

# Lakásergonómiai alapok



Otthonunk berendezési tárgyainál a méretezés alapja minden esetben az emberi test. Ezzel együtt figyelembe kell vennünk a bútorok nagyságát, a használatukhoz szükséges helyet, a mellettük elhaladók mozgástérigényét és érdemes ismerni a helyiségek kapcsolatát is. Mindezek kialakítása korántsem a véletlen műve. Ezekkel a kérdésekkel foglalkozik a lakásergonómia, amely az ember által végzett tevékenységek számára optimális tárgyi és környezeti feltételek megteremtését segíti úgy, hogy szem előtt tartja az egészségmegőrzést, a munkateljesítmény fokozását és a balesetek elkerülését. Ezen a területen kalauzol végig bennünket Scholtz Gábor építész, akit 230 ház tervezési tapasztalatával a háta mögött arról kérdeztünk, milyen árávan a kényelemnek centiméterekben mérve.

## Az ügyfelekkel való első találkozásnál mi derül ki elsőként?

Az, hogy az emberek hatalmas házakban gondolkodnak. Amikor ismertetik a terveiket, leírják, milyen és mekkora helyiségeket terveznek. A megrendelőim gyakran 60 nm-es nappalit, 38 nm-es szülői hálót, 20 nm-es dolgozószobát vizionálnak. A számokat feljegyzem, felszorozom a négyzetméterárral és kijön, hogy a ház kétszer annyiba kerülne, mint amekkora a rendelkezésre álló összeg.

## Ez nyilván sokat módosít az eredeti terven.

Igen, de nem csak a pénz miatt mondom, hogy nem érdemes ekkora területtel kalkulálni. Az óriási terekben szétszóródik a család, elvesz az intimitás. Nem bútorokkal nehéz berendezni egy házat, sőt, a fűtésszámlára is össze lehet rakni a pénzt: lélekkel nehéz megtölteni a hatalmas tereket.

## Az eltűzött számokat már mondta, ismertetné a lakóterek reális méretét?

A nappali 35 négyzetméter. Nagyobb nem indokolt, csak akkor, ha az illető hangverseny-zongorát akar behelyezni a térbe. A hálónak elég 12-14, a fürdőnek 6-7 négyzetméter, a konyhának 10, az étkezőnek 12-14, a kamrának 2, a wc-nek pedig 1,5 négyzetméter.

## Amikor elkezd tervezni egy házat, mit rajzol meg először?

Különös módon a garázst helyezem el először, mert annak a legnagyobb a mérete a ház többi helyiségehez képest. Geometriája kötött, nem lehet kifli, háromszög alakú és nem lehet bele oszlopot tenni. Gyakorlatilag van egy doboz a házban, szinte e köré kell alakítani minden mást.

## Mit kell tudni erről a dobozról?

Azt, hogy a magassága hivatalosan 220 centiméter, ám jó, ha ennél nagyobb, mert ez a tetőcsomagtartós autókna okozhat problémát annak ismeretében, hogy a garázsajtó 212 centiméter, a mozgatómechanizmusra pedig még 30 centimétert kell rászámolni. A szimpla garázs 18 négyzetméter, a dupla garázs általában 6x6 méter, azaz 36 négyzetméter. Ez utóbbi 8,6 millió forint, ha abból indulok ki, hogy 240 000 forint/négyzetméter alatt ma nem igazán lehet építkezni.

## Ilyenkor nem merül fel, hogy a garázból inkább szobák legyenek?

Kijönne belőle 3 gyerekszoba, de a dupla garázs általában mindig a ház része marad. Sőt, sokaknak még ennél is nagyobb garázsra van igényük, menet közben ugyanis kiderül, hogy polcozni kell, mert ott majd elfér a horgászfelszerelés és a barkácssarok.

## Az autó meg lassanként kiszorul...

Ház építéskor nem érdemes hatalmas alapterülettel kalkulálni. Az óriási terekben szétszóródik a család, elvesz az intimitás.

Előfordult már. Ha ezt beterveztem, utána fontos, hogy a garázst kétszer kell zsilipelnem a lakótér felé, azaz két ajtón keresztül kell eljutni a nappaliba, mert nem lehet összenyitni a lakóteret olyan helyiséggel, ahol gépkocsi parkol, esetleg gázkészülék üzemel. Itt érdemes megjegyezni, hogy a garázs sok ember számára előszobaként funkcionál – ezt jól mutatja, hogy volt olyan ügyfelem, aki nem is kért bejárati ajtót, mert a garázskapun akart bemenni a házba. Erről szerencsére sikerült lebeszélnem. Amit javasolni szoktam ilyenkor, az az, hogy a lakótér és a garázs között legyen egy gardrób.

## A gardrób esetén mire érdemes figyelni, hogy ergonomiailag jól érezzük magunkat benne?

Jó, ha két ajtaja van, és inkább hosszabb legyen, mint szélesebb. A szekrény minimális mélységéhez mindkét oldalon 60 centiméter szükséges. A közte lévő úgynevezett közlekedő minimum 90 centiméter, és ha ücsörgő is kerül bele, 130 centiméterrel érdemes számolni. Jó lenne benne egy ablak is, de az pont a helyiség bebútorozásától venné el a helyet. A gardrób megvilágítására ennek hiányában mozgásérzékelős lámpát javaslok, hogy a sok ruhával, csomaggal lavírozva a lámpaoltogatóval odabent már ne kelljen bibelődni.