa	25.54 m^2
3.15	Sodo priežiūros įrankių sandelis	21.16 m^2
3.16	Tech. patalpa	36.24 m^2
3.17	Tech. patalpa	78.34 m^2
3.18	Pirmosios pagalbos kambarys	26.63 m^2
3.19	San. mazgas	7.10 m^2
3.20	San. mazgas	5.38 m^2
3.21	San. mazgas	5.27 m^2
3.22	San. mazgas	5.63 m^2
3.23	Miegamasis	22.76 m^2
3.24	Slaugytojo miegamasis	15.43 m^2
3.25	Slaugytojų san. mazgas	5.21 m^2
3.26	Slaugytojo miegamasis	15.04 m^2
3.27	Miegamasis	20.67 m^2
3.28	San. mazgas	5.64 m^2
3.29	San. mazgas	5.64 m^2
3.30	Valytojos patalpa	6.69 m^2
3.31	Miegamasis	20.67 m^2
3.32	Slaugytojo miegamasis	14.9 m^2
3.33	Slaugytojų san. mazgas	5.21 m^2
3.34	Slaugytojo miegamasis	14.90 m^2
3.35	Miegamasis	20.67 m^2
3.36	San. mazgas	5.64 m^2
3.37	San. mazgas	5.64 m^2
3.38	Miegamasis	20.50 m^2
3.39	Slaugytojo miegamasis	14.52 m^2
3.40	Slaugytojų san. mazgas	5.21 m^2
3.41	Slaugytojo miegamasis	14.97 m^2
3.42	Valytojos patalpa	8.82 m^2
3.43	Miegamasis	20.63 m^2
3.44	San. mazgas	5.65 m^2
3.45	San. mazgas	5.67 m^2
3.46	Miegamasis	19.05 m^2
3.47	Slaugytojo miegamasis	14.13 m^2
3.48	Slaugytojų san. mazgas	5.21 m^2
3.49	Slaugytojo miegamasis	14.13 m^2
3.50	Miegamasis	19.49 m^2
3.51	San. mazgas	5.67 m^2
3.52	San. mazgas	5.67 m^2
3.53	Miegamasis	19.49 m^2
3.54	Slaugytojo miegamasis	14.40 m^2
3.55	Slaugytojo miegamasis	5.11 m^2
3.56	Maisto produktų sandelis	9.62 m^2
3.57	Tech. patalpa	60.59 m^2
	Viso:	1637.74 m^2

4.14.4 Rūsys

Pastato rūsys atsiduria po baseino ir dušo patalpomis, jis suteikia galimybę meistrams prieiti prie baseino dugno. Šiame aukšte yra papildomos dvi smulkesnės techninės patalpos, iš kurių viena gali būti naudojama baseino inventoriui saugoti.



70 pav. Rūsio planas, autoriaus brėžinys

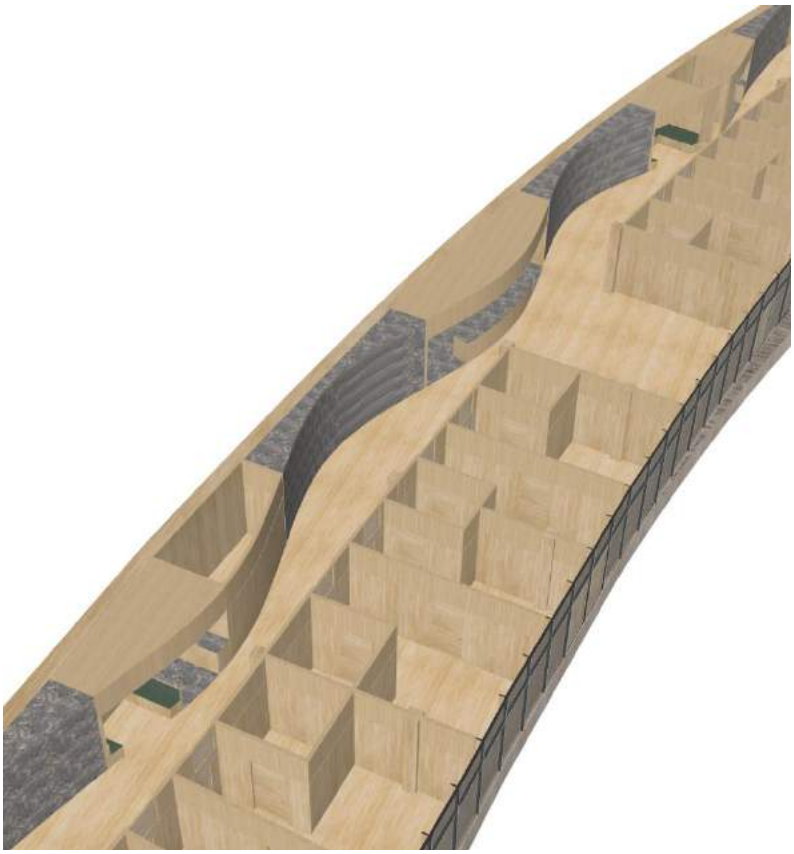
5 len. Rūsio programa

NR.	Patalpos pavadinimas	Plotas m^2
1.01	Laiptinė	45.23 m^2
1.02	Tech. patalpa	25.58 m^2
1.03	Tech. patalpa	26.40 m^2
1.04	Tech. patalpa	157.34 m^2
	Viso:	254.55 m^2

4.14.5 Miegamieji korpusai

Koridoriai

Platūs koridoriai yra išnaudojami kaip papildomos rekreacinės erdvės, čia patogesniam pasiekimui sukurtos smulkios virtuvėlės, valytojų patalpos bei atsisėdimo nišos. Siekiant įnešti daugiau šviesos ir skatinti gyventus bendrauti tarpusavyje, kiekvienas miegamųjų korpusas turi po svetainę su baru, kurios langai atsiveria į kalnus. Šios bendro naudojimo erdvės suburs smulkesnes senjorų bendruomenes ir taip pasitarnaus sukuriant jaukumo ir atpažįstamumo įgūdžius.



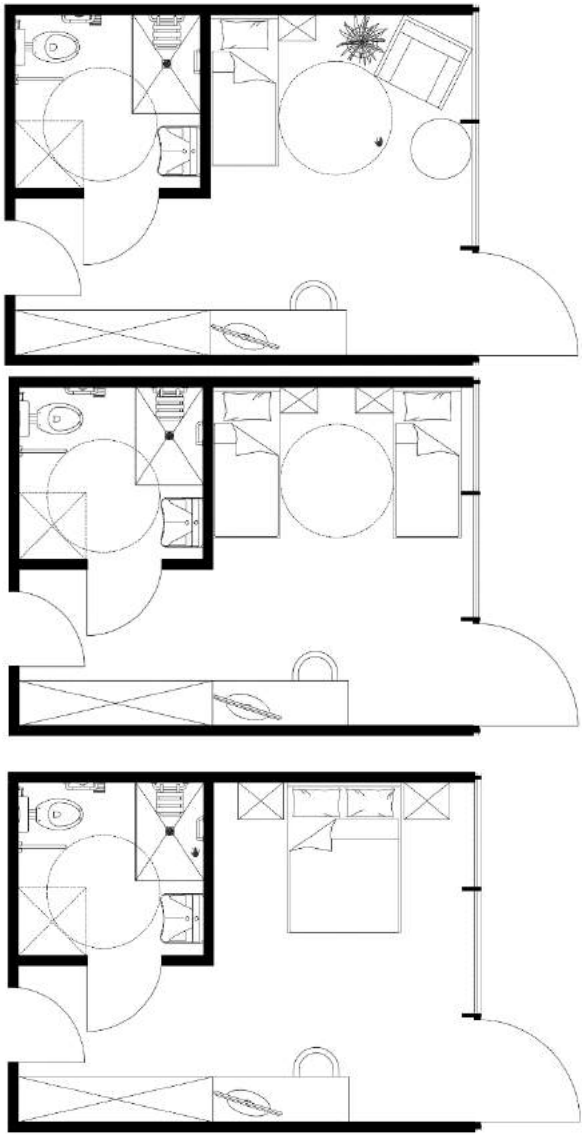
71 pav. Miegamojo korpuso 3D vaizdas, autoriaus schema



72 pav. Antro aukšto plano fragmentas, autoriaus brėžinys

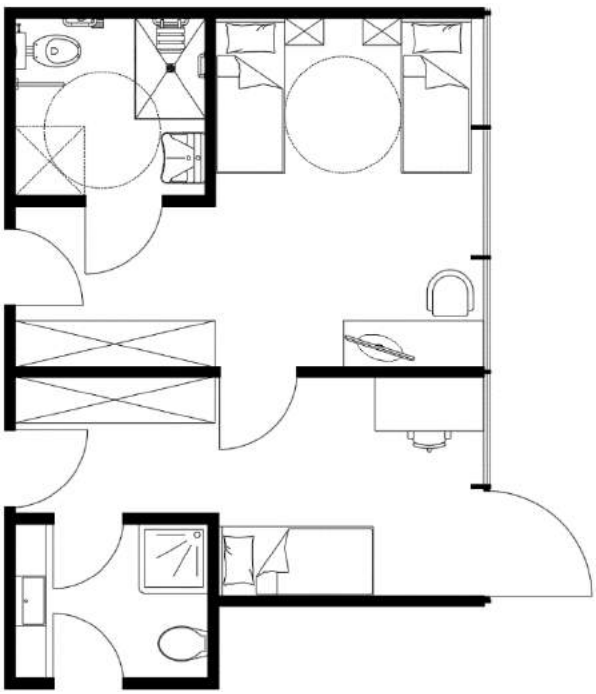
Miegamieji

Kiekvienas miegamasis yra pritaikytas neįgaliesiems ir talpina po dvi lovas bei asmeninį vonios kambarį. Šiuose kambariuose visos durys yra 1 m pločio, tad neribojamas judėjimas neįgaliųjų vėžimėliu, taip pat dėl evakuacinių sumetimų, šios durys atsidaro į kambarių vidų ir išorę.



73 pav. Miegamojo išplanavimo variacijos, autoriaus brėžinys

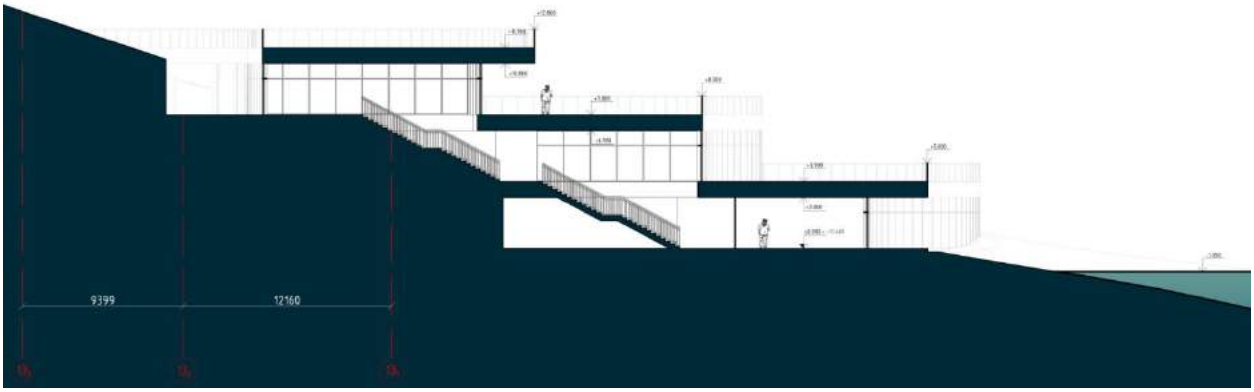
Intensyvios priežiūros korpuso miegamieji nedaug skiriasi nuo paprastųjų. Juose išėjimas į lauką yra užtikrinamas per slaugytojo kambarį, tačiau į koridorių gyventojai gali patekti tiesiai iš savo miegamojo. Vienas slaugytojų vonios kambarys tarnauja dviem darbuotojams.



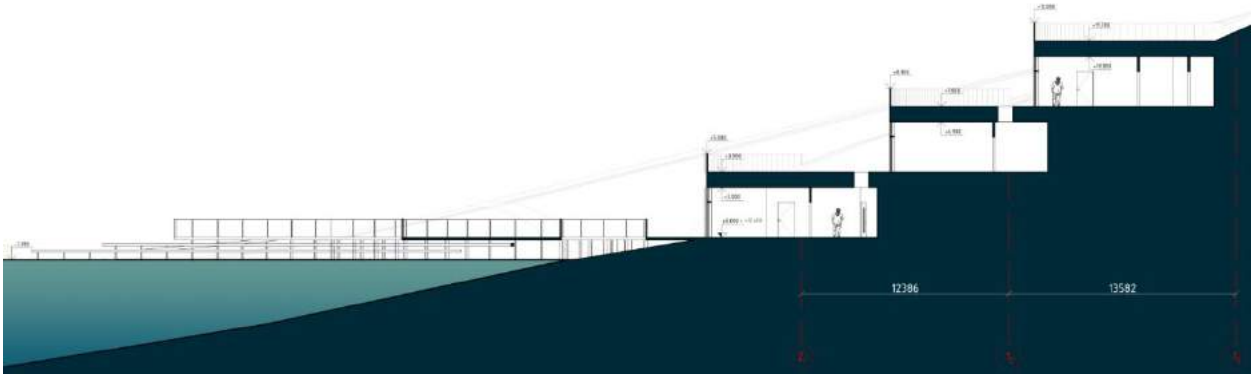
74 pav. Intensyvios priežiūros miegamųjų fragmentas, autoriaus brėžinys

4.15 Pjūviai

Visos pastato erdvės yra vienodo aukščio – 3 metrų. Lubų storis yra 0.9 metro, mat palikta vietos ant stogų augantiems augalams įsišaknyti.



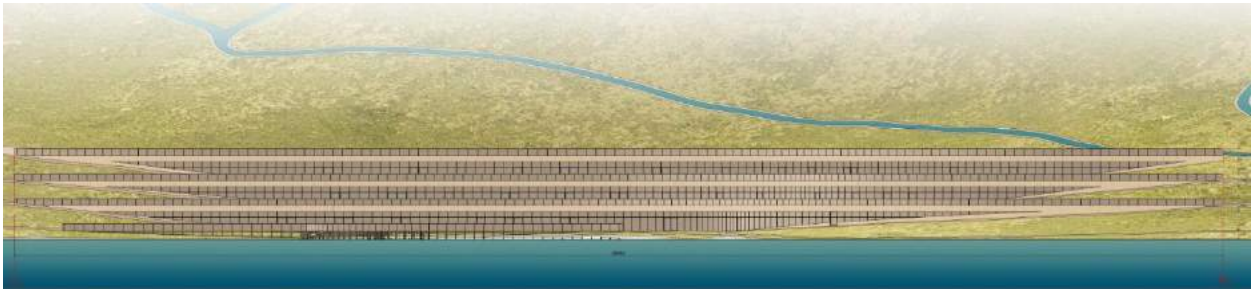
75 pav. Pjūvis 1-1, autoriaus brėžinys



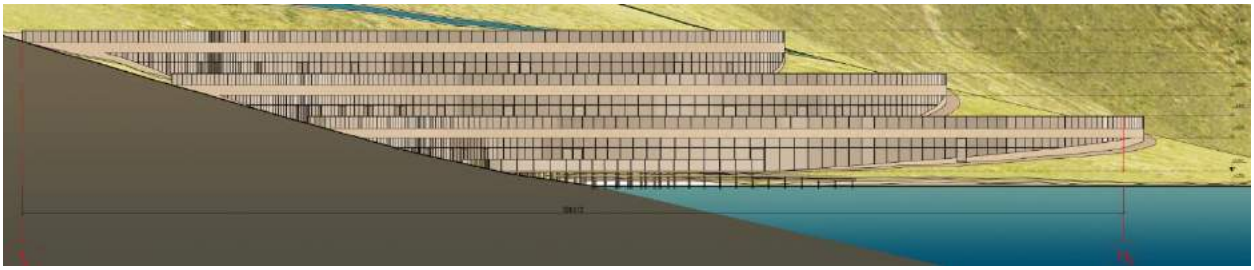
76 pav. Pjūvis 2-2, autoriaus brėžinys

4.16 Fasadai

Fasaduose dominuoja pilkšva mediena, juodi metaliniai rėmai bei stiklinių vitrinų ruožai. Ant turėklų apatinės dalies yra įmontuotos LED šviesos, nušviečiančios globos namus tamsiuoju paros metu.



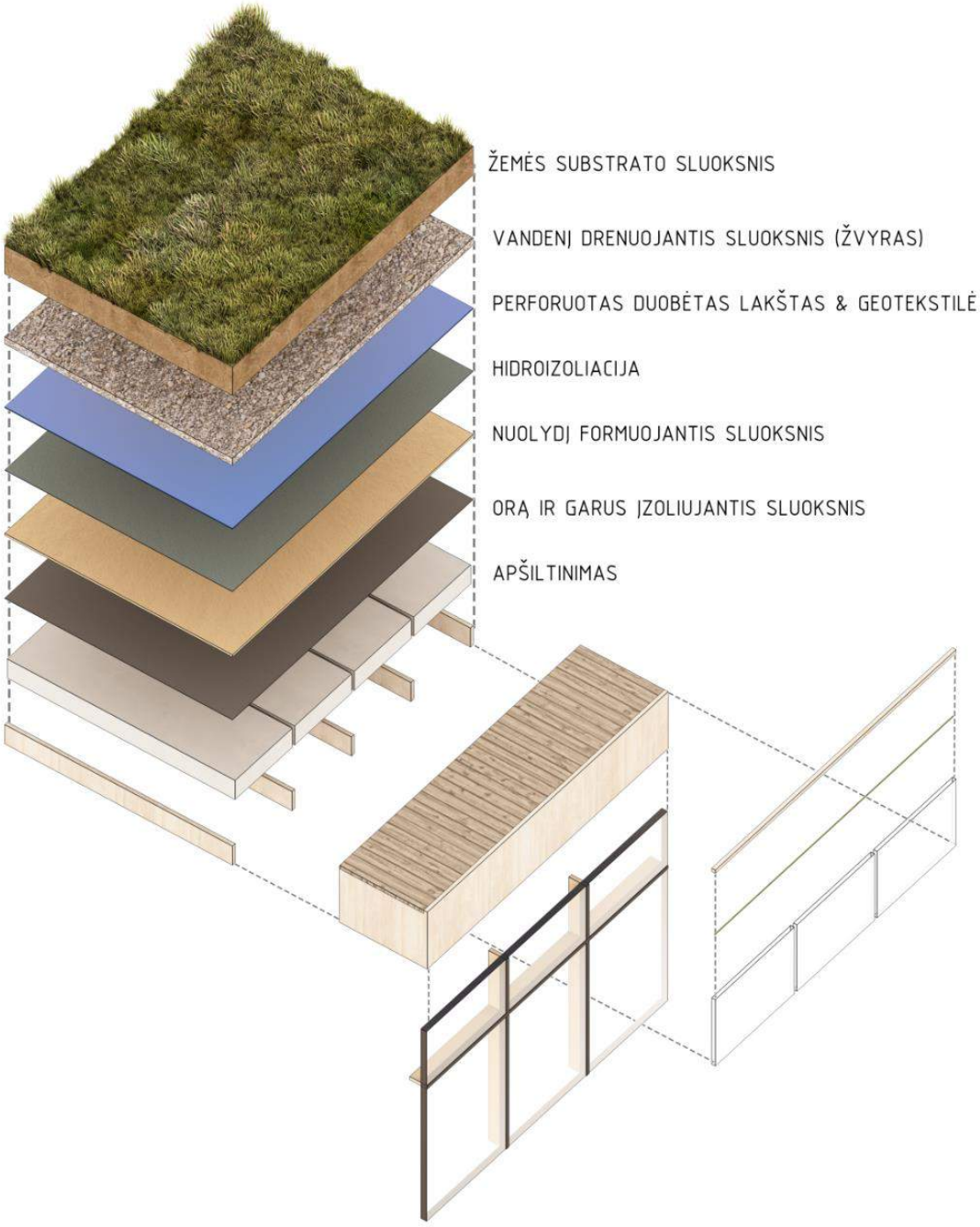
77 pav. Fasadas tarp ašių A_1 – M_1, autoriaus brėžinys



78 pav. Fasadas tarp ašių 1_4 – 13_1, autoriaus brėžinys

4.17 Architektūrinė detalizacija

Detalizuojama pastato žaliųjų stogų sandara pateikiama aksonometrija.



79 pav. Architektūrinė detalizacija, autoriaus schema

4.18 Interjero sprendimai

Remiantis biofilijos teorija, kuriant interjerą siekiama kad patalpos dominuotų natūralios medžiagos ir augalija. To pasėkoje pastato interjere gausu akmeninių, įvairių medinių paviršių, nuo plokščių iki lentelių ažūro, taip pat daug augalijos. Šie elementai kuria senjorams svarbią sensorinę patirtį. Statybų metu iškastinės akmens skeveldros bus naudojamos miegamųjų korpusų koridoriuose bei įvairiose grindų ir kitų paviršių dangose.



80 pav. Vestibiulis, autoriaus vizualizacija



81 pav. Bendro naudojimo erdvė, autoriaus vizualizacija

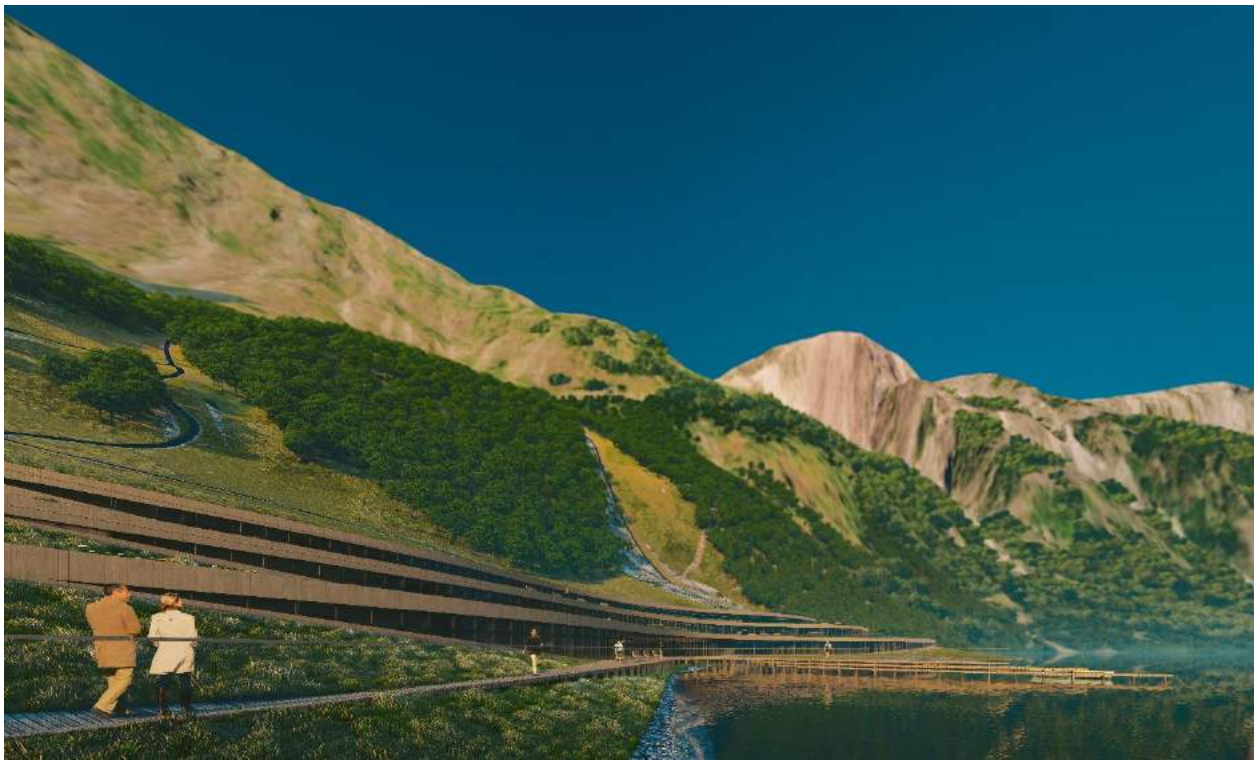
4.19 Projekto vizualizacijos



82 pav. Lauko erdvių vaizdas, autoriaus vizualizacija



83 pav. Vaizdas nuo stogo, autoriaus vizualizacija



84 pav. Vaizdas nuo kranto, autoriaus vizualizacija



85 pav. Vaizdas vakaro metu, autoriaus vizualizacija

4.20 Žmonių su spec. poreikiais reikalavimų užtikrinimas

Senjorai turintys specialių poreikių galės laisvai judėti po visą pastatą, kuris bus pritaikytas jų patogumui. Erdviuose liftuose nevaržomai gali manevruoti žmonės dviejuose neįgaliųjų vėžimėliuose. Rampos projektuotos su 8.3 % nuolydžiu, jose kas 9 metrai numatytos 1.5 metro pločio poilsio aikštelės. Pastate prie laiptų bei liftų yra taktilinės dangos. Pastato ir vidaus patalpų visų durų pločiai yra pritaikyti žmonių su negalia naudojimui, projektuotos be slenksčių. Vidinių erdvių vitrinos yra paryškintos lipdukais, kad prastesnę regą turintys gyventojai galėtų jas lengvai pastebėti, o ilgesnių koridorių sienos turi turėklus, kad senjorai galėtų pasiremti. Kiekvienas sanitarinis mazgas pastate (išskyrus greta virtuvės esantį darbuotojų san. mazgą) yra pritaikytas neįgaliesiems.

5. IŠVADOS

1. Holistinė pasaulėžiūra pabrėžia visapusiškos, integruotos ir tarpusavyje susijusios analizės ir veiksmų svarbą, kai atsižvelgiama į atskirų sistemos elementų tarpusavio sąveikumą ir atliekamą vaidmenį platesnėje sistemoje, įvertinant galimų pokyčių rezultatus ir platesnes sprendimo pasekmes ilgalaikėje perspektyvoje. Holistinis požiūris plačiai taikomas psichologijoje, medicinoje, kūryboje.
2. Iš Antikos filosofijos išsivystė modernus holistinis požiūris į žmogaus gerovę, pagal kurią žmogus susideda iš fizinio, protinio, emocinio ir dvasinio elementų, kurių darni tarpusavio sąveika užtikrina visaverčio gyvenimo pojūtį, o įvairūs destabilizuojantys veiksniai gali turėti įtakos tam, kaip suvokiame pasaulį.
3. Holistinė architektūra, tai projektavimas, kai įvertinami įvairūs tarpusavyje susiję elementai ir jų tarpusavio ryšys, sutelkiant dėmesį ne tik į atskirus pastato komponentus ar funkcijas, tačiau atsižvelgiant į aplinką ir sukuriant pusiausvyrą tarp projektuojamo pastato, gamtos ir žmogaus.
4. Holistinę architektūrą galima pavadinti viską apgalvojančiu projektavimu, sukuriant ilgalaikį naudingą poveikį žmogui ir aplinkai, užtikrinant tiek estetinius, tiek su tvarumu susijusius sprendimus ir harmoningą objekto darną su supančia aplinka.
5. Holistinė architektūra, pasitelkdama įvairias projektavimo strategijas, prisideda prie žmonių fizinės ir psichinės sveikatos stiprinimo bei gerovės kūrimo. Holistiniu požiūriu vadovaudamiesi architektai pasitelkdami natūralią šviesą, biofilinius elementus ir salutogeninį projektavimo stilių sukuria balansą tarp projektuojamo pastato erdvių, gamtos ir žmogaus bei išnaudoja gamtinius elementus žmogaus sveikatai, gerai savijautai, darbingumui ir gyvenimo kokybei užtikrinti.
6. Holistiniai architektūriniai sprendimai plačiai panaudojami projektuojant sveikatos priežiūros ir slaugos įstaigas, nes įrodyta, kad gamtos vaizdai bei pasitelkti biofiliniai projektavimo elementai padeda pacientams greičiau sveikti, o salutogeninis projektavimas, stiprina pacientų pasitikėjimą savimi, savarankiškumą ir įsitraukimą į gydymo procesą.
7. Ilgėjanti gyvenimo trukmė ir tai, kad žmonės gyvena apskritai sveikiau – didelis žmonijos laimėjimas. Tačiau, vyresnio amžiaus žmonės yra labiau pažeidžiami dėl sveikatos pablogėjimo, mažėjančio konkurencingumo darbo rinkoje, dėl didesnės skurdo rizikos,

todėl valstybės privalo skirti išteklių ir dėmesio šios amžiaus grupės rizikoms mažinti ir specifiniams poreikiams tenkinti.

8. Fiziologiniai, psichologiniai, socialiniai ir aplinkos veiksniai turi didžiausią įtaką vyresnio amžiaus asmenų fiziniam aktyvumui ir apskritai gerai bendrai savijautai. Todėl tinkamai pritaikyta aplinka ir jų poreikius atitinkanti veikla teigiamai veikia pagyvenusių žmonių fizinį pajėgumą, funkcines galimybes, o kartu ir sveikatą bei savivertę.
9. Siekiant užtikrinti orų gyvenimą, reikalinga kurti amžiui draugišką aplinką. Holistiniu požiūriu į žmogų besivadovaujančios globos įstaigos rūpinasi ne tik fiziniais, bet ir dvasiniais žmogaus poreikiais ir stengiasi visų pirma padėti žmogui gyventi.
10. Moderni slauga ragina koncentruotis ne į tai, ko žmogus negali, o į tai – ką jis gali. Holistinis požiūris ragina kuo labiau įtraukti globojamą žmogų į kasdienį, natūralų gyvenimą, nepalikti jo tik stebėtoju, kai visus sprendimus priima įstaigos personalas, o žmogui telieka pasyviai stebėti ir priimti jam teikiamas paslaugas.
11. Nagrinėjant įvairius globos namų projektus, išaiškėjo tendencijos, kurias naudoja architektai, siekdami sukurti malonią aplinką bei užtikrinti kokybišką senjorų gyvenimą: gyventojams atpažįstamos aplinkos projektavimas, pritaikant dizaino elementus, kad jie primintų namų aplinką, pastatų skaidymas į atskiras mažesnes dalis, tokiu būdu padedant senjorams geriau jose orientuotis.
12. Siekiant didinti bendruomeniškumą ir mažinti atskirtį, šiuolaikinėse globos įstaigose didelis dėmesys yra skiriamas gyventojų bendro naudojimo patalpoms, kurios skatina gyventojus socializuotis.
13. Norint užtikrinti senjorų fizinį aktyvumą, lauko erdvės maksimaliai pritaikomos gyventojų poreikiams.
14. Apklausoje nuotraukos, vaizduojančios architektūrinius sprendinius su gamtos motyvų integracija, ženkliai stipriau sukėlė atsipalaidavimo ir ramybės jausmus respondentams.
15. Šiuolaikiniai architektai ir toliau semiasi įkvėpimo iš šių tradicinių konstrukcijų, pritaikydami jas šiuolaikinei estetikai ir kartu išsaugodami Norvegijos architektūros paveldo esmę.
16. Architektūra tarnauja žmonėms, todėl projektu stengtasi įprasminti žmogaus holistinę būtį, suteikiant gyventojams galimybę puoselėti savo dvasinių ir fizinių sistemų ryšius. Tai daroma numatant įvairias patalpas, kuriose senjorai toliau galėtų tobulėti fiziškai, protiškai ir dvasiškai.

6. ŠALTINIAI

1. Adrian Camilleri Chiaro. (2021). *Plato: A soul in three parts, and the city-state as a large soul*. PhilosophyMT. Prieiga per internetą: https://philosophymt.com/plato-a-soul-in-three-parts-and-the-city-state-as-a-large-soul/
2. Age-friendly Environments ACTIVISTS. (2020). *AMŽIUI DRAUGIŠKOS APLINKOS PATIRČIŲ KNYGA: Informacija, pagalba ir mokymas siekiantiems kurti amžiui draugišką aplinką.* Prieiga per internetą: https://afe-activists.eu/wp-content/uploads/2020/11/Patirciu_knyga_LT.pdf
3. Alan Dilani. (2008). *Psychosocially Supportive Design: A Salutogenic Approach to the Design of the Physical Environment*. ResearchGate. Prieiga per internetą: https://www.researchgate.net/publication/265349464_Psychosocially_Supportive_Design_A_Salutogenic_Approach_to_the_Design_of_the_Physical_Environment
4. Alyn Griffiths. (2022). *Loop Architects completes ring-shaped nursing home for dementia patients in Iceland*. Dezeen. Prieiga per internetą: https://www.dezeen.com/2022/07/03/loop-architects-dementia-nursing-home-iceland/#/
5. Akkelies Van Nes. (2022). *Phenotypes and genotypes of traditional Norwegian Wooden farms.* ResearchGate. Prieiga per internetą: https://www.researchgate.net/publication/363567742_Phenotypes_and_genotypes_of_traditional_Norwegian_Wooden_farms_Space_syntax_analyses_of_Norway's_smallest_settlement_unit
6. *Akupunktūra: kas tai, kuo ji gali padėti*. (n.d.). NORTHWAY Medicinos centrai. Prieiga per internetą: https://nmc.lt/apie-sveikata/akupunktura-kas-tai-kuo-ji-gali-padeti/
7. Ankitha Gattupalli. (2022a). *Healthy Spaces: The Rise of Wellness Design in 2022.* ArchDaily. Prieiga per internetą: https://www.archdaily.com/994250/healthy-spaces-the-rise-of-wellness-design-in-2022
8. Ankitha Gattupalli. (2022b). *What is Salutogenic Architecture?.* ArchDaily. Prieiga per internetą: https://www.archdaily.com/985115/what-is-salutogenic-architecture
9. ArchDaily. (2014). *Peter Rosegger Nursing Home / Dietger Wissounig Architekten*. Prieiga per internetą: https://www.archdaily.com/565058/peter-rosegger-nursing-home-dietger-wissounig-architekten?ad_source=search&ad_medium=projects_tab

10. Aušra Nyman. (2022). *Kodėl mes nemėgstame pirmadienių ir kam mums reikalingas apšvietimas pagal bioritmus?.* Statyba ir architektūra. Prieiga per internetą: https://sa.lt/kodel-mes-nemegstame-pirmadieniu-ir-kam-mums-reikalingas-apsvietimas-pagal-bioritmus/
11. Bernard Tschumi. (1996*). Architecture and Disjunction*. The MIT Press. Ištraukos prieiga per internetą: https://www.artforum.com/features/violence-of-architecture-2-215475/
12. Borne. (2022). *What is Holistic Design? A Guide to User-Centred Design.* Launchbase. Prieiga per internetą: https://borneagency.com/blogs/what-is-holistic-design-a-guide-to-user-centred-design/
13. Calypso Connolly. (2015). *THE ANTHROPOSOPHICAL PERSPECTIVE ON THE STRUCTURE AND FUNCTIONING OF THE HUMAN BEING.* Tobias School of Art & Therapy. Prieiga per internetą: https://tobiasart.org/2015/10/07/the-anthroposophical-perspective-on-the-structure-and-functioning-of-the-human-being/
14. *Carpe Diem Dementia Village.* (n.d.). Nordicarch. Prieiga per internetą: https://nordicarch.com/project/donski-dementia-village
15. Chapeltown Anthroposophy. (2023). *What is the Fourfold Human and why is it significant? (Physical, Etheric, Astral, Ego).* Medium. Prieiga per internetą: https://medium.com/@chapeltownanthroposophy/what-is-the-fourfold-human-and-why-is-it-significant-physical-etheric-astral-ego-899a8ba4d8e8
16. Deborah Franklin. (2012). *How Hospital Gardens Help Patients Heal: Hospital gardens turn out to have medical benefits.* Scientific American. Prieiga per internetą: https://www.scientificamerican.com/article/nature-that-nurtures/
17. Elina Nystrom. (2022). *LOOP Architects and Urban Arkitektar design circular nursing home for dementia sufferers in Iceland.* Avontuura. Prieiga per internetą: https://www.avontuura.com/dementia-and-nursing-home-in-iceland-loop-architects-urban-arkitektar/
18. Esther M. Sternberg, M.D. (2009). *Healing spaces: the science of place and well-being.* The Belknap press. Prieiga per internetą: https://www.academia.edu/40318072/healing_spaces_the_science_of_place_and_well_being

19. Eurostat. (2020). *Ageing Europe - statistics on population developments*. Prieiga per internetą: https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Ageing_Europe_-_statistics_on_population_developments#Older_people_.E2.80.94_population_overview
20. Film Location Hardanger. (n.d.). *Agatunet seen from above*. Prieiga per internetą: https://www.filmlocationhardanger.no/en/locations/farmyards/agatunet-seen-above
21. Francis W Bush. (1984). *Jan Christian Smuts and His Doctrine of Holism*, 7 tom., 288-297 psl. Prieiga per internetą: https://www.utpjournals.press/doi/pdf/10.3138/uram.7.4.288
22. Gediminas Tumėnas. (2017). *Holizmas ir individualioji psichologija.* Individualiosios psichologijos institutas. Prieiga per internetą: https://ipi.lt/straipsniai/holizmas-ir-individualioji-psichologija/
23. Gjermund Glesnes. (2019). *Havråtunet: The highlight the tourists forget*. DET VONDE LIV. Prieiga per internetą: https://detvondeliv.no/europa/nord-europa/norden/norge/havratunet/
24. Yannis Tountas. (2017). *The Roots of Holistic Health: How Ancient Greeks built a connection between body, soul and the environment*. Greece Is. Prieiga per internetą: https://www.greece-is.com/the-roots-of-holistic-health/
25. Jan A. Golembiewski. (2016*). The Handbook of Salutogenesis, 26 skyrius, Salutogenic Architecture in Healthcare Settings.* National Library of Medicine. Prieiga per internetą: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK435851/?utm_medium=website&utm_source=archdaily.com
26. Jie Yin. Shihao Zhu. Piers MacNaughton. Joseph G. Allen. John D. Spengler. (2018). *Physiological and cognitive performance of exposure to biophilic indoor environment.* ScienceDirect. Prieiga per internetą: https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0360132318300064
27. Joost van Hoof. Hannah R. Marston. (2021). *Age-Friendly Cities and Communities: State of the Art and Future Perspectives.* National Library of Medicine. Prieiga per internetą: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7914698/#:~:text=The%20World%20Health%20Organization%20defines,security%2C%20enjoy%20good%20health%20and

28. Joseph G. Allen. John D. Macomber. (2020). *We spend 90% of our time inside—why don't we care that indoor air is so polluted? Maybe we should actually be wearing masks inside.* Fastcompany. Prieiga per internetą: https://www.fastcompany.com/90506856/we-spend-90-of-our-time-inside-why-dont-we-care-that-indoor-air-is-so-polluted
29. Kara Rogers. (2023*). biophilia hypothesis*. Britannica. Prieiga per internetą: https://www.britannica.com/science/biophilia-hypothesis
30. *Kas yra holistinė medicina?.* Healthylife. (2022). Prieiga per internetą: https://healthylife.lt/kas-yra-holistine-medicina/
31. Kamlesh Singh. Mahima Raina. Doug Oman. (2022). *A Handbook of Positive Psychology, Religion, and Spirituality.* 195-209 psl. Springer. Prieiga per internetą: https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-031-10274-5_13#:~:text=Because%20the%20idea%20of%20the,tools%20for%20studying%20human%20functioning
32. Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerija. (2023). *Sveikas senėjimas*. Prieiga per internetą: https://sam.lrv.lt/lt/veiklos-sritys/visuomenes-sveikatos-prieziura/sveikas-senejimas
33. Matthias Girke. Georg Soldner. (2018). *The Fourfold Human Constitution.* Anthromedics. Prieiga per internetą: https://www.anthromedics.org/BAS-0347-EN
34. Masha Panchenko. (2021). *What Is Holistic Design? The Future of UX or a Fallacy?.* UXMag. Prieiga per internetą: https://www.eleken.co/blog-posts/what-is-holistic-design#:~:text=Holistic%20design%20is%20a%20design,%2C%20stakeholders%2C%20and%20the%20environment.
35. Naomi Mathew. (n.d.). *Why is concept and context important in Architecture?.* Rethinking The Future. Prieiga per internetą: https://www.re-thinkingthefuture.com/architectural-community/a2633-why-is-concept-and-context-important-in-architecture/
36. National Institute of General Medical Sciences. (2023). *Circadian Rhythms*. Prieiga per internetą: https://www.nigms.nih.gov/education/fact-sheets/Pages/circadian-rhythms.aspx#:~:text=%E2%80%8B%E2%80%8BWhat%20are%20circadian,animals%2C%20plants%2C%20and%20microbes

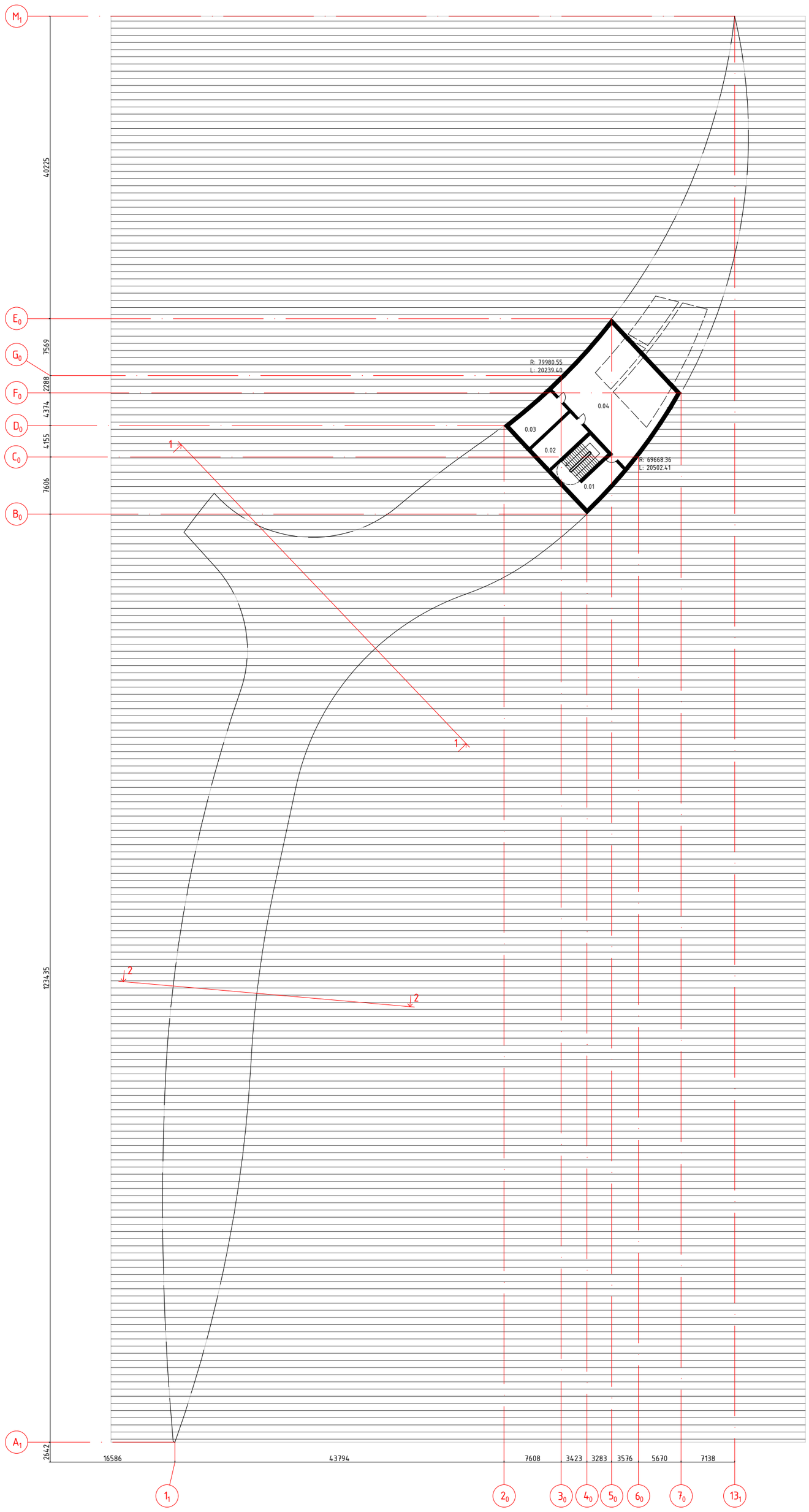
37. Nord Architects. (n.d.). *Alzheimer's Village Dax: A village designed for people living with Alzheimer's disease and dementia*. Prieiga per internetą: https://www.nordarchitects.dk/alzheimer-dax
38. Orkney Anderson. (n.d.). *Beyond Sustainability: The Holistic Approach to Environmental Architecture*. Ansglobal. Prieiga per internetą: https://www.ansgroupglobal.com/blog/beyond-sustainability-the-holistic-approach-to-environmental-architecture#:~:text=Holistic%20design%20aims%20to%20create,impact%20on%20the%20natural%20environment.
39. Paula Pintos. (2021). *Alzheimers Village / NORD Architects*. ArchDaily. Prieiga per internetą: https://www.archdaily.com/973948/alzheimers-villa-nord-architects
40. Paula Pintos. (2021). *Carpe Diem Dementia Village / Nordic Office of Architecture.* ArchDaily. Prieiga per internetą: https://www.archdaily.com/955466/carpe-diem-dementia-village-nordic-office-of-architecture?ad_source=search&ad_medium=projects_tab
41. Paula Pintos. (2023). *The Gardens Care Home / Marge Arkitekter*. ArchDaily. Prieiga per internetą: https://www.archdaily.com/984946/the-gardens-care-home-marge-arkitekter
42. Peter Kvernland Thomsen. (2002). *Lafteboka*. Tun forlag. Ištraukos prieiga per internetą: https://talknorway.no/wooden-buildings-one-thousand-years-old-norway/#google_vignette
43. Rasa Skrabutėnas. (2023). *Holistinė medicina: kas tai ir kokie šio metodo pranašumai*. Kūno terapijos klinika. Prieiga per internetą: https://kuno-terapija.lt/kas-yra-holistine-medicina/
44. Sheena Lyonnais. (2017). *Ask An UXpert: What Does Holistic UX Design Mean To You?.* Adobe Blog. Prieiga per internetą: https://blog.adobe.com/en/publish/2017/06/27/ask-an-uxpert-what-does-holistic-ux-design-mean-to-you
45. Simon McAuliffe. (2023). *How Can Architecture Improve Health? Architecture can have a huge influence on our physical and mental health, but how?.* Cantifix. Prieiga per internetą: https://www.cantifix.co.uk/blog/how-can-architecture-improve-health/#:~:text=Architecture%20can%20have%20a%20huge,and%20mental%20health%

2C%20but%20how%3F&text=Whether%20we're%20aware%20of,positively%20contribute%20to%20our%20wellbeing

46. Stephen R. Kellert, Elizabeth F. Calabrese. (2015). *The Practice of Biophilic Design*. ResearchGate. Prieiga per internetą: https://www.researchgate.net/publication/321959928_The_Practice_of_Biophilic_Design
47. *The Gardens: Örebro, Sweden*. (n.d.). Architizer. Prieiga per internetą: https://architizer.com/projects/the-gardens-1/
48. UNESCO. (2006). *Urnes Stave Church (Norway)*. Prieiga per internetą: https://whc.unesco.org/en/list/58/gallery/
49. Varun Vashi. (n.d.). *Exploring holistic wellness through design*. Rethinking The Future. Prieiga per internetą: https://www.re-thinkingthefuture.com/architectural-community/a6060-exploring-holistic-wellness-through-design/
50. Vyriausybės strateginės analizės centras. (2020). *Senstanti Lietuvos visuomenė: Analitinė apžvalga.* Strata. Prieiga per internetą: https://strata.gov.lt/images/tyrimai/2020-metai/zmogiskojo-kapitalo-politika/20200924-senstanti-lietuvos-visuomene.pdf
51. World Health Organization. (n.d.). *Constitution*. Prieiga per internetą: https://www.who.int/about/accountability/governance/constitution
52. 15min. (2022). *Modernūs slaugos namai Trakuose, kuriuose paslaugas kompensuoja valstybė*. Prieiga per internetą: https://www.15min.lt/verslas/naujiena/pranesimai/modernus-slaugos-namai-trakuose-kuriuose-paslaugas-kompensuoja-valstybe-231-1681086?utm_medium=copied

7. LENTELIŲ SĄRAŠAS

1 lentelė. Rezultatų apibendrinimas……58
2 lentelė. Pirmo aukšto programa……...76
3 lentelė. Antro aukšto programa……78
4 lentelė. Trečio aukšto programa……...……80
5 lentelė. Rūsio programa……...81



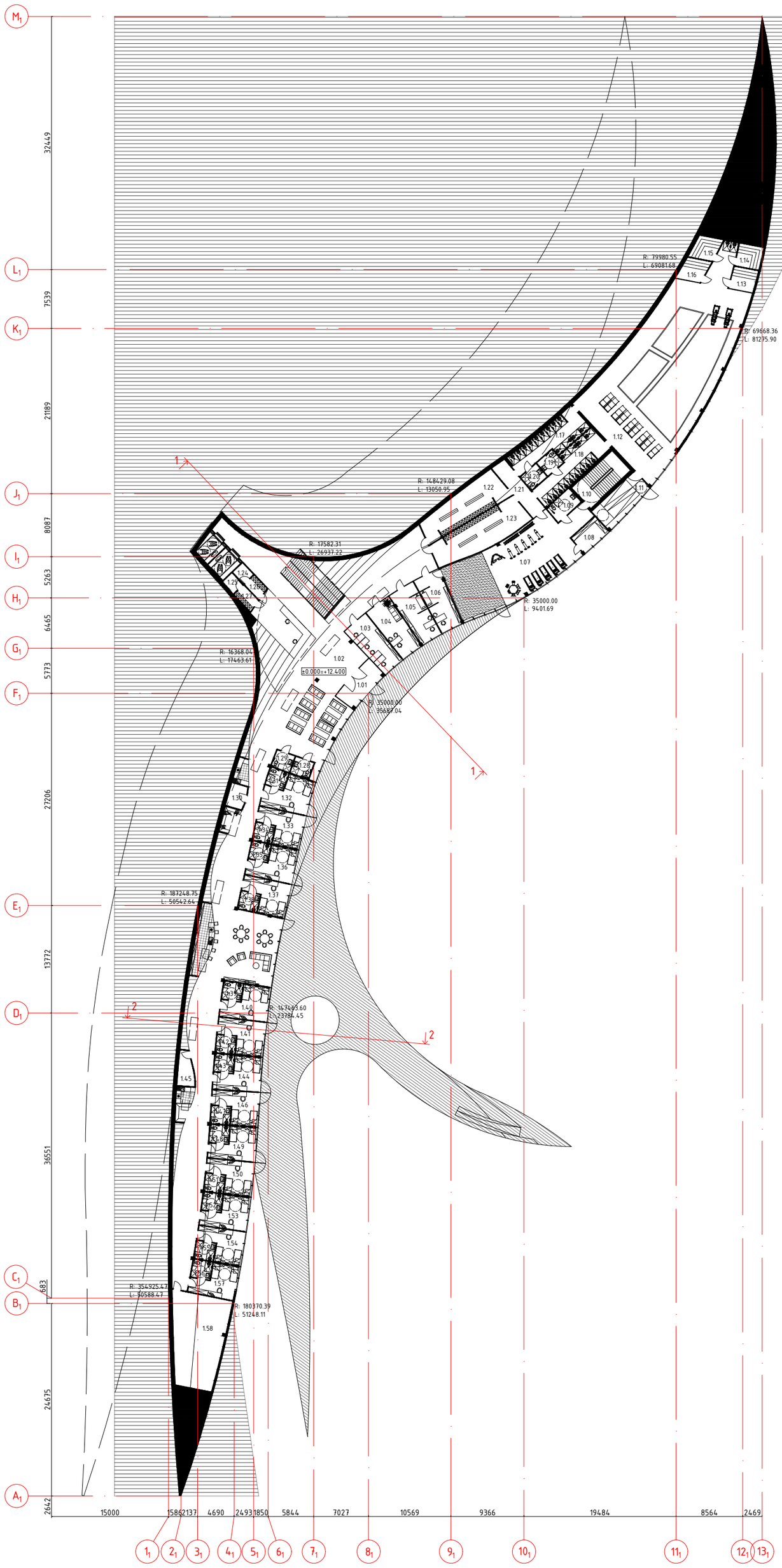
SUTARTINIAI ŽYMĖJIMAI

Akmuo

PATALPŲ EKSPLIKACIJA

NR.	Patalpos pavadinimas	Plotas m^2
1.01	Laiptinė	45.23 m^2
1.02	Tech. patalpa	25.58 m^2
1.03	Tech. patalpa	26.40 m^2
1.04	Tech. patalpa	157.34 m^2
	Viso:	254.55 m^2

Stud.nr.	VILNIUS TECH Architektūros fakultetas			STATINIO PROJEKTO PAVADINIMAS Senjorų globos namai Norvegijoje	
	DĖST	G. Čaikauskas		STATINIO NUMERIS IR PAVADINIMAS, DOKUMENTO PAVADINIMAS Rūsio planas M 1:500	Laida 0
20194956	STUD	J. Noreika			
lt	STATYTOJAS IR (ARBA) UŽSAKOVAS Vilniaus Gedimino Technikos Universitetas			DOKUMENTO ŽYMUO 2024-05-20	Lapas 1 / Lapų 1



SUTARTINIAI ŽYMĖJIMAI

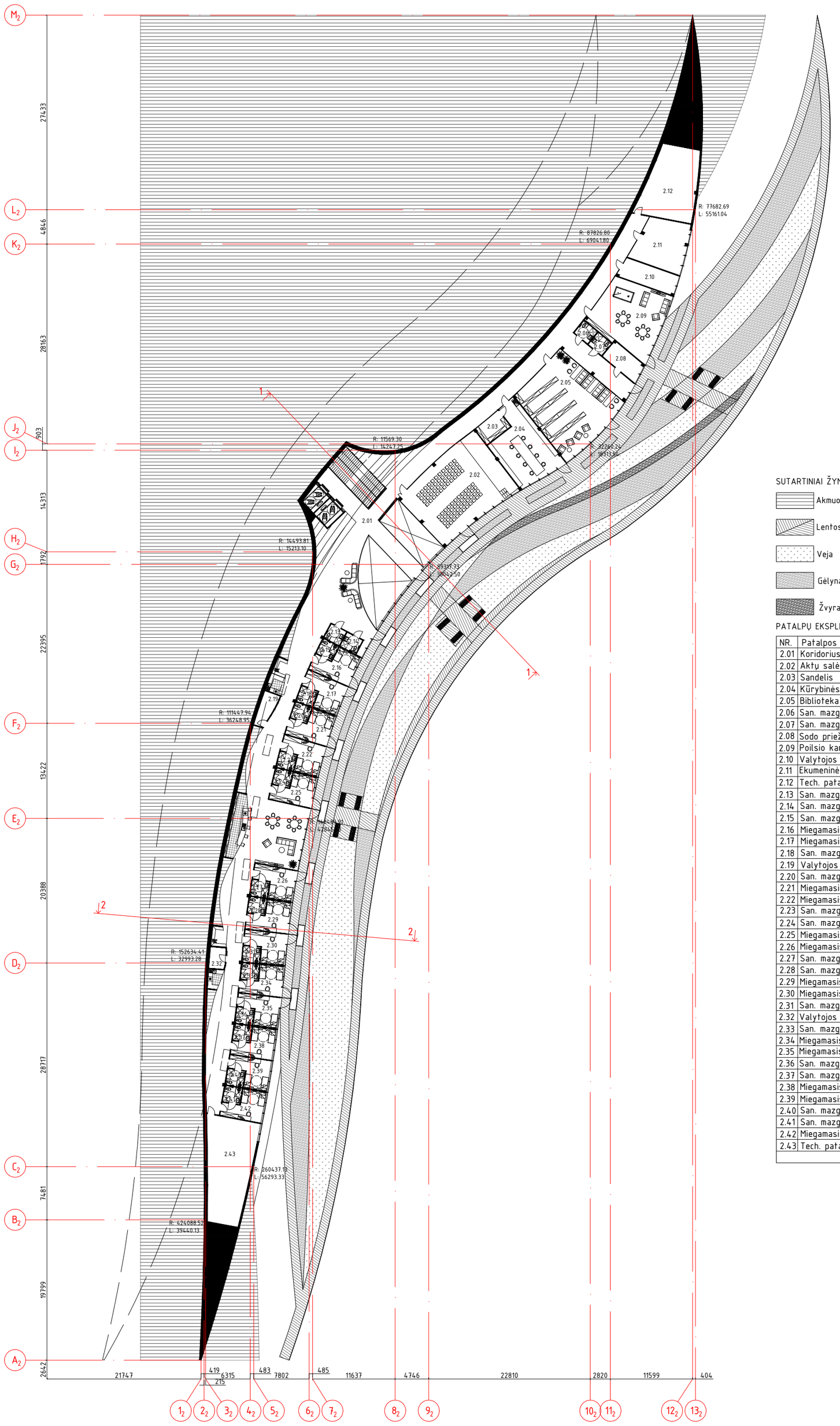
Akmuo

Lentos

PATALPŲ EKSPLIKACIJA

NR.	Patalpos pavadinimas	Plotas m^2
1.01	Tambūras	17.51 m^2
1.02	Vestibiulis + koridorius	649.68 m^2
1.03	Administracija	24.59 m^2
1.04	Direktoriaus kabinetas	24.06 m^2
1.05	Daktaro kabinetas	24.06 m^2
1.06	Kineziterapiauto kabinetas	24.14 m^2
1.07	Sporto salė	134.39 m^2
1.08	Inventoriaus sandėlis	10.47 m^2
1.09	San. mazgas	9.18 m^2
1.10	Laiptinė	16.87 m^2
1.11	Evakuacinė rampa	10.82 m^2
1.12	Baseinas	317.27 m^2
1.13	Suomiška sauna	9.40 m^2
1.14	Infraraudonųjų spindulių pirtis	9.27 m^2
1.15	Garinė pirtis	9.33 m^2
1.16	Turkiška pirtis	10.16 m^2
1.17	Vyrų dušai	34.38 m^2
1.18	Moterų dušai	35.54 m^2
1.19	San. mazgas	5.96 m^2
1.20	San. mazgas	5.96 m^2
1.21	Koridorius	16.73 m^2
1.22	Vyrų rūbinė	43.87 m^2
1.23	Moterų rūbinė	50.19 m^2
1.24	Persirengimo patalpa	3.54 m^2
1.25	Persirengimo patalpa	3.47 m^2
1.26	Moterų rūbinė	6.47 m^2
1.27	Vyrų rūbinė	5.15 m^2
1.28	San. mazgas	5.36 m^2
1.29	San. mazgas	5.34 m^2
1.30	Valytojos patalpa	6.65 m^2
1.31	San. mazgas	5.55 m^2
1.32	Miegamasis	21.84 m^2
1.33	Miegamasis	19.93 m^2
1.34	San. mazgas	5.66 m^2
1.35	San. mazgas	5.66 m^2
1.36	Miegamasis	19.92 m^2
1.37	Miegamasis	19.21 m^2
1.38	San. mazgas	5.66 m^2
1.39	San. mazgas	5.67 m^2
1.40	Miegamasis	20.5 m^2
1.41	Miegamasis	19.97 m^2
1.42	San. mazgas	5.64 m^2
1.43	San. mazgas	5.64 m^2
1.44	Miegamasis	20.54 m^2
1.45	Valytojos patalpa	8.17 m^2
1.46	Miegamasis	19.30 m^2
1.47	San. mazgas	5.66 m^2
1.48	San. mazgas	5.67 m^2
1.49	Miegamasis	19.00 m^2
1.50	Miegamasis	19.10 m^2
1.51	San. mazgas	5.67 m^2
1.52	San. mazgas	5.67 m^2
1.53	Miegamasis	18.97 m^2
1.54	Miegamasis	19.04 m^2
1.55	San. mazgas	5.74 m^2
1.56	San mazgas	5.67 m^2
1.57	Miegamasis	19.05 m^2
1.58	Tech. patalpa	75.94 m^2
	Viso:	1943.86 m^2

Stud.nr.	VILNIUS TECH Architektūros fakultetas			STATINIO PROJEKTO PAVADINIMAS Senjorų globos namai Norvegijoje	
	DĖST	G. Čaikauskas		STATINIO NUMERIS IR PAVADINIMAS, DOKUMENTO PAVADINIMAS Pirmo aukšto planas M 1:500	Laida 0
20194956	STUD	J. Noreika			
lt	STATYTOJAS IR (ARBA) UŽSAKOVAS Vilniaus Gedimino Technikos Universitetas			DOKUMENTO ŽYMUO 2024-05-20	Lapas 1 / Lapų 1



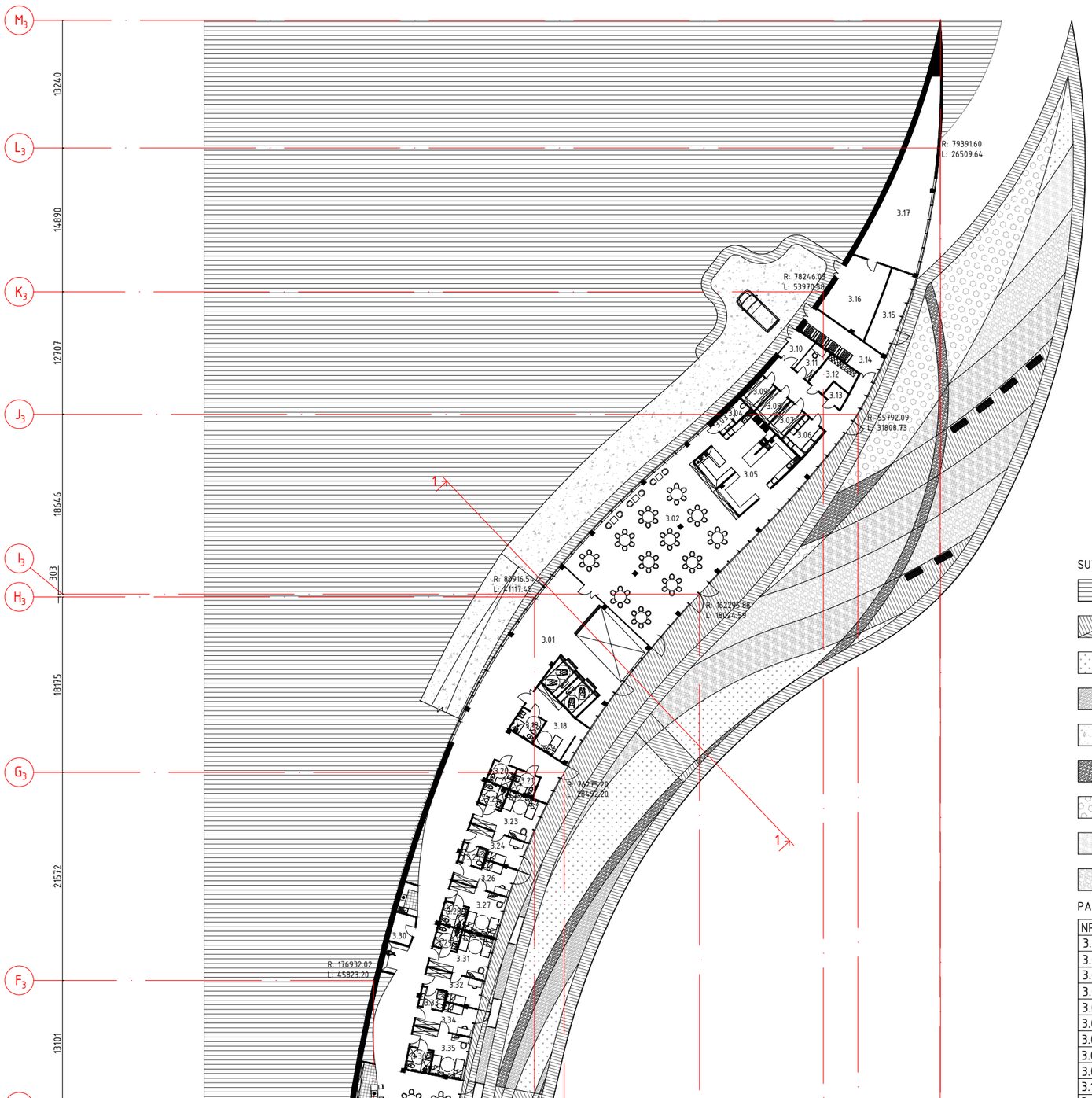
SUTARTINIAI ŽYMĖJIMAI

- Akmuo
- Lentos
- Veja
- Gėlynai
- Žvyras

PATALPŲ EKSPLIKACIJA

NR.	Patalpos pavadinimas	Plotas m^2
2.01	Koridorius	674.09 m^2
2.02	Aktų salė	137.99 m^2
2.03	Sandelis	11.93 m^2
2.04	Kūrybinės dirbtuvės	67.97 m^2
2.05	Biblioteka	125.74 m^2
2.06	San. mazgas	5.57 m^2
2.07	San. mazgas	5.53 m^2
2.08	Sodo priežiūros įrankių sandėlis	15.59 m^2
2.09	Poilsio kambarys	84.02 m^2
2.10	Valytojos patalpa	23.08 m^2
2.11	Ekumeninė patalpa	46.21 m^2
2.12	Tech. patalpa	70.95 m^2
2.13	San. mazgas	5.50 m^2
2.14	San. mazgas	5.47 m^2
2.15	San. mazgas	5.62 m^2
2.16	Miegamasis	21.37 m^2
2.17	Miegamasis	21.44 m^2
2.18	San. mazgas	5.63 m^2
2.19	Valytojos patalpa	9.53 m^2
2.20	San. mazgas	5.63 m^2
2.21	Miegamasis	21.33 m^2
2.22	Miegamasis	21.19 m^2
2.23	San. mazgas	5.64 m^2
2.24	San. mazgas	5.65 m^2
2.25	Miegamasis	20.40 m^2
2.26	Miegamasis	20.83 m^2
2.27	San. mazgas	5.64 m^2
2.28	San. mazgas	5.64 m^2
2.29	Miegamasis	20.84 m^2
2.30	Miegamasis	20.84 m^2
2.31	San. mazgas	5.64 m^2
2.32	Valytojos patalpa	6.49 m^2
2.33	San. mazgas	5.69 m^2
2.34	Miegamasis	19.41 m^2
2.35	Miegamasis	19.10 m^2
2.36	San. mazgas	5.66 m^2
2.37	San. mazgas	5.66 m^2
2.38	Miegamasis	19.11 m^2
2.39	Miegamasis	19.12 m^2
2.40	San. mazgas	5.66 m^2
2.41	San. mazgas	5.66 m^2
2.42	Miegamasis	19.81 m^2
2.43	Tech. patalpa	90.52 m^2
	Viso:	1724.39 m^2

Stud.nr.	VILNIUS TECH Architektūros fakultetas			STATINIO PROJEKTO PAVADINIMAS Senjorų globos namai Norvegijoje	
	DĖST	G. Čaikauskas		STATINIO NUMERIS IR PAVADINIMAS, DOKUMENTO PAVADINIMAS Antro aukšto planas M 1:500	Laida 0
20194956	STUD	J. Noreika			
lt	STATYTOJAS IR (ARBA) UŽSAKOVAS Vilniaus Gedimino Technikos Universitetas			DOKUMENTO ŽYMUO 2024-05-20	Lapas 1 / Lapų 1



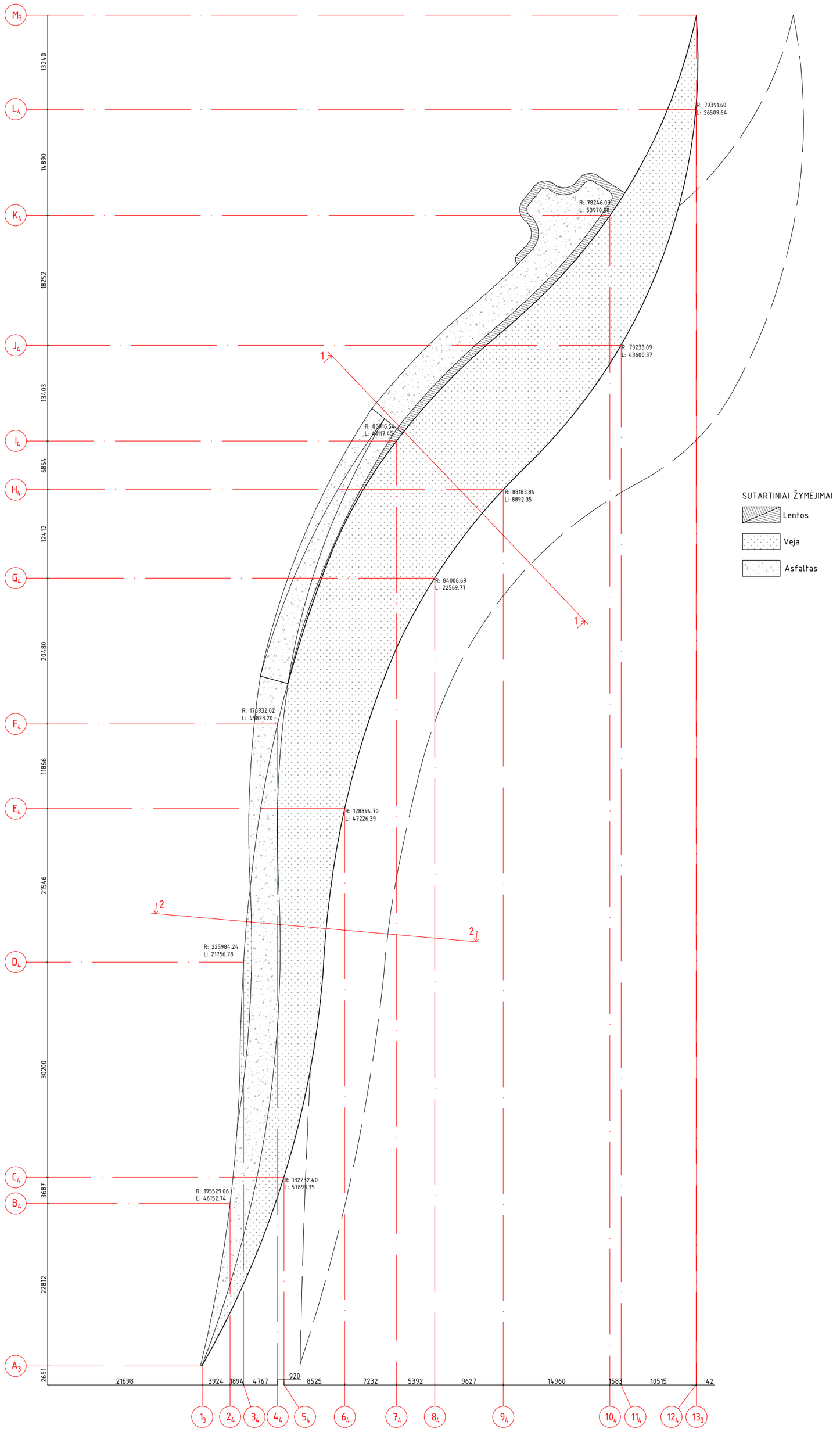
SUTARTINIAI ŽYMĖJIMAI

- Akmuo
- Lentos
- Veja
- Gėlynai
- Asfaltas
- Žvyras
- Sodo danga 1
- Sodo danga 2
- Sodo danga 3

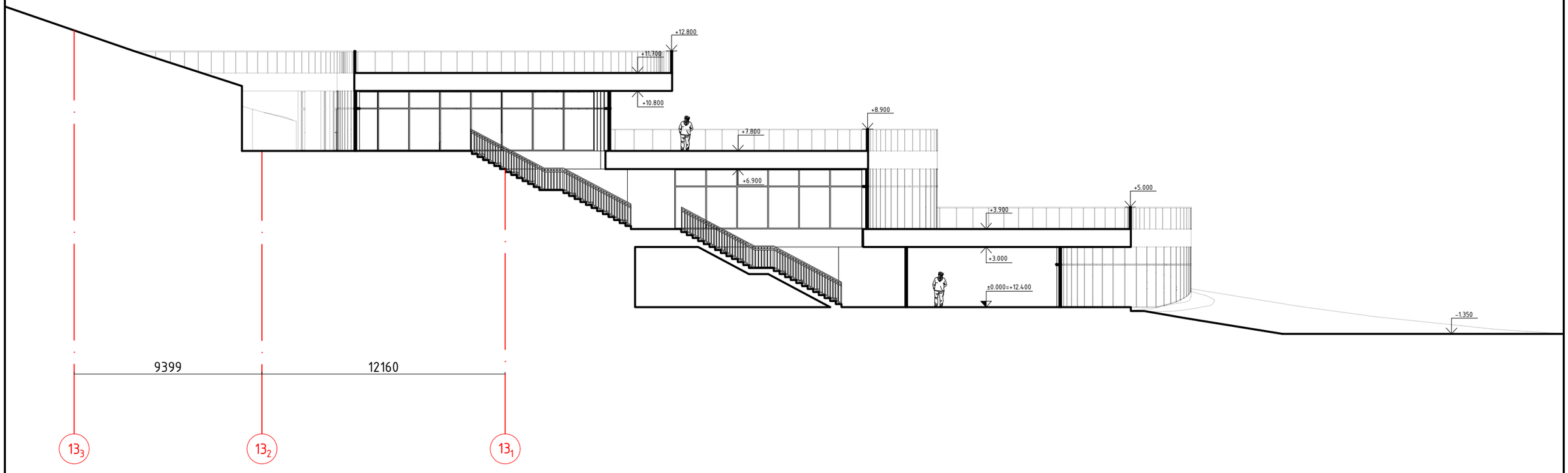
PATALPŲ EKSPLIKACIJA

NR.	Patalpos pavadinimas	Plotas m^2
3.01	Koridorius	554.43 m^2
3.02	Valgykla	267.14 m^2
3.03	Praustuvės patalpa	2.67 m^2
3.04	San. mazgas	3.14 m^2
3.05	Virtuvė	59.64 m^2
3.06	Šaldytuvų patalpa	10.06 m^2
3.07	Mėsos sandėlis	6.72 m^2
3.08	Sausų produktų sandėlis	6.49 m^2
3.09	Daržovių sandėlis	6.26 m^2
3.10	Tambūras	7.47 m^2
3.11	Šefo kabinetas	6.91 m^2
3.12	Virtuvės darbuotojų rūbinė	11.26 m^2
3.13	Valytojos patalpa	3.82 m^2
3.14	Konteinerių patalpa	25.54 m^2
3.15	Sodo priežiūros įrankių sandėlis	21.16 m^2
3.16	Tech. patalpa	36.24 m^2
3.17	Tech. patalpa	78.34 m^2
3.18	Pirmosios pagalbos kambarys	26.63 m^2
3.19	San. mazgas	7.10 m^2
3.20	San. mazgas	5.38 m^2
3.21	San. mazgas	5.27 m^2
3.22	San. mazgas	5.63 m^2
3.23	Miegamasis	22.76 m^2
3.24	Slaugytojo miegamasis	15.43 m^2
3.25	Slaugytojų san. mazgas	5.21 m^2
3.26	Slaugytojo miegamasis	15.04 m^2
3.27	Miegamasis	20.67 m^2
3.28	San. mazgas	5.64 m^2
3.29	San. mazgas	5.64 m^2
3.30	Valytojos patalpa	6.69 m^2
3.31	Miegamasis	20.67 m^2
3.32	Slaugytojo miegamasis	14.9 m^2
3.33	Slaugytojų san. mazgas	5.21 m^2
3.34	Slaugytojo miegamasis	14.90 m^2
3.35	Miegamasis	20.67 m^2
3.36	San. mazgas	5.64 m^2
3.37	San. mazgas	5.64 m^2
3.38	Miegamasis	20.50 m^2
3.39	Slaugytojo miegamasis	14.52 m^2
3.40	Slaugytojų san. mazgas	5.21 m^2
3.41	Slaugytojo miegamasis	14.97 m^2
3.42	Valytojos patalpa	8.82 m^2
3.43	Miegamasis	20.63 m^2
3.44	San. mazgas	5.65 m^2
3.45	San. mazgas	5.67 m^2
3.46	Miegamasis	19.05 m^2
3.47	Slaugytojo miegamasis	14.13 m^2
3.48	Slaugytojų san. mazgas	5.21 m^2
3.49	Slaugytojo miegamasis	14.13 m^2
3.50	Miegamasis	19.49 m^2
3.51	San. mazgas	5.67 m^2
3.52	San. mazgas	5.67 m^2
3.53	Miegamasis	19.49 m^2
3.54	Slaugytojo miegamasis	14.40 m^2
3.55	Slaugytojo miegamasis	5.11 m^2
3.56	Maisto produktų sandėlis	9.62 m^2
3.57	Tech. patalpa	60.59 m^2
	Viso:	1637.74 m^2

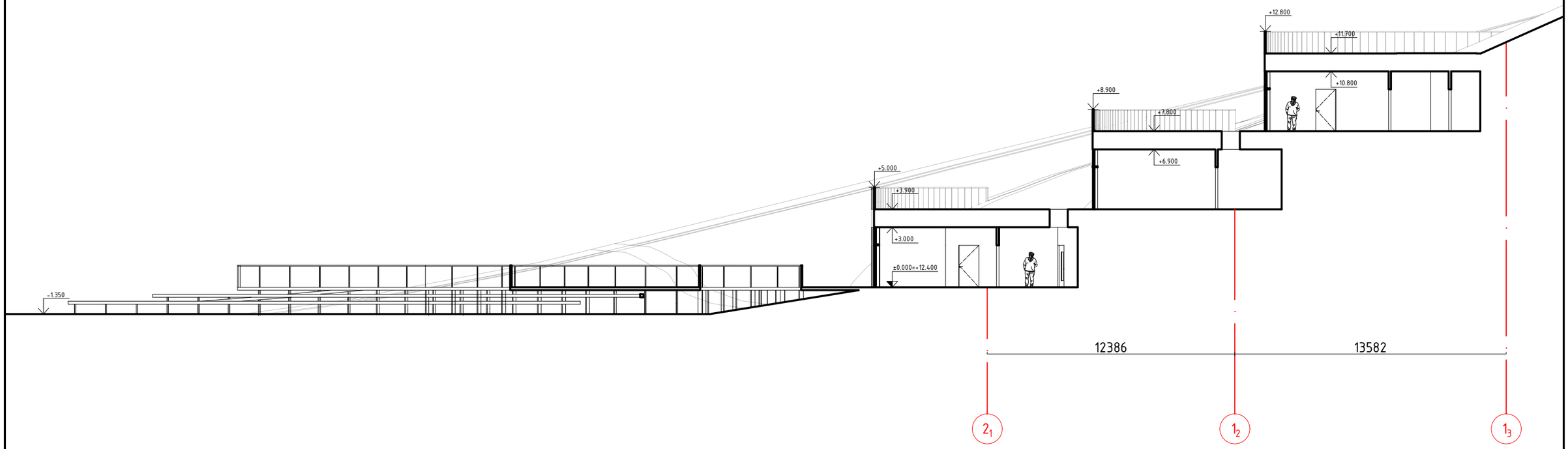
Stud.nr.	VILNIUS TECH Architektūros fakultetas			STATINIO PROJEKTO PAVADINIMAS Senjorų globos namai Norvegijoje	
	DĖST	G. Čaikauskas		STATINIO NUMERIS IR PAVADINIMAS, DOKUMENTO PAVADINIMAS Trečio aukšto planas M 1:500	Laida 0
20194956	STUD	J. Noreika			
lt	STATYTOJAS IR (ARBA) UŽSAKOVAS Vilniaus Gedimino Technikos Universitetas			DOKUMENTO ŽYMUO 2024-05-20	Lapas 1 / Lapų 1



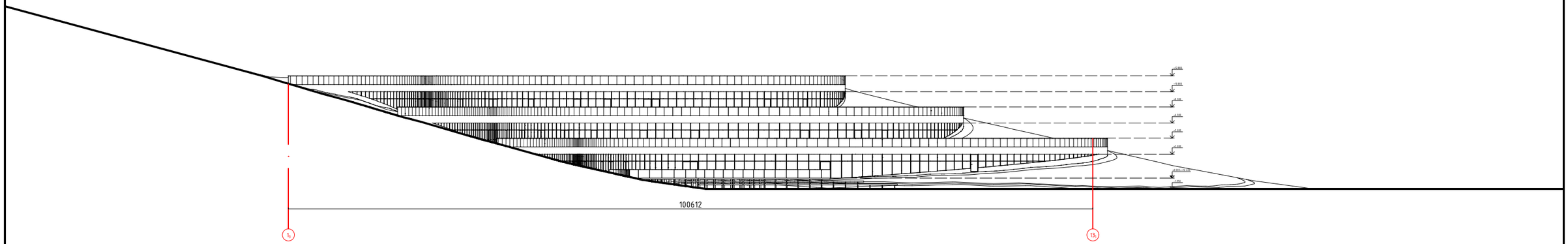
Stud.nr.	VILNIUS TECH Architektūros fakultetas			STATINIO PROJEKTO PAVADINIMAS Senjorų globos namai Norvegijoje	
	DĖST	G. Čaikauskas		STATINIO NUMERIS IR PAVADINIMAS, DOKUMENTO PAVADINIMAS Stogo planas M 1:500	Laida 0
20194956	STUD	J. Noreika			
lt	STATYTOJAS IR (ARBA) UŽSAKOVAS Vilniaus Gedimino Technikos Universitetas			DOKUMENTO ŽYMUO 2024-05-20	Lapas 1 / Lapų 1



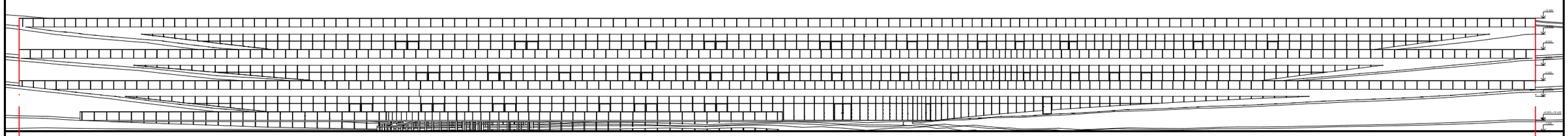
Stud.nr.	VILNIUS TECH Architektūros fakultetas			STATINIO PROJEKTO PAVADINIMAS Senjorų globos namai Norvegijoje		
	DĖST	G. Čaikauskas		STATINIO NUMERIS IR PAVADINIMAS, DOKUMENTO PAVADINIMAS Pjūvis 1-1 M 1:200		Laida
20194956	STUD	J. Noreika				0
lt	STATYTOJAS IR (ARBA) UŽSAKOVAS Vilniaus Gedimino Technikos Universitetas			DOKUMENTO ŽYMUO 2024-05-20	Lapas 1	Lapų 1



Stud.nr.	VILNIUS TECH Architektūros fakultetas			STATINIO PROJEKTO PAVADINIMAS Senjorų globos namai Norvegijoje	
	DĖST	G. Čaikauskas		STATINIO NUMERIS IR PAVADINIMAS, DOKUMENTO PAVADINIMAS Pjūvis 2-2 M 1:200	Laida 0
20194956	STUD	J. Noreika			
lt	STATYTOJAS IR (ARBA) UŽSAKOVAS Vilniaus Gedimino Technikos Universitetas			DOKUMENTO ŽYMUO 2024-05-20	Lapas 1 / Lapų 1



Stud.nr.	VILNIUS TECH Architektūros fakultetas			STATINIO PROJEKTO PAVADINIMAS Senjorų globos namai Norvegijoje	
	DĖST	G. Čaikauskas		STATINIO NUMERIS IR PAVADINIMAS, DOKUMENTO PAVADINIMAS Fasadas tarp 1_3 – 13_1 ašių M 1:500	Laida 0
20194956	STUD	J. Noreika			
lt	STATYTOJAS IR (ARBA) UŽSAKOVAS Vilniaus Gedimino Technikos Universitetas			DOKUMENTO ŽYMUO 2024-05-20	Lapas 1 / Lapų 1



Stud.nr.	VILNIUS TECH Architektūros fakultetas			STATINIO PROJEKTO PAVADINIMAS Senjorų globos namai Norvegijoje	
	DĖST	G. Čaikauskas		STATINIO NUMERIS IR PAVADINIMAS, DOKUMENTO PAVADINIMAS Fasadas tarp ašių A_1 – M_1 M 1:500	Laida 0
20194956	STUD	J. Noreika			
lt	STATYTOJAS IR (ARBA) UŽSAKOVAS Vilniaus Gedimino Technikos Universitetas			DOKUMENTO ŽYMUO 2024-05-20	Lapas 1 / Lapų 1