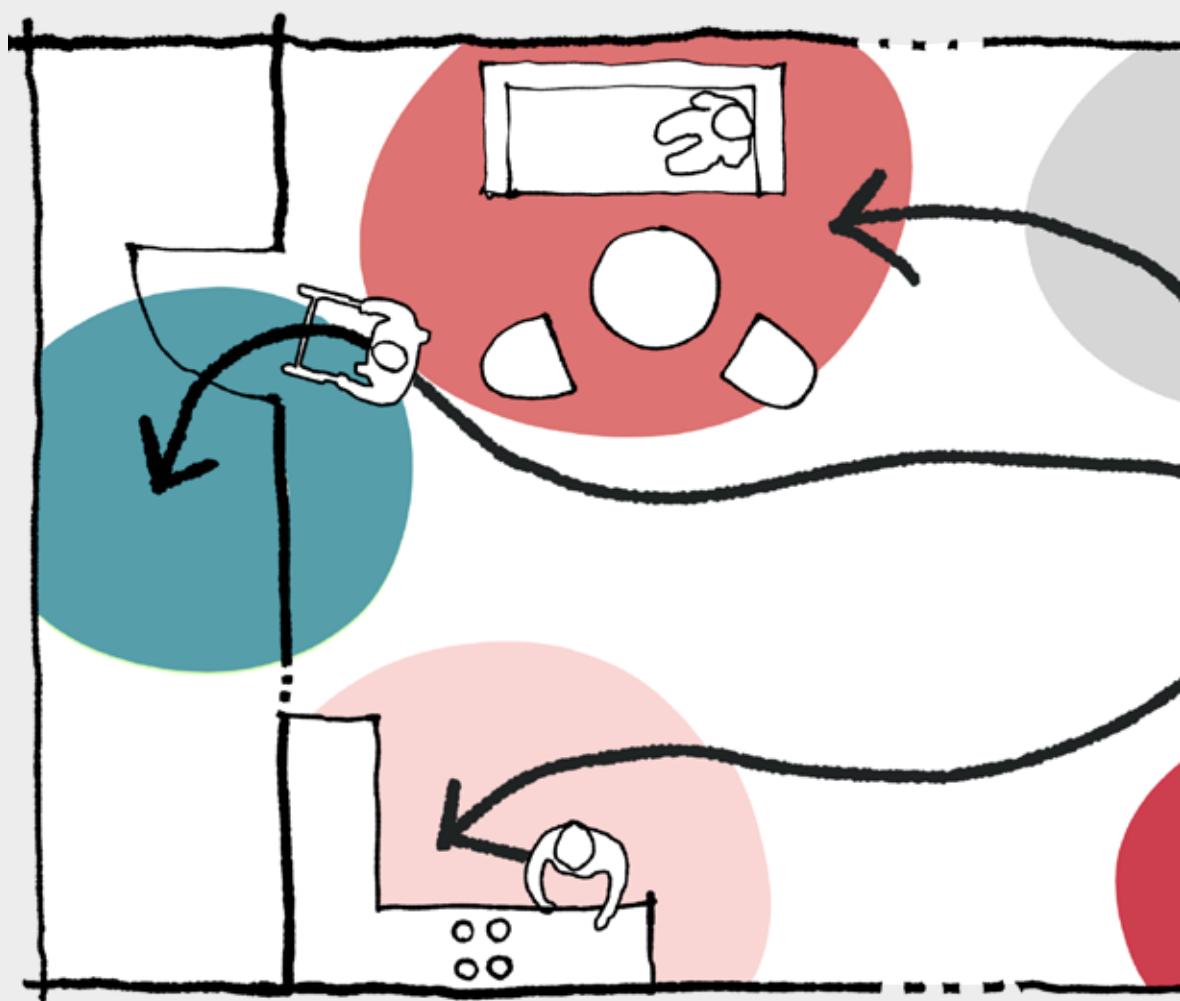


En bolig til hele livet

PFA Seniorboligstandard



Seniorboligstandard

PFA

Mere til dig





Seniorboligstandard

En god bolig bidrager til et godt liv

En god bolig er fundamentet for et godt liv. Det er ikke mindst tilfældet, når man bliver ældre, og ens behov måske ændrer sig med tiden. Derfor har PFA udviklet PFA Seniorboligstandard, som opstiller kriterier for en god bolig til den tredje alder.

I PFA arbejder vi for, at vores kunder har friheden til at leve det liv, de ønsker – hele livet. I den tredje alder stiller det nogle særlige krav til boligen. Specielt hvis man vil holde sig aktiv og uafhængig længst muligt, så hænger boligens rammer og livskvalitet tæt sammen.

Derfor har PFA med rådgivning fra Statens Byggeforskningsinstitut (SBI) Aalborg Universitet, udviklet PFA Seniorboligstandard, der gør det nemmere at vælge en bolig egnet til den tredje alder. Standarden er samtidig en rettesnor for PFA, når vi opfører eller renoverer boliger.

PFA Seniorboligstandard skal bidrage til at skabe fundamentet for det gode seniorliv. Det skal eksempelvis være let at bevæge sig rundt i boligen, ligesom adgangen til at komme ind og ud skal være god. Der er også stillet krav om dørtelefon med video, så det er muligt at se, hvem der ringer på. Hertil kommer en række andre aspekter. Eksempelvis, hvor langt der er til offentlig transport og indkøb. For beliggenhed betyder meget, når beslutningen om at flytte til et nyt hjem skal træffes. Du kan læse mere om kravene på de kommende sider.

Med PFA Seniorboligstandard sætter vi høje krav til, hvordan PFA bygger og renoverer udvalgte boligejendomme.

PFA's lejeboliger er blevet registreret efter PFA Seniorboligstandard i 2018, så kunderne kan se hvilke boliger, der lever op til den. Det skulle gerne gøre det nemmere at tage beslutningen om at flytte til noget nyt. Målet er samtidig, at nye boliger skal bygges efter PFA Seniorboligstandard i særligt udvalgte projekter fremover.

Men det er ikke kun vores boliger, som standarden kan bruges til. PFA Seniorboligstandard er tilgængelig for alle. For PFA ønsker at fremme boliger, der bidrager til at skabe livsværdi – hele livet igennem – for flest mulig. Derfor håber vi også, at andre ejendomsudviklere og investorer vil tage den til sig.

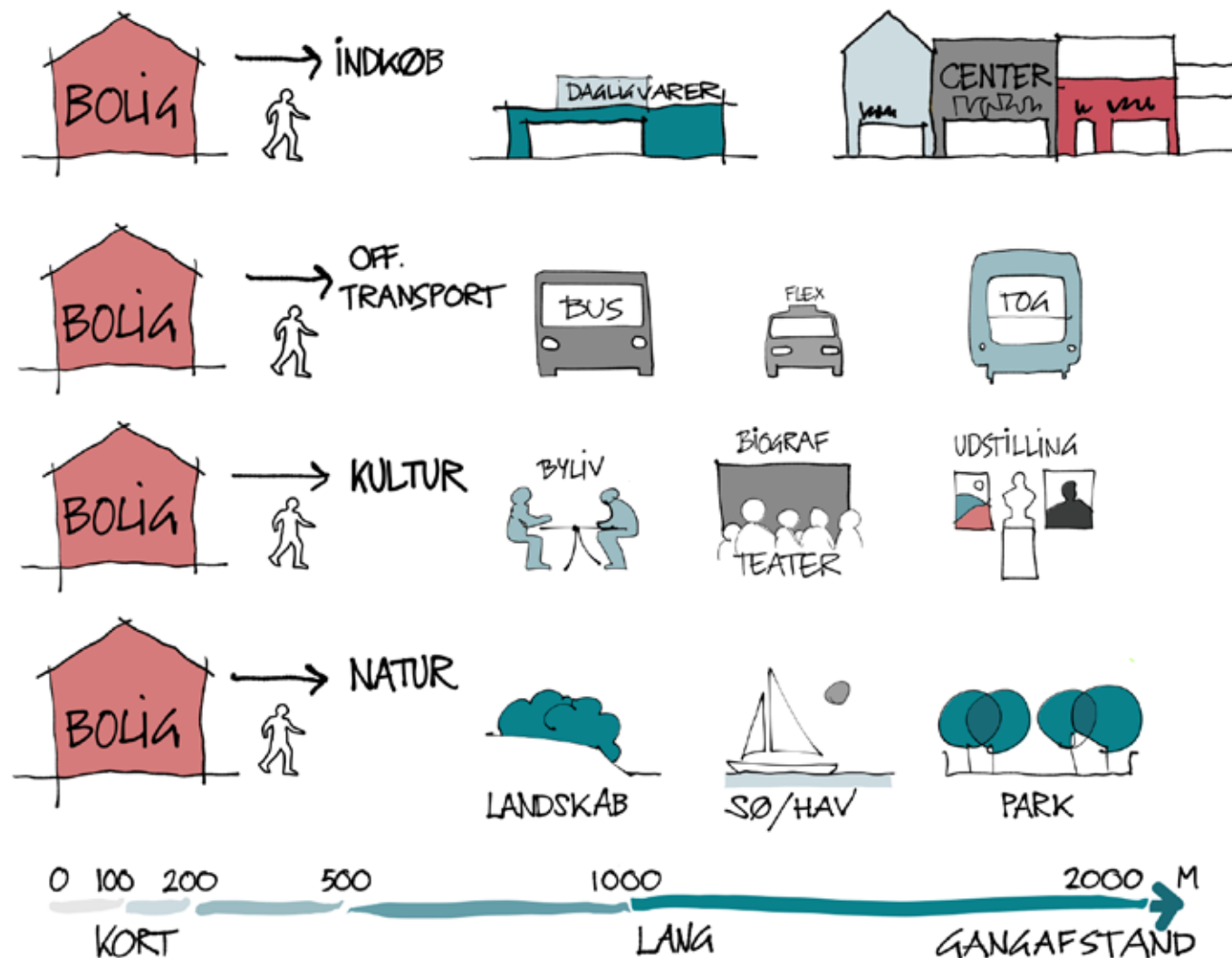
På den måde kan vi nemlig i fællesskab være med til at skabe rammerne for det gode liv i den tredje alder.

København, oktober 2018

Allan Polack,
Group CEO, PFA

Beliggenhedens muligheder

Beliggenhed er et vigtigt element, når man skal finde et nyt hjem. Derfor oplyser vi med PFA Seniorboligstandard så vidt muligt afstande til indkøb af dagligvarer, offentlig transport, kulturtilbud og natur.



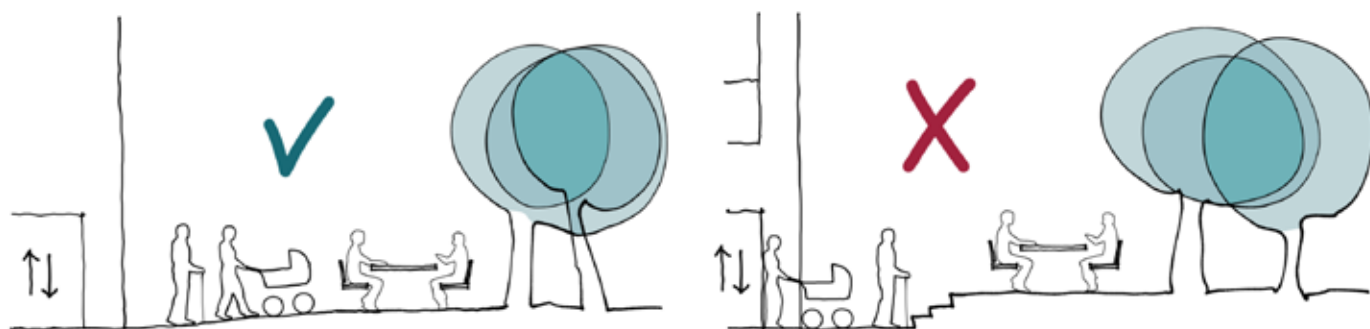
Figur: Vejledning til afstande: 0-100 m: meget god / 100-200 m: god / 200-500 m: middel / 500 – 2000 m: under middel / over 2000 m: dårlig

Krav nr.	Område	PFA Seniorboligstandard	Vejledning til registrering
1	Gangafstande til indkøb af dagligvarer	Oplyses	Opgiv afstand i intervallerne ovenfor
2	Gangafstande til offentlig transport	Oplyses	Opgiv afstand i intervallerne ovenfor
3	Gangafstande til kulturtilbud	Oplyses	Opgiv afstand i intervallerne ovenfor
4	Gangafstande til natur	Oplyses	Opgiv afstand i intervallerne ovenfor

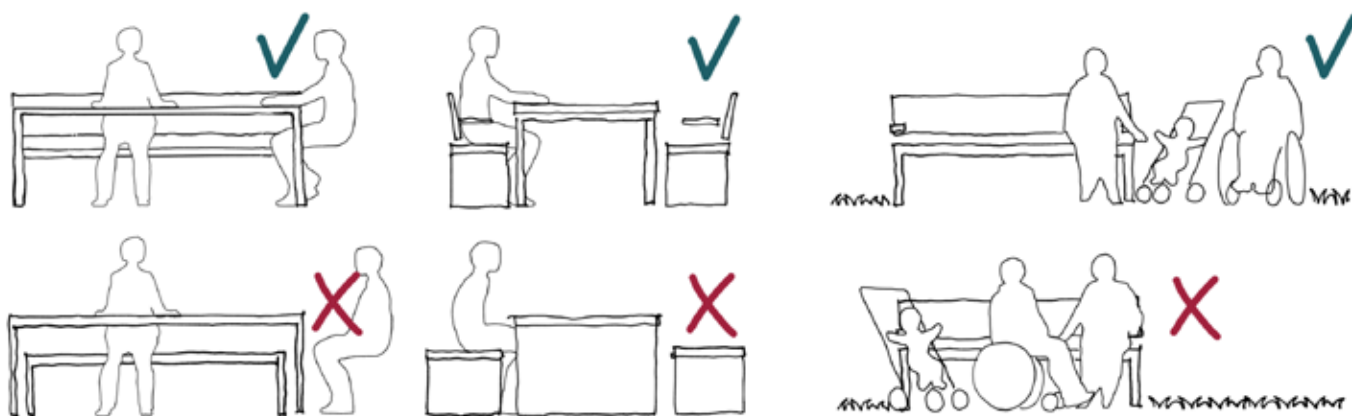
Nemt at komme omkring udenfor

PFA Seniorboligstandard stiller krav om, at adgangen til bygninger og fælles udendørsarealer skal være uden trin, så det er nemt at komme rundt. Og ved udendørsarealer

skal bænke og borde være designet, så siddepladserne har støtte til ryggen og giver god mulighed for at rejse sig.



Figur: Indgangspartiet



Figur: Udendørsmøblement

Krav nr.	Område	PFA Seniorboligstandard	Bygningsreglement 2018
5	Fri adgang til udendørs opholdssteder	Ingen trin eller hældninger over 5 % til fælles udendørs opholdssteder	Nem adgang til opholdsarealer, så beboerne ved egen hjælp kan komme frem til og rundt i dem
6	Fast, jævn belægning på udendørsarealer	Asfalt, betonfliser, savede og jetbrændte chaussesten, hvor evt. fuger er fyldt helt op. Græsmeringssten, brosten og løst grus accepteres ikke	Nem adgang til opholdsarealer, så beboerne ved egen hjælp kan komme frem til og rundt i dem. Der skal være fast underlag på parkeringsarealerne og på vejen herfra og til ejendommen
7	Brede udendørs gange og stier	Stier og adgangsarealer mindst 1,5 m brede	Nem adgang til opholdsarealer, så beboerne ved egen hjælp kan komme frem til og rundt i dem. Vej fra parkeringsarealer til ejendommen skal være mindst 1,3 m. bred
8	Adskillelse af kørende og gående på udendørsarealer	Parkering af cykler adskilt fra indgangsparti. Adskillelse af kørende og gående trafik kan fx være en græsribat, kantsten, værn eller hegn	Nem adgang til opholdsarealer, så beboerne ved egen hjælp kan komme frem til og rundt i dem. Gangarealerne til ejendommen skal være ugeneret af udefrakommende trafik
9	Udendørs møblement som kan bruges af alle	Plads til benene under bordflader (også siddende på rollator eller i evt. kørestol). Plads til barnevogn eller kørestol ved siden af fritstående bænke	Ingen krav

Ind og ud på en let måde

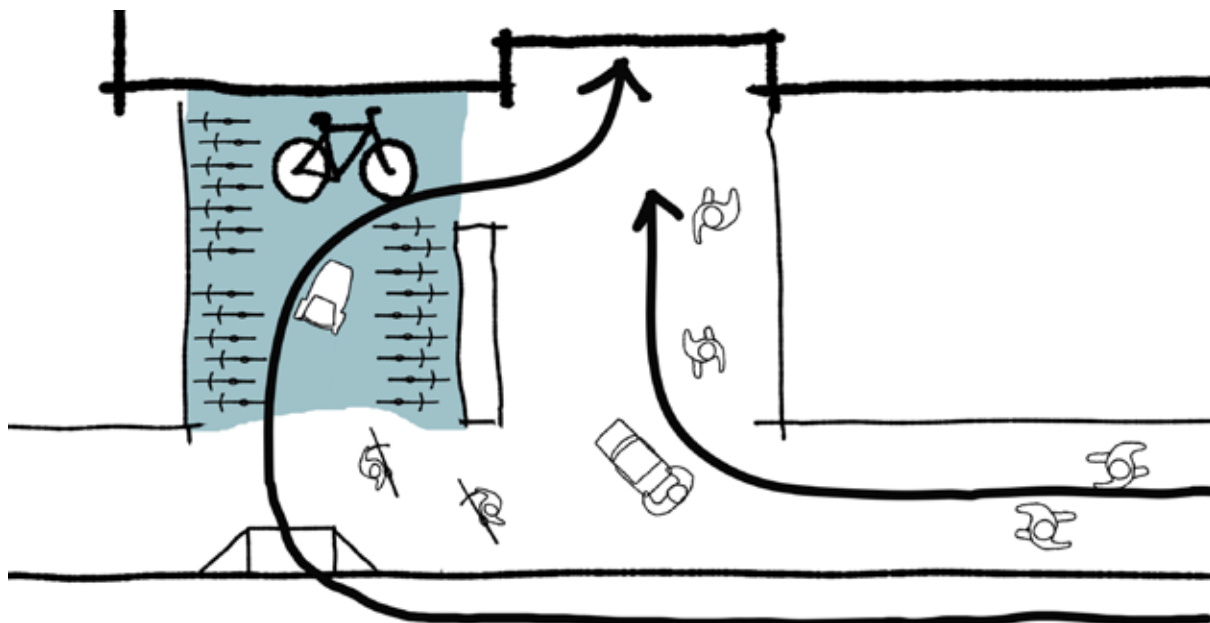
PFA Seniorboligstandard stiller krav om at indgangspartier har døre, der er nemme at åbne og som er oplyst tilstrækkeligt, så det er let at finde den rigtige nøgle frem. Dørtelefonen skal være praktisk at betjene og give mulighed for

at se, hvem man lukker ind. PFA Seniorboligstandard stiller samtidig krav om, at der så vidt muligt er aflåselig cykelparkering, så der er mulighed for en mere sikker opbevaring af cykler, el-cykler mv.



Figur: Indgangspartiet

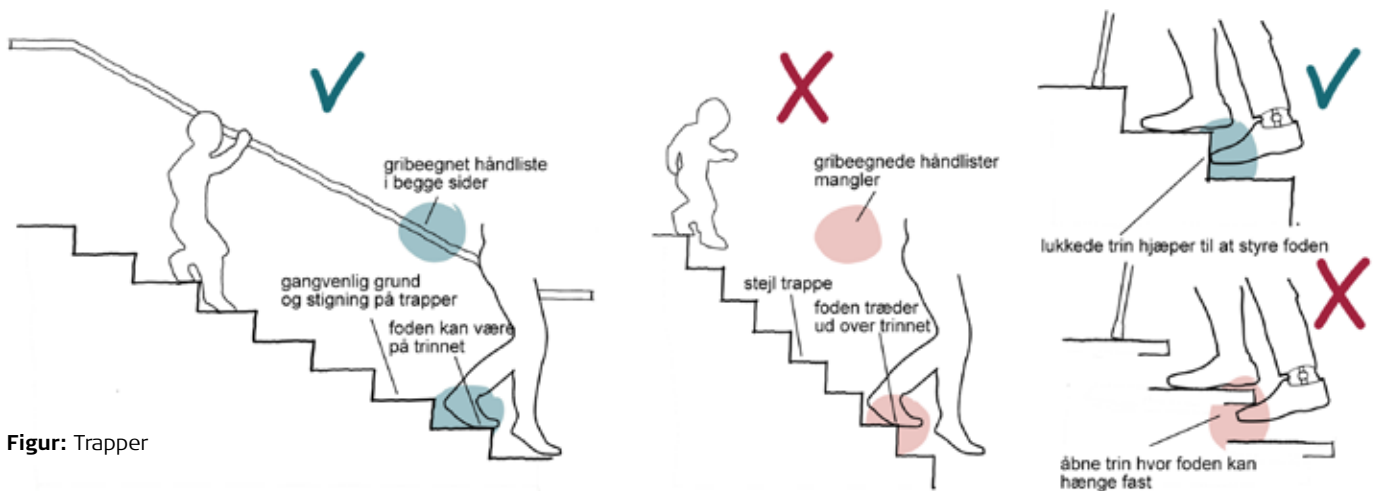
Krav nr.	Område	PFA Seniorboligstandard	Bygningsreglement 2018
10	Døre som er nemme at åbne	Betjeningskraft justeret til højst 25 Newton. Hvis dør er under vindpres, skal der være automatisk døråbner	Beboerne skal ved egen hjælp kunne komme ind i alle adgange til bygningen
11	Døråbninger som er lette at komme igennem	Der skal sikres fri passagebredde på mindst 0,85 m, som gør det let at komme ind i bygningen uden at ramme på karmen	Beboerne skal ved egen hjælp kunne komme ind i alle adgange til bygningen. Yderdøre skal have en fri passagebredde på mindst 0,77 m
12	Dørtrin som er lette at komme hen over	Dørtrin under 1,5 cm eller alternativt 2,5 cm, hvis affaset med lav hældning	Beboerne skal ved egen hjælp kunne komme ind i alle adgange til bygningen. Dørtrin må højst være 2,5 cm
13	Dørtelefon med video	Betjeningsknapper for porttelefoner placeres modsat dørens hængselside i en højde mellem 0,9-1,37 meter. Mindst 0,5 m fra indvendig hjørne. Porttelefoner skal have en enkel betjening samt video	Beboerne skal ved egen hjælp kunne tilgå og betjene porttelefoner og tilkaldelanlæg
14	Belysning ved indgang	Øget belysningsniveau for at gøre det lettere at finde den rigtige nøgle, vejl. min. 150 lux	Adgangs- og tilkørselsarealerne skal belyses. Trapper og ramper skal belyses stærkest
15	Parkeringsareal til cykler og el-scootere	Parkeringsareal for cykler og el-scootere så vidt muligt med overdækning, aflåsningsmulighed og ladestander	Der skal på ejendommen være et tilstrækkeligt areal til parkering af biler, motorcykler, knallerter og cykler
16	Opladning for el-cykler, el-scootere og option for ladestander til elbiler	Min. 1 option for ladestander til el-biler ved p-pladser og min. 1 el-udtag for opladning af el-cykler og el-scooter	Ingen krav



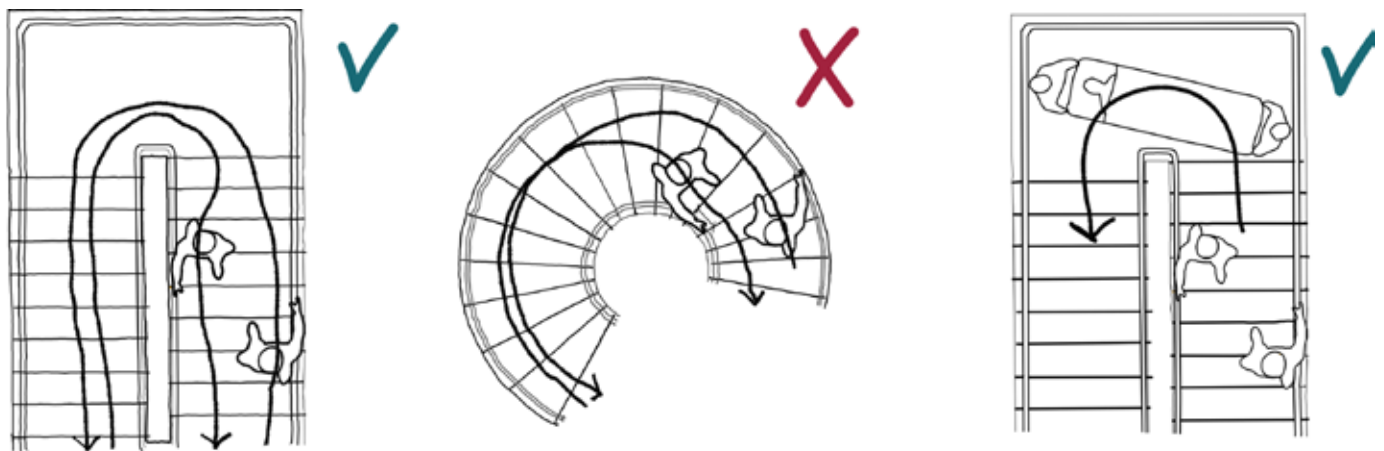
Figur: Parkeringsforhold

Trygge trapper

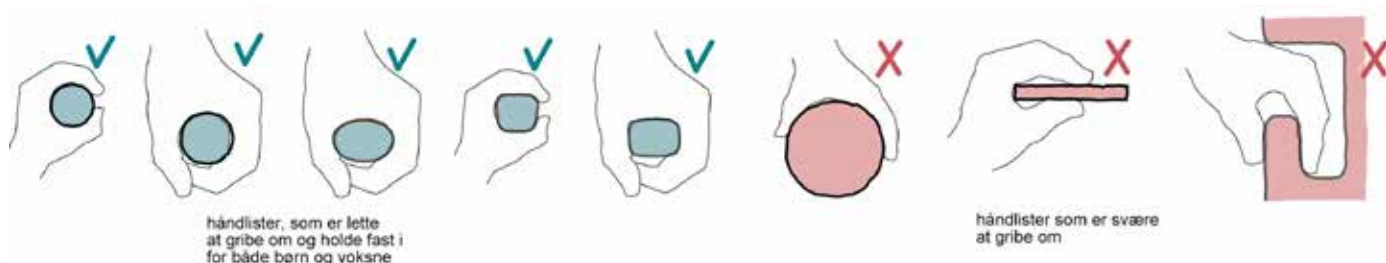
PFA Seniorboligstandard stiller krav om lyse og rummelige trappeopgange, hvor håndlister er nemme at gribe fat i og hældningen på trappen ikke er alt for stejl.



Figur: Trapper



Figur: Ligeløbstrappe med mellemrepos og ensartede trin; vindeltrappe med uensartede trin; trappe med plads til ambulancebåre.

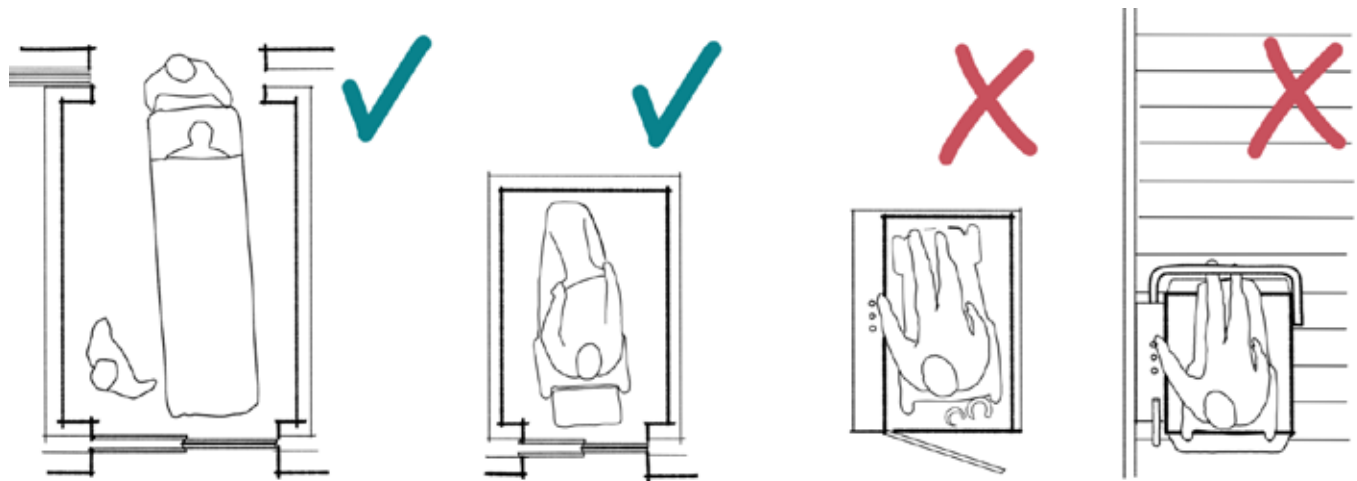


Figur: Håndlister

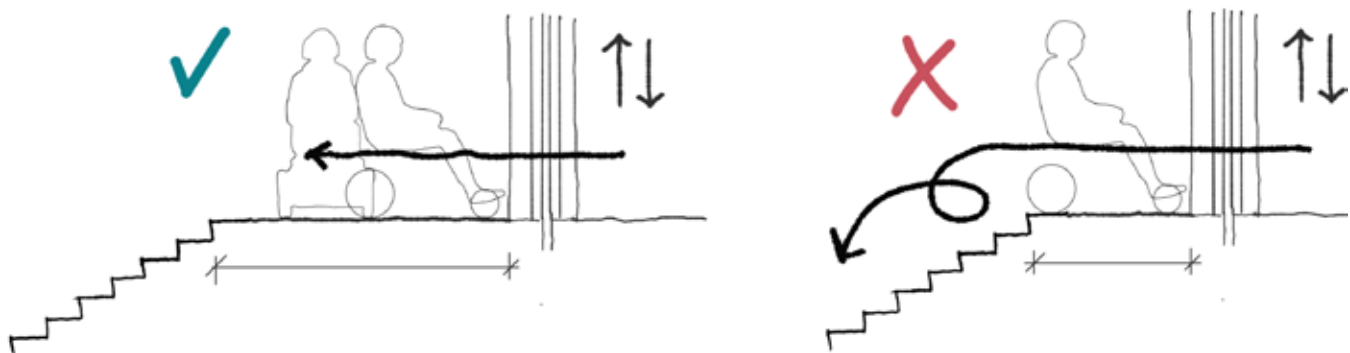
Krav nr.	Område	PFA Seniorboligstandard	Bygningsreglement 2018
17	Jævn stigning på trappe	Grund på 30 cm når rammerne tillader det, ellers minimum 25 cm. Trindhøjde højest 18 cm	Trin på trapper må ikke være højere end 18 cm og de skal mindst være 28 cm i dybden. I beboelsesbygninger dog mindst 25 cm
18	Trin man ikke hænger fast i	Trin forsynes med lukkede stødtrin	Ingen krav
19	Tydelige trin på trappe	Trinfor kanter markeret med kontrastfarve	Fælles adgangsveje skal markeres med forskellige materialer, farver eller belysning
20	Rummelig og sikker trappeopgang	Ligeløbstrapper med mellemrepos. Ingen spindeltrapper	Ingen krav
21	Håndlister som er nemme at gribe om og holde godt fast i	Gribeegnede håndlister i begge sider, 0,8-1,0 m over trinfor kanter. Profil som man kan lukke hånden om. Ubrudt føring over eventuel repos	Medmindre der er opsat værn, skal fælles adgangsveje som fx gange, trapper og ramper være forsynet med håndlister, der er nemme at gribe om og holde fast i. Håndlister skal opsættes i en højde på ca. 0,80 m
22	Ekstra belysning på trapper	Belysning på min. 150 lux	Fælles adgangsveje og arbejdsplaser skal have elektrisk belysning, som matcher beboernes behov

Elevatorer med plads

PFA Seniorboligstandard stiller krav om elevatorer i opgangen, der er rummelige, så der er plads til at få ting og sager fragtet op og ned på en let måde, og som også kan bruges med ambulancebære, hvis der er behov for det.



Figur: Elevator

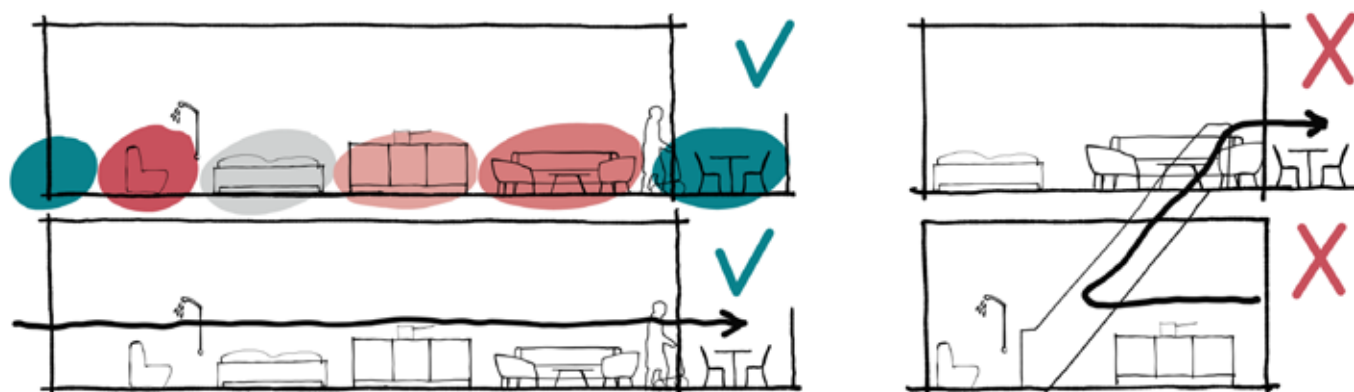


Figur: Sikrere afstand foran elevatordøre

Krav nr.	Område	PFA Seniorboligstandard	Bygningsreglement 2018
23	Elevator til boligen	Elevator hvis to eller flere boliger ligger ovenpå hinanden	Der skal være elevator i bygninger, som har 3 etager eller mere. I bygninger med flere opgange gælder kravet for hver opgang. En bygning med stueplan, 1. sal og 2. sal regnes for en bygning med 3 etager
24	Rummelig elevator	Elevatorstørrelse type 3 eller type 2. En type 2-elevator måler indvendigt mindst 1,4 m i dybden og mindst 1,1 m i bredden og har en dør på mindst 0,8 m. En type 3-elevator måler indvendigt mindst 1,4 m i dybden og mindst 2,0 m i bredden og har en dør på 1,1 m	Hvis der installeres elevatorer i nybyggeri, skal mindst en elevator designes og udføres som type 2-elevator
25	Gode adgangsforhold til elevatoren	Fælles adgangsveje foran elevatorer mindst 1,5 m brede	Fælles adgangsveje skal have en bredde på min. 1,3 m
26	Sikre adgangsforhold til elevatoren	Afstand fra elevatordør til evt. nedadgående trappe mindst 2 m	Fælles adgangsveje skal have en bredde på min. 1,3 m

Nemt at komme omkring indenfor

Boliger bygget efter PFAs Seniorboligstandard skal være udført i ét plan med lave eller ingen dørtrin indvendig.



Figur: Bolig

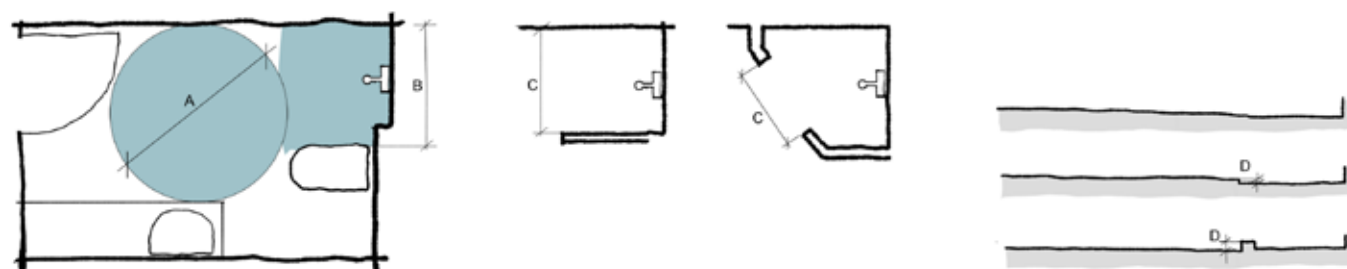
Krav nr.	Område	PFA Seniorboligstandard	Bygningsreglement 2018
27	Nemt at komme rundt indenfor	Et plan (ej heller forskudt plan)	I etageboliger mm. skal der indrettes mindst et wc-rum i adgangsetagen
28	Ingen høje dørtrin i boligen	Dørtrin i bolig fjernet eller under 1,5 cm, skråt affaset	Dørtrin på såvel yder- som inderdøre må højst være 2,5 cm
29	Brede døråbninger for lettere passage og mindre slid på dørkarme	Fri passagebredder gennem døre min. 0,85 m	Døre i fællesområder skal have en bredde på mindst 0,77 m. og døre i boliger skal have en bredde, som passer til den øvrige indretning. Døre til vindfang, forstuer, gange, beboelsesrum, køkken, bade- og wc-rum i bygningens adgangsetage skal have en bredde på mindst 0,77 m
30	Gangbredder kombineret med dørbreder, der gør det lettere at komme omkring i boligen	Kombination af gangbredde og dørbredde på min. 2,1 m	Vindfang, forstuer, gange og lignende skal have en fri bredde på mindst 1,0 m. Hvis der er døre eller skabsdøre i siderne af gangarealet, skal gangarealet være mindst 1,30 m i bredden

Nemt at komme omkring indenfor

PFA's Seniorboligstandard stiller krav om badeværelser med god plads til at bevæge sig rundt.



Figur: Eksempler med manøvreplads i bade- og wc-rum, plads ved siden af wc og i bruseområde.

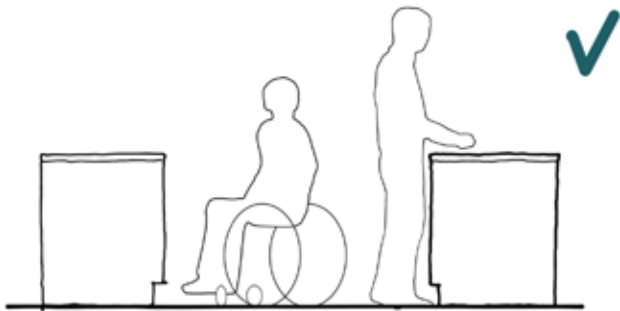


Figur: Eksempler på hvordan dimensioner i badeværelse måles.

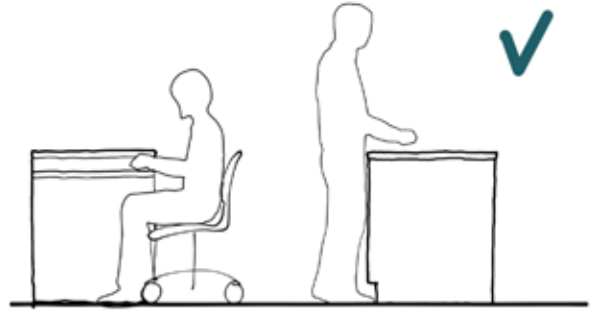
Krav nr.	Område	PFA Seniorboligstandard	Bygningsreglement 2018
31	Tilstrækkelig plads foran inventar	Frit areal foran wc og inventar: Min. diameter 1,65 m. Måles med evt. adskillelse mellem bruseareal og toilet demonteret	I etageboliger, boliger i rækkehuse og dobbelthuse mv. skal der i adgangsetagen være mindst et wc-rum, der har håndvask samt tilstrækkelig fri afstand foran håndvask og wc
32	God plads ved siden af toilet	Friplads ved ene side af wc min. 0,9 m	I etageboliger, boliger i rækkehuse og dobbelthuse mv. skal der i adgangsetagen være mindst et wc-rum, der har håndvask samt tilstrækkelig fri afstand foran håndvask og wc
33	Adgang til bruseareal udformes, så badestol kan anvendes	Adgangsbredde til bruseplads min. 0,9 m	Ingen krav
34	Niveauspring ved bruseplads undgås	Niveauspring ved bruseplads højst 1,5 cm	Ingen krav
35	Greb i bruseområdet giver øget sikkerhed mod at falde	Lodret greb monteret i bruseområde eventuelt som del af brusestang. Forberedt område til vandret greb	Ingen krav
36	Døropslag, radiator og evt. vaskesøjle holdes udenfor frit areal	Døropslag, radiator og evt. vaskesøjle holdt udenfor frit areal foran og ved siden af wc	Ingen krav
37	Forberedelse til væghængte armstøtter	Væg bag toilet med bæreevne for væghængte armstøtter uden ben	Ingen krav

Fleksibelt køkken

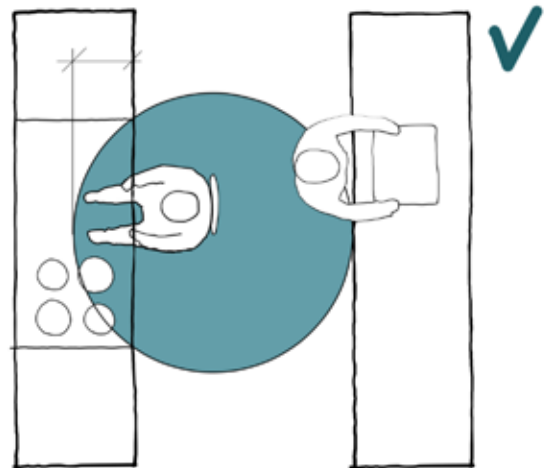
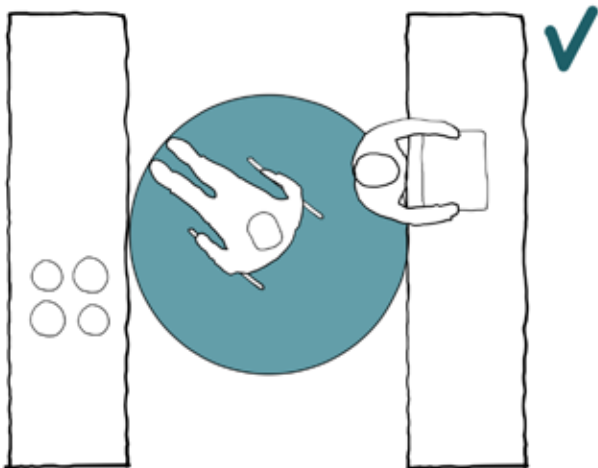
PFA's Seniorboligstandard stiller krav til køkkener som er indrettet, så der er god plads til at tømme opvaskeren eller være flere i køkkenet samtidig.



Ø 1,5 m manøvreplads ved primære funktioner, evt. vha. flyttebare elementer.



Ø 1,5 m manøvreplads ved fjernelse af elementer, op til 0,3 m under bord gennemgående gulv, rørføring forberedt.

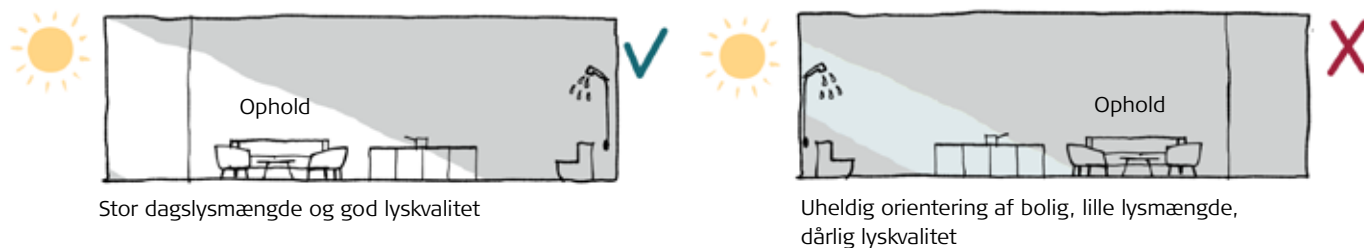


Figur: Flytbare elementer kan skaffe plads hvis nødvendigt.

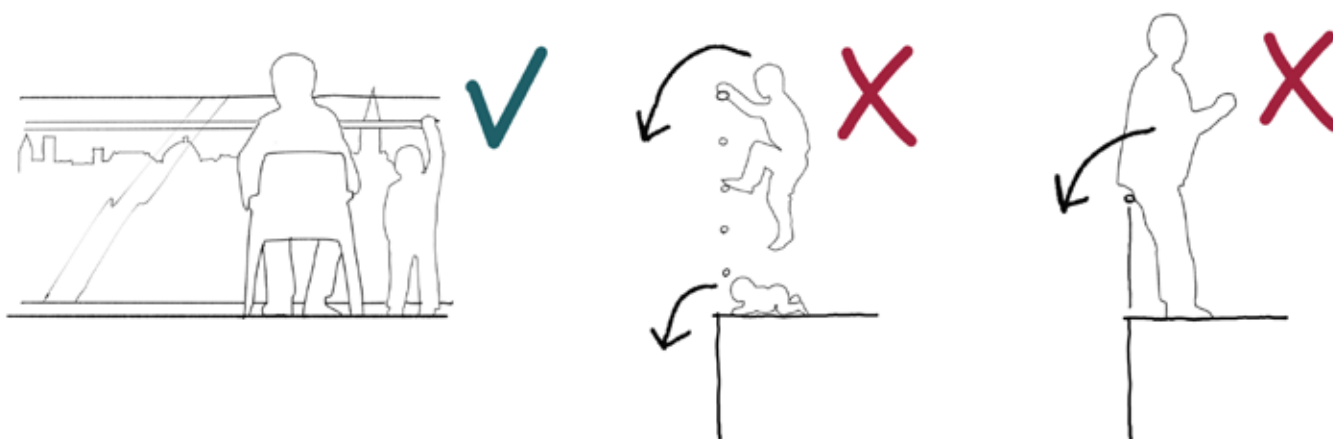
Krav nr.	Område	PFA Seniorboligstandard	Bygningsreglement 2018
38	Godt manøvreareal foran primære funktioner som kogeplads og køkkenvask	Diameter af vendeareal foran køkkenets primære funktioner 1,5 m. Alternativt udført så elementer kan flyttes, eller at op til 0,3 m af vendearealet fremskaffes under bordflade	I køkkener skal der være plads til, at køkkenarbejdet kan foregå nemt og sikkert, og den fri afstand ud for arbejds- og opbevaringspladser skal være på mindst 1,1 m
39	Køkken kan tilpasses forskellige behov for plads under bordplader	Rørføring forberedt, så underskab ved vask kan demonteres	Ingen krav
40	Greb til låger udformes, så de kan betjenes med lukket hånd	Greb, der er mulige at betjene med lukket hånd	Ingen krav
41	Frit areal med evt. spiseplads i køkken	Frit areal på mindst 1,5 x 1,5 m ved evt. spiseplads. Bord kan overlappe op til 0,3 m	Ingen krav

Lys, udsyn og sikkerhed

PFA's Seniorboligstandard stiller krav om, at der skal være et godt og naturligt dagslys i boligen. Altaner skal være sikret med et tilstrækkeligt højt værn, så børn ikke kan kravle over. Og vinduer skal give god mulighed for at se ud - også når man sidder i sofaen.



Figur: Flytbare elementer kan skaffe plads hvis nødvendigt.



Figur: Udsyn fra altan, også når man sidder. Værn, der er svære at kravle på for børn, og med mere sikker højde for voksne.

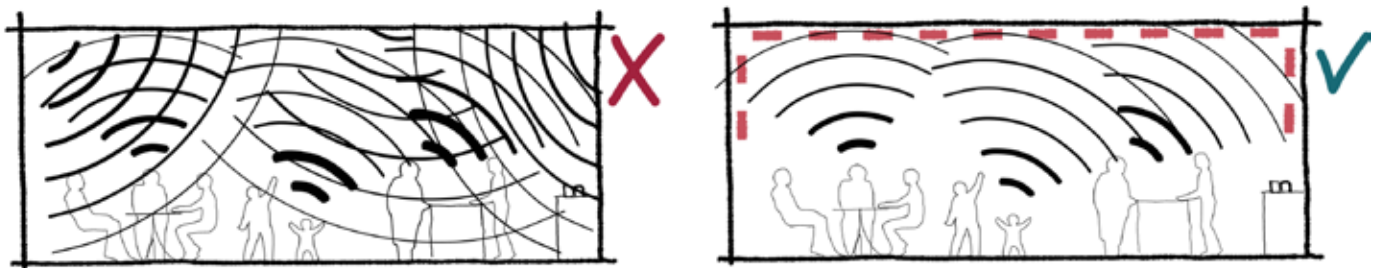
Krav nr.	Område	PFA Seniorboligstandard	Bygningsreglement 2018
42	Vinduer som rækker både højt op og lavt ned for mere dagslys	Underkant vindue højst 0,7 m over gulv	Beboelsesrum og køkken skal være tilstrækkeligt belyste med dagslys
43	Vinduer og altaner med godt udsyn	Ingen sprosser eller håndlister mellem 0,9 - 1,2 m over gulv	Beboelsesrum skal være indrettet med vinduer, der er designet, så beboerne i deres hverdag altid nemt og ubesværet kan kigge ud på deres omgivelser
44	Værn med øget sikkerhed	Min. højde af værn på altaner 1,2 m over gulv	Højden på værn eller rækværker er mindst 1,0 m

Et minimum af støj

PFAs Seniorboligstandard stiller krav om, at boligerne er bygget med henblik på at minimere støjgener. Det gælder både lyde udefra. Eksempelvis fra trafik eller naboer. Det gælder også akustikken indvendig i boligen.



Figur: God dæmpning af lyd udefra eller fra naboer giver et mere roligt miljø, hvor det er rart at opholde sig i længere tid.



Figur: Dæmpning af efterklangstider giver et mere behageligt miljø, hvor det er lettere at føre en samtale.

Krav nr.	Område	PFA Seniorboligstandard	Bygningsreglement 2018
45	Begrænsning af lyd udefra, gennem vægge og etageadskillelser	Projekteret efter lydklasse B mht. dæmpning af trafikstøj, trinlyd og luftlyd	Boliger og andre rum, som bruges til overnatning, skal være indrettet, så de overnattende ikke generes af støj fra øvrige bolig- og erhvervsenheder i bygningen, bygningens installationer eller fra veje og jernbaner
46	Begrænset efterklangstid i opholdsrum som stue og køkken	Projekteret efter lydklasse B mht. efterklangstid, fx 0,6 sekunder for et møbleret rum	Rums efterklangstid skal være reguleret i overensstemmelse med deres anvendelse



Seniorboligstandard

PFA Pension

Forsikringsaktieselskab

CVR: 13 59 43 76

Sundkrogsgade 4

2100 København Ø

Telefon: 39 17 50 00

pfa.dk

PFA

Mere til dig