

Česká zemědělská univerzita v Praze
Fakulta lesnická a dřevařská
Katedra dřevěných výrobků a konstrukcí

Vybavování interiéru - Obývací pokoj

Bakalářská práce

Autor: Ondřej Hůla
Vedoucí práce: Ing. Jan Bomba, Ph.D.

2013

ČESKÁ ZEMĚDĚLSKÁ UNIVERZITA V PRAZE

Katedra dřevěných výrobků a konstrukcí

Fakulta lesnická a dřevařská

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Hůla Ondřej

Dřevařství

Název práce

Vybavování interiérů – obývací pokoj

Anglický název

Interior design - living room

Cíle práce

Zpracování a charakteristika aspektů a prvků, které ovlivňují funkční uspořádání obývacího pokoje. Shrnutí a definice problémů, které je potřeba při návrhu obývacího pokoje řešit s ohledem na bezpečnostní a zdravotní rizika. Sjednocení zásad uplatňovaných při návrhu obývacího pokoje. Zpracování typových půdorysů různého způsobu řešení obývacího pokoje dle zásad funkčního uspořádání obývacího pokoje.

Metodika

Rešerše literárních zdrojů našich i zahraničních autorů. Shrnutí získaných poznatků a jejich aplikace pro typové znázornění obývacího pokoje.

Harmonogram zpracování

Vymezení konkrétních cílů práce do 30.8.2012

Shromáždění a studium literatury do 15.10.2012

Literární rešerše do 30.11.2012

Návrh vlastního řešení obývacích prostor

z výsledků a závěrů literární rešerše do 31.12.2012

Zpracování výkresů (pohledy, půdorysy) do 28.2.2013

Zkompletování rukopisu (včetně výkresů)

+ grafická úprava, gramatická korekce do 20.3.2013

Odevzdání práce ke kontrole vedoucímu 15.4.2013

Odevzdání práce v tištěné i elektronické podobě 30.4.2013

Rozsah textové části

Textová část 30 stran , Výkresová část s popisy 15-20 stran

Klíčová slova

obývací pokoj, nábytek, ergonomie, antropometrie, interiér, design, vybavení, osvětlení, barvy, svítidla, materiály, symetrie, estetika, dispozice

Doporučené zdroje informací

HÁJEK, V.: Ergonomie v bytě, v projektu a v praxi. 1. vyd. Praha: Sobotáles, 2004. 124 s. ISBN 80-86817-00-8.
DLABAL, S., KITRICOVÁ, E.: Nábytek, člověk, bydlení základy navrhování nábytku a zařizování bytových interiérů. Praha: ÚBOK, 1977. 177 s.
JOKL, M.: Zdravé obytné a pracovní prostředí. Praha: Akademie věd České republiky, 2002. 261 s. ISBN 80-200-0928-0.
BRUNECKÝ, P., ŠVANCARA, F.: Interiér – člověk a nábytek. 1., Brno: MZLU, 1995. 280 s. ISBN 80-7157-157-1.
VINÁRČIKOVÁ, J.: Současný obytný interiér. Bratislava: Jaga group, 2001. 239 s. ISBN 80-88905-26-5
PREISICHOVÁ, A.: Domov a bydlení. Praha: IKEA DBK, 1989. 277 s
PETELEN, I. a kol. Interiér. 1. vyd. Bratislava: Slovenská technická univerzita, 2004. 178 s. ISBN 80-228-1391-5

Vedoucí práce

Bomba Jan, Ing., Ph.D.

Termín odevzdání

duben 2013



doc. Ing. Martin Böhm, Ph.D.
Vedoucí katedry



prof. Ing. Marek Turčáni, Ph.D.
Děkan fakulty

V Praze dne 25.3.2013

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci na téma Vybavování interiéru – Obývací pokoj vypracoval samostatně pod vedením Ing. Jana Bomby, Ph.D. a použil jen prameny, které uvádím v seznamu použitých zdrojů.

Jsem si vědom že zveřejněním bakalářské práce souhlasím s jejím zveřejněním dle zákona č. 111/1998 Sb. o vysokých školách v platném znění, a to bez ohledu na výsledek její obhajoby.

V..... dne.....

Podpis autora

Poděkování

Chtěl bych tímto poděkovat Ing. Janu Bombovi Ph.D., za vstřícný přístup, trpělivost a dobré nápady při zodpovídání mých dotazů a za odborné vedení při tvorbě bakalářské práce.

Abstrakt

Bakalářská práce se zabývá všemi aspekty, které ovlivňují vybavení interiéru obývacího pokoje. Tyto aspekty jsou následně popsány a vysvětleny. Všechny prvky jsou popisovány s ohledem na konečného uživatele. V práci je obsažena současná problematika bytového interiéru a proměny moderního obývacího pokoje, zejména jeho funkčního využití. Práce také poukazuje na rizika vzniku zdravotních či psychologických problémů při nedodržování zdravotně technologických nebo prostorových nároků na zdravé bydlení.

V přílohové části je pak nastíněna problematika členění prostoru obývacího pokoje a jeho proměny dle potřeb obyvatel.

Klíčová slova :

obývací pokoj, interiér, nábytek, osvětlení

Abstract

This thesis deals with all aspects that affect the interior living room. These aspects are then described and explained. All components are described with respect to the final user. The work contains current issues and changes in the housing interior modern living room, especially its functional use. The work also highlights the risk of medical and psychological problems in non-health technology or space requirements for healthy living.

In the appendix is then outlined the problems broken the living room and its changes according to the needs of the population.

Keywords :

living-room, interior, furniture, lighting

Obsah

Úvod.....	8
Cíl práce.....	9
Metodika.....	9
1 Obývací pokoj.....	10
1.1 Funkce obývacího pokoje.....	10
1.2 Historické formování obytných prostor - diferenciací obývacího pokoje.....	11
2 Aspekty sledované při architektonickém řešení obývacího pokoje.....	13
2.1 Psychické působení interiéru.....	13
2.2 Aspekty sledované při návrhu interieru:.....	14
2.3 Charakteristika aspektů, důležitých pro návrh obývacího pokoje	14
3 Prostorové uspořádání nábytku v obývacím pokoji.....	18
4 Barva.....	21
5 Zdravotně technologické prvky v obývacím pokoji.....	23
6 Osvětlení.....	27
6.1 Přirozené osvětlení.....	27
6.2 Umělé osvětlení.....	29
7 Ergonomie.....	31
8 Typologie a materiály nábytku užívaného v obývacím pokoji , pravidla jeho umístování	33
8.1 Typologie.....	33
8.2 Materiály používané pro nábytek v obývacím pokoji.....	36
8.3 Pravidla umístování nábytku v obývacím pokoji.....	37
9 Spojení obývacího pokoje s kuchyní.....	38
10 Pracovní kout v obývacím pokoji.....	40
11 Zdravotní a hygienické zásady při zařizování a provozu obývacího pokoje.....	41
11.1 zvířata.....	41
11.2 hluk.....	42
11.3 větrání (možnosti zajištění větrání viz kapitola 5).....	42
11.4 rostliny.....	45
Závěr.....	47
Seznam použitých zdrojů:.....	48
Seznam tabulek, grafů a obrázků:.....	50
Seznam zkratk:.....	51
Seznam příloh:.....	51
Přílohová část.....	52

Úvod

Obývací pokoj je již několik desetiletí ústřední místností, která stále prodělavá dynamický rozvoj svých funkčních a užitných vlastností. A právě užitné vlastnosti a celková funkčnost obývacího pokoje se stále mění, což je důvod pro sledování vývoje různých společenských trendů. Těmto trendům se totiž musí přizpůsobit výrobní sektor a nebo musí být natolik inovativní, že budou výrobci sami udávat směr rozvoje a funkční využití obývacího pokoje.

Obecně stále platnou a aplikovanou skutečností je dělení bytových prostor na jednotlivé místnosti podle funkce, kterou by měly v bytě zastávat, čemuž odpovídá i jejich funkční vybavení a prostorové uspořádání.

Funkce obývacího pokoje je především v tom, že poskytuje prostor a zázemí pro společně strávený čas celé rodiny. Je to tedy prostor, který není určen výhradně jedné osobě nebo páru, ale větší skupině lidí. Je tedy potřeba aby měl obývací pokoj co možná největší plošný rozměr. Jak již pojmenování pokoje napovídá je určen k relaxování a odpočinku.

Smyslem práce je tedy sjednocení problematiky návrhu interiéru obývacího pokoje a upozornění na možná zdravotní rizika při nevhodném řešení obývacího pokoje.

Cíl práce

Cílem této práce je charakterizovat všechny aspekty, které mají vliv na vybavování obývacího pokoje. Dále popsat všechny zařizovací nebo funkční prvky, které se mohou vyskytnout v obývacím pokoji. Cílem je také definování některých prvků interiéru, které mohou mít vliv na lidské zdraví a také na psychiku člověka, který bude v pokoji pobývat.

V práci zpracovat jak neměnná pravidla zařizování (psychologické vnímání), tak i aspekty, které se mění spolu s módními vlivy a technologickým rozvojem.

Komplexně pojaté zpracování zajišťuje zachycení různorodosti osobního přístupu ke každému interiéru, ne pouze jednostranný pohled na problematiku.

Několik z charakterizovaných prvků poté zobrazit a konkretizovat v grafickém zpracování. Pro grafické zpracování pak využít skutečné půdorysy bytů, které jsou v současnosti na trhu s nemovitostmi. Cílem grafické části je tedy zobrazit různé změny v zařízení s ohledem na měnící se nároky na funkci obývacího pokoje.

Metodika

Práce je tvořena literární rešerší zdrojů našich i zahraničních autorů. Použity jsou odborné publikace a normy, ale i publikace spíše zájmové, což je ovšem vzhledem k tématu práce žádoucí.

V přílohové části jsou některé poznatky literární rešerše názorně zobrazeny na úpravách obývacího pokoje konkrétních bytů.

1 Obývací pokoj

1.1 Funkce obývacího pokoje

Každý člověk má odlišné potřeby v kontaktu s lidmi, respektive každý z nás je někdy rád sám a jindy se neobejde bez kontaktu s druhými. Byt se s ohledem na tyto sociální aspekty dělí na místnosti, které mají své předpokládané sociální využití a každý obyvatel bytu je zná, je s nimi seznámen a pro dobré soužití je i respektuje. To znamená, že děti mají svůj pokoj, kde se cítí nejlépe, mají zde největší soukromí. Naopak zas mají lehce tabuizovanou ložnici, kterou považují za prostředí výhradně rodičů. (Hála, 2009)

Obývací pokoj je součástí bytu nebo domu, který je chápán jako interiér privátní. To znamená, že je určen pro pobyt a život jednoho člověka nebo jedné více či méně uzavřené skupiny lidí, jako je například rodina nebo společný byt více přátel. Obývací pokoj, jako místnost společenská, sloužící k přijímání návštěv či přátel by měl navazovat přímo na vstup do bytu. Není totiž vhodné, aby hosté procházeli skrze tzv. místnosti privátní jako je ložnice. Je také vhodné sjednotit průchody v bytě tak, aby se nemuselo při běžném provozu rodiny neustále procházet částí společenskou. (Hála, 2009)

Z pohledu členění funkcí místností má obývací pokoj jednu z nejdůležitějších funkcí v bytě, jelikož představuje prostor, kam může každý obyvatel bytu kdykoli vejít, aniž by musel váhat, smí-li vstoupit. (Bárta, 1988) Obývací pokoj je tedy univerzální místností, kde můžeme buď sami v klidu relaxovat nebo na druhé straně zde může celá rodina aktivně prožívat společný čas.

Obývací pokoj zastává i další důležitou funkci, kterou je možnost vytvoření a užívání tzv. osobních teritorií. Osobním teritoriem je místo jednotlivce, kde se cítí dobře, kde může relaxovat, číst si či pracovat a je to místo, na které si činí přednostní právo a i ostatní spolubydlíci respektují tento nárok, stejně jako očekávají nárok na své osobní teritorium. (Hála, 2009) Osobní teritorium dětí se většinou nachází v jejich dětském pokoji. U rodičů je tento prostor hůře specifikovatelný, ženy se většinou cítí lépe v kuchyni, muži pak v

obývacím pokoji.

Název pokoje " Obývací " je tedy spjat s činností, kterou v místnosti vykonáváme. Oproti jiným místnostem je označení "obývací" poměrně nekonkrétní a nelze si pod pojmem představit konkrétní činnosti. Činnosti, které jsou vykonávány v obývacím pokoji lze obecně shrnout, jako aktivní či pasivní činnosti, k jejichž vykonávání není potřeba soukromí, ale naopak je upřednostňována součinnost či spolupráce více obyvatel bytu nebo jejich přátel nebo návštěv. Takové společné aktivity zákonitě posilují vazby a vztahy mezi jednotlivými členy domácnosti a dopomáhají k rozvoji vazeb mezi nimi. (Bárta, 1988)

Funkci a účel obývacího pokoje lze definovat i jako místo, které je určeno k regeneraci psychických i fyzických sil, a to buď jednotlivě, nebo při společných aktivitách rodiny, tím se obývací pokoj stává centrem rodinného života a z pohledu sociálního soužití je tou nejdůležitější místností v domě. (Hájek, 2004)

Zásady pro zařizování obývacího pokoje lze vytvořit jen ve velice obecném rozsahu, je sice možné využít rady či nápady bytových architektů, ale pro každou funkční rodinu je nejlepší, když si konkrétní podobu svého obývacího pokoje navrhnu sami podle svých představ. A to právě s ohledem na možnost uplatnění a realizování vlastní osobnosti, což se odrazí v útulnosti pro svého "architekta". Při tomto osobním přístupu tak může každý dát průchod svým hodnotám a může vytvořit prostor, který bude skutečně rodina potřebovat a užívat.

1.2 Historické formování obytných prostor - diferenciacie obývacího pokoje

Obývací pokoj je místností, která se diferenciovala z obytných prostor teprve v minulém století, maximálně v posledních dvou stech letech. Aspekty, které vedly k jeho vývoji kopírují historický vývoj naší země a vývoj lidského společenství a mezilidských vztahů i vztahů mezigeneračních.

V prvopočátcích lidského společenství se obytné prostory nediferenciovaly- tvořila je převážně pouze improvizovaná střecha nad hlavou.

První diferenciace nastává s chováním dobytka - odlišení prostoru pro zvířata a prostoru pro lidi. Avšak dlouhou dobu byly lidské příbytky tvořeny nedělenou jedinou společnou místností. Takové obydlí odpovídalo způsobu života lidí. Většinu dne strávili získáváním potravy nebo prací, takže jim pro odpočinek nezbyvalo mnoho času a vystačili si právě jen s jedinou místností. Jedinou výjimkou byli mocnější, bohatší nebo vládnoucí členové společnosti, svoji nadřazenost však dávali najevo spíše rozsahem stavení, než jejich členěním.

První výraznější členění obytných prostor nastává ve starém Římě nebo v Evropských středověkých sídlech. (Encyklopedie nábytku, 2008) U běžné populace se v průběhu minulého tisíciletí jednalo pouze o vymezení hospodářských prostor mimo lidské obydlí, případně se v domech budovaly oddělené kuchyně. Zbytek domu byl však stále tvořen jedinou místností, která tvořila centrum domácnosti, kde všichni spali i jedli. Postupnou snahu o dělení vnitřních obytných prostor lze sledovat jen u bohatších vrstev, které se pokoušely kopírovat a napodobovat obydlí bohaté vládnoucí šlechty.

Sedací nábytek typu sofa (čalouněné a zdobené sedačky) se ve větší míře rozšířil do nižší šlechty až asi v 50. letech 18. století. V 2. polovině 19. století začal rozkvět tovární výroby jednoduchého a levného nábytku pro třídu dělníků a řemeslníků. Také od roku 1900 vzrůstá počet obchodních domů s nábytkem. Oblíbené byly zejména čalouněné sedačky a křesla napodobující bohatý interier vyšší třídy. O obývacím pokoji, jak ho známe dnes, lze mluvit ale až od začátku 20. století. (Encyklopedie nábytku, 2008)

Přeměna obytných prostor nastává spolu s technicko-průmyslovou revolucí. A to právě před cca dvěma sty lety. Spolu s používáním sofistikovanějších strojů ve všech oborech lidské činnosti se snižuje náročnost práce a především její časová náročnost. V této době začali mít lidé více volného času a začali poznávat možnost osobní realizace v jiných směrech než v těch, které jim přinášely pouze obživu. Toto poznání přineslo potřebu vytvořit prostor, který by jim či celé rodině umožnil tento osobní rozvoj.

Vývoj bytu jako členěného prostoru s místnostmi pro různé účely započal v městské zástavbě. Prvotní snahou bylo vytvořit plošně co největší byty s

vysokými stropy, což mělo cca před sto lety odpovídat tehdejší představě bydlení na úrovni, reprezentativní bytové jednotce, která měla svůj vzor právě u honosných vil a sídel tehdejší elity.

Oproti tomu se v poválečné éře upřednostňovala snaha vytvořit co nejvíce bytů s malými náklady na malé ploše. Byty z první republiky, které byly v té době k dispozici se tedy začaly dělit a přestavovat. V nové výstavbě vznikaly velmi malé byty, zato jich však byl dostatek. Tyto nové byty bohužel často nesplňovaly hygienické nároky na prostor pro bydlení či pro spánek. Stejně tak to bylo i s jejich zařizovacími prvky, tedy nábytkem. Konkrétně pro obývací pokoje vznikaly zejména v letech 1950-1970 série obývacích stěn ve velkých výrobních objemech, ovšem neodpovídaly soudobým nárokům na užívání. (Horký 1984)

2 Aspekty sledované při architektonickém řešení obývacího pokoje

2.1 Psychické působení interiéru

Při navrhování obytného interieru musíme mít na paměti, že člověk vnímá své okolí dvěma způsoby, vědomě a podvědomě. Vědomě vnímáme své okolí pomocí smyslů - čich, hmat, zrak. Při pobytu v místnosti si tedy uvědomujeme, jaký je v místnosti vzduch, jak se nám dýchá , stejně tak bereme na vědomí zařízení pokoje, můžeme se rozhodnout, zda se nám líbí některé prvky nebo se nám nelíbí některé detaily či doplňky. Ovšem to jak na nás působí prostředí při dlouhodobějším pobytu v něm nerozhodujeme sami vědomě, ale rozhoduje za nás podvědomé citění. Toto citění se v lidech ukotvilo v době vývoje člověka - z dob , kdy člověk žil v jeskyních a teprve své sociální citění utvářel. Jedná se tedy o podvědomé vnímání svého okolí a jeho vyhodnocování. Takto "vyhodnocujeme" své okolí především podle bezpečnosti. Pokud podvědomí vnímá místnost jako bezpečnou, může vyhodnotit například její útulnost. Toto podvědomé vnímání bezpečí, pohody, útulnosti má za následek navození psychického klidu nebo naopak pozornosti či ostražitosti. (Bárta a kol. 1988)

V obývacím pokoji máme za cíl nastolení pohody a klidu, k tomu je tedy potřeba zajistit vnímání místnosti jako bezpečné a útulné. Proto musíme při

navrhování a zařizování dodržet řadu pravidel a být si vědomi aspektů, které tvoří nedílnou součást architektonického řešení prostoru a jejich vlivu na lidskou psychiku.

2.2 Aspekty sledované při návrhu interieru:

1. Prostor - dostatek prostoru v obývacím pokoji je asi nejdůležitější z aspektů, umožňuje vnímat pocit volnosti a svobody. Nedostatek prostoru působí tísnivě až klaustrofobně.
2. Barva - je prvek, který ovlivňuje lidskou psychiku nejvíce při delším pobytu v místnosti. Každá barva má na člověka jiný vliv, čehož lze v interieru využít.
3. Kontrast - charakterizuje vhodnost barevných kombinací.
4. Jednota - jednotný je interier, kde nejsou rušivé prvky nebo doplňky, které nevhodně narušují prostředí svým stylem či materiálem.
5. Proporce - posuzuje rozměrové vztahy zařizovacích prvků a součástí a to jestli některé z nich nejsou zbytečně nebo rušivě dominantní.
6. Symetrie - je člověkem v přiměřeném množství vnímána velice kladně, je synonymem dokonalosti a uspořádanosti, proto působí klidně. Její nadbytek však vyvolává pocit umělosti a nepřirozenosti.
7. Detail - vyvolává v člověku inspiraci a tvořivost
8. Rytmus - v malém množství navozuje pocit klidu a pořádku (například knihovna tvořená z jednotlivých polic). V interieru však může působit i neosobně a univezálně (pravidelné rozestupy oken, střídání polic a skříní) - v přehnaném množství je protikladem originality. (Bárta a kol. 1988)

2.3 Charakteristika aspektů, důležitých pro návrh obývacího pokoje

Prostor - pokud je v místnosti nebo části bytu určeném pro obývací pokoj dostatek prostoru můžeme jej dělit především dvěma způsoby. A to stavebně, což dnes znamená tvorbu sádkartonových příček, a nebo prostor můžeme rozdělit pomocí nábytku. Je-li v místnosti dostatek prostoru, pak je účelnější a praktičtější dělit prostor pomocí úložného nábytku nebo policovou přepážkou, kterou lze využít například jako knihovnu a vytvořit tím neprůhlednou stěnu. Tímto způsobem tedy lze rozdělit prostor na dva funkce a využitím odlišné

prostory (například přepážkou s knihovnou lze místnost rozdělit na prostor pracovní - s počítačem a na prostor relaxační či společenský - s televizí).

Při dělení prostoru však musíme mít na mysli, že prvek, který k předělení použijeme, narušuje celkovou siluetu místnosti. Musíme jej tedy volit vhodně, tak aby nebyl barevně dominantní, ale spíše splýval s pozadím. To umožní vyniknutí drobnějších prvků v interieru. (Bárta a kol. 1988)

Proporce - pojem proporce souvisí s dělením prostoru. Jedná se o velikostní vztahy předmětů v prostoru. Negativně nebo nevhodně je vnímán příliš velký prvek v malém prostoru nebo přeplnění takového prostoru větším množstvím jinak proporcčně dobře řešených prvků. Dodržení proporcí je znát, když máme v zařízené místnosti dostatek prostoru k pohybu a žádný z předmětů nepřekáží nebo opticky nenarušuje ucelenost prostoru. (Bárta a kol. 1988)

Nevhodně může tedy působit například příliš velká televize v malém obývacím pokoji.

Symetrie - v bytě ji lze využít především pro rozmístění drobnějších doplňků. Její využití pro rozmístění větších nábytkových kusů je obtížné až neproveditelné. V obývacím pokoji by bylo například symetrické rozmístění sedací soupravy s křesly a konferenčním stolem náročné na prostor. Při snaze o symetrické rozmístění v menší místnosti by byla pravděpodobně narušena funkčnost místnosti s ohledem na polohu dveří a oken.

Kontrast - je jedním ze základních prvků estetiky, působících na lidskou psychiku. Kromě kontrastu barevného (viz kapitola 4 Barva), který je k vytvoření nejsnazší, je dobré znát i principy jiných kontrastů v interieru. Dalším často využívaným kontrastem je kontrast materiálový. Kontrastu materiálu se využívá u moderních interiérů, jedná se o na první pohled nesouladnou kombinaci materiálu, které běžně kombinovatelné nejsou. Materiálového kontrastu lze docílit například při kombinaci dřevěného masivního nábytku s betonovými nenabarvenými zdmi. Kontrastu materiálu lze využívat většinou jen v kombinaci

jednoho materiálu pro nábytek a druhého pro pozadí či okolí nábytku. Dalším kontrastem je i kontrast velikosti. (Bárta a kol. 1988)

Jde například o rozdíl velikostí dvou křesel - velké čalouněné křeslo pro čtení v rohu místnosti kontrastuje svou velikostí se zbytkem křesel u konferenčního stolku, která jsou menší a jen decentně polstrovaná.

V obývacím pokoji lze úspěšně využít kontrastu světelného. Jedná se o místní přesvícení místa, které chceme aby vyniklo, ostatní místa pak musí být tmavší, tedy neosvětlená. Lze ho využít pro nasvětlení vitrýn s porcelánem nebo ještě lépe pro osvětlení uměleckých děl, jako jsou obrazy či sochy. To je však případ spíše ojedinělý pro náročnost na prostor. Využitím kontrastu lze některé prvky, především detaily takzvaně podtrhnout. Například zmíněné nasvícení detailu vytvoří třeba z obrazu aktivní prvek v prostoru. Aktivním můžeme pomocí kontrastu vytvořit téměř kterýkoli prvek v místnosti. Kontrast je tedy rozdílností dvou prvků z nichž jeden vnímá člověk přirozeně jako dominantní neboli aktivní. (Bárta a kol. 1988) Využitím kontrastu lze docílit příjemné atmosféry a správného vnímání prostředí.

Detail - jedná se o doladění místností doplňky. Každý člověk si tyto detaily volí sám, podle toho jaké hodnoty uznává, co se mu líbí a k čemu má vztah. Existují obecné zásady pro rozlišování detailů a jejich rozmístění v místnosti.

Místnost se z tohoto hlediska dělí na pozadí a na samotné detaily. Pozadím se rozumí nutná, užitková součást místnosti, na kterou nechceme upozorňovat a má pouze sloužit jako podklad pro detaily. Je to tedy stěna s topným tělesem, případně oknem a záclonou nebo dveře se zárubněmi. Pokud chceme využít detaily, tedy drobné doplňky v místnosti, pak by mělo být pozadí co nejvíce sjednocené a barevně neutrální. Naopak pokud do prostoru nechceme umístit žádné detaily, pak by mělo být pozadí pestřejší, čehož lze docílit pomocí tapet. (Bárta a kol. 1988)

Konkrétně u obývacího pokoje, jehož funkce je reprezentativní a společenská by mělo být pozadí neutrální a vhodně doplněno detaily. Jako detail

lze v této místnosti použít rodinné fotografie, sklo, porcelán, obrazy a jiné doplňky, ke kterým by mohli mít vztah společně všichni kdo místnost užívají. Mezi prvky, které by v obývacím pokoji určitě neměly chybět patří kromě rodinných fotografií, obrazů a jiných uměleckých děl především rostliny a zeleň. Pokojové rostliny vnáší do interiéru život a svěžest, svou barvou také uklidňují. Jsou univerzálním doplňkem a při vhodné volbě se nemůže stát, že by prostor narušovaly. (viz. Kapitola 11.4)

Jednotnost prostoru - Jednotou prostředí se rozumí správné sjednocení jednotlivých prvků tak, aby společně tvořily jednotný charakter prostředí. Pokud je místnost jednotně zařízena pak na člověka od prvního okamžiku působí její atmosféra. I cizý člověk se tedy může cítit příjemně v místnosti, která není zařízena podle jeho vkusu, ale je zařízena jednotně. (Bárta a kol. 1988)

Při tvorbě jednotného pokoje se můžeme spolehnout na nábytkové stavebnice ze seriových výrob nebo můžeme pokoj zařídit zaručeně neopakovatelně pokud se spolehneme na svou vlastní tvořivost a schopnost kombinovat správný nábytek. Zařizování obývacího pokoje bez využití nábytkových stavebnic je cesta náročnější s nejistým výsledkem. Například při použití starožitného nábytku v kombinaci s moderním nábytkem z aglomerovaných materiálů lze jen velice těžko docílit jednotnosti prostředí.

3 Prostorové uspořádání nábytku v obývacím pokoji

Pro tvorbu interiéru máme čtyři základní nástroje, jejichž sladěním lze docílit kvalitního prostředí. Prvním elementem je prostorové řešení bytu, což je většinou již architektem předurčené, kvůli rozmístění technického zařízení, rozvodů atp. Dále jsou to stavební prvky jako okna, dveře a především příčky jejichž umístěním určujeme využití jednotlivých místností. Třetí fází jsou zařizovací předměty jako nábytek a bytové doplňky, v této fázi se nejvíce projeví osobitý přístup. Na konec je to i vytvoření světelného komfortu, práce se světlem a zajištění kvalitního vzduchu klimatizací nebo snadným větráním. (Hála, 2009)

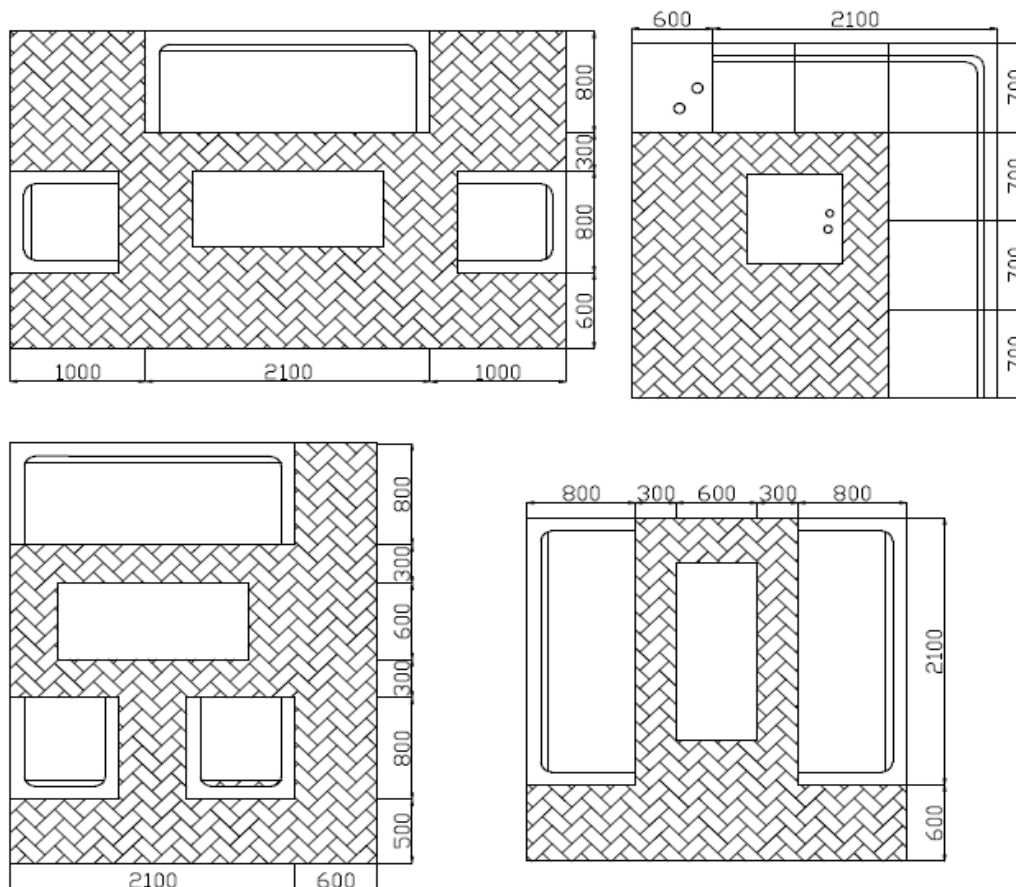
Při umisťování nábytku do obývacího pokoje je nutné uvědomit si, že nezáleží na množství předmětů, ale na umožnění jejich správné funkce. Obývací pokoj se nesmí zastavět přemírou nábytku, protože volný prostor působí v interieru na lidskou psychiku velice příznivě. Pokud má obývací pokoj plnit svou funkci správně, je potřeba aby v něm bylo volného prostoru co nejvíce. Zejména jde o prostor pro shromažďování celé rodiny, stejně tak zde musí být dostatek prostoru pro rozvoj koníčků každého jednotlivce. Nesmí se zapomínat ani na děti, pro ty by měl být v obývacím pokoji vyčleňen jejich prostor, tak aby cítily, že patří do rodiny, že nepřekáží nebo nejsou odstrkovány.

Horký (1984) uvádí, že z výzkumu dětské psychiky vyplývá, že je pro ně nejvhodnější vyčlenit část obývacího pokoje, odkud mají výhled do kuchyně a nejlépe i s výhledem na terasu. V takové části obývacího pokoje se údajně cítí lépe než v menších oddělených místnostech určených pouze pro jejich hraní. Tento aspekt je graficky zpracován v přílohách A3 a B3.

Jednou z dalších funkcí obývacího pokoje je sledování audiovizuální techniky. Sledování televize může být zcela individuální nebo společná záležitost. V obývacím pokoji bývá umístěna největší televize z celého bytu a kolem ní je rozmístěna sedací souprava, ta bývá řešena do tvaru U nebo L což je uspořádání vhodné spíše pro posezení s přáteli. Možnosti uspořádání sedacího nábytku a prostorové nároky na jeho používání jsou zobrazeny na obrázku 1. Pro sledování televize se více hodí jednoduchá sedačka doplněná mobilním sedacím nábytkem,

např. křesly. Takovou sestavu lze využít i k posezení s přáteli. (Hála, 2009)

Obrázek 1: Varianty a doporučené rozměry rozvržení sedacího nábytku



Zdroj: Preisich, 1991

Při rozmístování nábytku se musí uvažovat i jejich funkční prostor.

To znamená, že nábytek nezabírá jen prostor svými rozměry, ale je nutné ponechat volné místo v jeho okolí, tak aby mohl plnit svou funkci. Například dostatek místa před sedací soupravou nejen pro nohy sedících, ale i pro možnost, že jeden ze sedících bude chtít odejít tak aby mohl obejít ostatní, kteří se nemusí zvedat nebo ho pouštět. Stejně tak potřebují svůj funkční prostor skříně, nebo vstupní dveře do místnosti - musí být kam otvírat. Speciálně u oken je nutné nechat místo k jejich obsluze, zejména pro větrání, to znamená, že se před okno nesmí stavět žádný, ani nízký sedací nábytek.

Důležité je i ponechání volného prostoru mezi jednotlivými dveřmi v místnosti, tak abychom nestavili do cesty žádný nábytek. Respektive je nutné vytvořit co nejkratší komunikační prostor mezi dveřmi do místnosti a dveřmi z

místnosti pro případ, kdy budeme místností jen procházet. Pokud se do prostoru mezi dveřmi umístí nábytek, prodlouží se trasa mezi nimi, jelikož je nutné jej obcházet. V takovém případě může docházet ke kolizím s nábytkem v cestě při snaze o co nejrychlejší a nejkratší průchod místností. (Hála, 2009)

Při tvorbě interieru obývacího pokoje je potřeba myslet do budoucna, to znamená, že co se nám líbí dnes se nám už nemusí líbit za deset let. Stejně tak se vyvíjí rodina, která obývací pokoj využívá a především se mění její potřeby. Proto bychom neměli do vybavení investovat najednou velké prostředky, ale spíše si nechat možnost za několik let pokoj nějak upravit, vylepšit nebo zkrátka přizpůsobit změněným potřebám na jeho využití. To znamená zařizovat interier s rozvahou, tak abychom ho nezaplňovali velkým množstvím věcí, kterých bychom se museli za několik let zase zbavovat.

Při navrhování interieru je vždy třeba dbát platných norem a doporučení. Ať už interier zařizuje kdokoli, musí se vždy dbát na to, aby provoz v místnostech nenarušoval soužití obyvatel s jejich okolím.

Norma ČSN 73 4301 udává minimální prostorové nároky pro obývací pokoj spojený s jídelním prostorem v závislosti na počtu osob žijících v bytě. Šířka místnosti by neměla být menší než 3,30 m. Světlá výška obytné místnosti má pak být minimálně 2,50 m u rodinných domů a 2,60 m u bytových domů. Shrnutí prostorových minim obývacího pokoje je zobrazeno v Tabulce 1.

V obývacím pokoji s vysokým stropem, tedy asi 3 m, lze využít tmavých dřevěných nebo polystyrenových kazet, připevněných na strop. Tyto kazety pak opticky snižují strop, čímž zvyšují psychickou pohodu. Naopak pro optické zvýšení stropu by tyto kazety měly být světlé. (Koníček, 2000)

Tabulka 1: Minimální plocha obývacího pokoje

Byt	Obytný pokoj s jídelním koutem [m ²]	Obytný pokoj bez jídelního koutu[m ²]
1-2 pokojový	16	16
2-3 pokojový	20	18
3-4 pokojový	21	18
4 pokojový	22	20
4-6 pokojový	24	20
5 pokojový	24	22

Zdroj: Jokl, 2002

4 Barva

Při volbě materiálu a povrchové úpravy pro stěny obývacího pokoje se musí vždy dbát na několik důležitých zásad. Zejména je to její čistitelnost nebo omyvatelnost, dále je to bezprašnost a otěruvzdornost.(Hála, 2009) Je nutné si uvědomit, že místnost bude vybavena nábytkem, který překryje velkou plochu stěn. V malých bytech a pokojích se tedy nevyplatí tvořit nákladnou a zajímavou stěnu.

Barevné řešení interieru a zejména jeho stěn, které jsou barevně nejvýraznější, je velice důležité. Každá barva působí na lidskou psychiku jiným způsobem a navíc na každého člověka trochu jinak, s ohledem na pohlaví, věk i názory. Barva stěn by se u obývacího pokoje měla řešit jako jeden z prvních aspektů při jeho zařizování. Výběr barev do obývacího pokoje je většinou nesnadný, protože do výběru mohou zasahovat všichni členové rodiny stejně, jelikož tuto místnost budou používat všichni. Proto se většinou volí nějaké kompromisní řešení s ohledem na obecné vlastnosti barev a na budoucí zařizování nábytkem.

Základní vztah barev spočívá v možnosti vytvořit jakoukoli barvu ze tří barev základních, což je červená, modrá, zelená, ale lze kombinovat i s žlutou. Barvy neutrální jsou bílá a černá, které lze kombinovat s jakýmkoli jinými barvami a vždy působí jen jako jejich tmavší nebo světlejší odstín. (Hájek, 2004)

Bílá barva a podobné světlé odstíny zelených či modrých navozují pocit čistoty a interiér prosvětluje, působí dojmem volnosti a vzdušnosti a tím opticky prostor zvětšují. Bílá stěna odráží až 80 % světla, které na ni dopadá. (Prokopová, Muller, Maňák 2007) Naopak tmavé barvy, jako červená a oranžová nebo fialová sice působí teple, intimně a útulně, ovšem prostor se díky menší světelné odrazivosti zdá menší a tmavší. Při navrhování obývacího pokoje by se měly používat intenzivní barvy jen v omezeném množství a na malé souvislé ploše, protože neumožňují vyniknutí detailů a doplňků. Je možné vytvořit přes 16 milionů odstínů barev, takže je jen na obyvatelích obývacího pokoje, kterou si zvolí. (Starmer, 2007)

Barvu pro stěny je vhodné volit podle přístupu denního světla do místnosti. Čím více přirozeného světla do pokoje proudí, tím máme více možností při volbě barvy. Pokud je v místnosti málo oken a tím i málo denního světla je dobré zvolit světlou barvu, která díky své dobré světelné odrazivosti místnost prosvětlí mnohem lépe než barvy tmavší nebo sytější. Bárta a kol. (1988) označuje úlohu barvy jako psychického podněcovatele, to dobře vystihuje úlohu barvy právě v obývacím pokoji, kde musí vládnout tvůrčí a přátelská atmosféra. Například modrá barva by se neměla používat na podlahu, jelikož působí studeně, ale především je v lidském podvědomí spojena s barvou oblohy a tedy, že patří nahoru a ne dolů. (Hála, 2009)

Dalším faktorem je historie nebo tradice místa a země, kde žijeme, tedy i spojení s jejím klimatem. Určité barvy jsou nám tedy sympatičtější než jiné. V interiéru jsme zvyklí na klidný ráz a jen v malé míře sneseme divokost a živost barev, která je typičtější pro jižnější země a kultury. Je nám také bližší vzhled a barva dřeva nebo pálené hlíny, než vzhled mramoru nebo tmavá modř moře. S nedostatkem slunečního jasu v průběhu roku je spojena naše inklinace k světlejším barvám v interiéru, právě jako snaha pro nahrazení tohoto nedostatku. (Hála, 2009)

V interiéru lze s úspěchem kombinovat jednu barvu, z které využijeme několik jejích odstínů. Například bílé zdi, světle béžové závěsy u oken a tmavší béžovou pro sedací soupravu. V interieru by měly být světlé prvky, tudíž pokud máme sytější barevné stěny, pak bychom měli volit například bílou barvu sedací soupravy, nemluvě o tom, že na tmavých zdech nevyniknou obrazy nebo jiné doplňky. (Starmer, 2007)

Při volbě textilních závěsů je nutné uvědomit si styl, v jakém bude obývací pokoj zařizován. Závěsy v tmavších barvách a s ornamenty se hodí spíše do rustikálních pokojů naopak do jednoduchých moderních se hodí jednobarevné světlejší závěsy. S tím souvisí i volba garnýží. Masivní dřevěné se hodí k ornamentálním závěsům a hladké, kovové garnýže zas k jednodušším závěsům.

Existuje tedy jednoduchý a efektivní způsob barevného ladění interieru obývacího pokoje, který je nenáročný. Zvolíme jednu barvu, ve které

bude zařízena celá místnost. Jejím nejsvětlejším odstínem vybarvíme stěny, o něco tmavším odstínem pak nutné technické nebo jiné potřebné doplňky a nakonec tmavý odstín této barvy zvolíme pro nábytek. Případnou jednotnost interieru lze rozbít vhodnými barevnými doplňky a především rostlinami. Pro podlahu volíme ten nejtmaší, tedy nejtepleší odstín barvy.

Možností jak barevně upravit stěny obývacího pokoje jsou tapety, ty jsou většinou vícebarevné a hodně výrazné. Proto se k nim hodí spíše masivní, opticky těžký nábytek, který může na barevném pozadí vyniknout. Většina dnes vyráběného nábytku je spíše jednobarevná, takový nábytek by mohl na příliš výrazném pozadí splývat. To není pro obývací pokoj žádoucí, protože splývání nábytku s pozadím působí uspávacím dojmem a tísnivě. Tomu lze předejít jedině optimálním barevným kontrastem.

Vzorované tapety jsou tedy vhodné jen do obývacího pokoje s výrazným dřevěným masivním nábytkem, kde pomáhají dotvářet tu správnou atmosféru zpravidla historizujícího stylu.

5 Zdravotně technologické prvky v obývacím pokoji

Obývací pokoj jakožto místnost obytná, kde se předpokládá dlouhodobí pobyt více lidí vyžaduje možnost přímého větrání a také dostatek přirozeného světla. Důležitá je i možnost volitelného nastavení teploty.

Je tedy třeba zajistit správné větrání, neboť jeden člověk za jednu hodinu spotřebuje cca 1 metr krychlový vzduchu. Správné čistoty vzduchu se nejčastěji docílí větráním okny, což je osvědčený způsob zajištění čistoty vzduchu. Je to způsob zajišťující 100% výměnu všeho vzduchu se všemi nečistotami a viry. Pokud jsou v bytě či domě plastová okna, pak je dobré po celý den nechat alespoň jedno povyklopené (což mechanismus oken umožňuje) pro neustálou cirkulaci vzduchu a nárazově otevřít okno celé pro celkovou výměnu vzduchu. Je také možné používat klimatizaci, filtraci nebo ventilaci, což jsou ovšem prostředky s mnoha nevýhodami, ať už finančními nebo zdravotními, jelikož filtrace ze vzduchu většinou nedokáže odfiltrovat všechny viry a bakterie,

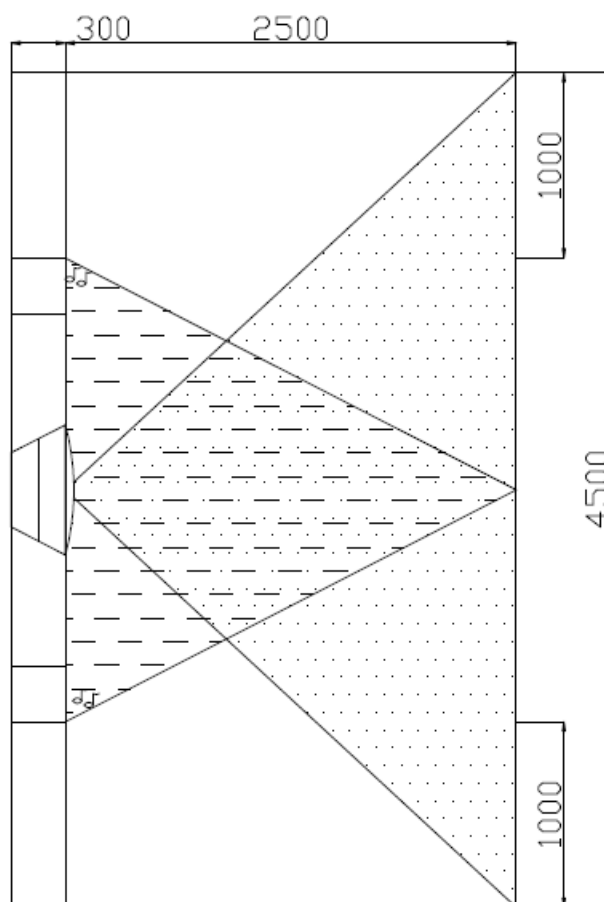
ale pouze pevné částičky.(Hála, 2009)

Vhodným řešením výměny vzduchu je rekuperace, což je způsob výměny vzduchu, kdy se z interieru odvádí starý vzduch a zvenku se přivádí nový. Nový vzduch se čistí od pylů a nečistot, během přenosu pak přebírá většinu tepla od vzduchu odváděného, což je vysoce ekonomicky účinné. Tento způsob větrání je však stejně jako většinu ostatních nutné řešit již při stavbě domu.

V obývacím pokoji je důležité i správné umístění televizní obrazovky. Umístujeme ji do míst, kam nebude v průběhu dne dopadat přímo sluneční světlo, vhodná jsou místa s minimálním nebezpečím odrazu světla od obrazovky. Moderní televizory mají folie, které minimalizují odraz, ale nejsou dokonalé. Výškově by měl být střed obrazovky v úrovni očí (cca 620-750 mm). Vzdálenost očí od obrazovky již není díky moderním způsobům zobrazování motivována zdravotními riziky, ale spíše snahou o co nejlepší zachycení obrazu očima (tak aby byl zážitek ze sledování televize co nejkvalitnější). Doporučuje se asi pětinasobek uhlopříčky obrazovky. Nesmí se zapomenout ani na výrobcem uvedené správné rozmístění reproduktorů zvukové soustavy, tak aby byl zajištěn správný efekt prostorového ozvučení. Většinou je to rozmístění do tvaru rovnoramenného trojúhelníka (tedy každý úhel je 60 stupňů). Na dvou vrcholech jsou reproduktory a třetí je poslouchající člověk. Dalším problémem zvukotechniky je fakt, že k reproduktorům musí vést kabely - ty se musí skrývat v lištách. (Kanická, Holouš, 2011)

Idální prostorové rozmístění obrazovky a reproduktorů je zobrazeno na obrázku 2.

Obrázek 2: Ideální rozmístění obrazovky a reproduktorů



Zdroj: Preisich, 1991

Způsob vytápění v obývacím pokoji většinou nelze odlišit od způsobu vytápění ve zbytku místností, je technicky předurčeno při stavbě objektu. Nejčastěji užívané jsou klasické radiátory umístované u oken pod parapety. Například podlahové vytápění není příliš vhodné pro obývací pokoj, ale spíše pro koupelnu. V obývacím pokoji totiž na podlaze leží větší množství nábytku, což narušuje účinnost takového vytápění. (Hála, 2009) Přizpůsobení pokoje tomuto druhu vytápění je většinou spojeno s většími finančními náklady i z důvodu nutnosti použití speciálních podlahových krytin. Jako topné těleso lze využít i krb, je vhodný do větších místností (spojený obývací pokoj s kuchyní) a do větších prostorů. Avšak jsou s ním spojeny velké náklady na stavbu odbornou firmou a

provoz je závislý na dostatku dřeva. V pokoji je pak problematická manipulace s vynášeným popelem, který práší a může obsahovat ještě žhavé částičky, což je bezpečnostní riziko.

A především krb funguje pouze při dostatečných technických parametrech provedení, jako jsou rozměry komínu alespoň 15*30 cm a výšce komínu 7 m. (Hála, 2009)

Pro zpříjemnění pobytu v obývacím pokoji je důležité zvolit vhodný druh podlahy. Do obývacího pokoje je nejvhodnější používat teplé a měkké materiály. V obývacím pokoji můžeme použít materiály s horšími vlhkostními a hygienickými vlastnostmi a nároky, jelikož předpokládáme, že zde nebude podlaha v tomto směru nějak extrémě namáhána, jako třeba v kuchyni či koupelně. Takovým materiálem, je koberec nebo dřevěné parkety. Po takových teplých a příjemných materiálech lze chodit i na boso. Možná je kombinace parket s menšími koberečky. V takovém případě je ale třeba pod koberečky umístit speciální protiskluzovou gumovou mřížku z důvodu bezpečnosti.

Moderní podlahovou krytinou je korek. Tento materiál je jednak ekologický, ale i estetický, trvanlivý a s dobrými technickými vlastnostmi. Lze ho použít i na stěny díky svému vysoce estetickému vzhledu. Také je možné jej upravovat barevně. Většinou je vyráběn jako několika vrstvý, vrchní pohledová vrstva je korková, nosná vrstva je ale z materiálu na bázi dřeva. Povrch je chráněn akrylátovým nebo polyuretanovým lakem. Do obývacího pokoje je vhodný především díky svým akustickým vlastnostem, ty se projevují při sledování televize, také se předpokládá vyšší počet osob, zejména při oslavách a podobně, které budou hovořit nebo poslouchat hudbu. (Koniček, 2000)

Koberce jsou nejnáročnější podlahovou krytinou z hlediska dlouhodobé udržitelnosti jejich čistoty. Svoji strukturou umožňují hromadění a ukládání prachových polétavých částic více než jiné podlahové krytiny. Proto je důležité dbát na jejich pravidelnou údržbu, zejména luxováním a občasným vyklepáním. I při důkladném luxování se z nich ovšem neodstraní veškeré nečistoty a je třeba je po čase vyměnit za nové. Ze studie provedené v USA vyplývá, že problémem je především olovo, jehož částičky se dostávají do

nejhlubších struktur koberce. (Státní zdravotní ústav, 2000)

Z hlediska materiálu jsou nejvhodnější a nejpraktičtější koberce z vlny s hustou vazbou vlasu. Většina velkoplošných koberců průmyslově vyráběných je ovšem ze syntetických vláken zpravidla s řidší vazbou. Tyto nemají takovou životnost a na trasách, kudy se nejvíce chodí, to znamená mezi dveřmi, se po čase můžou objevit vychozené světlejší cestičky. (Koníček, 2000)

6 Osvětlení

Osvětlení v obývacím pokoji je potřeba věnovat dostatek pozornosti, jelikož je to faktor, který se dotýká našeho zdraví a správného plnění funkcí obývacího pokoje. Obývací pokoj není snadné správně osvětlit, právě kvůli jeho mnohofunkčnosti.

Osvětlení místnosti je třeba zařizovat i s ohledem na věk obyvatel. Jelikož lidé kolem 60 let věku vyžadují až desetinásobek intenzity osvětlení než dvacetiletý člověk. Pro stejný výkon zraku. (Monzer, 1998)

6.1 Přirozené osvětlení

Současným trendem je umožnění přístupu co největšího množství přirozeného světla. Technologie výroby oken to umožňuje díky dvojsklům či trojsklům bez zbytečných tepelných ztrát. Problémem se stává naopak v létě přehřívání, které lze ovšem regulovat vhodnými stínícími prostředky, např. rolety, žaluzie. Jako běžné stínící prvky je dobré použít klasické textilní záclony v kombinaci se závěsy nebo roletami, vhodné jsou i žaluzie z různých materiálů.

Obývací pokoj je užíván nejvíce odpoledne nebo navečer, tudíž jeho orientace, respektive orientace oken na světovou stranu by měla být volena na jih až západ. Tím bude v našich klimatických podmínkách a zeměpisné poloze zajištěn dostatek přirozeného světla v tu pravou chvíli, kdy bude pokoj užíván. (Prokopová, Muller, Maňák 2007)

Obývací pokoj, zvláště pokud je spojen s kuchyňským prostorem je u rodinných domů vhodným místem pro umístění francouzských oken a průchodu na terasu s posezením. Obývací pokoj jakožto místnost denní s velkou potřebou přirozeného světla je vhodným místem pro aplikaci největších oken z celého bytu

či domu. Vhodné jsou i celé prosklené stěny nebo rohy s pohledem do zahrady.

Tyto plochy jsou ideální pro umístění žaluzií. Venkovní žaluzie ve sklopené poloze fungují jako zábrana před hlukem a světlem a v zimě částečně zamezují úniku tepla. Jejich naklápěním je možné regulovat osvětlení interiéru denním světlem a také odrážejí světlo do vzdálenějších částí místnosti. Umožňují tedy rovnoměrnější rozložení světla. (Jokl, 2002)

Pokud je v místnosti pouze okno obyčejné, pak by mělo být co největší a výška parapetu od podlahy by měla být méně jak 80 cm, tak aby byl zachován co nejlepší výhled i v sedě. (Bárta a kol. 1988)

Podle Hály, (2009) musí být prosluněná plocha obytných místností alespoň 1/3 ze všech podlahových ploch obytných místností, u rodinných domů je to 1/2. Za prosluněnou se považuje místnost, která má okenní otvory alespoň o ploše 1/10 plochy podlahy (nejmenší skladebný rozměr okna musí být alespoň 90 cm), sluneční záření musí určitou dobu dopadat na bod ve výšce 30cm nad středem spodní hrany okna. Pro posouzení proslunění se udává, že 1.března a 21. června musí být místnost prosluněná alespoň 90 minut. Další parametry proslunění udává norma ČSN 73 4301. Posouzení jejich dodržení je předmětem kolaudace budovy, při zařizování obývacího pokoje v obytném prostoru tedy předpokládáme, že byly splněny. (Hála, 2009)

Pro celkové osvětlení obývacího pokoje je vhodná hladina osvětlení 20-200 luxů, pro výkon dlouhodobější práce je pak potřeba až 2000 luxů, na této hladině je i nejlepší ostrost vidění. V našich zeměpisných podmínkách je roční průměr denního osvětlení 22 000 luxů, používá se zaokrouhlená hodnota 20 000 luxů. (Monzer, 1998)

Podle Monzera, (1998) doporučuje norma ČSN 730580 pro obytné pokoje činitel denní osvětlenosti 2%, což je hodnota 400 luxů. Hodnota 400 luxů je tedy hodnota průměrné denní osvětlenosti přirozeným světlem. Podle organizace CIE je pro obytné místnosti vhodná intenzita celkového osvětlení v rozsahu 20-200 luxů. Kde 20 luxů je hodnota dostačující jen pro orientaci v prostoru. Pro občasné zájmové čtení v domácnosti se doporučuje osvětlení alespoň 150 luxů. (Monzer, 1998)

Obecně doporučované rozměry okna ve vztahu k velikosti místnosti jsou následující. Pro místnost s malou hloubkou stačí okno s plochou $1/8$ až $1/7$ půdorysné plochy. Pro místnost s hloubkou větší než je její šířka má být plocha okna alespoň $1/6$ až $1/5$ půdorysné plochy. Pokud by mělo okno umožňovat i výhled do okolí pak by měl být rozměr okna nad parapetem asi 120-150 cm. (Monzer, 1998)

6.2 Umělé osvětlení

Kromě celkového, celoplošného osvětlení se musí vhodně kombinovat i světla pro čtení - což většinou bývají jednoduché lampy, s nastavitelnou silou světla i možností všestranného naklápění. Dalším světelným prvkem mohou být světla osvětlující umělecké předměty - sochy, plastiky, obrazy, což je ovšem případ dnes spíše ojedinělý. Pokud je v obývacím pokoji vymezený prostor pro hraní dětí, pak je potřeba zajistit i pro ně dostatek světla bodovým osvětlením. Dalším možným světlem je světlo vyrovnávající světelný kontrast v místnosti, slouží při sledování televize nebo při čtení, v takovém okamžiku je náš zrak soustředěn na jasné osvětlení a při pohledu mimo toto jasné světlo se oko musí přizpůsobit značnému rozdílu jasu, čímž dochází k únavě zrakového nervu. Světlo vyrovnávající světelný kontrast tedy osvětluje místnost jen minimálně a slouží k usnadnění zaostření oka při pohledu mimo jasně osvětlenou plochu, zmenšuje tak námahu na oční nerv. (Hájek, 2004)

Umístění hlavního stropního svítidla je vhodné volit do středu místnosti (stropu). Jednak je světlo rovnoměrně rozprostřeno v prostoru, ale i poloha svítidla ve středu místnosti působí na lidské podvědomí, zlepšuje orientaci v prostoru. (Monzer, 1998) Vhodným doplňkovým osvětlením je osvětlení nebo svítidlo zabudované přímo v nábytku a svítící pouze při otevření dvířek. Takové světlo je vhodné např. u malého baru v obývacím pokoji. Také lze osvětlit police s knihami, zde lze využít i malých diodových svítidel. Efekt je designově zajímavý, navozující intimní atmosféru. V obývacím pokoji lze umístit i tzv. orientační světlo, které svítí nepřetržitě, především v noci. Umožňuje základní orientaci v místnosti při průchodu místností a má i vliv na lidskou psychiku, jelikož alespoň

jeden malý osvětlený bod v prostoru vyvolává pocit bezpečí či jistoty.

Jako materiál pro výrobu svítidel se nejčastěji volí tzv. teplé materiály, což je dřevo, textil, proutí, dnes se však stále více prosazují studené materiály jako leštěný kov či sklo a kámen. Tyto studené materiály byly dříve typické spíše pro kanceláře.

U osvětlení lze charakterizovat jeho množství pomocí tzv. intenzity osvětlení a jasů, významná je jeho kvalita a to intenzita jasů a spektrální složení. Intenzita osvětlení 1 lux odpovídá množství 1 lumen světelného toku dopadající na 1 metr čtvereční. Pro nás nejlepší spektrální složení má světlo přirozené, přirozené světlo také nejlépe působí na náš biologický rytmus, přirozeně působí i jeho kolísání a tlumení na večer, proto je potřeba ho do místnosti přivést co největší množství. Světlo umělé se mu může pouze přiblížit. Pokud je poměr všech světelných faktorů správný (nejlépe v denním světle), pak se takový stav označuje jako zraková pohoda. Zraková pohoda je stav, kdy nemusíme být ve střehu a v prostředí je dostatek světla, díky čemuž se cítíme bezpečně a máme dostatečný přehled o okolí. Oční nerv se v takovém prostředí neunavuje ani po delší době jeho namáhání. Opakem zrakové pohody je oslnění, ke kterému může dojít při pohledu do zdroje světla, který není zakrytý. (Hála, 2009)

V interiéru je nejvhodnějším zdrojem světla žárovka, nevhodným pak výbojky nebo zářivky. Do obytného interiéru je třeba umístit pouze zdroje, které mají vhodné spektrální složení. Pro nás nejvhodnější má právě klasická žárovka, zářivka (která vytváří světlo ne odporově, ale spíše chemicky) má nevhodné a neúplné spektrální složení. U žárovek se jedná o spojité spektrum, u zářivek ze spektra vždy některá barva převládá. U svítidla je dobré sledovat, jakou barvu má světlo, které vydává, to totiž nesmí zbarvovat lidskou pleť. (Monzer, 1998) Moderním trendem je používání LED diod, mají minimální energetické nároky a lze je použít pro jakýkoli druh osvětlení, nejvhodnější jsou pro bodové osvětlování. Pozitivem je i jejich dlouhá životnost a také design svítidel, který je velice zajímavý díky malým rozměrům diod.

Diody se v současnosti používají zabudované do pásků, které se následně umísťují na hrany polic nebo okolo předmětů, na které chceme

upozornit. Výhodou takového řešení je možnost kombinace diod s různou barvou světla, které vyzařují. Další výhodou je i dlouhá životnost těchto pásků a to až 100 tisíc hodin. Nevýhodou může být jejich zahřívání, především pokud je umístíme do rohů vitrýn, odkud teplo uniká jen těžko nebo za televizor, který sám o sobě vydává teplo. K poruše diod dochází při teplotě asi 70°C. (Čapka, Dřevařský magazín, 11/2012)

Svítilno by mělo svým vzhledem zapadat do celkového designu místnosti, ale zároveň dobře osvětlovat prostor. Takové svítidlo musí být i snadno obsluhovatelné a omyvatelné. Minimální počet světelných a zásuvkových vývodů podle velikosti místnosti uvádí tabulka 2.

Tabulka 2: Minimální počet elektrických vývodů pro obývací pokoj

Obytná plocha místnosti	Zásuvkové vývody	Světelné vývody
Do 8 m ²	2	1
8-12 m ²	3	1
12-20 m ²	4	1

Zdroj: Urmínská, Vodičková, 2007

U pořizování nábytku musíme brát v úvahu odraz světla od jeho povrchu, pokud je povrch opatřen příliš lesklým lakem může to negativně ovlivnit pobyt v místnosti. Kvalita osvětlení je dána i prostorovým rozmístěním svítidel, rozložením jasů, chromatičností světla. (Glivický, 1975)

7 Ergonomie

Ergonomie je věda, která zkoumá vztah rozměrů, stavby a pohyblivosti lidského těla k věcem, které člověk používá a k prostředí ve kterém žije. V případě návrhu a zařizování obývacího pokoje je potřeba se ergonomií zabývat ve vztahu k rozměrům nábytku, jeho konstrukčního řešení, dále k rozmístění nábytku a společnému rozměrovému sladění místnosti s zařízením. Cílem ergonomie je vytvoření předmětů, které zbytečně nezatěžují lidské tělo náročnou činností a obsluhou ve vztahu k prostředí pak sladění rozměrů nábytku s rozměry místnosti a lidského těla. Nábytek tedy musí být řešen tak aby nebyl náročný na užívání.

Je tedy nutné podřizovat věci člověku a ne člověka věcem, člověk je tedy základním měřítkem pro rozměry nábytku i pro jeho účelné rozmístění v pokoji. (Hájek, 2004)

Dodržování pravidel ergonomie v obývacím pokoji je velice důležité, právě kvůli funkci, kterou tato místnost zastává. Jeho funkce jako místa pro relaxaci a odpočinek může být při nedodržení vztahů ergonomie narušena. Při nerespektování pravidel ergonomie se nábytek stává nepohodlným, polstrování může být příliš měkké, hloubka sedáku nedostatečná. Nepohodlnost je jen menší problém oproti zdravotním následkům nesprávné konstrukce u nábytku. Příkladem špatné ergonomie může být málo polstrovaná konstrukce sedací soupravy v části pod stehny, na hraně sedačky, při takovém sezení, kdy konstrukce tlačí může dojít k poruše správného krevního oběhu.

Dnešní snaha moderní ergonomie je dovést sladění člověka s jeho výtvořky k dokonalosti. Ergonomie tedy zkoumá prostor, ve kterém člověk žije a snaží se tento prostor dělit co nejúčelněji. S tím souvisí i účelné rozmístění nábytku, který musí být pohodlný, bezpečný a rozměrově vyhovující člověku. Rozmístění nábytku v prostoru musí být účelné tak , aby bylo potřeba vynaložit jen minimum pohybu při užívání místnosti.

Při návrhu vybavení jsme tedy vázáni potencionální užitečností konkrétních předmětů pro člověka, předmět je tedy užitečný pouze v případě, že jej člověk umí a zvládne použít. (Glivický, 1975)

Ergonomie vychází ze zjištění antropometrie, což je věda zkoumající rozměry lidského těla a také statisticky zpracovává údaje měření. Pro vývoj nábytku je tedy potřeba znát antropometrické rozměry lidského těla a znát možnosti pohyblivosti těla jako celku i jednotlivých segmentů. Vývoj nebo změny v rozměrech lidského těla nejsou tak rychlé a dynamické ovšem určitá proměnlivost s ohledem na věk a pohlaví existuje. Existují tabulky rozměrů, které se jen vyjimečně mění, díky tomu jsou rozměry nábytku sjednoceny a většinou antropometricky vyhovují.

Pro získání základního přehledu antropometrických údajů lze využít normu ČSN EN ISO 7250. (Kanická, Holouš, 2011)

8 Typologie a materiály nábytku užívaného v obývacím pokoji , pravidla jeho umístování

8.1 Typologie

Nábytek do obývacího pokoje je možné vybírat na mnoha místech. Nejběžnější a asi nejlevnější je výběr z katalogové nabídky seriově vyráběných prvků. Jejich funkčnost je prověřena již před tím než byla spuštěna jejich seriová výroba. Vhodná, ale finančně náročnější, je výroba nábytku na zakázku, zde je většinou možné vyhnout se kompromisům a získat to co opravdu odpovídá plánovanému vzhledu interieru. Při výběru zařizovacích prvků hraje nejdůležitější roli možnost vidět a vyzkoušet nábytek před tím než jej pořídíme. Tuto možnost máme pouze na výstavách a v nábytkových prodejnách. Proto je nakupování nábytku přes internet většinou nevhodné.

Uplatnění atypických zařizovacích prvků nastává zpravidla (kvůli vyšší pořizovací ceně) jen ve dvou případech, a to : zařizování reprezentativního interieru, kde je vzhled to nejdůležitější. A nebo v případě, kdy využijeme veškeré nabídky katalogových produktů a požadované funkčnosti prostoru stále nebylo dosaženo. Pak se pomocí několika atypických prvků může doladit vzhled i funkčnost interieru.

V obývacím pokoji se uplatňuje velká řada nábytkových typů. Základ pokoje tvoří sedací nábytek, tedy sedací souprava zpravidla pro tři a více lidí, doplněná jednotlivými křesly. Sedací souprava bývá řešena jako rozkládací, po rozložení umožňuje dočasné nocování dvou osob, konstrukce ložné plochy neodpovídá standardům pro tvalé, dlouhodobější nocování.

Sedací souprava v obývacím pokoji nemusí být určena pouze pro sezení. Při tvarování sedačky do tvaru L je delší část sedačky určena k sezení a kratší část umožňuje ležet při sledování televize hlavou přímo k televizi bez nepohodlného přetáčení se. Ty nejmodernější sedací soupravy umožňují plynulý přechod mezi sezením a ležením , jelikož obsahují jen minimum tvrdých konstrukčních prvků či rámu, bývají ale prostorově náročnější. Jejich designové řešení je také díky minimu ostrých přechodů mnohem zajímavější než u klasických sedaček. Použití moderních materiálů umožňuje tvorbu takových

sedacích souprav při zachování správných ergonomických a bezpečnostních kritérií. Přehled nejdůležitějších rozměrů sedacího nábytku je uveden v tabulce 3.

Tabulka 3: Doporučené rozměry odpočivného sedacího nábytku (mm)

	Parametr	společenské křeslo	pohovky s nízkým opěradlem	pohovky s vysokým opěradlem
.1.	výška přední hrany sedáku	min. 400	min. 370	min. 370
.2.	výška opěradla při zatížení	min. 450	min. 510	min. 780
.3.	výška sedací plochy při zatížení	min.300	min.250	min.250
.4.	hloubka sedací plochy	420-600	420-600	420-600
.5.	úhel sklonu sedací plochy při zatížení	7°-11°	10°-15°	15°-25°
.6.	úhel opěrky hlavy k opěradlu	-	-	0-18°

Zdroj: Kanická, Holouš, 2011

Ty nejlepší sedací soupravy jsou navrhovány tak, aby měly pozitivní vliv na lidské zdraví. Mívají zabudované masážní prvky, osvětlení či reproduktory nebo jsou vyrobeny z materiálů, které čistí vzduch. Čalouněný nábytek nesmí být z ortopedického hlediska ani tvrdý ani příliš měkký. Nejlepší je pružné, nosné a povrchově měkké sedadlo, takové umožňuje správné držení páteře ve vzpřímené poloze, což zajišťuje dlouhodobě pohodlné sezení. (Kanická, Holouš, 2011)

Při pořizování sedacího nábytku je potřeba brát v potaz tělesné proporce lidí, kteří budou nábytek užívat. Vzhledem k tomu, že v roce 2007 u nás bylo 30% otlých dětí je dobré přizpůsobit rozměry a konstrukční parametry nábytku rozměrům těla uživatele a především jeho tělesné váze. (Prokopová, Muller, Maňák 2007)

Výhodou čalouněného nábytku můžou být snímatelné potahy, které je možné prát. Sedací sestava je doplněna konferenčním stolkem, což bývá jediný zástupce stolového nábytku v obývacím pokoji.

Konferenční stůl je charakteristický svou nízkou výškou, ta bývá maximálně 40 cm. Stůl slouží pouze k odkládání předmětů, jako knih nebo časopisů, které při pobytu v obývacím pokoji používáme. Nebo se na konferenční stůl umísťuje občerstvení při rodinných oslavách nebo při návštěvách atp.

Nejtypičtějším nábytkem pro obývací pokoj je pak nábytek úložný. Použití skříňového nábytku v obývacím pokoji není nejvhodnější, je to nábytek typický pro ložnice, což je místnost používaná spíše k účelu skladování oblečení.

Bohužel při bytové dispozici, jaká je u nás nejčastější, to znamená starší malé byty s malými místnostmi se v interieru obývacího pokoje využívá skříňový nábytek značně. Je-li to ovšem možné tak je vhodné se skříňovému nábytku v obývacím pokoji vyvarovat. Typický úložný nábytek pro tuto místnost je obývací stěna, což je kombinace skříněk, polic nebo prosklených vitrýn. Obývací stěna slouží k ukládání předmětů, které mohou používat všichni členové domácnosti, což předurčuje již účel místnosti jako společného prostoru. Bývají to tedy nejčastěji knihy, časopisy, DVD, různé hry nebo předměty, které mají pro všechny členy rodiny citový význam nebo ke kterým mají vztah. Ve vitrýnách je pak běžné ukládat reprezentativní předměty, jako sváteční porcelán, sklo, trofeje, stejně tak rodinné fotografie. V obývací stěně je vždy místo určené pro umístění audiovizuální techniky, tedy televizoru, rádia nebo jiné zvukové techniky, což je dnes běžný doplněk domácností.

Úložný nábytek v obývacím pokoji je často řešen jako stavebnicový systém. Buď skříňkový, kde lze v interiéru skládat různé typy skříněk do jednoho celku. Nebo stavebnicový systém dílcový, který umožňuje skládat celek již z samostatných volitelných dílců, taková možnost je nejčastější u policových stěn. (Kanická, Holouš, 2011)

Úložný nábytek nabízí také spoustu variant otevírání dvířek, klasické dveřní otevírání je náročné na prostor. Další variantou je vyklápění nebo sklápění dvířek a také u větších kusů posuvná dvířka nebo dvířka rolovací, ta nejsou tolik náročná na prostor. Při volbě úložného nábytku je třeba sledovat také, jaké jsou u dvířek úchytky, ty totiž nesmějí mít ostré hrany. Materiálem i tvarem musí umožňovat omyvatelnost a také minimalizovat riziko úrazu např. při pádu. Při výběru úložného nábytku musíme brát v úvahu to co do něj hodláme ukládat, a v závislosti na tom volit materiál, ze kterého je nábytek vyroben a jeho dimenzování. Například knihovna se nesmí vytvářet na skleněných policích. Stejně tak se nesmí přetěžovat závěsný úložný nábytek (u atestovaných výrobků je maximální zatížení uvedeno). Na bezpečnost se musí dbát i pokud je v pokoji vysoká policová knihovna nebo jiný vysoko sahající úložný nábytek. Pro jednoduchou manipulaci je potřeba zajistit bezpečné, pevné, ale také designově

sladěné schůdky nebo žebříček. (Hála, 2009)

Při výběru úložného nábytku je dobré se vyvarovat moderním obývacím stěnám, kde převládají skříňky nízko u země. Takové skříňky jsou z hlediska ergonomie špatně využitelné. Obývací stěny se skříňkami nízko u země mají umožňovat umístění televizoru na tyto nízké skříňky, moderní televizory (vlastně jen obrazovky) tolik místa nevyžadují a je lepší zavěsit obrazovku volně na zeď a obývací stěnu s převládajícími nevhodně umístěnými skříňkami nepořizovat.

Pokud se v místnosti vyskytují holé zdi lze je zakrýt samostatnými policemi, které mohou být podle obyvatel zařízeny jako knihovna nebo třeba pro pokojové rostliny.

Poměrně časté je spojení obývacího pokoje s pracovním koutem, tedy koutkem, kde je umístěn počítač, tiskárna a další typicky kancelářské doplňky. (viz. Kapitola 10)

8.2 Materiály používané pro nábytek v obývacím pokoji

Materiály používané pro výrobu jsou rozdílné podle typologie nábytku:

Sedací nábytek: Sedačky a křesla jsou zpravidla tvořeny nosnou kostrou, tvořenou z masivního dřeva, většinou smrk a jiné levnější či méně kvalitní dřeviny, stejně tak může být i kovová nebo z plastů. Kostru lze vytvořit i z lamelových prvků. Další vrstvu tvoří nosný podklad, většinou pružina (tažná, vlnitá) nebo popruhy (textilní, pryžové), lze použít také lamely nebo nepružící materiály, jako překližku, plech, plast. Následuje izolační vrstva z rouna nebo plsti, které mají za úkol oddělovat jednotlivé vrstvy, tedy zamezit jejich prolínání. Tvar sedačky dává tvarovací vrstva, která se vyrábí z tvarové textilie, PUR pěny nebo pěnové pryže. Předposlední vrstva je vrstva kypřící, což mohou být rouna ze syntetických vláken, vata, žíně, peří. Kypřící vrstva je důležitá pro změkčení povrchových vrstev. Na čalouněném sedacím nábytku je nejvýraznější vnější potahová vrstva (přírodní usně, koženky, textilie ze lnu, bavlny nebo syntetických vláken). (Šťastný, 2006)

Je dobré si před pořízením sedacího čalouněného nábytku zjistit, z jakých materiálů je tvořen. Především jsou důležité vlastnosti potahové látky a to její čistitelnost, ořezuvzdornost, prodyšnost, nehořlavost a odolnost vůči UV záření. (Šťastný, 2006)

Konferenční stolky většinou odpovídají svou pořizovací cenou kvalitě zpracování a použitým materiálům. Nejlevnější stolky jsou vyráběné z DTD, což je nejčastější provedení. Originálnější tvary a provedení nabízí stolky vyráběné v kombinacích skla a kovu či porcelánu, zde je ovšem potřeba uvážit vhodnost skleněných desek z hlediska bezpečnosti - výrobci by měli na sklo desek stolků nalepovat bezpečnostní folie, které při rozbití desky zabraňují tvorbě střepů, respektive roztržení desky. (Hála, 2009) Na stolky se téměř nepoužívá masiv, většinou pouze na nohy stolku.

Úložný nábytek do obývacích pokojů je vyráběn nejvíce z DTD nebo MDF desek. Například obývací stěny nebo police a knihovny jsou z těchto materiálů běžně vyráběny. Vhodná je i kombinace se skleněnými prvky (opět s bezpečnostní úpravou). Masiv lze využít na knihovny, ale pro úložný nábytek je vhodný spíše do ložnic. V minulosti se pro výrobu nábytku do obývacích pokojů využívaly ve velké míře laťovky, které byly povrchově upraveny na vysoký lesk.

8.3 Pravidla umístování nábytku v obývacím pokoji

Zařizovat obývací pokoj lze pouze s ohledem na ostatní místnosti. Je nutné brát v potaz i celkovou velikost bytu, velikost a množství jednotlivých místností a jejich spojení v závislosti na počtu osob, jejich věku, profesi i zájmech. (Bárta a kol. 1988)

Obývací pokoj je možné dělit do tří funkčních zón a to zóny komunikační, zóny činností a zóny úložné. Zóna komunikační je označení prostoru, který vždy ponecháváme volný, bez zařizovacích předmětů. Tento prostor tedy umožňuje pohodlný pohyb po místnosti nebo průchod místností. Umožňuje přístup k zařizovacím předmětům a k technologickým prvkům, např. osvětlení. Rozměrovým minimem této zóny je 600 mm, pro průchod jedné osoby, avšak minimem by nejlépe mělo být 800 mm, tedy průchod osoby nesoucí nějaký

předmět. Rozměry vycházejí z antropometrických údajů. Obecně však platí, že minimem je šířka zóny shodná se šířkou vchodových dveří do místnosti. Konečně u obývacího pokoje by měla být komunikační zóna ještě širší, jelikož se zde předpokládá větší pohyb více lidí současně, případně doplněný pohybem do kuchyně a přenášením jídla. Na komunikační zóny navazuje zóna činností, což je prostor, kde jsou zařizovací prvky umožňující jednotlivé činnosti, většinou tedy nábytek. Zóna činností tedy zahrnuje nábytek a prostor, který je nutný k jeho užívání. Poslední zónou je zóna úložná, ta zpravidla také navazuje na zónu komunikační, vyjímečně na zónu činností, v tom případě musí být ukládané věci určeny pro vykonávání činností v sousední zóně. Zóna úložná se skládá z úložného nábytku. (Hála, 2009)

9 Spojení obývacího pokoje s kuchyní

Moderní variantou rozvržení místností a určení jejich funkce je možnost spojení kuchyně a obývacího pokoje do jedné větší společné místnosti. Tato varianta je náročná na prostor, je tedy důležité spojení kuchyně a obývacího pokoje zajistit již při stavbě, dodatečné spojení místností oddělením příčky nemusí poskytovat dostatek prostoru pro adaptaci. Spojení obývacího pokoje a kuchyně má mnoho nesporných výhod, ale i některé nevýhody. Taková místnost se nejčastěji člení na část se sedací soupravou a audiovizuální technikou, část s jídelním stolem k společnému stravování více osob a v rohu nebo u stěny pak kuchyňský kout, který je doplněn pultem určeným pro rychlé stravování nebo pití, není určen k společnému stravování. V takové místnosti je nejvýhodnější využít francouzských oken a prosklených stěn, jejich účinnost zde je největší, neboť procházející přirozené světlo osvětluje největší obytnou plochu, lze zde vytvořit i vchod na terasu a zahradu.

Tuto místnost je tedy třeba vybavit dostatkem úložných prostor pro potraviny nebo ještě lépe vytvořit malou oddělenou spíž, jejíž vstup by byl někde poblíž kuchyňského koutu.

Nespornou výhodou je kontakt osoby, která vaří se zbytkem obyvatel,

kteří se třeba dívají na televizi nebo mohou přímo konverzovat s vařící osobou. Ostatní osoby se také mohou zapojit do vaření nebo přípravy jídla, což je umožněno díky většímu prostoru této místnosti. Velikost kuchyňského koutu a jejího vybavení odpovídá provozu, který se zde předpokládá. Ve všední den je nejběžnější asi potřeba snídaní pro každého obyvatele v jinou časovou dobu - podle povinností a času vstávání, oběd probíhá u každého člena domácnosti samostatně mimo domov a nakonec večeře, která by měla být společným jídlem rodiny v jeden čas na jednom místě. Kuchyň by měla být dostatečně velká a vybavená i pro rodinné oslavy, tedy pro možnost vaření více jídla více lidem než je obvyklé. V takové situaci lze využít venkovního sezení nebo pokud je možno být jen uvnitř (např. kvůli počasí), pak není problém díky velkému prostoru spojené kuchyně a obývacího pokoje vytvořit pohodlné posezení v části se sedací soupravou.

Značnou výhodou je vznik funkčního vztahu a souvislostí ve funkčním určení jednotlivých prostor, jde o propojení: Příprava potravy (kuchyně) - požívání potravy (jídelní stůl v obývací části) - umývání nádobí (kuchyně). (Hájek, 2004) Ve spojeném obývacího pokoje s kuchyní s meziprostorem s jídelním stolem je takováto spojitost mnohem přirozenější a přispívá k lepšímu fungování domácnosti.

Varianta spojené kuchyně a obývacího pokoje má ale i některé nevýhody, například nutnost rozdílné podlahové krytiny v části obývacího pokoje a kuchyně, právě kvůli hygieně. Z hlediska hygieny vyplývá další problém, což jsou vznikající páry a pachy, které se mohou šířit do celého prostoru (i při použití kvalitní digestoře), tím vzniká i problém s hlukem při vaření, nutnost osvětlení (které může být rušivé v části odpočivného sezení).

V přílohové části této práce jsou graficky zpracovány byty s tímto způsobem členění interieru (například příloha A1, B1). Tedy kombinací obývacího pokoje s kuchyňskou částí.

10 Pracovní kout v obývacím pokoji

Dnes je nejčastěji používán notebook a klasické stolní počítače jsou spíše na ústupu. Přesto se mnohdy v domácnostech objevuje potřeba vytvořit stabilní pracovní místo pro práci s počítačem a s více či méně kancelářským zázemím. To znamená kromě počítače i tiskárna, papíry, složky nebo pořadače, atd. To vše je závislé na konkrétních pracovních povinnostech člena domácnosti nebo jeho koníčcích. Při potřebě vytvořit takové zázemí lze využít hned několik místností bytu, nejvhodnější je samozřejmě samostatná pracovna. Pokud ovšem nepracujeme přímo z domova několik hodin denně, ale jen např. jednu či dvě hodiny večer po práci, je vhodnější zřídit pracovní kout v rámci obývacího pokoje. Tento prvek je graficky zobrazen v přílohách A2, B2 a B4.

Nabízela by se možnost vytvoření místa pro počítač v ložnici, to je ovšem často nereálné, například v situaci, kdy chce manželka spát a manžel nutně potřebuje na počítači pracovat. Dalším negativem počítače v ložnici je i tvorba elektroiontů, které by narušovaly spánkové mikroklima. (viz. kapitola 11.3)

Jednou z možností, jak vytvořit v obývacím pokoji pracovní kout je využití pracovních skříní. Což je skříň, ve které je schován celý pracovní prostor, po otevření dveří je pak k dispozici počítač s celým příslušenstvím, úložné prostory i zabudované osvětlení. (např. LED diody, kapitola 6.2) Vše lze také rychle uklidit a schovat zavřením dvířek. Otevřené skříňové dveře mohou navíc plnit funkci zábrany a izolace od okolního prostoru. (Hubáčková, Škrabalová, Hubáček, 2006)

Zvolíme-li pro vytvoření pracovního koutu stabilní pracovní stůl s dodatečným osvětlením a kancelářským zázemím v blízkosti (zpravidla jen otočením se na kancelářské židli, která by měla být součástí pracovního koutu), pak by měl tento stůl mít rozměry alespoň 70x90 cm, optimem je 80x160 cm. (Hubáčková, Škrabalová, Hubáček, 2006)

Při volbě místa pro zřízení pracovního koutu je třeba si uvědomit, že pracující bude více či méně stále v kontaktu se zbytkem místnosti. To může být výhoda, ale i nevýhoda s ohledem na snížení soustředění se na práci. Oddělení

pracovního koutu lze poměrně dobře určit velikostí zástěn. Nejpraktičtější je vytvoření zástěny z úložného nábytku, který může být využitelný ze strany pracovního koutu a z druhé strany je možné jej obložit dřevěnými obklady nebo jinak zajistit jeho splnutí s částí obývacího pokoje. Účelné je i vytvoření masivní knihovny, která je využitelná z obou stran. Další variantou je policová stěna pro květiny a dekorační doplňky, tato jako jediná je částečně průhledná, tím umožňuje i průchod světla a celkově prostor nerozbíjí, ale provzdušňuje, ani jej opticky nezmenšuje.

Příkladem předělové stěny může být stěna vyrobená z masivu, tvořená čtvercovými segmenty od podlahy po strop. Jednotlivé segmenty lze tedy využít pro ukládání šanonů, knih nebo dekoračních předmětů a květin. Tyto segmenty lze také jednotlivě nebo několik najednou zakrýt dvířky. Materiálem může být i pórobeton. (Winkelmeyer, 2002)

11 Zdravotní a hygienické zásady při zařizování a provozu obývacího pokoje

11.1 zvířata

Pokud v bytě žijí i zvířata je dobré na to při volbě nábytku pamatovat. Psi a kočky po sobě zanechávají chlupy, takže je vhodné zejména u sedacího nábytku pořídit sedačku s tzv. samočisticím povrchem, jehož údržba je velice snadná. Kočky navíc s oblibou využívají čalouněný nábytek k tahání drápků, takže je lepší jim vstup do pokoje znemožnit a vpouštět je jen pod naším dohledem.

V obývacím pokoji je více než v kterékoli jiné části bytu potřeba sledovat hygienu a čištění čalouněných částí sedacího nábytku a také podlahových kobereců. To jsou totiž prostředí vhodná pro výskyt roztočů spolu s částicemi odumřelé kůže (ať už lidské či zvířecí). Roztoči jsou příčinou alergií zejména u dětí. Roztočům se daří při vyšší vzdušné vlhkosti a vyšších teplotách, což je problém zejména v pokojích spojených s kuchyňskou částí. (Jokl, 2002)

Jokl, (2002) uvádí, že kromě častého luxování je účinné v boji s roztoči i snížení relativní vlhkosti po několik dní pod 45 %. To je však v praxi jen

těžko proveditelné. Účinné by mohlo být také vytvářet v pokoji výkyvy teplot větráním. Jsou-li potahy snímatelné je dobré je zejména v zimě nechat vymrznout venku na mrazu, stejně tak koberce.

Pokud jsou v obývacím pokoji křesla nebo sedačka bez snímatelných potahů od výrobce, lze tyto potahy vyrobit dodatečně. Výhodou takových potahů je možnost udržování čistoty. Jejich praním se tak zabraňuje koncentraci prachových částic a jejich pronikání do vnitřních vrstev čalounění. Z estetického hlediska je pak výhodou možnost střídání potahů třeba podle ročních období. Tento systém pozvzbudí psychiku obyvatel bytu a naruší monotónnost stále jednoho potahu. (Heather, 1997)

11.2 hluk

Pro kvalitní akustické vlastnosti pokoje je třeba zajistit správnou míru dozvuků, tedy odrazů zvuků od okolí. Pro dosažení správného dozvuku je třeba mít v místnosti textilie (např. závěsy) pohlcující zvuk a omezit množství skleněných ploch, hladkého betonu či podlah, které zvuky odrážejí ve velké míře zpět do prostoru. Pro zlepšení akustických poměrů v místnosti a pro tlumení hluků je dobré použít malé koberce, pohlcující zvuk, to jsou koberečky s dlouhým (vysokým) vlasem. (Prokopová, Muller, Maňák 2007)

Problém v obývacím pokoji může být i hluk. Při používání úložného nábytku může docházet ke vzniku hluku (pojezdy zásuvek, kování dvířek) je proto vhodné volit mechanismy, které mají bezhlučný provoz. K trvalému poškození sluchových buněk dochází již při hodnotách 55 dB, na to je třeba brát zřetel při sledování televize a omezit její hlasitost. (Prokopová, Muller, Maňák 2007)

11.3 větrání (možnosti zajištění větrání viz kapitola 5)

V obývacím pokoji, jakožto vnitřním více či méně uzavřeném prostředí se hromadí některé škodliviny, např. oxid uhličitý, toho za 1 hodinu člověk vyprodukuje asi 20 litrů, jiné škodlivé látky jsou v interiérech koncentrovány až několikanásobně. To je důvod proč je třeba se již při návrhu obývacího pokoje rozhodnout, jakým způsobem bude odvětrávání zajištěno. (Státní zdravotní ústav, 2000)

V obývacím pokoji by se nemělo nikdy kouřit, zdravotní následky tabákového kouře jsou od dráždění spojivek a sliznic až po rakovinu plic. To se týká i nekuřáků, kteří jsou v zakouřeném prostředí, tzv. pasivní kuřáci. Tabákový kouř obsahuje celou řadu škodlivin, které se v interiéru hromadí a vsakují se do zařízení místnosti. Obývací pokoj je také prostor, kde si hrají děti, což je další důvod proč zde nekouřit. Děti jsou na tabákový kouř velice citlivé a má negativní vliv na jejich zdraví a vývoj plicní imunity. Obecně však platí, že by se nemělo kouřit nikde v bytě, pouze venku. (Státní zdravotní ústav, 2000)

Při výběru nábytku je důležité zjistit si, z jakého materiálu je nábytek vyroben, jelikož jsou materiály, které mohou negativně ovlivnit ovzduší v místnosti. Například dřevotřískové desky, které jsou lepeny ureaformaldehydovou pryskyřicí jsou potenciálně nebezpečné. Uvolňují totiž formaldehyd, při 23 °C a asi 50 % vlhkosti vzduchu se zvýší jeho koncentrace v místnosti o 20 %. Při nedostatečné ventilaci a výměně vzduchu v interiéru mohou být lidské reakce na nekvalitní ovzduší s vyššími koncentracemi některých látek různé. Nejčastěji to je bolest hlavy, kašel, malátnost, kýchání, nevolnost nebo podráždění spojivek. (Státní zdravotní ústav, 2000)

Čerstvý vzduch přicházející větráním z venku nahrazuje vzduch obsahující nepříjemné látky jako oxid uhličitý, pach potu nebo zvířat. Obývací pokoj je vhodným místem pro použití různých voňavek či osvěžovačů vzduchu. Užítí osvěžovačů vzduchu je důležité zejména pokud je pokoj spojen s kuchyní. V kuchyni vzniká při vaření řada odérů, které mohou být navíc nasyceny oleji. Většinu těchto pachů odsává digestoř, ostatní je třeba odvětrat a jejich zbytky takzvaně překrýt příjemnější vůní.

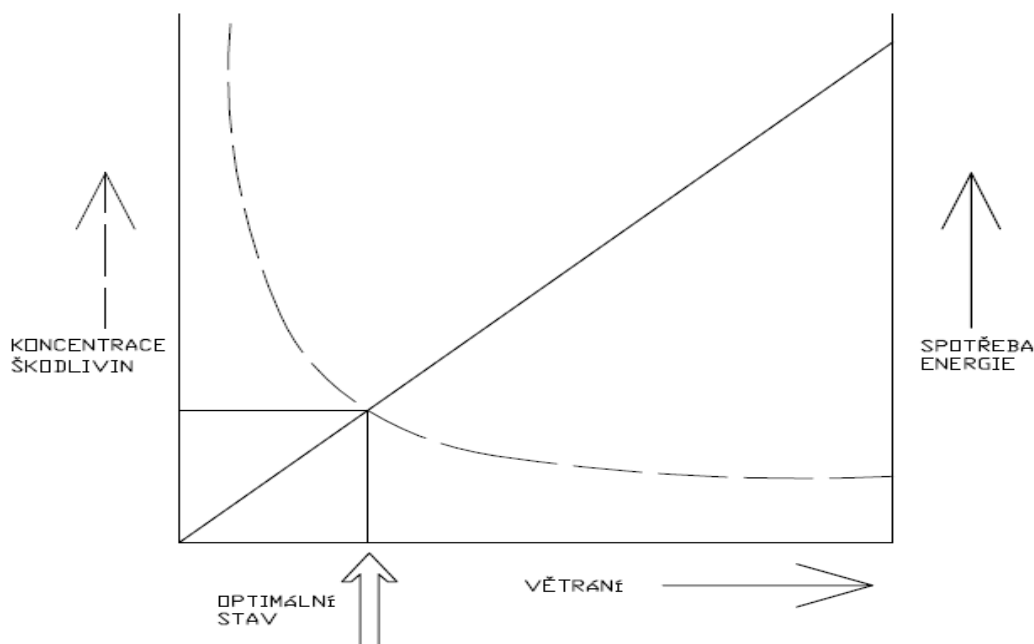
Obývací pokoj jakožto místo pro relaxaci vyžaduje příjemnou kombinaci čerstvého vzduchu a nevtíravé vůně. Jokl, (2002) uvádí výsledky výzkumu, proběhnuvšího v Německu. Výsledky uvádějí, že dospělí do 35 let věku pocítují zlepšení nálady při vdechování vůně jehličnatého lesa, čerstvých jablek či mateřídoušky. Chuť k práci vyvolává vůně růží, macešky či rybízu, děti do 15 let věku reagovaly kladně na vůni heřmánku, čerstvě pokosené trávy a vůni máty.

Dalším ze sledovaných aspektů jsou aerointy, tedy kladně a záporně nabitě ionty rozptýlené v ovzduší. Pokud je těchto iontů v ovzduší vysoká koncentrace mohou mít negativní vliv na zdraví člověka. Zejména na funkci plic a krevní oběh. Do interiéru vstupují tyto ionty z venku nebo se vytváří v elektrickém poli spotřebičů se silnějším výkonem. V obývacím pokoji tedy například v okolí televizoru. Tyto volné ionty lze zneutralizovat při styku s jiným povrchem. Tuto schopnost má surové dřevo bez povrchové úpravy, přírodní vlněné vlákno, naopak neschopné neutralizovat jsou syntetické textilie bez pórů. Ideální je stejná koncentrace iontů kladných a záporných. (Jokl, 2002)

Z tohoto pohledu je tedy vhodné při volbě materiálů, použitých v obývacím pokoji zvolit spíše přírodní materiály s mikroskopicky nejednotným povrchem.

Teoreticky optimální stav závislosti množství škodlivin na intenzitě větrání a spotřebě energie je zobrazen v grafu 1. Tedy stav, kdy se větráním odstraní největší množství škodlivin a spotřeba energie na vytápění výrazně nevzrostla.

Graf 1: Závislost množství škodlivin v ovzduší na intenzitě větrání při sledování spotřeby energií



Zdroj: Státní zdravotní ústav, 2000

11.4 rostliny

Rostliny v obývacím pokoji jsou téměř nutností, existuje několik důvodů pro jejich začlenění do interiéru místnosti:

- jsou živým prvkem, který vnáší do obývacího pokoje energii a lehkost. Sledování jejich růstu je povzbuzujícím činitelem, který je nezbytný pro plnění funkce obývacího pokoje jako relaxačního a odpočinkového prostoru
- jejich pěstování je nenáročný koníček zejména pro lidi, kteří z nějakého důvodu nemohou mít v bytě zvířata
- umožňují kontakt s přírodou i když jsme uvnitř budovy, obklopeni neživými předměty
- jsou většinou pěstovány v estetických květináčích, což je další pozitivní prvek, některé druhy rostlin mohou navíc příjemně vonět a krásně kvést
- negativem může být při zanedbání péče jejich hnití nebo výskyt parazitů či hmyzu
- jejich přínos do interiéru je především v čištění vzduchu, probíhající fotosyntézou, stejně tak je výhodné odpařování vody z vlhké zeminy, čímž se stabilně zvlhčuje vzduch a zabraňuje se jeho suchosti, zejména v zimě kdy je omezováno větrání a zvyšována teplota

Co se umístování rostlin týče, platí pravidlo, že na 9 m² plochy místnosti stačí jedna rostlina v květináči. Rychlost proudění vzduchu kolem rostliny by měla být 0,1 – 0,15 m/s. Rostlina tak má možnost vázat CO₂ a produkovat kyslík. Další výhodou jsou bakterie žijící v blízkosti kořenů v zemině, tyto totiž vážou ze vzduchu další škodlivé látky. Tyto bakterie jsou různé podle druhu rostliny, u které žijí, a tím se odlišují i látky, které jsou schopny vázat, viz. tabulka 4. (Jokl, 2002)

Tabulka 4: Odstraňování odérů rostlinami

	Odérová látka	Zdroj	Účinná rostlina
1	aceton	tělesné odéry	lilie
2	benzen	tabákový kouř	chryzantéma
		syntetická vlákna	gerbera, dračinec
		plasty	chryzantéma, lilie
3	etanol	čistící prostředky	lilie
4	formaldehyd	lamináty, lepidla	gumovník, lilie
		čistící a dezinfekční prostředky	chryzantéma
		koberce	syndapsus
		nábytek	chamedorea, sanserieria
5	trichloretylen	nátěry, fermeže, laky	dračinec
6	VOC – těkavé organické látky	koberce	filodendron
		lepidla	zlatý potos

Zdroj: Jokl, 2002

Závěr

V práci byly sjednoceny veškeré aspekty, které ovlivňují vybavování obývacího pokoje zařizovacími prvky. Při rozboru možností jednotlivých zařizovacích prvků je brán zřetel na současnou nabídku výrobků na trhu, jak v nábytkářském průmyslu tak i v ostatních technologických odvětvích.

Trend nábytku do obývacího pokoje je v dnešní době různorodý. Lze ale definovat několik základních směrů výroby. Jednak je to ekonomicky úsporná výroba velkých objemů stejných výrobků na esteticky nižší úrovni. Dále moderní ekonomicky méně dostupné avšak designově i ergonomicky kvalitní výrobky. Vyšší třídou je pak celomasivní provedení nábytku zpravidla vyráběného na zakázku z materiálů, které se ve velkovýrobě běžně nepoužívají.

Vybavování interieru obývacího pokoje je ovšem zcela individuální záležitostí. Je na každém obyvateli bytu, který bude obývací pokoj používat aby při jeho zařizování zohlednil všechny aspekty a rozhodl se pro řešení, které mu bude vyhovovat. Ať už obývací pokoj zařizuje odborník nebo laik sám pro sebe, vždy je třeba zohlednit veškeré aspekty zařizování obývacího pokoje, které jsou v této práci definovány.

Jedná se tedy o aspekty designu, barvy a zvoleného materiálu, které ovlivňují lidskou psychiku. Dále osvětlení, větrání, hygienické a prostorové nároky, které ovlivňují přímo lidské zdraví. Je tedy zřejmé, že při zařizování obývacího pokoje není vhodné šetřit, vytvářet kompromisy nebo tvořit pouze improvizovaná řešení, protože se vše odrazí na zdraví a psychické pohodě obyvatel. Ze stejných důvodů, je žádoucí využívat obývací pokoj pouze k účelům, které jsou pro něj charakteristické.

V přílohové části jsou pak zobrazeny typické úpravy obývacího pokoje s ohledem na změny v rodině. Tyto úpravy jsou často problematické a komplikované nejen prostorově, což je další důvod pro zohledňování pravidel definovaných v této práci. Jsou zde názorně zobrazeny přednosti obývacího pokoje spojeného s kuchyňským koutem a také výhody menšího počtu zařizovacích přemětů, které lze průběžně měnit a doplňovat.

Seznam použitých zdrojů:

Seznam knih:

BÁRTA, Jiří. *Obyvací pokoj*. Praha: Nakladatelství technické literatury, 1988. 238 s.

GLIVICKÝ, Vladimír a kol. *Úvod do Ergonomie*. 1. vydání. Praha: Práce, 1975. 265 s.

HÁJEK, Václav. *Ergonomie v bytě, v projektu a v praxi*. 1. vydání. Praha: Sobotáles, 2004. 125 s. ISBN 80-86817-00-8

HÁLA, Boris. *Interiér: tvorba obytného prostoru*. 1. vydání. Praha: Grada Publishing, 2009. 149 s. ISBN 978-80-247-3216-9

HEATHER, Luke. *Design and make loose covers*. 1. vydání. London: New Holland, 1997. 80 s. ISBN 1-85368-869-X

HORKÝ, Ivan. *Tvorba obytného prostředí*. Praha: SNTL, 1984. 344 s.

HUBÁČKOVÁ, B.- ŠKRABALOVÁ, E.- HUBÁČEK, P. *Domácí pracovní a kanceláře*. 1. vydání. Brno: Era, 2006. 97 s. ISBN 80-7366-068-

JOKL, Miloslav. *Zdravé obytné a pracovní prostředí*. 1. vydání. Praha: Academia, 2002. 261 s. ISBN 80-200-0928-0

KANICKÁ, L.- HOLOUŠ, Z. *Nábytek: typologie, základy tvorby*. 1. vydání. Praha: Grada Publishing, 2011. 159 s. ISBN 978-80-247-3746-1

KONÍČEK, Richard a kol. *Kouzlo domova*. Hradec Králové: Paradise Studio, 2000. 207 s. ISBN 80-238-5241-8

MONZER, Ladislav. *Osvětlení a svítidla v bytech*. 1. vydání. Praha: Grada Publishing, 1998. 127 s. ISBN 80-7169-620-X

PREISICH, Anikó. *Domov a bydlení*. Praha: IKEA DBK, 1991. 277 s.

PROKOPOVÁ, H.- MÜLLER, I.- MAŇÁK, H. *Byt, který se vám přizpůsobí*. 1. vydání. Brno: Era, 2007. 129 s. ISBN 978-80-7366-106-9

STARMER, Anna. *Barevná harmonie: jak kombinovat barvy a dosáhnout požadovaného vzhledu interiéru*. Praha: Slovart, 2007. 255 s. ISBN 978-80-7209-926-9

ŠŤASTNÝ, Jan. *Podklady pro tematické celky oboru Nábytkářství - Nauka o materiálech pro 2.ročník*. Praha: STŠ-Praha, 2006. 141 s.

URMINSKÁ, D.- VODIČKOVÁ, E. *Vše o rekonstrukci bytu*. Bratislava: Jaga group, 2007. 192 s. ISSN 1335-9177

WINKELMEYER, Stefan. *Police, dělicí stěny a skříně*. 1. vydání. Praha: Grada Publishing, 2002. 95 s. ISBN 80-247-0356-4

Kolektiv autorů. *Encyklopedie - nábytek*. Dotisk 1. české vydání. Praha: Svojtka, 2008. 448 s. ISBN 978-80-256-0104-4

Seznam dalších zdrojů:

Státní zdravotní ústav. *Kvalita vnitřního prostředí*. Praha: Fortuna, 2000. 28 s. ISBN 80-7071-186-8

Čapka, Radomír. LED osvětlení v praxi. *Dřevařský magazín*, 2012, roč.13, číslo 11, s. 9-12.

ČSN 73 4301. *Obytné budovy*. Praha: Český normalizační institut, 2004. 26s.

Seznam tabulek, grafů a obrázků:

Tabulka 1 : Minimální plocha obývacího pokoje	20
Tabulka 2 : Minimální počet elektrických vývodů pro obývací pokoj	31
Tabulka 3 : Doporučené rozměry odpočivného sedacího nábytku	33
Tabulka 4 : Odstraňování oděrů rostlinami	46
Graf 1 : Závislost množství škodlivin v ovzduší na intenzitě větrání	44
Obrázek 1: Varianty a doporučené rozměry rozvržení sedacího nábytku	19
Obrázek 2: Ideální rozmístění obrazovky a reproduktorů	25

Seznam zkratk:

ČSN – česká státní norma
LED - Light Emitting Diode
CIE - Commission Internationale de l'Éclairage
DVD - Digital Versatile Disc
PUR - polyuretanová pěna
UV - ultraviolet – ultrafialové záření
DTD – dřevotřísková deska
MDF - Medium Density Fibreboard
dB - decibel
CO₂ – oxid uhličitý

Seznam příloh:

Rodinný dům – Příloha A1
 – Příloha A2
 – Příloha A3
Byt 3+kk – Příloha B1
 – Příloha B2
 – Příloha B3
 – Příloha B4

Přílohová část