

1	Antropometrie	9
1.1	Práce s percentily a idea průměrné postavy člověka	10
1.2	Proporce lidského těla	12
1.3	Aktuální antropometrické údaje	14
2	Mobilita v interiéru a kontakt s exteriérem	29
2.1	Dveře	30
2.2	Okna	34
2.3	Vstup a komunikace v bytě	46
2.4	Schodiště	48
2.5	Rampy	58
3	Příprava stravy	61
3.1	Základní rozměry modulů kuchyňské sestavy, spotřebičů a ukládaných předmětů	65
3.2	Frankfurtská kuchyně a první ergonomická pravidla v kuchyni	70
3.3	Ergonomická doporučení při zařizování kuchyně a vztah k antropometrickým údajům	71
3.4	Praktické rady při zařizování kuchyně	74
3.5	Manipulační prostor v kuchyni	76
3.6	Opatření pro seniory, handicapované a děti	76
4	Stolování	81
4.1	Základní rozměry a typy jídelních stolů a sedacího nábytku	82
4.2	Antropometrie a ergonomie	86
4.3	Manipulační prostor	91
4.4	Opatření pro seniory, handicapované a děti	93
5	Relaxace a volný čas	97
5.1	Základní rozměry sedacího nábytku, televizorů a audiotechniky	98
5.2	Antropometrie a ergonomie	102
5.3	Manipulační prostor	106
5.4	Opatření pro seniory, handicapované a děti	106
6	Spánek a příležitostné spaní	109
6.1	Základní rozměry a typy lehacího nábytku	111
6.2	Antropometrie a ergonomie	113
6.3	Manipulační prostor	117
6.4	Opatření pro seniory, handicapované a děti	118

7	Hygiena a péče o vlastní osobu	123
7.1	Základní rozměry a typy zařizovacích předmětů v koupelně	125
7.2	Antropometrie a ergonomie	129
7.3	Manipulační prostor	133
7.4	Opatření pro seniory, handicapované a děti	137
8	Individuální práce a seberozvoj	147
8.1	Základní rozměry a typy pracovních stolů a sedacího nábytku	148
8.2	Antropometrie a ergonomie pracovního místa	151
8.3	Manipulační prostor u pracovního stolu	159
8.4	Opatření pro seniory, handicapované a děti	159
9	Šatna a komora	165
9.1	Typy úložných prostor a rozměry	166
9.2	Základní rozměry ukládaných předmětů a jejich vliv na dimenzování nábytku	168
9.3	Antropometrie a ergonomie	174
9.4	Manipulační prostor ve vztahu k ukládání	176
9.5	Opatření pro seniory, handicapované a děti	178
10	Technické parametry interiéru	183
10.1	Vytápění	184
10.2	Větrání a chlazení	192
10.3	Elektroinstalace a elektrotechnická zařízení	193
10.4	Akustika	207
10.5	Rozvody vody a odpady	210
	Zdroje	214
	Resumé	219
	Ediční poznámka	220
	O autorce	221