



# Dážď na šalianske pravé letné poludnie

„Naša kúpeľňa je teraz svetelným ostrovom a miestom, z ktorého má radosť celá rodina. Nechávame si na nej otvorené dvere. Pohľad na jej novotu je príjemný.“  
Namiesto sprchovacej vaničky im Lucia navrhla vyspádovanie dlažby na podlahe sprchovacieho kúta, ktorú vyvýšili o 10 cm.

TEXT: Marína Ungerová  
FOTO: Dano Veselský

*Jedna malá kúpeľňa v nejednom paneláku pôsobí na viacpočetnú rodinu nevypočítateľne. V Šali sa nahnevali a pekne krásne to svojej kúpeľničke spočítali.*

## Matematicky poňaté

Dôkladne ju premerali, ešte raz prepočítali počet členov domácnosti na meter štvorcový kúpeľňovej podlahy a zväzili ranný koeficient vyťaženia vane a umývadla. Potom sa uzhodli, že jedna skrinka pod umývadlom a dve baby v tej istej domácnosti tvoria absolútne neadekvátny pomer. Ak sa to všetko vynásobí skromnejšími nárokmi mužského osadenstva na úložné priestory, tak sa výsledok rovná nutkavej potrebe vymeniť

celý obsah kúpeľňovej miestnosti a vymeniť, aké zariadenie splní účel v takom malom priestore a na ploche troch metrov štvorcových. K tomu všetkému si radno poradiť s prívodmi a odvodmi vody. Dva roky sa pomaly, ale isto rozrastala vlhká škvrna na priečke medzi vstupnou chodbou a kúpeľňou. Nič si nevyčítali. Prestavbu bytu vykonali ešte predchádzajúci majitelia. Zavolali si asi nevelmi zručných vodoinštalatárov. Škvrna - mapa neznámej krajiny na



Od detskej izby delí kúpeľňu len desaťcentimetrová priečka. Aby mohli nainštalovať do sprchovacieho kúta podomietkovú armatúru, vznikol vďaka prímuľovke na stene odskok. Ten Lucia zakamuflovala úzkou zrkadlovou plochou po celej výške posuvných dverí.

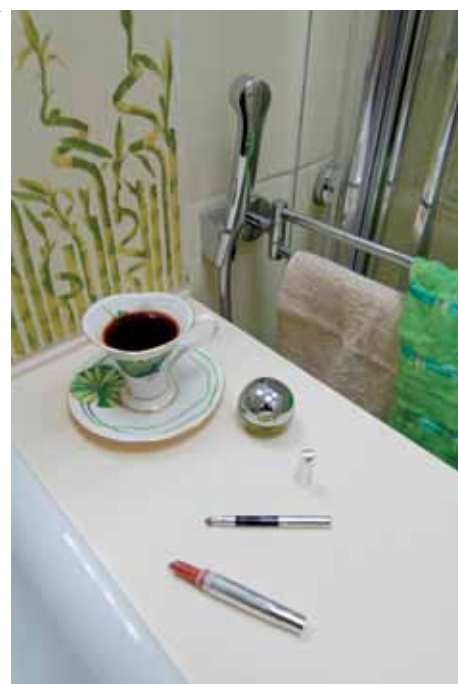


Aby sa neubralo na objeme kúpeľne, farby sú svetlé, svetlo jasné plnospektrálne. Miestnosť sa javí vyššia vďaka na mieru vyhotovenej policovej a zásuvkovej nábytkovej stene.

pomerne novej omietke rástla nielen do plochy, ale odohrávali sa na nej aj horotvorné procesy, a to už bola posledná kvapka. Pohár trpezlivosti pretiekol, stena presiakla, rodinná rada zasadla: „Keď už nanovo, tak aj s obkladmi a celou parádou. A vôbec – všetkým, čím sa dá pohnúť v takom malom priestore, pohneme, len aby sa deň začínal v pohodlí a plnej kúpeľňovej krásy.“ Mohli by aj sami. Vymerať, skúmať možnosti; teda

„Šesť rokov sme tu bývali. Kúpeľňa nás rozčulovala, a keď sa na stene objavil priesak, zavolali sme si architektku nech rovno vymyslí celú kúpeľňu nanovo. Sám síce viem pošpekulovať nad zariadením, ale chýba mi prehľad o materiáloch a trendoch, ktoré sú pre skúseného architekta samozrejme.“

aspoň kým všetko z kúpeľne vyhádzú a kým si budú kresliť alternatívy pôdorysov, argumentovať v prospech a proti sprchovaciemu kútu, vyberať si medzi umiernenou alebo pestrejšou farebnosťou. Zistili však, že každý z nich má svoju predstavu, a na vzájomné porozumenie a zadováženie všetkého potrebného materiálu a zariadenia sa im zide odborník na zariaďovanie interiérov vzatý. Vzali sa teda navzájom za slovo, že túto prerábku ešte vydržia a že aj z domáceho rozpočtu obetujú takých tri a pol tisíc eur. Vtedy pánovi Eliášovi zišlo na um, že pozná architektku, ktorá rada





„Mňa najviac teší rozmerná, stabilne upevnená sprchovacia hlavica – mám rád kúpanie v daždi,“ spomína majiteľ, ako si doprial nový spôsob sprchovania ako vianočný darček.



Trubicová žiarivka Nasli – plnospektrálny svetelný zdroj ukrytý pod štvorcovým krytom moderného svetidla – navodzuje dojem strešného svetlíka. Domáci tvrdia, že takéto svetlo odďaľuje nástup únavy a urýchľuje regeneráciu organizmu.

pracuje s kvalitnými zdrojmi svetla: „Lucia pre svojich klientov vyberala viackrát plnospektrálne svetelné zdroje a svetidlá u nás vo firme. Poznám zopár interiérov, ktoré zariadila. Povedal som si, že by ma stálo priveľa času a energie zháňať a vymýšľať niečo, s čím má už architekt skúsenosti.“

## Architektonicky navrhnuté

Na pôdoryse súčasnej kúpeľne mali predošlí majitelia časť vstupnej haly. Tá bola síce krásne veľká a štvorcová, lenže susedná kúpeľňa a kuchyňa boli len také kutičky. Urobili dobre, keď dispozíciu zmenili. Menej šťastia mali a s menšou nápaditosťou zariadili novovzniknutú kúpeľňu. Vaňu napojili na kanalizáciu cez halu v podlahe, ale žiaľ s nedostatočným spádom,“ spomína na stav, ktorý mali v návrhu vyriešiť nový majiteľ pán Eliáš. „Inštaláciu šachtu s rozvodmi máme

## Zásah správnym svetlom

Tisícročia evolúcie ľudstva znamenali previazanie nášho biorytmu s každodenným vplyvom všetkých vlnových dĺžok slnečného žiarenia. V súčasnosti sa na väčšiu časť dňa zatvárame do umelo osvetlených miestností s celkom odlišným spektrálnym zložením. Ani denné svetlo nepostačuje na zachovanie krehkej rovnováhy ľudského organizmu. Prechodom cez okenné tabule stráca slnečné svetlo časť vlnových dĺžok. Trpíme tak nedostatkom pobytu na slnku. Vie sa, že plnospektrálne osvetlenie znižuje chorobnosť. Ľudský organizmus vníma takéto osvetlenie ako príjemné, upokojujúce. Zlepšuje našu schopnosť sústrediť sa, ľahšie rozpozná detaily a farebné odtiene bez obvyklého skreslenia umelým osvetlením. Eliminuje príznaky takzvej sezónnej afektívnej poruchy (SAD), ktorú u nás poznáme pod názvom zimná depresia. Hormón melatonín, ktorý utlmuje činnosť nervovej sústavy, vylučuje epifýza najmä v noci. Prírodné a jasné ranné svetlo by malo tento proces ukončiť. Na jeseň a v zime náš organizmus nedokáže produkciu melatonínu celkom zastaviť. Cítíme útlm. U citlivejších jedincov môže únava prejsť do príznakov SAD, ktoré sa prejavujú:

- častým výskytom depresívnych nálad
- zvýšenou únavou a stratou energie
- zvýšenou potrebou spánku a problémami s ranným vstávaním
- zníženým sexuálnym apetítom
- nutkavou chuťou na jedlo, predovšetkým na sladkosti.

Na ukončenie tvorby melatonínu je dôležitá najmä modrá časť svetelného spektra. Bežné zdroje svetla túto vlnovú dĺžku prakticky neprodukurujú. V ich svetle, naopak, prevažuje žltá a červená farba. Tie majú na mozog stimulačný vplyv, udržujú nás v permanentnom napätí. Často svietia s nedostatočnou intenzitou (obvykle 50 až 250 luxov). K ukončeniu produkcie melatonínu potrebujeme aspoň 2 500 luxov. Na obale výrobku má byť uvedené, že zdroj poskytuje všetky farby svetelného spektra v správnom pomere najčastejšie pod označením: true color, daylight spektrum, fullspectrum, natural spektrum. Hodnota indexu CRI (v EU niekedy označovaný ako Ra) vyjadruje percentuálnu podobnosť so slnečným svetlom. Plnospektrálne zdroje majú hodnotu CRI vyššiu ako 90 (u obvyčajných žiaroviek sa CRI pohybuje okolo 70). Teplotu chromatičnosti by malo produkované svetlo dosahovať v rozmedzí od 5 500 do 6 500 K, u kompaktných žiaroviek malých výkonov až 7 200 K. Cena kvalitných plnospektrálnych trubicových žiaroviek sa pohybuje od 8 do 9 €, kompaktných plnospektrálnych žiaroviek od 16 do 20 €. Plnospektrálne svetelné zdroje umiestnené v interiéri, ale najmä v spálni a kúpeľni, výrazne uľahčujú začiatok dňa. V malej kúpeľni v Šali si takéto svetlo nainštalovali.

v miestnosti s WC. Aby sme nemuseli rozoberať len pred dvomi rokmi položenú plávajúcu podlahu, využili sme výhodu prízemia a potiahli rozvody z kúpeľne popod strop suterénu. Samozrejme, so súhlasom správcu a ostatných majiteľov bytov v našom dome. V pohľade pivnice to neprekáža,“ chváli ďalej riešenie.

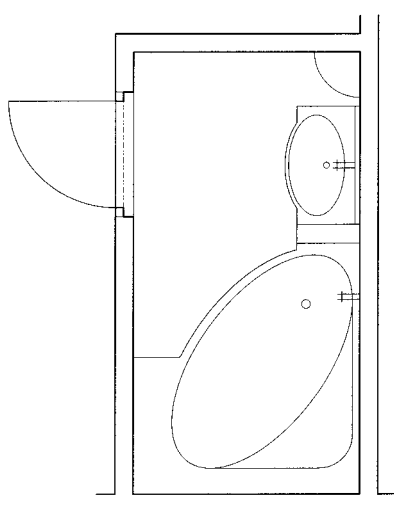
„Kúpeľňa bola bez vykurovacieho telesa a namiesto ventilátora tu mali iba malý prieduch v stene tesne pod stropom,“ ukazuje Lucia na inkriminované miesto. Pospomína aj všetky požiadavky, s ktorými ju privítali Eliášovci: „Namiesto vane uprednostnili sprchovací kút, ale mal byť dostatočne priestorný a pohodlný, mala som pre nich vymyslieť spôsob, ako a kam by si každý z nich mohol zavesiť svoj uterák, pre slečnu pohodlie pri umývaní vlasov, aj keď nevstúpi do sprchovacieho kúta (jediná trvala na zachovaní vane) a sietiť sa tu malo podľa slov pána Eliáša „ako na pravé popoludnie za letnej dovolenky v Grécku“. Pôvodné bodové osvetlenie teda zrušili. Dlhé vlasy sa teraz umývajú vďaka malej príručnej sprche, ktorá sa inak kupuje ako súčasť bidetovej súpravy. Kto potrebuje silnejší prúd vody nad umývadlom, ten si môže odtiahnuť obojstranne posuvné dvere deliacej steny. „Pre tepelný komfort a ako výbornú možnosť na odkladanie a dosušenie uterákov som im navrhla vykurovacie teleso, ktoré sme doplnili štyrmi vešiacikmi na veľké uteráky. Miesto pre uterák na ruky majú



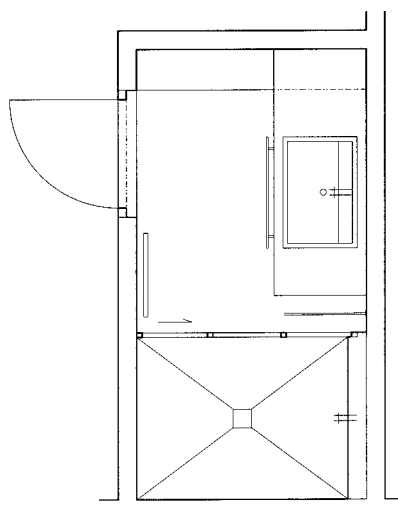
„Nemyslel som si, že naozaj bude na sprchovanie toľko miesta. Zmestili by sa tam aj dvaja ľudia,“ pochvaľuje si domáci. Kým sa osadila sprchovacia vanička a umývadlo, museli nanovo vyriešiť odkanalizovanie a prívod vody: „Byt majú na prvom podlaží, pod nimi je už len pivnica. Napájali sme sa teda priamo na ležatý zvod pod stropom suterénu hneď pod podlahou kúpeľne,“ kreslila Lucia na papier zmeny. Rebríkový radiátor na elektrinu a s vypínačom dotemperuje kúpeľňu a uteráky udrží v suchu.

na kovovej tyči osadenej na prednom dieli umývadlovej skrinky. V medzere medzi skrinkou a sprchovacou stenou si môžu prevesiť ďalšie uteráky na dvoch ramenách tyčového vešiaka.“ Umývadlová batéria, sprchovacie hlavice, kovové doplnky a dekoratívne predmety obľých tvarov pristanú k motívu bambusových výhonkov na keramickom obklade. Inou alternatívou bola červeno-krémová kombinácia, zenové ladenie a hranaté armatúry vrátane doplnkov. Domáci sú

vyznávači zdravého životného štýlu, zelene a svetla. To rozhodlo v prospech jemnejšej farebnosti a tvarovo mäkkšieho slohu. Details, na prvý pohľad neviditeľné, dokážu zázraky. Lucia použila malý trik so zrkadlom: „Desaťcentimetrové odsadenie primurovkou na osadenie podomietkovej armatúry môže za odskok na rozhraní sprchovacieho kúta a zvyšku kúpeľne. Subtilná zrkadlová plocha, ktorá prekryva výstupok a nenútené sa napája na lesklý rám posuvných dverí, priestor



Pôdorys pôvodného stavu



Pôdorys nového stavu





Obojsmerne posuvné dvere uľahčujú prístup k uterákom.



„Škály sa na prvý raz nevydarili. Museli sme zavolať remeselníka, aby ich urobil nanovo,“ nespokojne rozložila ruky Lucia.



„Výrobca síce navrhol malú ručnú spršku k bidetom, ale tu nám pomohla vyriešiť potrebu akčného umývania vlasov.“

## Dodávatelia:

Armatury a držiaky na uteráky: Hansgrohe  
Stena sprchovacieho kúta: Ronal  
Umývadlo: Laufen  
Radiátor: P. M. H.  
Obklad: Paradyz (<http://www.paradyz.com.pl/sk/>)  
Váza, mydelníčky: IKEA  
Umelý kvet: SIA  
Plnospektrálne zdroje svetla: Zdravé svetlo®  
Svietidlá: Eglo, Modus  
Rozmery sprchovacieho kúta: 90 × 105 cm  
Výška posuvných dverí: 185 cm  
Hrúbka sklenenej výplne z bezpečnostného skla: 3 mm

odľahčuje. Zrkadlo odráža svetlo a opticky tak zväčšuje objem miestnosti. Keramický obklad na takom malom a úzkom pruhu steny by zbytočne zaťažil priestor.“

## Policovo, zásuvkovo, spratne

Pod umývadlom bola pôvodne malá skrinka, ktorá potrebám štvorčlennej rodiny nestačila. Viac úložného priestoru a optické navodenie priestranosti kúpeľne zabezpečila nábytková stena so zásuvkami a poličkami. Na mieru a od podlahy až po strop ju vyhotovili podľa Luciinho návrhu. Hĺbka nábytkovej steny je síce iba 20 cm, ale jej skrinky, zásuvky a poličky celkom postačia. Rodina má po ruke príjemný odkladací priestor. Zaplňa ho pomaly. Ešte si len zvyká na vymoženosti malej, ale priestrannej kúpeľne. K dekoru na keramickom obklade s motívom zelených bambusových výhonkov sa im nežiadalo bieleho nábytku. Všetok si nechali vyhotoviť v krémovom odtieni. Napriek tomu, že do všetkých prác a zariadenia kúpeľne sa rozhodli investovať viac ako spočiatku plánovali (minuli šesťtisíc eur), nelutujú. V novej kúpeľni sa každé ráno cítia ako znovuzrodení. <<



Ing. arch. Lucia Hakelová

Tel.: 0949 346 056

E-mail: [luica.haquel@gmail.com](mailto:luica.haquel@gmail.com)

Web: [www.luicahaquel.com](http://www.luicahaquel.com)