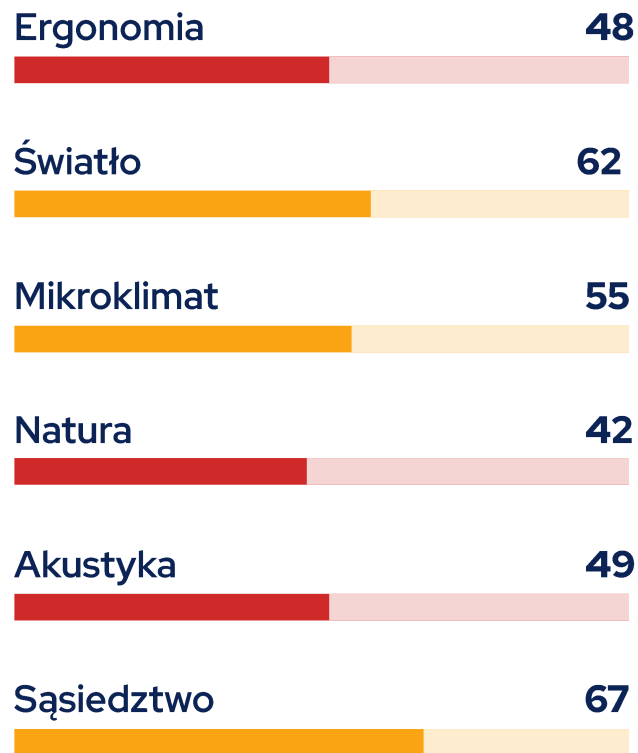


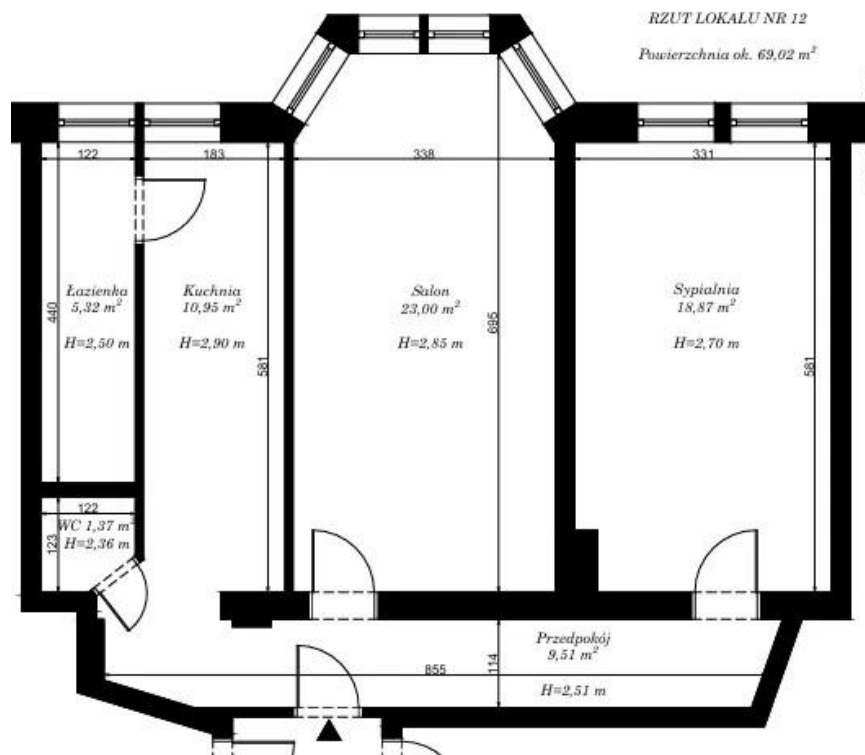


HABIscore



Ogólna ocena potencjalnego wpływu przestrzeni na zdrowie





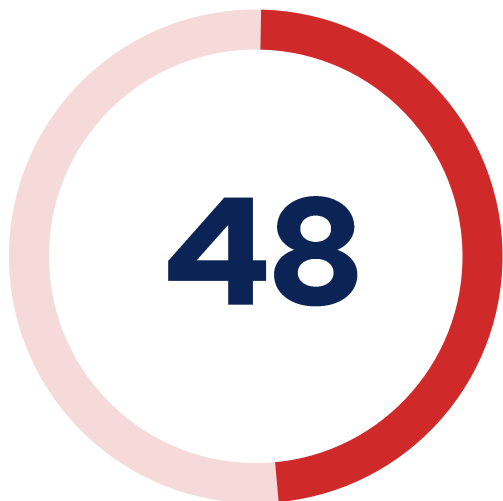
Mieszkanie osiągnęło wynik ogólny 54/100, co wskazuje na umiarkowany potencjał wspierania codziennego dobrostanu. Jego najmocniejszą stroną jest sąsiedztwo z dobrą dostępnością usług oraz relatywnie korzystny aspekt światła, wynikający głównie z dużych przeszkleń w pokoju dziennym i zachodniej ekspozycji pokoi.

Funkcjonalnie na plus wypada także układ przestrzeni dziennej i sypialni, jednak całość obniżają istotne ograniczenia ergonomiczne. Problemem jest przede wszystkim zbyt wąski korytarz, brak miejsca na szafę w przedpokoju, niewygodnie rozwiązana łazienka oraz wejście do niej przez kuchnię. Układ nie zapewnia też prawidłowego rozdziału strefy dziennej i nocnej.

Pod względem mikroklimatu mieszkanie wypada przeciętnie: największą wadą jest brak możliwości skutecznego przewietrzania, a w pokoju dziennym i może okresowo występować ryzyko przegrzewania.

Słabiej oceniono również kontakt z naturą, głównie z powodu braku balkonu lub ogródka, mimo że w okolicy znajdują się tereny zielone i Odra.

W aspekcie akustycznym atutem jest bufor w postaci przedpokoju, ale lokalizacja naraża mieszkanie na duży hałas z ulicy. To lokal z kilkoma wyraźnymi zaletami, ale wymagający świadomej akceptacji funkcjonalnych kompromisów lub dokonania przebudowy w zakresie lokalizacji ścian działowych



Ocena ergonomii mieszkania

Plusy

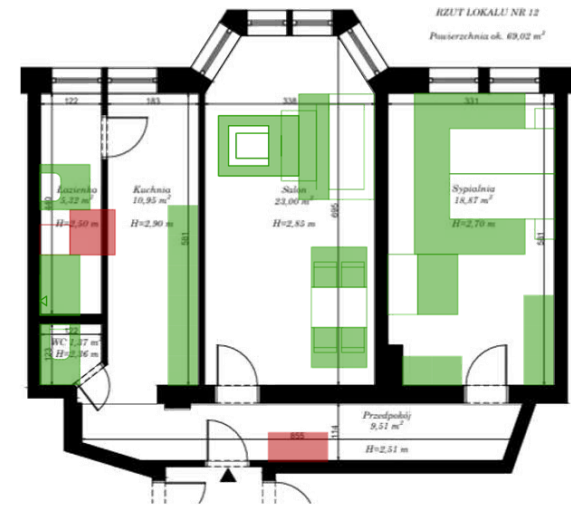
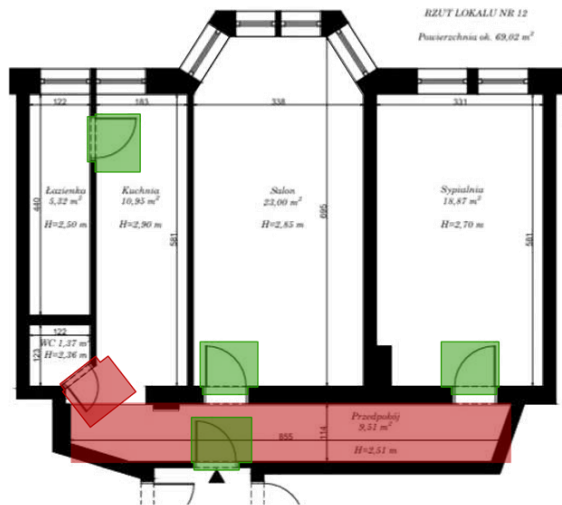
- + Funkcjonalny układ przestrzeni dziennej
- + Funkcjonalny układ sypialni

Minusy

- Szerokość korytarza poniżej normy
- Brak możliwości zlokalizowania szafy w przedpokoju
- Szerokość łazienki poniżej normy
- Brak przestrzeni na dostęp do pralki
- Wielkość drzwi do wc poniżej normy
- Brak prawidłowego strefowania dzień/noc
- Wejście do łazienki przez kuchnię

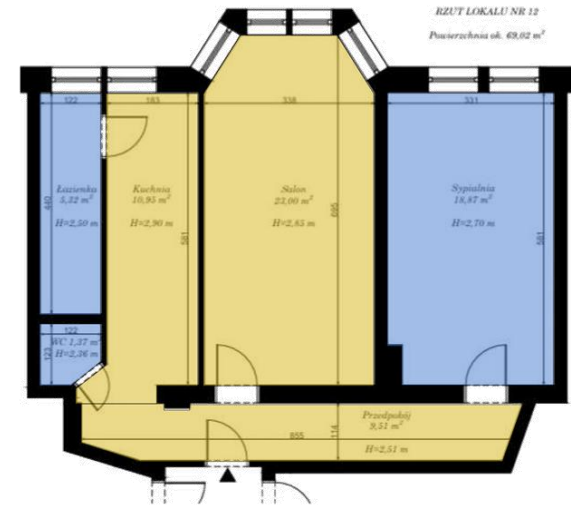
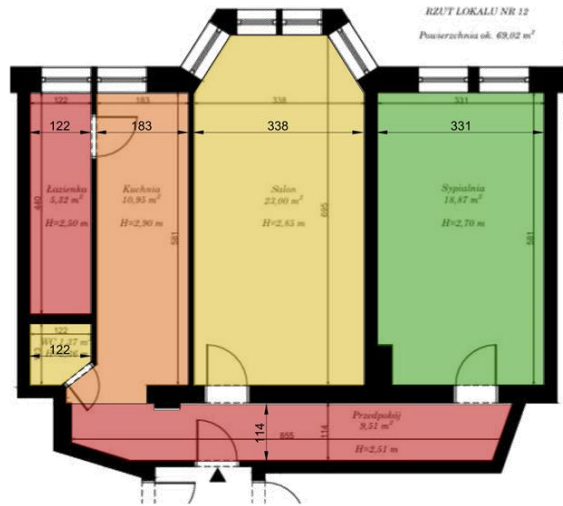
Rekomendacje

- Zmiana aranżacji mieszkania – wydzielenie kuchni jako aneks przy salonie przy zewnętrznej elewacji, łazienka poniżej połączona z wc



Zachowanie optymalnej przestrzeni

- | | | |
|--------------------|--------------|---------------------------|
| + Drzwi zewnętrzne | + Umywalka | + Łóżko master |
| - Drzwi wewnętrzne | - Pralka | + Łóżko sypialnia dziecka |
| - Przejścia | + Kuchnia | - Szafa przedpokój |
| + Prysznic | + Stół | + Szafy |
| + Toaleta | + Wypoczynek | + Biurko |



Powierzchnia

Wymiary

Proporcje

- Pokój dzienny
- Sypialnia master
- Łazienka główna
- Korytarz
- Kuchnia

+
+
+
+
+

+/-
+/-
-
-
+/-

+
+
-
-
-



Ocena potencjału
nastonecznienia mieszkania

Plusy

- + Duża powierzchnia przeszkleń w pokoju dziennym
- + Ekspozycja zachodnia w pokojach

Minusy

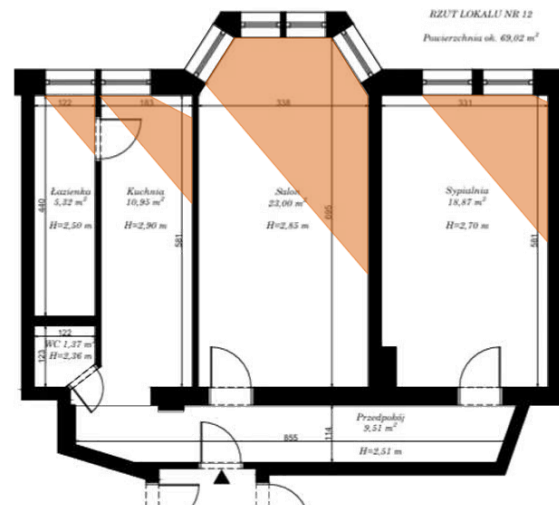
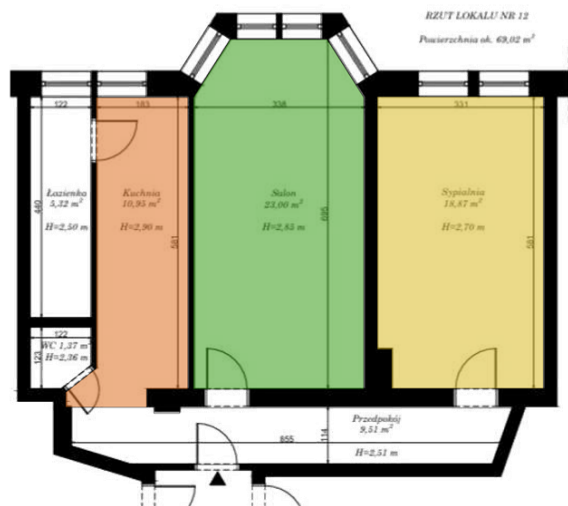
- Brak dostępu światła wschodniego
- Ograniczone doświetlenie kuchni

Rekomendacje

- Stosowanie jasnych barw we wnętrzach
- Zastosowanie oświetlenia sztucznego o ciepłej barwie temperaturowej

Powierzchnia okien

Nastonecznienie



Powierzchnia okien

Światło wschodnie

Światło zachodnie

Pokój dzienny

wysoka

brak ekspozycji

wysoka ekspozycja

Sypialnia master

ograniczona

brak ekspozycji

wysoka ekspozycja

Kuchnia

niska

brak ekspozycji

ograniczona ekspozycja



Ocena mikroklimatu
mieszkania

Plusy

- + Brak ryzyka przegrzewania sypialni i kuchni
- + Możliwość przewietrzania mieszkania na przestrzał

Minusy

- Brak możliwości przewietrzania
- Umiarkowane ryzyko przegrzewania pokoju dziennego
- Średnia jakość powietrza w danej lokalizacji

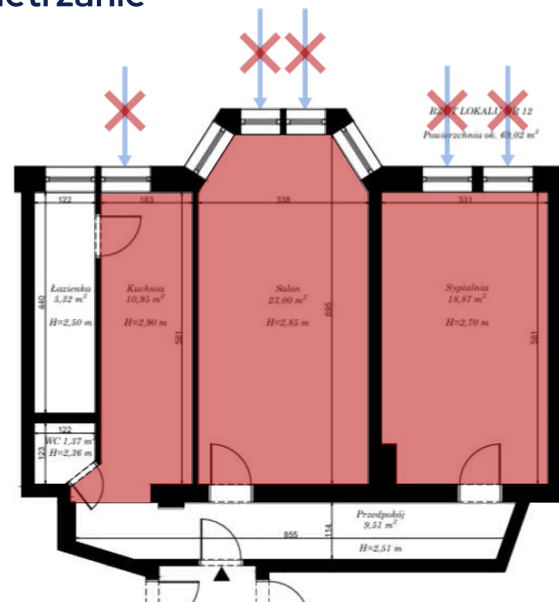
Rekomendacje

- Stosowanie filtrów powietrza nawiewanego

Przegrzewanie



Przewietrzanie



Przegrzewanie

Przewietrzanie

Pokój dzienny

umiarkowane ryzyko

brak

Sypialnia master

niskie ryzyko

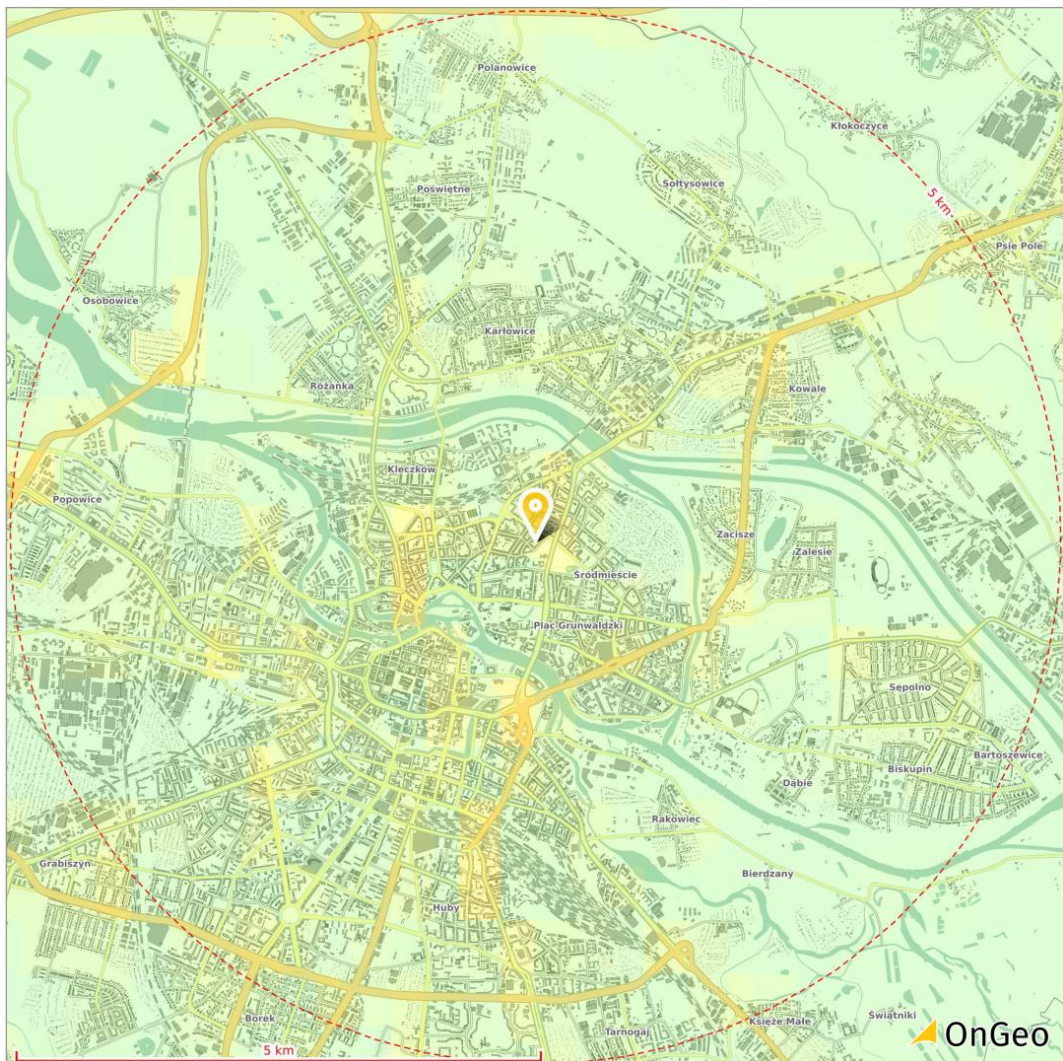
brak

Kuchnia

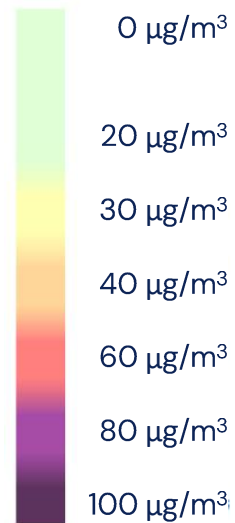
niskie ryzyko

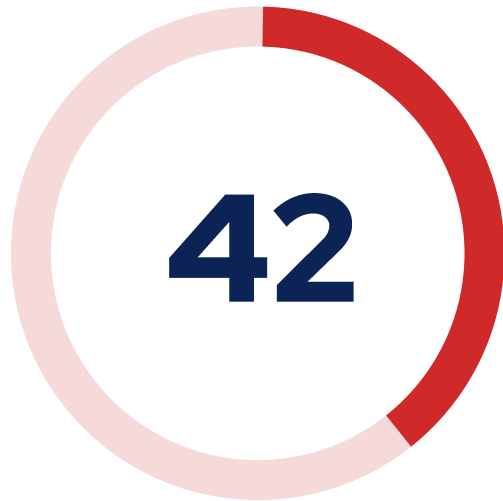
brak

Zanieczyszczenie powietrza



Średnioroczne stężenie pyłu PM10





Ocena ekspozycji
na naturę

Plusy

- + Bliskość Parku Edyty i Stanisława Tołpy
- + Odra w odległości 1 km

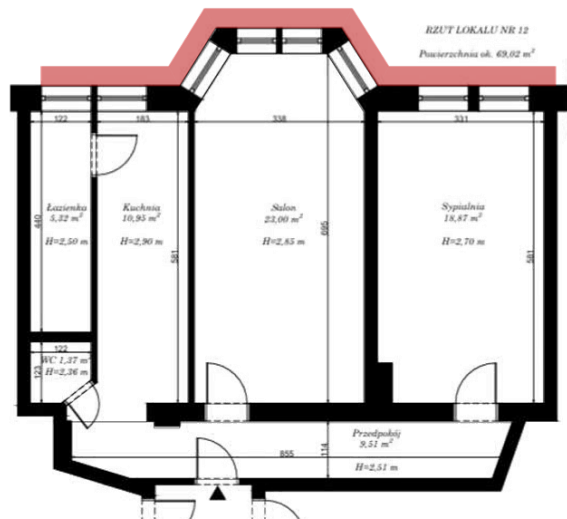
Minusy

- Brak balkonu
- Brak obszarów chronionych w najbliższej okolicy

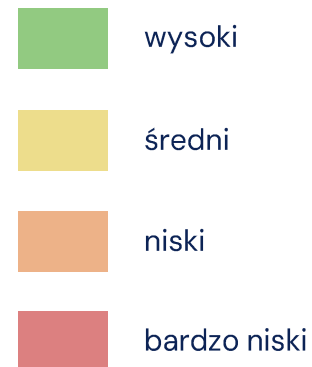
Rekomendacje

- Dbanie o obecność kwiatów we wnętrzach

Przestrzenie zewnętrzne



Komfort użytkowania przestrzeni



Powierzchnia

Szerokość

Balkon

brak

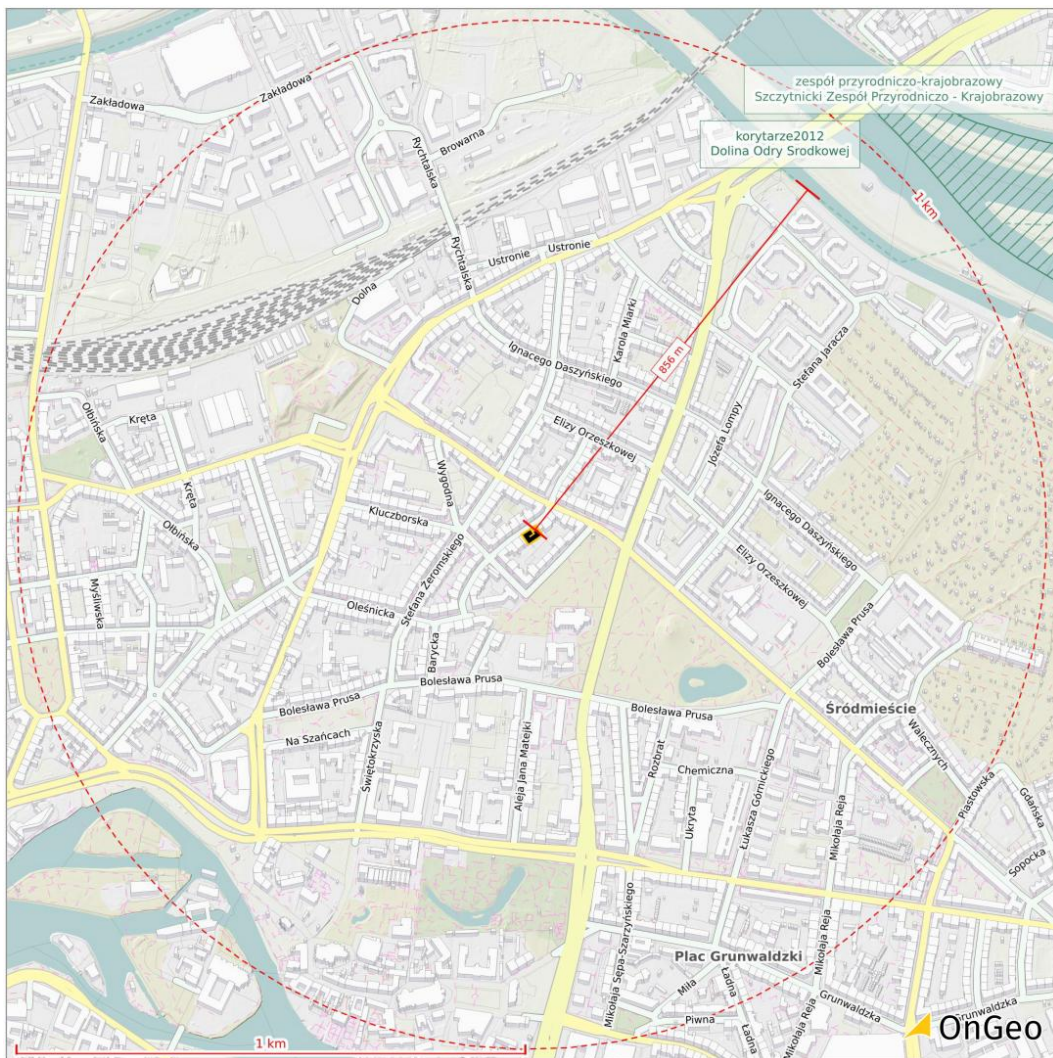
brak

Ogródek








brak

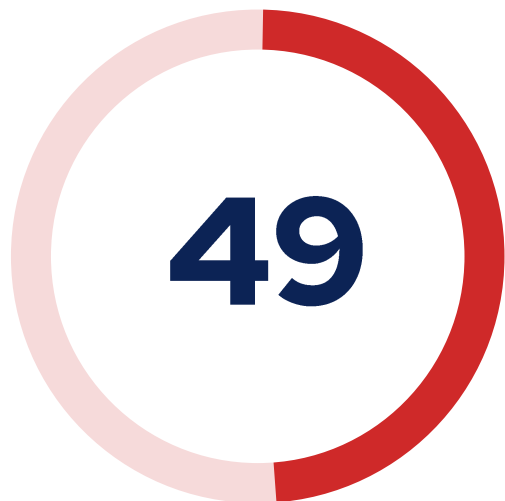
brak

Obszary w okolicy objęte formami ochrony przyrody



Legenda

-  Obszar Natura 2000
-  Rezerwat przyrody
-  Park narodowy
-  Park krajobrazowy
-  Obszar chronionego krajobrazu
-  Zespół przyrodniczo-krajobrazowy
-  Użytek ekologiczny
-  Stanowisko dokumentacyjne
-  Korytarz ekologiczny



Ocena warunków akustycznych

Plusy

- + Bufor w postaci przedpokoju oddzielający sypialnie i pokój dzienny od korytarza i klatki schodowej

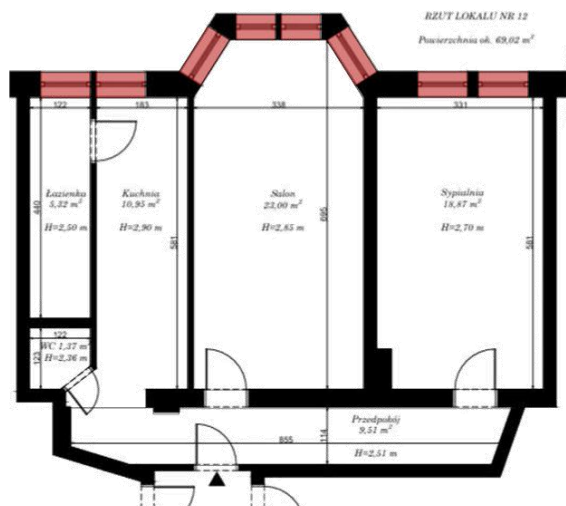
Minusy

- Duży hałas z ulicy

Rekomendacje

- Zastosowanie nawietrzaków okiennych po podwyższonej izolacyjności akustycznej lub nawietrzaków ściennych

Hałas w najbliższym otoczeniu



Ryzyko odczuwania hałasu

- brak ryzyka
- potencjalne ryzyko
- wysokie ryzyko
- bardzo wysokie ryzyko

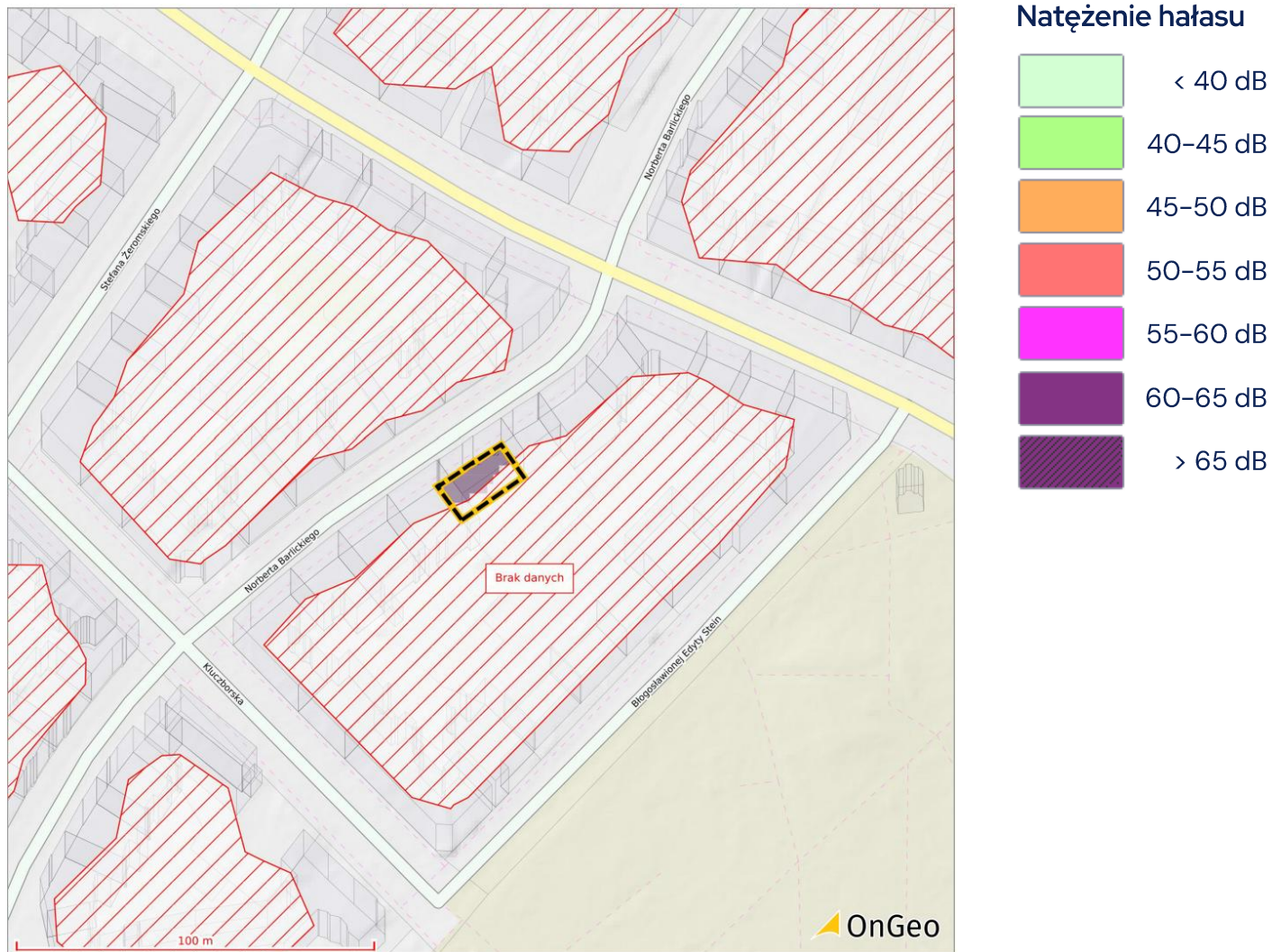
Okna

Bliskość okna sypialni dziecka z ciągiem pieszym

Ściany

Brak ryzyka

Średniodobowe, skumulowane natężenie hałasu ze źródeł antropogenicznych





Ocena otoczenia
i potencjału tworzenia
więzi sąsiedzkich

Plusy

- + Bogata infrastruktura usługowa
- + Średnia intensywność zabudowy

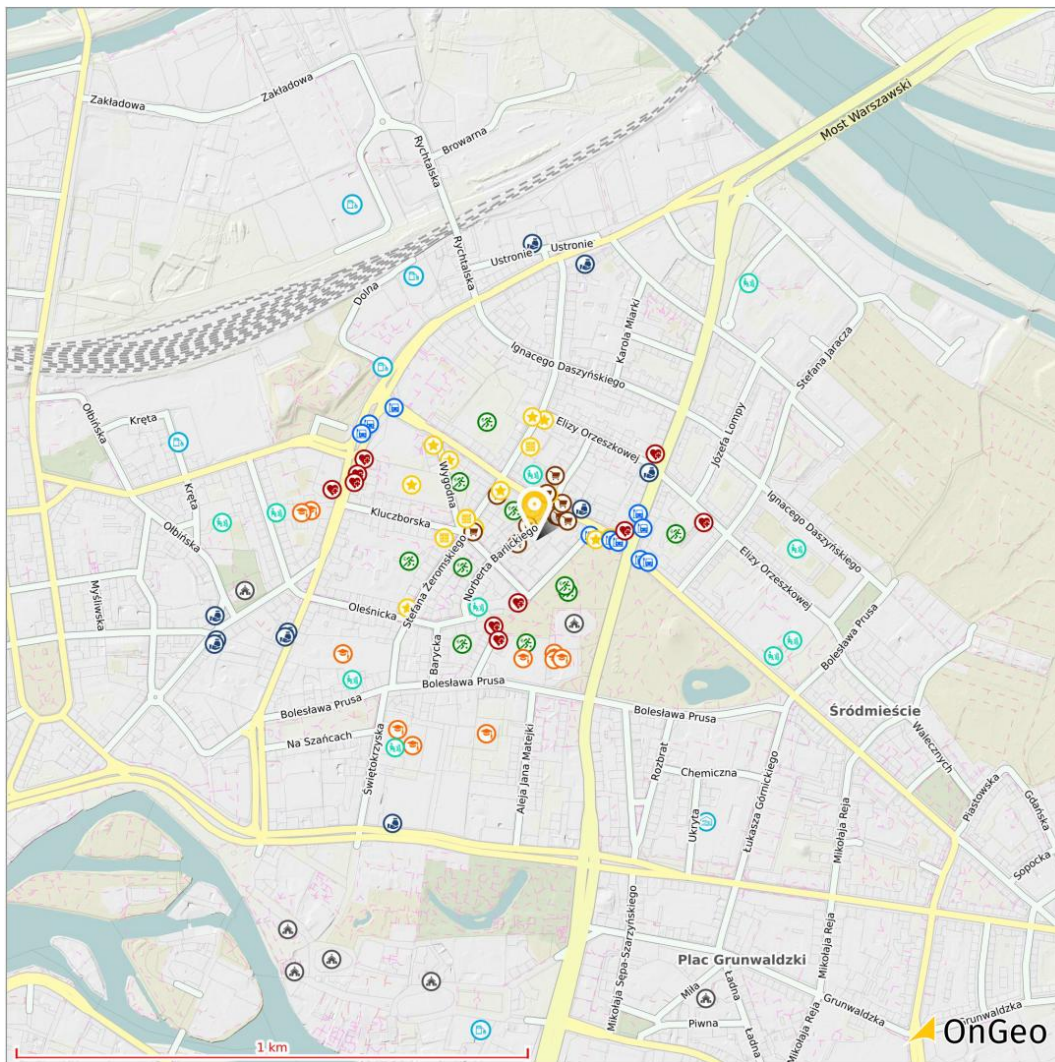
Minusy

- Brak przestrzeni wspólnych
- Brak bufora w przestrzeni wejścia
- Ryzyko występowania najmu krótkoterminowego w obrębie budynku

Rekomendacje

- Pogłębiony wywiad środowiskowy
- Podjęcie działań ograniczających możliwość realizowania najmu krótkoterminowego na poziomie wspólnoty mieszkańców
- Korzystanie z lokalnych usług publicznych












Otoczenie i obiekty użyteczności publicznej



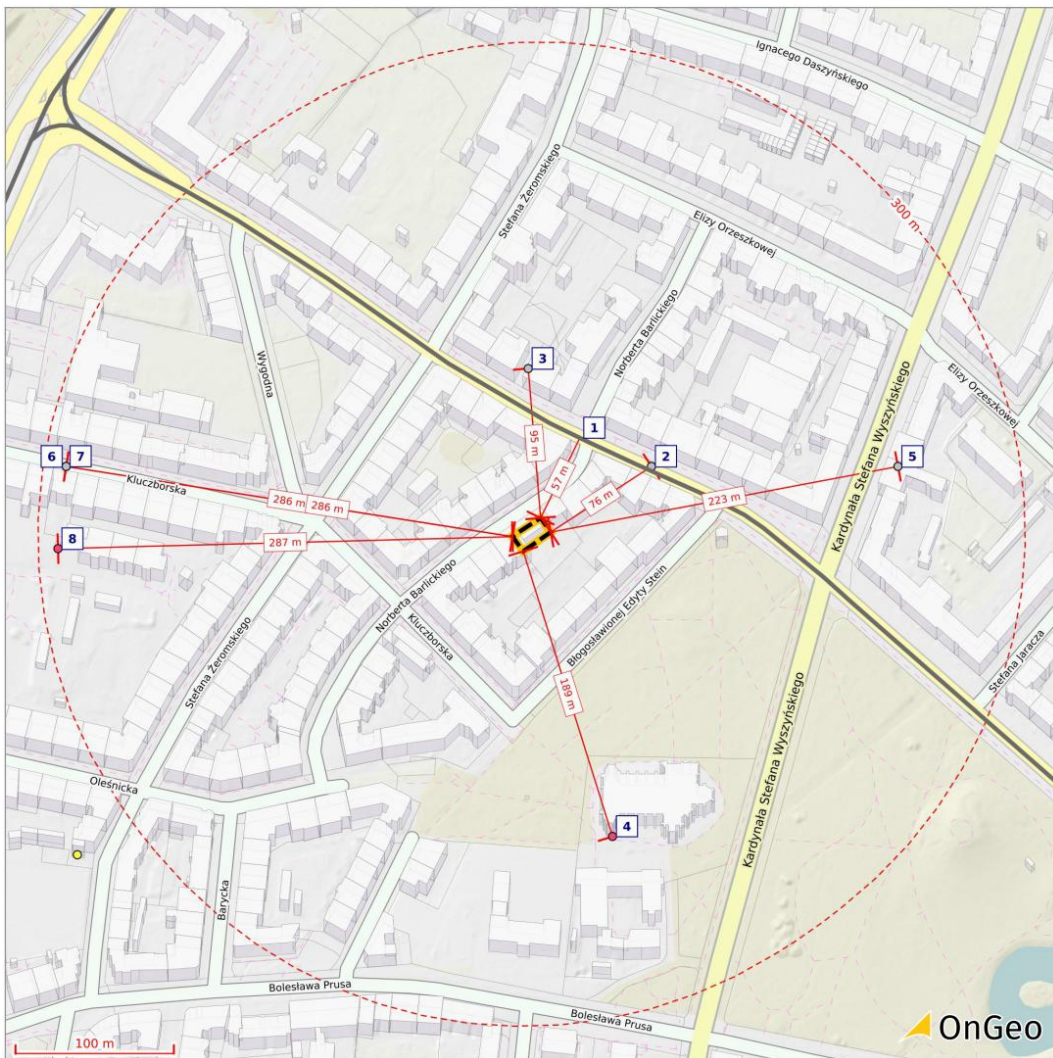
Dostępność usług

-  Szkoła
-  Przedszkole
-  Opieka medyczna
-  Sklep
-  Rozrywka
-  Sport i rekreacja
-  Basen
-  Kościół
-  Bank/Bankomat
-  Przystanek
-  Paczkomat

Otoczenie i obiekty użyteczności publicznej

Odległość (m)	 Przedszkola	 Szkoły	 Opieka medyczna	 Sklepy Markety	 Banki Bankomaty	 Paczkomaty	 Sport Rekreacja	 Rozrywka	 Kościoły	 Przystanki	 Stacje ładowania
0-50				2				Sushi Room			
51-100				Na Rogu Julka Hert U Pani Ani Żabka	Planet Cash	3	1			1	
101-200	Przedszkole nr 55 Przedszkole Lokomotywka		Corfamed Cef@rm 36,6 Adental	Odessa Market Słonecznik Dino		7	3 (w tym park Świętej Edyty Stein)	Pizzeria Stopiątka Lawasz Kebab	Kościół pw. św. Michała Archanioła	Wyszyńskiego	
201-300		Salezjańskie LO SP nr 107 Technikum Salesjańskie	Eveta ArsMedis		PKO Bank Polski		4	Pieczone Barnaba Trzy Siostry Pizzeria Marco Centrum Kreatywności Talent Wiśnia		Wyszyńskiego	
301-400		Szkoła Podstawowa Primus	Rumianek Vita-wet Lege Artis Dental Point				2			Nowowiejska	
401-500	Przedszkole Sióstr św. Józefa Przedszkole Salesjańskie Przedszkole Leonardo Przedszkole Ente Przedszkole nr 3	LO nr 1 SP Leonardo Salesjańska SP Zespół Szkół Salesjańskich			SGB Bank Bank Spółdzielczy w Kobierzycach PKO Bank Polski						1
501-600	Przedszkole nr 109 Przedszkole nr 25				Euronet PKO Bank Polski				Kościół Opieki Świętego Józefa		1
601-700	Niepubliczny Punkt Przedszkolny J.S. Bacha				Euronet PKO Bank Polski Crédit Agricole Planet Cash						
701-800											1
801-900									Kościół Świętego Idziego		
901-1000									Kościół Świętego Marcina Kolegiata Świętego Krzyża i Świętego Bartłomieja Zbór Zielonoświątkowy Kościół Świętych Piotra i Pawła		1
Łączniew okolicy	18	34	55	183	30	159	101	125	7	73	5

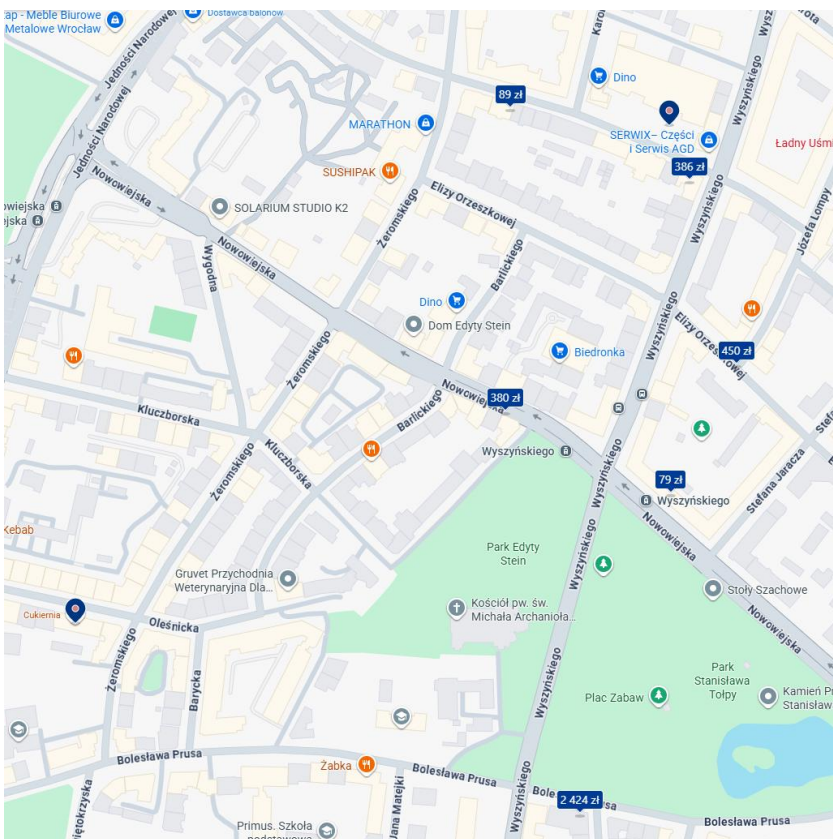
Miejsca, obiekty i urządzenia potencjalnie uciążliwe



Zagrożenia i uciążliwości

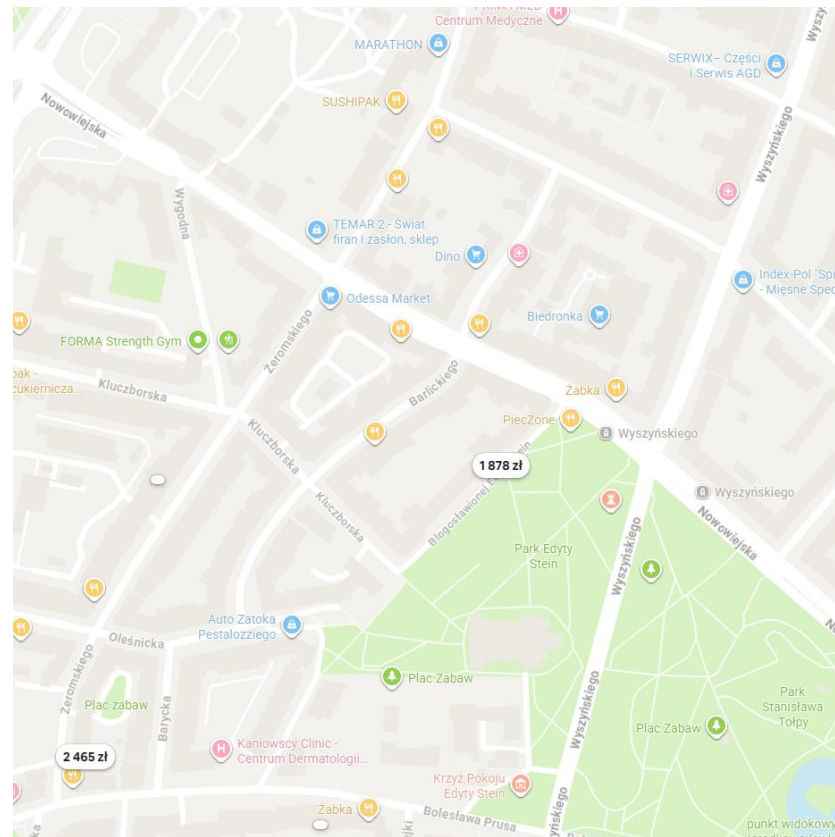
Lp.	Uciążliwość	Odległość (m)
1	Tor tramwajowy	57 m
2	Nadajnik BTS – POLKOMTEL Sp. z o.o.	76 m
3	Nadajnik BTS – POLKOMTEL Sp. z o.o.	95 m
4	Komin przemysłowy (Strzelista wieża)	189 m
5	Nadajnik BTS – Orange Polska S.A.	223 m
6	Nadajnik BTS – POLKOMTEL Sp. z o.o.	286 m
7	Nadajnik BTS – Orange Polska S.A.	286 m
8	Komin przemysłowy	287 m

Głoszenia najmu krótkoterminowego w najbliższym sąsiedztwie



booking.com

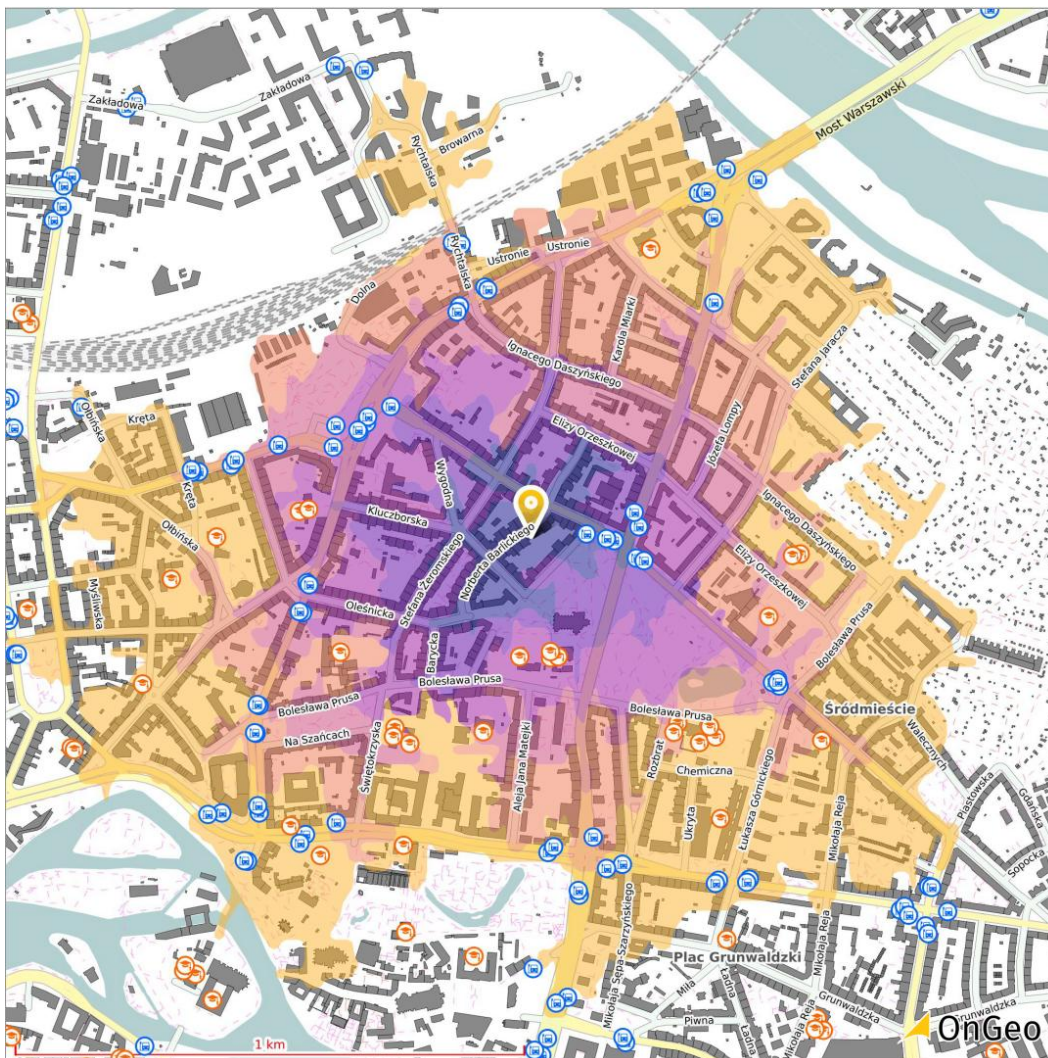
airbnb.com



Istnieje ryzyko najmu krótkoterminowego

Istnieje ryzyko najmu krótkoterminowego

Mapa zasięgu czasu dojścia

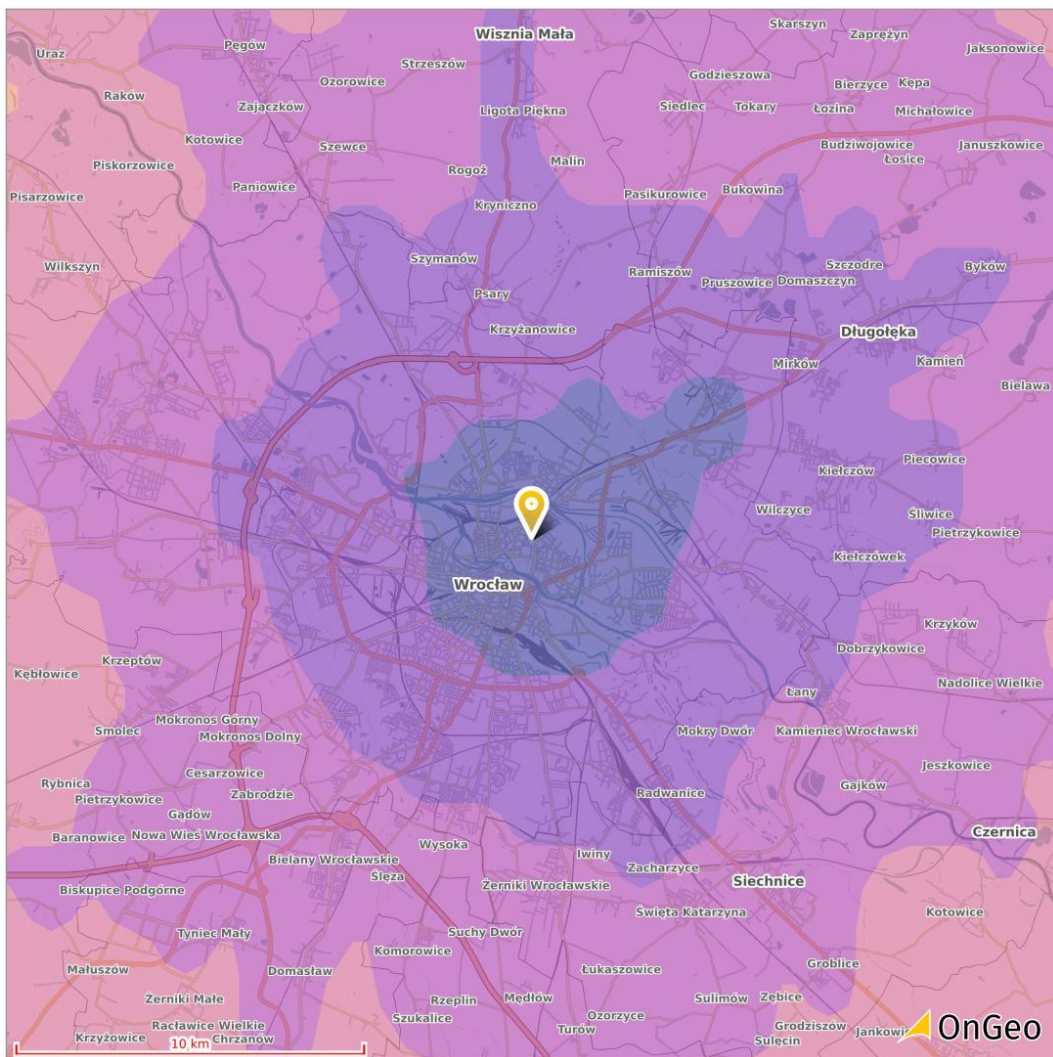


Czas dojścia pieszo

- do 5 min
- do 7,5 min
- do 10 min
- do 12,5 min
- do 15 min
- do 20 min

- Przystanek
- Szkoła

Mapa zasięgu czasu dojazdu samochodem



Czas dojazdu

- do 10 min
- do 20 min
- do 30 min
- do 40 min
- do 50 min
- do 60 min

ERGONOMIA

Układ mieszkania, który działa na co dzień.

Dobrze zaprojektowane mieszkanie jest wygodne, bezpieczne i intuicyjne w codziennym użytkowaniu. Chodzi o to, by układ pomieszczeń, mebli i wyposażenia pasował do realnych potrzeb domowników oraz do sposobu, w jaki poruszają się, odpoczywają, pracują i wykonują codzienne czynności. W praktyce ergonomiczne mieszkanie ma dobre proporcje przestrzeni, wygodne ciągi komunikacyjne, odpowiednie odległości między meblami i łatwy dostęp do najważniejszych stref. Dzięki temu korzystanie z mieszkania wymaga mniej wysiłku, zmniejsza frustrację i poprawia komfort życia.

Co dokładnie badamy

- ✳️ **Komunikacja** – szerokość przejść, kolizje wokół drzwi
- ✳️ **Funkcjonalność** – możliwość wygodnego umeblowania, zachowanie komfortowej wolnej przestrzeni, odpowiednia długość blatu kuchennego, ilość przestrzeni do przechowywania
- ✳️ **Strefowanie** – podział przestrzeni na dzienną i nocną

Wpływ na nasz dobrostan

Ergonomia mieszkania bezpośrednio wpływa na to, jak ciało i psychika funkcjonują na co dzień. Dobrze zaprojektowany układ skraca dystanse, ogranicza zbędne ruchy i zmniejsza codzienne zmęczenie. Logiczne strefowanie (dzienna–nocna) pozwala szybciej się wyciszyć i poprawia jakość snu. Odpowiednie proporcje pomieszczeń zmniejszają napięcie i poczucie klaustrofobii. Ergonomia wspiera poczucie kontroli nad przestrzenią, a to jeden z kluczowych czynników dobrostanu psychicznego. Złe układy wymuszają kompromisy, które kumulują frustrację i stres. Dobrze zaplanowana kuchnia i łazienka realnie obniżają obciążenie fizyczne organizmu. Ergonomia wpływa na rytm dnia – ułatwia porządkowanie, gotowanie, odpoczynek i regenerację. Przestrzeń, która „działa”, nie absorbuje uwagi i energii poznawczej. W efekcie ergonomiczne mieszkanie nie tylko poprawia komfort, ale długofalowo wspiera zdrowie i odporność psychiczną mieszkańców

Na co powinniśmy uważać

- ! Pomniejszone meble na rysunkach od deweloperów, które później nie jesteśmy w stanie ustawić tak jak zakładaliśmy
- ! Brak przestrzeni na ustawienie wystarczającej ilości szaf
- ! Wąskie przejścia gdzie nie jesteśmy np. w stanie obrócić się z dziecięcym wózkiem
- ! Brak miejsca na pełne wyposażenie kuchni

ŚWIATŁO

Promienie słońca tam gdzie ich potrzebujemy i wtedy kiedy ich potrzebujemy.

Prawidłowo zaprojektowane mieszkanie pod względem dostępu do światła naturalnego to takie, które zapewnia wystarczającą ilość dziennego światła w najważniejszych strefach codziennego życia. To promienie słońca, które pomagają nam się obudzić, które poprawiają nam nastrój przy rodzinnym obiedzie i pozwalają nam się zrelaksować po intensywnym dniu pracy. Chodzi o to, by wnętrza były jasne, przyjemne i wspierały naturalny rytm dobowy mieszkańców. W praktyce oznacza to dobrą orientację względem stron świata, odpowiednią wielkość i rozmieszczenie okien oraz taki układ pomieszczeń, by światło docierało tam, gdzie spędza się najwięcej czasu. Ważne jest też, żeby mieszkanie nie było nadmiernie zacienione przez inne budynki, balkony czy zbyt głębokie wnętrza.

Co dokładnie badamy

- ✳️ **Potencjał nasłonecznienia** – jaka część pomieszczenia ma szansę na dostęp promieni słonecznych w godzinach porannych i popołudniowych
- ✳️ **Dostęp do światła naturalnego** – analizujemy powierzchnię okien i jej stosunek do wielkości pomieszczenia, sprawdzamy czy głębokość pokoi pozwala na dostęp światła na całej ich powierzchni

Wpływ na nasz dobrostan

Światło naturalne jest jednym z najsilniejszych regulatorów dobrostanu człowieka w przestrzeni mieszkalnej. Wpływa bezpośrednio na rytm dobowy, regulując sen, czuwanie i poziom energii w ciągu dnia. Dobrze doświetlone mieszkanie wspiera produkcję serotoniny, poprawiając nastrój i koncentrację. Niedobór światła dziennego zwiększa ryzyko obniżonego nastroju, apatii i przewlekłego zmęczenia. Naturalne światło pomaga organizmowi lepiej synchronizować się z porami dnia i roku. Jakość światła w przestrzeni wpływa na percepcję wielkości, ciepła i bezpieczeństwa wnętrza. Mieszkania z dostępem do światła porannego sprzyjają łagodnemu wybudzaniu i stabilniejszemu rytmowi dnia. Zbyt głębokie lub jednostronnie doświetlone układy mogą powodować dyskomfort i zaburzenia koncentracji. Światło dzienne wzmacnia kontakt z otoczeniem i poczucie osadzenia w miejscu. W efekcie dobre doświetlenie mieszkania jest fundamentem zdrowia psychicznego i fizjologicznego mieszkańców

Na co powinniśmy uważać

- ! W mieszkaniu jest słońce wtedy, kiedy nas tam nie ma. Promienie pojawiają się w południe, ale brakuje tak ważnego dla nas światła porannego i popołudniowego
- ! Okna nie są zlokalizowane centralnie, przez co pomieszczenia są oświetlone nierównomiernie

MIKROKLIMAT

Oddychanie świeżym powietrzem w komfortowych warunkach.

Każdy z nas ma odrobinę inne preferencje w zakresie środowiska, w którym żyjemy. W mieszkaniu powinniśmy być w stanie dostosować klimat pomieszczeń do naszych potrzeb w każdej porze roku. Chodzi o to, by wewnątrz nie było duszne zimą, nie przegrzewało się latem i nie wpływało negatywnie na samopoczucie mieszkańców. W praktyce oznacza to wydajny system wentylacji, zapewnienie możliwości skutecznego przewietrzania, ochronę przed nadmiernym nagrzewaniem oraz lokalizację w otoczeniu o możliwie najlepszej jakości powietrza. Ważne jest, by mieszkanie miało układ i otwory okienne pozwalające na naturalny przepływ powietrza, ograniczało ryzyko przegrzewania przez odpowiednią ekspozycję przeszkleń, a jednocześnie nie było narażone na zanieczyszczenia z ruchliwych ulic, przemysłu czy innych źródeł smogu.

Co dokładnie badamy

- ✱ **Przewietrzanie** – czy układ mieszkania pozwala na przewietrzanie na przestrzał lub przynajmniej narożnikowe
- ✱ **Przegrzewanie** – ekspozycja okien w kierunku południowo-zachodnim, z uwzględnieniem stosunku ich powierzchni do powierzchni pomieszczenia
- ✱ **Zanieczyszczenie powietrza** – jakość powietrza w danej okolicy, zanieczyszczenie pyłami drobnymi PM 2,5 i średnimi PM10

Wpływ na nasz dobrostan

Mikroklimat mieszkania bezpośrednio wpływa na funkcjonowanie układu nerwowego i odpornościowego mieszkańców. Prawidłowa wentylacja zapewnia dopływ świeżego powietrza i usuwa zanieczyszczenia, co poprawia koncentrację i jakość snu. Zbyt wysokie stężenie CO₂ powoduje senność, bóle głowy i spadek efektywności poznawczej. Wilgotność powietrza wpływa na drogi oddechowe, skórę i błony śluzowe, a jej zaburzenia zwiększają podatność na infekcje. Zbyt suche powietrze sprzyja podrażnieniom i pogarsza regenerację organizmu. Przegrzewanie mieszkań latem prowadzi do rozdrażnienia, zmęczenia i zaburzeń snu. Stałe wahania temperatury zwiększają obciążenie fizjologiczne organizmu. Komfort termiczny wspiera poczucie bezpieczeństwa i stabilności w przestrzeni domowej. Źle zaprojektowany mikroklimat zmusza mieszkańców do ciągłej adaptacji i podnosi poziom stresu. Dobrze kontrolowany mikroklimat jest cichym, ale kluczowym fundamentem długofalowego dobrostanu w mieszkaniu.

Na co powinniśmy uważać

- ! Mieszkanie jednostronne bez możliwości przewietrzania z jednoczesną ekspozycją południowo-wschodnią może być koszmarnie gorące latem
- ! Choć jakość powietrza w naszych miastach jest coraz lepsza, nadal są miejsca gdzie oddychamy smogiem, który może grozić nam poważnymi chorobami

NATURA

Codziennie ścieżki otoczone zielenią.

Idealne otoczenie mieszkania pod względem ekspozycji na naturę to takie, które daje codzienny, łatwy i realny kontakt z zielenią. Chodzi o to, by natura była obecna zarówno w samym mieszkaniu i tuż przy nim, jak i na trasach, którymi codziennie się poruszamy. W praktyce duże znaczenie ma balkon, loggia albo taras, które mają widok na zieleń lub przynajmniej pozwalają stworzyć własny mini ogród z roślinami, donicami i miejscem do krótkiego odpoczynku. Równie ważne jest to, co dzieje się poza mieszkaniem: dobrze, gdy droga do sklepu, szkoły, pracy czy na spacer prowadzi przez przyjazne, zielone otoczenie, a nie wyłącznie przez beton i parkingi. Najlepsze warunki daje takie miejsce, w którym w najbliższym sąsiedztwie są też tereny rekreacyjne związane z naturą – park, skwer, las, zbiornik wodny, ścieżki spacerowe lub rowerowe.

Co dokładnie badamy

- ✿ **Przestrzeń zewnętrzna** – balkony, loggie, tarasy – jaka jest ich geometria, ekspozycja, czy mają potencjał zapewnienia nam odrobiny rekreacji
- ✿ **Tereny zielone** – lokalizacja parków, skwerów, zbiorników wodnych w najbliższej okolicy

Wpływ na nasz dobrostan

Zieleń jest jednym z najsilniejszych, naturalnych regulatorów dobrostanu psychicznego człowieka. Ekspozycja okien na zieleń obniża poziom stresu i sprzyja szybszej regeneracji układu nerwowego. Widok roślin i drzew zmniejsza obciążenie poznawcze i poprawia zdolność koncentracji. Nawet krótkotrwały kontakt wzrokowy z zielenią działa kojąco i stabilizuje emocje. Rośliny we wnętrzu poprawiają mikroklimat i zwiększają subiektywne poczucie komfortu. Zieleń w mieszkaniu wzmacnia poczucie życia i „oddychania” przestrzeni. Bliski dostęp do terenów zielonych sprzyja codziennej aktywności fizycznej i regeneracji. Kontakt z naturą wspiera równowagę emocjonalną i obniża ryzyko przewlekłego stresu. Brak zieleni w otoczeniu może prowadzić do przeciążenia sensorycznego i poczucia izolacji. W efekcie zieleni – zarówno widziana, jak i doświadczana – jest kluczowym elementem zdrowego środowiska mieszkalnego.

Na co powinniśmy uważać

- ! Balkony zlokalizowane od północy, na których nie będziemy chcieli przebywać
- ! Ciasne, wąskie loggie, na których nie będziemy w stanie postawić krzesła i małego stolika na poranną kawę
- ! Mieszkania otoczone betonową dżunglą, która będzie nieustannie podnosiła wskaźniki naszego stresu

AKUSTYKA

Cisza, która pozwala nam na regenerację.

Czujemy się dobrze w mieszkaniu, które zapewnia nam spokój, prywatność i ochronę przed uciążliwym hałasem zarówno z samego budynku, jak i z otoczenia. Chodzi o to, by codzienne życie, odpoczynek i sen nie były stale zakłócanie przez dźwięki, na które mieszkaniowiec nie ma wpływu. Mieszkanie powinno być dobrze odseparowane od źródeł hałasu wewnętrznego, takich jak klatka schodowa, winda, korytarz, zjazd do garażu czy pomieszczenia techniczne. Równie ważna jest ochrona przed hałasem zewnętrznym – od ulic, tramwajów, torów kolejowych czy lotniska – poprzez odpowiednią lokalizację, układ mieszkania oraz rozwiązania ograniczające przenikanie dźwięku do wnętrza.

Co dokładnie badamy

- ✱ **Hałas w najbliższym otoczeniu** – sprawdzamy lokalizację mieszkania względem klatki schodowej, windy, zjazdu do garażu itp.
- ✱ **Hałas w środowisku** – analizujemy potencjalne narażenie mieszkania na hałas z najbliższych dróg, torów kolejowych, czy lotniska w okolicy

Wpływ na nasz dobrostan

Akustyka mieszkania ma bezpośredni wpływ na poziom stresu i zdolność organizmu do regeneracji. Stały lub nieprzewidywalny hałas aktywuje układ nerwowy i utrudnia wyciszenie. Sąsiedztwo klatki schodowej i windy zwiększa ryzyko zakłóceń snu oraz poczucia braku prywatności. Hałas pochodzący ze zjazdów do garażu bywa szczególnie uciążliwy ze względu na niskie częstotliwości. Długotrwałe narażenie na dźwięki tła obniża koncentrację i zwiększa drażliwość. Zaburzenia akustyczne wpływają na jakość odpoczynku nawet wtedy, gdy hałas jest „ledwo słyszalny”. Dobra akustyka wspiera poczucie bezpieczeństwa i kontroli nad przestrzenią. Cisza w strefach prywatnych sprzyja głębokiemu snu i regeneracji psychicznej. Mieszkania narażone na hałas zewnętrzny szybciej prowadzą do zmęczenia i napięcia emocjonalnego. W efekcie akustyka jest jednym z kluczowych, choć często niedocenianych, czynników dobrostanu w mieszkaniu.

Na co powinniśmy uważać

- ! Sypialnie sąsiadująca przez ścianę z wejściem do budynku, windą lub klatką schodową
- ! Lokalizację budynku w strefie podejścia do lądowania samolotów

SĄSIEDZTWO

Ludzie wokół nas, którzy nie są nam obcy.

Sąsiedztwo wspierające dobrostan to takie, które pozwala wygodnie żyć na co dzień i jednocześnie nie izoluje nas od innych ludzi. Chodzi o otoczenie, w którym podstawowe potrzeby można załatwić blisko domu, bez codziennego uzależnienia od długich dojazdów i nadmiernego stresu. Ważny jest dobry dostęp do usług w najbliższej okolicy, sklepów, szkoły, przedszkola, aptek, punktów opieki zdrowotnej, komunikacji publicznej czy miejsc codziennych aktywności. Jeśli w drodze do tych miejsc nie jesteśmy zmuszeni zamknąć się w samochodzie, mamy większą szansę na poznanie naszych sąsiadów i tworzenie lokalnej wspólnoty. W tym aspekcie istotne też są przestrzenie, które sprzyjają naturalnym kontaktom sąsiedzkim, takie jak przyjazne dziedzińce, skwery, place zabaw, ławki, lokalne kawiarnie czy bezpieczne ciągi piesze, gdzie ludzie mogą się spotykać i budować relacje. Dobrze zaprojektowane sąsiedztwo to takie, które daje bliskość codziennych funkcji i warunki do tworzenia więzi sąsiedzkich.

Co dokładnie badamy

- ✿ **Obiekty użyteczności publicznej** – analizujemy najbliższą okolicę sprawdzając lokalizację m.in. szkół, przedszkoli, placówek opieki zdrowotnej, sklepów, miejsc rozrywki, czy rekreacji
- ✿ **Uciążliwości** – sprawdzamy czy w okolicy nie ma urządzeń technicznych generujących hałas, obiektów przemysłowych, potencjalnych źródeł zanieczyszczeń
- ✿ **Zasięg pieszy** – określamy jakie przestrzenie są dostępne w zasięgu od pięcio- do dwudziestominutowego spaceru
- ✿ **Zasięg dojazdu** – sprawdzamy jak układ okolicznych dróg wpływa na realny czas dojazdu w rejonie mieszkania

Wpływ na nasz dobrostan

Sąsiedztwo mieszkania w istotny sposób kształtuje codzienny poziom stresu i poczucie bezpieczeństwa mieszkańców. Dobry dostęp do usług publicznych zmniejsza obciążenie czasowe i logistyczne dnia codziennego. Możliwość załatwiania podstawowych spraw pieszo sprzyja aktywności fizycznej i lepszej kondycji psychicznej. Czytelna struktura okolicy zwiększa poczucie orientacji i kontroli nad otoczeniem. Niski poziom przestępczości bezpośrednio wpływa na spokój i komfort emocjonalny. Dostęp do komunikacji publicznej redukuje zależność od samochodu i związany z nią stres. Dobrze zaprojektowane sąsiedztwo sprzyja spontanicznym kontaktom społecznym. Izolacja przestrzenna i brak usług w pobliżu mogą prowadzić do poczucia wykluczenia. Jakość otoczenia wpływa na to, jak często mieszkańcy wychodzą z domu i korzystają z przestrzeni publicznej. W efekcie dobre sąsiedztwo wspiera zdrowie psychiczne, relacje społeczne i ogólną jakość życia.

Na co powinniśmy uważać

- ! Brak najpotrzebniejszych usług w najbliższej okolicy, co zmusi nas do ciągłego używania samochodu
- ! Ograniczony dostęp do komunikacji miejskiej
- ! Brak podstawowego bezpieczeństwa, wysoka przestępczość w okolicy

Zdrowego mieszkania życzy zespół

