

## 0 Generelt

### 01 Innhold

Dette bladet behandler planlegging og utforming av personalrom på fast etablerte arbeidsplasser. Følgende typer rom er omtalt:

- Garderober
- Vaskerom og dusj
- Toaletter
- Spiserom
- Pauserom, hvilerom, venterom, soverom og trimrom

### 02 Behovet for personalrom

Behovet for personalrom og størrelsen på dem varierer med type arbeid og det største antall arbeidstakere som normalt skal bruke rommene samtidig. I tillegg til de obligatoriske personalrommene som garderober, toaletter, spiserom, hvilerom m.v., er det ofte ønskelig med trimrom eller andre aktivitetsrom. Enkelte grupper arbeidstakere har krav på egne garderober, toaletter og vaskerom, f.eks. kantinepersonale, se Planløsning A 378.115. Også renholdspersonalet bør ha egen garderobe og vaskerom/dusj, f.eks. i tilknytning til renholdsrommet.

### 03 Planlegging

Personalrommene bør plasseres i kort gangavstand og helst med innendørs forbindelse til arbeidsplassene. Rommene skal være tilrettelagt slik at begge kjønn kan benytte dem. Ved plassering og utforming av personalrommene skal en i nødvendig utstrekning også ta hensyn til at yrkeshemmede skal kunne arbeide i bedriften. De ansatte bør om mulig være med å planlegge personalrommene. Det har stor betydning for arbeidsmiljøet at personalrommene er tilstrekkelig dimensjonert og har en tiltalende utforming, se fig 03.

### 04 Henvisninger

Arbeidsmiljøloven (Lov av 4. feb. 1977 om arbeidervern og arbeidsmiljø)  
Forskrifter om arbeidslokaler og personalrom. Arbeidstilsynets best. nr. 391  
Støy på arbeidsplassen – med kommentarer. Arbeidstilsynets best. nr. 398  
Røyking, inneklime, arbeidsmiljø. Arbeidstilsynets best. nr. 480  
Byggeforskriften med veiledning  
NS 3930 Sanitærinstallasjoner. Plassering av utstyr  
Planløsning:  
A 320.212 Dimensjonering for rullestol  
A 374.606 Kontorlokaler  
A 378.115 Kantiner  
A 379.201 WC-rom for rullestolbrukere. Offentlig tilgjengelige bygninger og arbeidsplasser  
A 379.243 Renhold og renholdsrom i store bygg  
A 379.723 Tilfluktsrom. Innredning for fredsbruk

Stikkord: personalrom

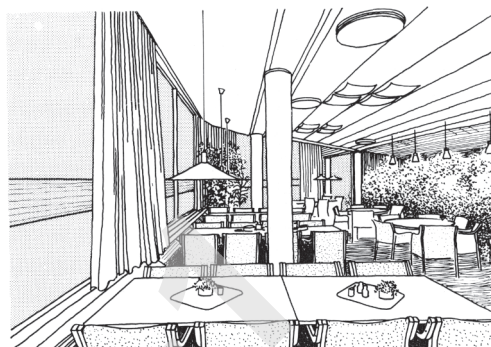


Fig. 03  
En hyggelig innredet kantine betyr mye for den daglige trivselen. Statoils administrasjonsbygning Medkila i Harstad  
A 3 Arkitektkontor A/S, Harstad

#### Byggdetaljer:

- G 421.421 Støy i rom. Krav og anbefalte grenseverdier
- G 421.505 Krav til inneklimate
- A 527.301 Lydisolerte kontroll- og hvilerom

## 1 Lover og forskrifter

### 11 Arbeidsmiljøloven

Arbeidsmiljøloven med tilhørende forskrifter stiller krav til personalrom av forsvarlig standard og størrelse. Arbeidsgiver og utleier av personalrom er forpliktet til å påse at rommene oppfyller lovens krav. Forskriftene til loven gjelder både for nye og eksisterende bygninger. Ved håndheving av forskriftene tas det imidlertid rimelig hensyn til vansker forbundet med ombygging av eksisterende lokaler.

Planer for nye personalrom eller planer for vesentlige endringer av rommene skal godkjennes av Arbeidstilsynet i henhold til arbeidsmiljølovens § 19. Arbeidsmiljøutvalg/verneombud i bedriften skal uttale seg om planene før Arbeidstilsynet behandler søknad om godkjenning.

### 12 Byggeforskriften

Byggeforskriften stiller i kap. 23:2 krav til atkomstveg og inngang til bygning som kan gi arbeidsplasser egnet for orienterings- og bevegelsehemmede. I kap. 41 stiller byggeforskriften krav til romhøyde, volum og dagslys både til arbeidslokaler og personalrom. Det er i samme kapittel også stilt krav til innvendige kommunikasjonsveger og tilstrekkelig antall toaletter i bygninger med arbeidsplasser.

### 13 Tobakkskadeloven

Lov om vern mot tobakkskader av 9. mars 1973 med tilhørende forskrifter av 8. juli 1988 har bestemmelser om røykfrie arbeidslokaler og personalrom. I mø-

© Ettertrykk forbudt

terom og arbeidslokaler hvor to eller flere personer er samlet, skal luften være røykfri. Dersom det er flere lokaler som har samme formål, kan imidlertid røyking tillates i inntil halvparten av disse. Ved nybygg og vesentlige ombygginger innebærer kravet om røykfritt miljø at en som regel må dele spiserom/kantine i to eller flere rom dersom røyking skal være tillatt. Når det gjelder spiserom/kantine i eksisterende bygninger der det av økonomiske eller tekniske grunner er svært vanskelig å dele lokalet i flere rom, kan imidlertid en løsning med en røykfri og en røykesone tillates. Det forutsettes imidlertid at røykesonen ikke legges ved inngangspartiet eller matsalget og at ventilasjonen er tilfredsstillende. Bruk av «åpne skiller» i rom bør kombineres med tidsinndeling, dvs. at røyking bare er tillatt i bestemte tidsrom. Lokalet bør i tillegg ventileres kontinuerlig også utenom vanlige brukstider. Tobakkskadeloven og forskriften til denne er gjengitt i sin helhet i Arbeidstilsynets best. nr. 480, se pkt. 04.

## 2 Bruksmessige og bygningsmessige krav til personalrom

### 21 Tilgjengelighet

Arbeidsmiljølovens § 13 stiller bl.a. krav om at atkomstveger og sanitæranlegg så langt det er mulig og rimelig skal være utformet og innrettet slik at yrkeshemmede kan arbeide i virksomheten. Dette innebærer at også personalrommene i de fleste tilfellene må utformes med henblikk på funksjonshemmede arbeidstakere, herunder rullestolsbrukere. Framkommelighet med rullestol blir da ofte dimensjonerende. For nærmere retningslinjer se Planløsning A 320.212.

### 22 Inneklima

Arbeidsmiljølovens § 8 setter krav om at inneklimaet på arbeidsplassen skal være fullt forsvarlig med hensyn til luftvolum, ventilasjon, fuktighet, trekk, temperatur o.l. Skal en oppnå en tilfredsstillende luftkvalitet, må en ha mekanisk ventilasjon, fortrinnsvis balansert ventilasjon, dvs. at det tilføres tilnærmet samme luftmengde som det trekkes ut av de enkelte lokalene. Tilluft til garderober, vaskerom, tørkerom og toaletter kan ev. tas fra tiliggende rom dersom denne luften har en akseptabel kvalitet. Tabell 22 angir anbefalte verdier til temperatur og ventilasjon. Byggdetaljer G 421.505 gir nærmere retningslinjer for beregning av ventilasjonsbehov.

### 23 Dagslys og kunstig belysning

231 *Dagslys.* Spiserom/kantine bør ha dagslys og utsyn. Dette er spesielt viktig når arbeidet foregår i lokaler uten vinduer. Også andre personalrom kan med fordel ha vinduer.

232 *Kunstig belysning.* Allmennbelysningen i personalrommene bør ligge på mellom 150 - 200 Lux. I tillegg bør det være plassbelysning f.eks. ved speil i garderober og vaskerom og ved serveringsdisk i kantinen.

Tabell 22

Anbefalt temperatur og ventilasjon i personalrom  
De anbefalte temperaturene gjelder for fyringssesongen. Utenom fyringssesongen bør en kunne akseptere høyere innetemperaturer; vanligvis 26 °C ved dimensjonerende utetilstand.  
De anbefalte ventilasjonsmengdene, angitt i l/s, omregnes til m<sup>3</sup>/h ved å multiplisere tallet med 3,6.

Romtype	Temperatur	Friskluftsmengde/avtrekk
Garderobe u/omklledning	21 – 23 °C	3 l/sm <sup>2</sup>
Garderobe m/omklledning	21 – 23 °C	6 l/sm <sup>2</sup>
Vaskerom og tørkerom	22 – 24 °C	6 l/sm <sup>2</sup>
Dusjrom	25 – 27 °C	17 l/s pr. dusjplass
Toalett	18 – 22 °C	17 l/s pr. toalettstol/urinal
Spiserom	20 – 22 °C	10 l/s pr. pers. (ca. 7 l/sm <sup>2</sup> )
Spiserom m/røyking	20 – 22 °C	20 l/s pr. pers. (ca. 16 l/sm <sup>2</sup> )
Pauserom, venterom	20 – 22 °C	10 l/s pr. pers. (ca. 7 l/sm <sup>2</sup> )
Trimrom	16 – 22 °C	20 l/s pr. pers. (ca. 6 l/sm <sup>2</sup> )

## 24 Lydisolering og romakustikk

241 *Lydisolering.* Personalrommene må lydisoleres mot tekniske rom og arbeidslokaler med støyende virksomhet. Støy fra tekniske installasjoner bør ikke overskride 40 – 45 dB(A) i garderober og spiserom/kantiner og 30 dB(A) i hvilerom/soverom. Ligger virksomheten i et område med høyt utendørs støynivå, kan det også være påkrevd med lydisolering av ytterveggskonstruksjoner. Se Byggdetaljer G 421.421.

242 *Akustikk.* Spiserom/kantiner, pauserom og garderober bør ha en etterklangstid på 0,8 – 1,2 sek – kortest for små og lengst for store lokaler.

## 25 Renhold og vedlikehold

Mulighetene for renhold og vedlikehold må tillegges stor vekt når en skal velge materialer og innredning. Planløsningsblad A 379.243 om renhold og renholdsrom gir retningslinjer for valg av materialer og utforming av detaljer som kan lette renholdsarbeidet. Personalrom blir ofte utsatt for stor slitasje og røff behandling. Generelt bør en derfor velge robuste materialer som trenger lite vedlikehold.

## 3 Garderober

### 31 Garderobe uten omklledning

For arbeid som ikke krever omklledning, f.eks. kontorarbeid, skal hver arbeidstaker ha opphengsplass for klær i ventilerte skap eller garderobehyller i nærheten av arbeidsplassen. Hengeplassen kan legges til en åpen eller lukket garderobe. Opphengingsmuligheter i direkte tilknytning til arbeidsplassen, f.eks. i cellekontorer, kan være praktisk, men de ansatte bør i tillegg kunne benytte en fellesgarderobe, f.eks. en åpen garderobe som også kan brukes av kunder og besøkende, se fig 314 a.

311 *Sikring mot tyveri.* Ved plassering og utforming av garderober må arbeidstakernes eiendeler være sikret mot tyveri, enten gjennom oppsyn eller ved et låssys-

tem. Verdisaker bør i alle tilfeller kunne oppbevares i et låsbart skap eller avlukke.

- 312 **Skifteplass.** De ansatte skal kunne skifte strømpebukse o.l. Dette krever en skjermet skifteplass med sittemulighet som kan legges til en lukket garderobe eller et hensiktsmessig utformet toalett. Låsbare enkeltkontorer kan også benyttes. I tilknytning til skifteplass i garderobe og toalett må det være vaskested med speil. Skifteplassen skal være atskilt for kvinner og menn.
- 313 **Arealbehov.** Ligger garderoben i eget rom med individuelle garderobeskap, bør en regne ca. 0,6 m<sup>2</sup> golvareal pr. garderobeplass. I åpne garderober bør en regne med ca. 10 personer pr. lm garderobehylle samt plass for låsbare avlukker til verdisaker.
- 314 **Valg av garderobeløsning** vil avhenge av antall ansatte, arbeidsplassens utforming, f.eks. cellekontorer, kombikontorer eller kontorlandskap, og de ansattes ønsker. Det er naturlig å stille større krav til garderobeser når de ansatte ikke har enkeltkontorer.

Også i virksomheter som ikke krever skifting til arbeidstøy, ønsker de ansatte ofte en mulighet til å dusje bl.a. fordi mange i dag bruker sykkel til og fra arbeidstedet.

Eksempler på garderobeløsninger for små kontorbedrifter o.l. er vist i fig. 314 a og b. Figur 314 c viser en prinsipp-løsning for garderobeanlegg med toaletter for en større kontorbedrift.

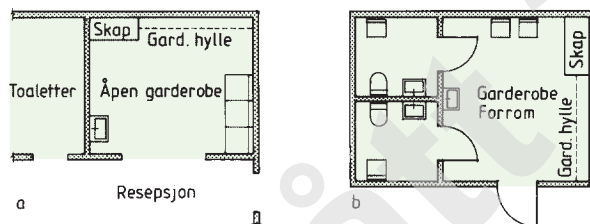


Fig. 314 a og b  
Fellesgarderober for små kontorbedrifter o.l.

- a. Åpen garderobe i tilknytning til en resepsjon kan både brukes av de ansatte og besøkende.
- b. Garderoben er kombinert med forrom til toaletter. Toalettrommene bør være så romslige at de kan brukes som skifteplass for lettere omkledding. Det er forutsatt at det fins rullestolstolett et annet lett tilgjengelig sted i bygningen.

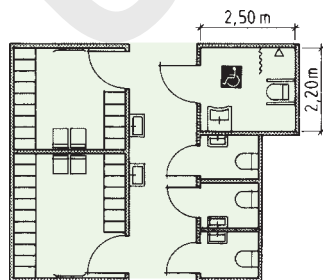


Fig. 314 c  
Separate garderobeser for kvinner og menn er ofte ønskelig i store kontorbedrifter o.l. Skulle det bli store endringer i forholdet mellom antall kvinnelige og mannlige arbeidstakere, er det en fordel om en kan variere størrelsen på garderobene, f.eks. med en lett flyttbar skillevegg. En kan regne med et arealbehov i garderoben på ca. 0,6 m<sup>2</sup> pr. arbeidstaker. Rullestolstolettet er kombinert med dusjrom som normalt ikke er påkrevd i kontorbedrifter.

## 32 Garderober for omkledding

For arbeid som krever omkledding, dvs. skifting til arbeidstøy, skal det finnes atskilte garderobeser for kvinner og menn. Garderobene må være kombinert med vaskerom eller ligge i tilknytning til vaskerom og eventuelt dusjrom, se fig. 32.

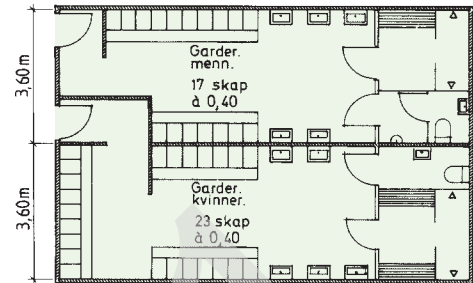


Fig. 32  
Denne garderoben med vaskerom i en industribedrift er dimensjonert for 23 kvinner og 17 menn. Løsningen gir skjerming mot innsyn i garderobene. Skapbredden er 0,4 m, og skapene har innvendig skillevegg som gjør det mulig å oppbevare gangtøy og arbeidstøy atskilt.

- 321 **Romstørrelse.** En bør regne med et golvareal på minst 1,0 – 1,2 m<sup>2</sup> pr. person som skal skifte samtidig. Dersom garderoben kombineres med vaskerom, bør det være et areal på 1,2 – 1,3 m<sup>2</sup> pr. person. I store garderobeser for mange arbeidstakere må en øke arealet ytterligere fordi gangpassasjene da krever større plass. Figur 321 viser akseptable mål i garderobeser kombinert med vaskerom.

Romhøyden skal være minst 2,2 m. Det er som regel ønskelig med større takhøyde, f.eks. 2,4 – 2,5 m, bl.a. fordi enkelte typer garderobeser er høyere enn 2,2 m, se pkt. 34. Også ventilasjonskanaler, avløpsrør o.l. oppunder taket kan gjøre det påkrevd å øke takhøyden utover minimumskravet.

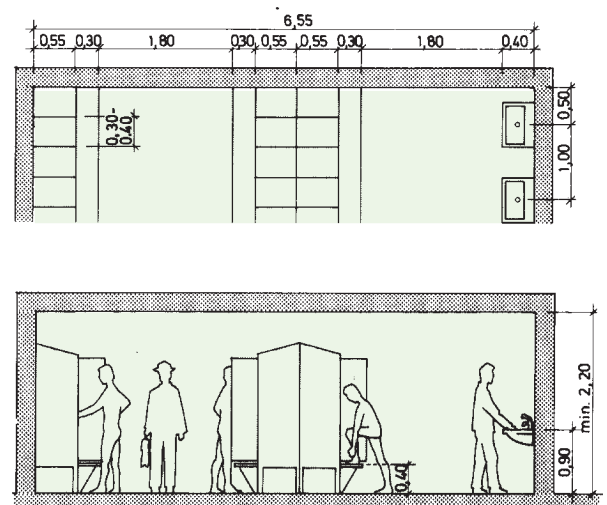


Fig. 321  
Kombinert vaskerom og garderobe med garderobeser  
Golvarealet er her ca. 0,65 – 0,85 m<sup>2</sup> pr. skapplass, avhengig av skapbredden 0,30/0,40 m, dvs. at en har regnet med at rundt halvparten eller to tredjedeler av arbeidstakerne skifter samtidig.

322 *Garderober med åpne garderobestativer* er lite brukt, men stativer er plassbesparende og gir god lufting av klærne. En garderobelengde på 0,20 – 0,25 m pr. person er vanligvis tilstrekkelig. Behovet for areal til omkledding er imidlertid det samme som ved skapinnredning slik at løsningen egner seg bare der et mindre antall, f.eks. en tredjedel til halvparten av arbeidstakerne, har behov for å skifte samtidig. I tillegg til garderobestativene må hver enkelt ha låsbare småskap til verdisaker. En alternativ løsning er å bruke låsbare skap til gangtøyet og garderobestativer til arbeidstøyet.

### 33 Garderobeanlegg med atskilte garderober for gangtøy og arbeidstøy

Dersom arbeidet er sterkt tilsmussende eller det forekommer arbeid med giftige, illeluktende eller smittfarlige stoffer, kan det være påkrevd å innrette atskilte garderober for gangtøy og arbeidstøy. Det samme kan være aktuelt i virksomheter som stiller spesielle strenge krav til hygienen, f.eks. i medisinsk industri og næringsmiddelindustri. Figur 33 viser prinsippet for romplasseringen.

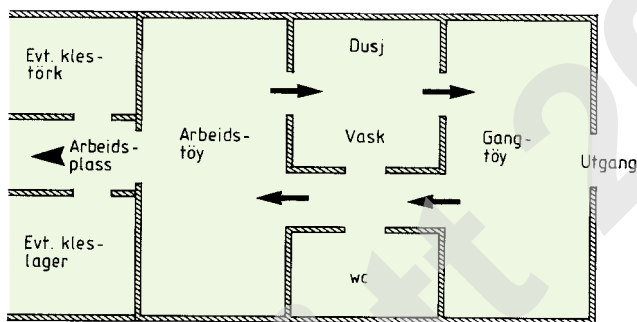


Fig. 33  
Prinsippkisse som viser garderobe-/vaskeroms-løsning for arbeid som krever atskilte garderober for gangtøy og arbeidstøy. Vaskerom/dusjrom plasseres inntil garderobene med atkomst fra begge. Spesielt i virksomheter der arbeidstøyet må skiftes daglig, bør en i tilknytning til garderoben også innrede egne rom til oppbevaring både av rent og skittent arbeidstøy.

### 34 Garderobeinnredning

341 *Garderobeskap* leveres vanligvis med dybde ca. 0,55 m og fins i bredder 0,20, 0,30 eller 0,40 m. Der arbeidstøyet blir skittent så det er behov for å oppbevare arbeidstøy og gangtøy atskilt, kan en bruke et skap med bredde 0,40 m og skillevegg, alternativt bør arbeidstakeren kunne disponere to skap, hver med bredde 0,20 eller 0,30 m. Det fins også løsninger hvor et lukket skap for gangtøy er kombinert med et åpent skap for arbeidstøy, noe som sikrer god lufting av arbeidstøyet.

Høyden på garderobeskap varierer fra ca. 1,9 m til ca. 2,35 m avhengig av om topplaten er horisontal eller skrå og om skapet er kombinert med sittebenk eller ikke.

Skapene bør ha rikelig med ventilasjonsåpninger oppe og nede og gjerne perforert bunnplate. Det kan ofte være hensiktsmessig med direkte avsug fra gar-

derobeskapene. Da kan en redusere allmennventilasjonen i rommet tilsvarende.

I garderober med omkledding må det være tilstrekkelig med sittebenker. Det vanligste er løsninger hvor sittebenkene er kombinert med skapene, men en kan også ha frittstående benker. Eksempler på garderobeskap er vist i fig. 341.

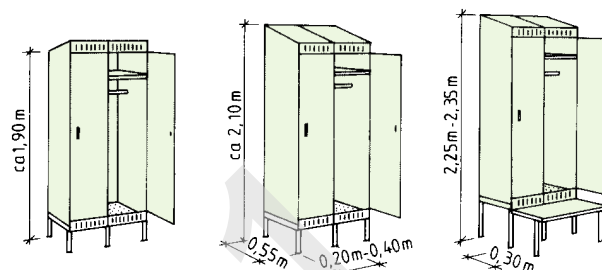


Fig. 341  
Eksempler på garderobeskap

Det letter rengjøringen at skapene står på ben og at topplaten er skrå. Det er også en fordel om bunnen i skapene ligger i plan med skapdørens underkant. Dersom sittebenk ikke er kombinert med skapet, må en sørge for andre sittemuligheter i garderoben

342 *Skap for verdisaker m.v.* Spesielt der en har åpne garderober, er det behov for låsbare småskap til vesker og andre verdisaker. Det fins slike småskap i mange størrelser og utforminger, se fig. 342.

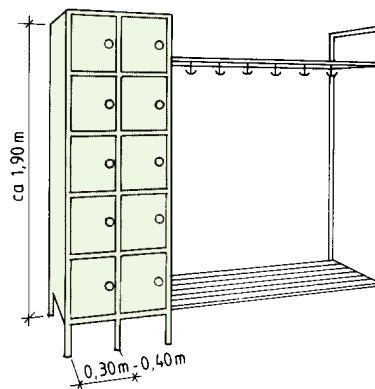


Fig. 342  
Småskap for verdisaker kan f.eks. kombineres med garderobestativ med hatte- og skohyller

343 *Garderobestativer* fins i mange utforminger både som frittstående og for montering til vegg eller tak. Til personalgarderober bør en bruke stativer som både har garderobestang og ankerkroker.

344 *Speil, avfallsbokser m.v.* En bør sette av hensiktsmessig plass til montering av speil m/belysning og plass til avfallsbokser m.v.

### 35 Tørkerom/tørkeskap

Hvis arbeidet medfører at arbeidstøyet kan bli vått, skal det innredes tørkerom/tørkeskap. Tørkerommet bør ligge i umiddelbar tilknytning til garderoben. Rommet må ha god mekanisk ventilasjon og oppvarming. Tørkebehovet kan også dekkes ved bruk av garderobeskap som ventileres og oppvarmes spesielt.



## 4 Vaskeplasser/vaskerom og dusj

### 41 Vaskeplasser

En servant pr. 10 arbeidstakere er som regel nok for arbeid som ikke er tilskitnende og der det ikke stilles spesielle hygienekrav. Servantene kan plasseres i garderobene eller i forrommene til toalettene. Servanter som er plassert inne i klosettavlukker, teller ikke som vaskested i denne sammenhengen. I forbindelse med vaskeplassene må det settes opp såpeautomater, håndkleautomater, avfallsbokser og speil.

### 42 Vaskerom

For tilskitnende arbeid må det innrettes egne vaskerom i direkte tilknytning til, ev. i åpen forbindelse med garderobene, se fig. 321. En bør regne med en vaskeplass til mellom hver tredje og hver femte person som skal bruke vaskerommet samtidig, avhengig av arbeidets art og om det i tillegg fins dusj. Tappearmatur i vaskesteder bør være av ettgrepstypen med lang hendel. Servanter er å foretrekke framfor vaskerenne, men en bør unngå å bruke porselensservanter dersom arbeidet er svært tilskitnende. Golvbelegg i rom med vannsøl bør ha sklisikre fliser eller vinylbelegg med ru overflate.

### 43 Dusjrom

Dusj skal finnes på arbeidsplassen dersom det foregår fysisk krevende eller tilskitnende arbeid. Også der arbeidet ikke er av en slik art at dusj strengt tatt er påkrevd, bør en overveie å installere dusjer, enten i tilknytning til garderobene eller i forbindelse med trimrom. Det samme gjelder badstue.

Dersom arbeidet medfører behov for å dusje, bør det være en dusj for hver 4. – 6. person som skal bruke garderoben samtidig. Minst en dusj må være tilgjengelig og brukbar for orienterings- og bevegelseshemmede. En slik dusj kan eventuelt innredes i et rullestoltoalett.

Golvet i dusjrommet bør ha sklisikre fliser av god kvalitet. Veggkledning og eventuelle dusjskillevegger bør også kles med fliser, alternativt kan en bruke kompakt laminatpanel med høy fukt- og vannbestandighet.

### 44 NS 3930 – Plassering av utstyr

Standarden angir mål på betjeningsareal ved sanitærutstyr og regler for plassering av utstyr og sluk i golv. Når det gjelder personalrom, angir standarden en senteravstand på 1,0 m mellom servanter, mellom urinaler og en minsteavstand på 1,5 m mellom utstyr (servanter, urinaler, dusjer) plassert på motstående vegger. Standarden viser også nødvendig betjeningsareal for rullestolsbrukere og angir høyder fra golv til overkant av sanitærutstyr både for rullestolsbrukere og andre.

## 5 Toaletter

### 51 Beliggenhet og antall

Toalettanleggene bør som regel plasseres i tilknytning til garderobene. Avhengig av størrelsen på virksomheten kan det også være hensiktsmessig eller nødvendig å ha egne toaletter i nærheten av spiserom/kantine, møterom og ev. andre fellesrom. Er det lang avstand mellom enkelte arbeidsplasser og garderobene, bør en også overveie å installere toaletter nærmere disse arbeidsplassene. Avstanden mellom arbeidsplass og toalett bør ikke være mer enn 30 m.

Det bør være minst ett klosett pr. 10 – 15 kvinner og minst ett klosett og ett urinal pr. 15 – 20 menn. I virksomheter med stor kundekontakt må det være egne toaletter for besøkende.

### 52 Utforming og størrelse

Hovedregelen er at det skal være atskilte toaletter for kvinnelige og mannlige arbeidstakere. I små virksomheter, eller der de ansatte naturlig er delt opp i smågrupper, kan en ha felles toalett for kvinner og menn ev. med atkomst via felles forrom/garderobe. Dette forutsetter bl.a. at avlukket/avlukkene er atskilt med hel vegg. Toalettavlukkene bør også utstyres med servant selv om det fins servant i forrom/garderobe.

Også i store toalettanlegg vil mange ønske at toalettene er avdelt med hele vegger og utstyrt med håndvask. En slik løsning er også mer fleksibel dersom det blir store endringer i forholdet mellom antall kvinnelige og mannlige arbeidstakere. Minst ett toalett må være tilgjengelig og brukbart for orienterings- og bevegelseshemmede, se pkt. 53.

Figur 52 viser nødvendige mål for klosettavlukke med og uten håndvask.

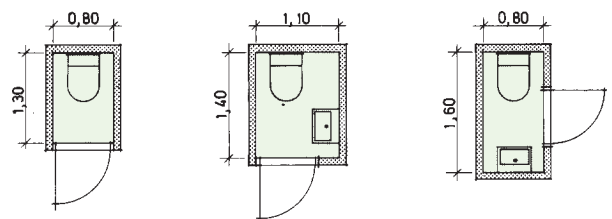


Fig. 52

Innvendige minimumsmål for klosettavlukke med og uten håndvask. Det er forusatt at døra til klosettavlukket slår ut.

### 53 WC-rom for rullestolsbrukere (R-toalett)

Rommet bør ha innvendig bredde minst 2,2 m og romdybde minst 2,5 m som bl.a. angitt i veiledningen til byggeforskriftens kap. 41:512. Toalettet kan være felles for kvinner og menn. Det vil som regel være tilstrekkelig med ett R-toalett, men i store bygninger hvor det kan bli lange avstander, bør en tilrettelegge for å innpasse flere R-toaletter hvis behovet skulle melde seg. I supplerende R-toaletter kan en ev. redusere rombredden fra 2,2 m til 1,8 m, men en bør da helst ha to slike i speilvendt utførelse, se for øvrig Plan-

løsning A 379.201. På kontorarbeidsplasser kan R-toaletter ev. benyttes som skifteplass og/eller som dusjrom.

#### 54 Utstyr i toalettrom

Av hensyn til renholdet bør en bruke veggmonterte klosetter. I klosettet eller i forrommet må det for øvrig finnes håndvask, såpe- og håndkleautomat eller varmluftstørker, speil og avfallsbeholder. I toalettrom for kvinner bør det i tillegg finnes avfallsbeholder og ev. automat for sanitærbind.

I R-toalettrom må sanitærutstyret og plasseringen av det være tilpasset rullestolsbrukere, se detaljerte retningslinjer i Planløsning A 379.201.

## 6 Spiserom/kantine

### 61 Arealbehov og plassering

Spiserommet er et møtested som kan gi mulighet for kontakt mellom alle de ansatte i bedriften, både til daglig og ved bedriftsmøter, firmafester o.l. Det bør derfor dimensjoneres slik at det kan romme alle de ansatte samtidig. Spiserommet bør også kunne brukes ved servering av besøkende samt ev. kurs- og møtedeltakere.

Beliggenheten bør være attraktiv, om mulig med direkte adgang til utendørs spise- og oppholdsarealer.

En bør regne med et golvareal på ca. 1,2 m<sup>2</sup> pr. person med et tillegg for hovedpassasjer, kantinedisk m.v. Midlere romhøyde i spiserom på inntil 60 m<sup>2</sup> skal være minst 2,4 m og i større spiserom minst 2,7 m, jf. byggeforskriftens kap. 41:122.

Nærmere retningslinjer for utforming og arealbehov er gitt i Planløsning A 378.115.

Der det ikke er kantine, bør det være kjøleskap, koke- og oppvaskmulighet samt oppvaskmaskin i eller i tilknytning til spiserommet.

## 7 Pauserom, hvilerom, venterom, soverom og trimrom

### 71 Pause- og hvilerom

711 *Pauserom* bør innrettes når arbeidstakerne har behov for å forlate arbeidsplassen i spesielle hvilepauser. Dette er f.eks. aktuelt når arbeidet foregår under særlig vanskelige eller belastende forhold som i sterk støy, kulde, varme, forurensning e.l. Ved utforming av rommet bør en legge vekt på god isolasjon mot støy fra arbeidsplassen, se Byggetaljer A 527.301. Rommet må ha sitteplasser til det aktuelle antall arbeidstakere.

712 *Hvilerom* er aktuelt å innrette til bruk ved tilfeldig sykdom eller illebefinnende, amming e.l. Hvilerommet bør utstyres med sofabenk eller seng, hvilestol, bord, servant, speil og skap til førstehjelpsutstyr m.v. Rommet bør ikke ha gjennomgangstrafikk.

### 72 Soverom

Når det utføres nattjeneste på arbeidst stedet med tillatelse til å sove, skal det innrettes soverom med vindu som kan åpnes. I tilknytning til eller i rimelig nærhet av rommet må det finnes toalett og vaske-rom, helst med dusj.

### 73 Venterom

Arbeidstakere med arbeid som regelmessig er avbrutt av pauser av mer enn 30 min. varighet, skal ha adgang til venterom. Venterommet må være så stort at det er plass til det største antall personer som skal benytte rommet samtidig. En bør regne med et areal på ca. 1,5 m<sup>2</sup> pr. person. Venterommet skal ha bord og stoler og hengeplass for gangtøy. I nærheten av venterommet må det være toalett og håndvask.

### 74 Trimrom

Innredning av et trimrom som gir de ansatte muligheter for gymnastikk og andre fysiske aktiviteter, kan øke trivselen på arbeidsplassen og samtidig motvirke belastningsskader. Trimrommet bør ha egne garderobes, vaske-/dusjrom og gjerne badstue. Tilfluktsrom egner seg ofte for innredning til slik bruk, se fig. 74 og Planløsning A 379.723.

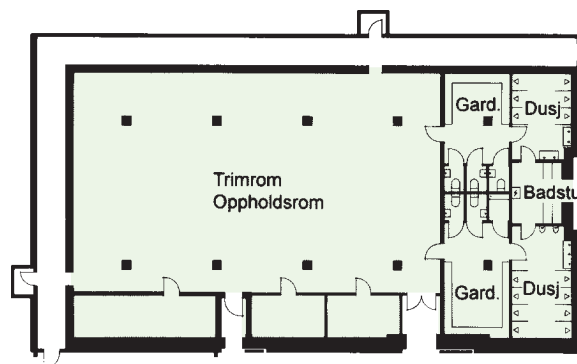


Fig. 74

Trimrom med garderobes, dusjrom og badstue er innredet i tilfluktsrommet.

Statoils administrasjonsbygning Medkila i Harstad  
A 3 Arkitektkontor A/S, Harstad

## 8 Referanser

### 81 Forfatter og redaksjon

Dette bladet er revidert av Claus Ringnes. Bladet erstatter blad med samme nummer utgitt høsten 1982. Saksbehandler har vært Bjarne Hegdal. Redaksjonen ble avsluttet i oktober 1993.