

Miasta przyjazne seniorom a elementy zieleni miejskiej



dr hab. inż. arch.

AGATA A. GAWLAK, PROF. PP

Politechnika Poznańska

Wydział Architektury

ORCID: 0000-0002-6234-7953



dr inż. arch.

AGNIESZKA PTAK-WOJCIECHOWSKA

Politechnika Poznańska

Wydział Architektury

ORCID: 0000-0002-4833-905X

W artykule zaprezentowano dotychczasowe badania przeprowadzone na Wydziale Architektury Politechniki Poznańskiej w obszarze jakości życia w miastach w aspekcie działań adaptacyjnych do zmian klimatycznych ze szczególnym uwzględnieniem elementów zieleni miejskiej, w kontekście spektrum potrzeb funkcjonalno-przestrzennych starzejących się mieszkańców miast.

W obliczu wielu wyzwań globalnych związanych ze starzeniem się społeczeństw oraz zmianami klimatycznymi, jak również biorąc pod uwagę dynamikę tych zmian, wydaje się słuszne, by na zagrożenia móc reagować z wyprzedzeniem. Liczba seniorów w Poznaniu pomiędzy rokiem 2000 a 2022 zwiększyła się o 36%. Liczba seniorów w miastach na 1000 mieszkańców waha się w zależności od regionu Polski i wynosi np. w Łodzi 312, w Poznaniu 261, we Wrocławiu 253, w Krakowie 247, a w Warszawie 246. To ok. 25–30% mieszkańców [1].

Ten fakt trudno ignorować, podejmując decyzje w zakresie adaptacji do zmian klimatycznych.

Miasta przyszłości będą zasadniczo miastami starych ludzi, i to w tym kontekście należy programować zmiany w przestrzeni urbanistycznej. Istnieją pewne powszechne metody wspierające koncepcję rezylinecji, które wpisują się w strategię projektowania środowisk zamieszkania przyjaznych seniorom, które omówiono w dalszej części tekstu.

W ślad za zmianami demograficznymi powstało wiele projektów i koncepcji miast, w tym miasto zdrowe i miasto przyjazne starzeniu się (ang. healthy city or age-friendly city), a w konsekwencji Globalna Sieć Miast i Gmin Przyjaznych Starzeniu (ang. Global Network of Age-friendly Cities and Communities) [2]. Idea udostępniania miast oraz narzędzia, które temu służą, są omawiane przez wielu naukowców [3]. Jak podaje Lechowska, konwencjonalne podejście do planowania miast nie jest wystarczające z perspektywy potrzeb seniora i należy dążyć do zintegrowanego planowania miast, uwzględniającego wzajemne relacje przestrzenne poszczególnych składników przestrzeni miejskiej,

o których pisze (tereny zieleni, sportowo-rekreacyjne, obiekty usługowo-handlowe, kultury, ochrony zdrowia i przystanki komunikacji publicznej – w ich najbliższym środowisku zamieszkania).

W przeprowadzonych badaniach wyodrębniono kryteria, które są istotne z punktu widzenia dostępności, poczucia bezpieczeństwa i komfortu dla osób starszych. Są to: dostępność przestrzeni, różnorodność rozumiana jako zróżnicowanie funkcjonalne, czytelność, adaptacyjność, sensoryczność, czyli oddziaływanie na zmysły, wyposażenie w nowe technologie czy możliwość personalizacji przestrzeni [4]. Pożądane cechy przestrzeni tzw. prosenioralnej można uzyskać, wykorzystując działania prośrodowiskowe, które zostały omówione w kolejnym punkcie.

Aspekty środowiska miejskiego powiązane z ochroną klimatyczną miast, istotne z punktu widzenia seniorów

Podejście oparto na założeniach modelu salutogenezy w projektowaniu środowiska zamieszkania, który zgodnie z koncepcją Aarona Antonovsky'ego ma zdolność wspierania zdrowia poprzez potencjał zawarty w środowisku zbudowanym i naturalnym otoczeniu człowieka.

Bardzo dużą rolę odgrywa zielen w mieście, która dla seniora pełni kilka ważnych funkcji. Pierwszą z nich jest możliwość zapewnienia schronienia przed przegrzaniem i stworzenie obszaru zacienionego. Ma to szczególne znaczenie przy skrajnie wysokich temperaturach w miastach w okresie letnim. Jednocześnie stanowi ona barierę dla wiatru, co obniża poczucie niepokoju, wspomaga stabilność chodu i ogólne poczucie komfortu, nie tylko osób starszych.

Uważa się, że odpowiednio rozlokowana zieleń wysoka w mieście potrafi zmniejszyć siłę wiatru od 20% do 80% w zależności od wysokości i szerokości pasa zieleni [5].

Zieleń, poza funkcją ochrony przed wiatrem, stanowi element zacieniania przestrzeni, co jest bardzo korzystne z punktu widzenia zdrowia i samopoczucia seniorów, dla których długotrwała ekspozycja na słońce jest niekorzystna. Zacienienie i chłodzenie w przestrzeni publicznej wspiera mobilność w mieście.

W przypadku seniorów, grupy, która wolniej porusza się po mieście i wolniej rozpoznaje systemy oznakowania i odnajdywania drogi, zieleń ma potencjał wspierania – wzmacniania systemu identyfikacji wizualnej, chociażby poprzez tworzenie silniejszych form czy skupisk w punktach formalnie ważnych. Może jednak również nieść negatywne konsekwencje w postaci przestanięcia, zawężania pola widzenia, co obniża poczucie bezpieczeństwa.

Elementy małej architektury, które wspierają mobilność seniorów w miastach, to tzw. źródła wody pitnej. Często ich obecność lub brak wręcz determinuje wytyczoną trasę spaceru, co potwierdzają wywiady z seniorami przeprowadzone przez autorki.

Zieleń we wszystkich wymienionych aspektach ma wpływ na aktywność fizyczną seniorów, motywuje ich do poruszania się po mieście oraz do przedłużania swojego pobytu poza domem [6]. W końcu, w kontekście wspomnianej aktywności fizycznej seniorów, nie można pominąć jednoczesnego wpływu na integrację społeczną, o czym pisze w swoich badaniach m.in. Beata Dubiel [7]. Zieleń w mieście i adekwatna infrastruktura (ławki, siedziska, zadaszenia) warunkują dłuższe przebywanie na zewnątrz i sprzyjają nawiązaniu relacji.

Nierzadko mogą zostać wyposażone w technologie smart, kolektory słoneczne itp., dzięki którym mają wbudowane funkcje, np. ładowania telefonu, oświetlenia, punktu informacyjnego z czytnikiem tekstu dla osób słabowidzących.

W przypadku osiedli domów wielorodzinnych stanowi także cenne narzędzie personalizacji przestrzeni wokół domu. Seniorzy, jako grupa spędzająca najwięcej czasu w domach czy mieszkaniach, wykazują dużą potrzebę personalizacji poprzez chociażby nasadzenia. Szczególnie jest to widoczne także na osiedlach, gdzie seniorzy adaptują części trawników pod oknami, które co do zasady są przestrzenią wspólną i ogólnodostępną. Wygradzają ją, sadzą kwiaty lub warzywa i pielęgnują, nierzadko wspólnie z sąsiadami. Takie działania, zupełnie oddolne, mają bardzo dobry wpływ na zachowanie bioróżnorodności w miastach, co staje się strategią w myśleniu o mieście odpornym i rezyliencyjnym (przykłady wskazano na rys. 7–9.).



Rys. 1. Źródła wody pitnej na przykładzie m. Oświęcim; źródło: <https://pijwode.pwik.oswiecim.pl/Poidelka-na-ulicach-miasta-45.html>



Rys. 2. Źródła wody pitnej, źródło: <https://www.vivaconagua.ch/news/fill-me-bottle/>



Rys. 3. Zacienienie przestrzeni spacerowej; źródło: Photo by Cristina Seri, <https://theapopkavoice.com/stories/assisted-living-vs-home-care-4-unspoken-health-benefits-of-aging-in-place,2346>





Rys. 4. Ławki w przestrzeni spacerowej jako element wspierający mobilność seniorów; źródło: Shutterstock



Rys. 5. Ławka dostosowana do parkowania wózkiem inwalidzkim; źródło: <https://www.metdra.de/en/street-furniture/benches/senior-citizens-benches/komfort-plus-senior-citizens-bench/>



Rys. 6. Interaktywna ławka solarna; źródło: <https://hola.rs/en/blog/smart-solar-bench-a-modern-solution-for-urban-spaces/>

Inkluzja seniorów do oceny środowiska zbudowanego

Włączanie użytkowników przestrzeni do jej oceny i formułowania postulatów do projektu np. adaptacji przestrzeni publicznych w mieście jest obecnie powszechne i opiera się na zweryfikowanych metodach. W przypadku seniorów mamy do czynienia ze spektrum nowych wyzwań, w szczególności dlatego, że nie możemy traktować seniorów jako jednorodnej grupy. Definiując seniora, odnosimy się w zasadzie tylko do jego wieku, który w tym wypadku wynosi 65 lat i więcej (zgodnie z definicją WHO). Natomiast wiek jest jedynie punktem odniesienia na osi czasu, a grupa seniorów jest zdecydowanie niejednorodna.

Występuje tu zasada „podwójnego starzenia się ludności”, związana ze zjawiskiem występowania w grupie osób starszych trzech podgrup:

- „młodych starych” (w wieku od 65 do 74 lat);
- „starych starych” (75-84 lata);
- „najstarszych starych” (85 lat i więcej) [8].

Generalny wzrost procentowy ludności nie przebiega równoległe we wszystkich trzech grupach. Przyrost osób starszych w grupie „młodych starych” jest najniższy, natomiast najwyższy występuje w grupie „najstarszych starych”. Niepomijanie osób starszych w działaniach strategicznych związanych z planowaniem i projektowaniem wobec globalnych wyzwań klimatycznych jest koniecznością i obowiązkiem. Niemniej procesy włączania seniorów wymagają odrębnego traktowania i wrażliwości wobec zróżnicowanych potrzeb oraz cech.

W ramach rozprawy doktorskiej pt. *Analiza wybranych narzędzi do ewaluacji jakości życia w mieście w kontekście zmian społeczno-demograficznych* [9] wśród grupy osób w wieku 60 lat i więcej zostało przeprowadzone badanie ankietowe dotyczące percepcyjnej oceny architektury i urbanistyki w Poznaniu, które wpływają na jakość życia według starszych mieszkańców poznańskich osiedli. Badanie miało posłużyć do uzupełnienia podkryterium oceny percepcyjnej starszych mieszkańców, a finalnie do sprawdzenia sprawności narzędzia oceny, opisanego szerzej w rozprawie.

Skonstruowano kwestionariusz ankiety, który następnie poddano czterostopniowemu procesowi walidacji. Przeprowadzono badanie ankietowe wśród seniorów, a wyniki zostały przeanalizowane z użyciem metod statystycznych.

Proces walidacji ankiety dostarcza interesujących danych na temat badań partycypacyjnych w gronie seniorów.

Na pierwszym etapie ewaluacji ankiety cyfrowej ekspert wskazał na konieczność stworzenia ankiety w formie analogowej. Okazało się, że pytania do ankiety



Rys. 7. Ogródki na osiedlach mieszkaniowych; źródło: <http://www.dzielnica12.krakow.pl/wp-content/uploads/2013/10/Nowy-Prokocim-w-kwiatach-4.jpg>



Rys 8. Ogródki na osiedlach mieszkaniowych; źródło: <http://www.dzielnica12.krakow.pl/2013/10/nowy-prokocim-w-kwiatach/>



Rys. 9. Ogródki na osiedlach mieszkaniowych; źródło: <https://kurier-kolski.pl/2020/05/jak-zwykle-kolorowo-przed-blokiem-przy-ul-20-stycznia-20-w-kole/>

skierowanej do seniorów powinny zostać sformułowane w formie objaśniających zdań zamiast krótkich równoważników zastosowanych w pytaniach macierzowych. Konieczne było umieszczenie skali oceny pod każdym pytaniem osobno. Na drugim etapie klarowność pytań oceniono grono seniorów oraz psycholog. Pytania, które nie były wystarczająco czytelne, należało przereklamować i uprościć przy użyciu nieskomplikowanego słownictwa. Zmieniona została też skala oceny, z 10-stopniowej na 5-stopniową, a do jej zwizualizowania użyto skali Likerta z numerami i odpowiedziami tekstowymi. Ankieta została finalnie zaaprobowana przez eksperta, a następnie pozytywnie zaopiniowana przez Komisję ds. Etyki Badań Naukowych prowadzonych z udziałem ludzi na Politechnice Poznańskiej.

Finalnie badania ankietowe odbyły się w formie cyfrowej i analogowej, z zachowaniem anonimowości respondentów. Rozdystrybuowano 280 kwestionariuszy ankiety w formie papierowej. Ankiety opublikowano na stronie Centrum Inicjatyw Senioralnych, a link przesłano dodatkowo do pracowników Politechniki Poznańskiej. Ankiety analogowe zostały przekazane do ośrodków zrzeszających seniorów (kluby seniora, domy kultury i inne organizacje odwiedzane przez osoby starsze), którzy wyrazili chęć wzięcia udziału w badaniu. Badaniu niekiedy towarzyszyła krótka prelekcja objaśniająca metodykę i cel badań.

Ostatecznie tylko 188 ankiet spośród 280 przygotowanych w wersji papierowej zostało uzupełnionych przez respondentów. Formularz cyfrowy wypełniło jedynie 51 respondentów.

Analizę statystyczną przeprowadzono z wykorzystaniem 198 uzupełnionych ankiet, uznanych za kwalifikowalne ze względu na kompletne odpowiedzi dotyczące wieku, płci, posiadanej niepełnosprawności, chorób towarzyszących, zamieszkiwanego obszaru miasta oraz sposobu poruszania się.

Liczba wypełnionych finalnie przez seniorów ankiet okazała się powiązana ze złożonością pytań i ich liczbą, która wynosiła 94. Część z respondentów zrezygnowała z badania pomimo wcześniejszej deklaracji udziału, właśnie ze względu na obszerność ankiety. Należy podkreślić, że badanie to miało na celu zweryfikowanie sprawności narzędzia oceny, a nie pozyskanie reprezentatywnej grupy danych o aktualnym stanie miasta Poznania. Uznane badania prowadzone w Holandii charakteryzują się podobną próbą badawczą, która wynosiła 182 osoby w wieku 65 lat i więcej [10].

Istotnym elementem badań partycypacyjnych było wcześniejsze nawiązanie kontaktu z seniorami poprzez udział osób trzecich, takich jak dyrektorzy, kierownicy, instruktorzy domów kultury, którzy zarekomendowali



badania. Ponadto grupa seniorów, która wzięła udział w badaniu, stanowi tę aktywną część starzejących się mieszkańców miasta. Jednak badania prowadzone w ramach rozprawy wskazują, że większość osób starszych nie wzięłaby udziału, gdyby do dyspozycji mieli jedynie ankietę w formie cyfrowej.

Analiza wyników badania pozwoliła na wyciągnięcie interesujących wniosków obejmujących tematykę zieleni w mieście. Sprawdzone m.in., czym jest determinowana satysfakcja seniorów, a dla oznaczenia poziomu istotności stwierdzających związek lub różnicę wykorzystano pakiet statystyczny Statistica i program Microsoft Excel. Zastosowano następujące oznaczenia: $p \geq 0,05$ – wartość nieistotna statystycznie, $p < 0,05$ – wartość istotna statystycznie.

Aspektem wpływającym na ocenę percepcyjną zieleni miejskiej okazało się utożsamianie z otoczeniem. Dla obszarów zielonych i elementów wodnych $p=0,0002$ i $p=0,0003$, a dla elementów zacieniających $p=0,0021$. Tendencja do utożsamiania się z miejscem zamieszkania nie zawsze odnosi się do jakości środowiska zbudowanego, może być również determinowana czasem zamieszkiwania w danym otoczeniu.

Na pytanie dotyczące najważniejszych aspektów przestrzeni architektoniczno-urbanistycznej w opinii respondentów 77 spośród 198 osób starszych wybrało przyjazność środowisku, co stanowi niecałe 39%. Seniorzy wymienili dodatkowo aspekty dotyczące zieleni w odpowiedzi otwartej: „więcej zieleni (drzew, krzewów itd.), więcej łąk”, „piękna zieleń, parki”, „uwzględnienie roli roślin w budowaniu i odczuwaniu przestrzeni również kolorystyki”, „dużo zieleni”, „prosimy [...] o możliwość odpoczynku w cieniu drzew”, „więcej drzew (nie krzaczków) wśród istniejących betonów”, „zauważono nowe nasadzenia zieleni (np. drzew itd.), ale to i tak kropla w morzu. Moim marzeniem jest doprowadzenie do sytuacji z lat 60. itd., w co nie wierzę. Betonoza ma przewagę”. Zwrócono też uwagę na elementy małej architektury: „więcej łąk przy bloku”, „prosimy o więcej łąk i o możliwość odpoczynku w cieniu drzew, o zlikwidowanie dymiących kominów, rowców, poruszających się po chodnikach!”, „więcej wygodnych łąk”, „brak łąk w naszym najbliższym lasku-parku”, „brak ławeczek w lesie (parku), brak na przystanku zadania, remont ulicy i oświetlenia”, „więcej łąk dla seniorów”, a także jakość powietrza: „prosimy [...] o zlikwidowanie dymiących kominów”, „czystość powietrza w okresie zimowym. Wyeliminowanie kominków instalowanych na nowych osiedlach”. Powyższe potwierdza istniejącą świadomość seniorów w zakresie jakości środowiska oraz aspektów związanych z zielenią oraz klimatem.

Podsumowanie

Prowadzenie badań dotyczących percepcji przestrzeni architektoniczno-urbanistycznej w gronie osób starszych jest nietatwym zadaniem. Powinno ono uwzględniać zróżnicowanie w obrębie grupy seniorów oraz ujmować szczegółowy proces projektowania ankiety wraz z jej kilkuetapową walidacją. Należy upewnić się, że forma badania jest czytelna i dopasowana do umiejętności cyfrowych każdego z respondentów.

Jak wynika z badań, osoby starsze doceniają wagę aspektów zieleni w miastach, a istotny wpływ na ich ocenę ma poczucie utożsamiania się z otoczeniem. Jakość życia w miastach jest wprost powiązana z aspektami proklimatycznymi [11].

Miasto przyjazne środowisku, a zarazem seniorom, powinna cechować rozbudowana i zróżnicowana struktura terenów zielonych, która będzie dla nich wsparciem w mobilności przy zachowaniu aspektów prozdrowotnych. Włączenie społeczności do projektowania dla zmian klimatu jest jednocześnie zwiększeniem ich świadomości w promocji zdrowia i zdrowego stylu życia [12].

Paradoksalnie, projektując miasta z ukierunkowaniem na potrzeby najbardziej wrażliwej oraz najliczniejszej grupy mieszkańców – seniorów, tworzymy jednocześnie przestrzeń najbardziej odporną na zmiany klimatyczne.

BIBLIOGRAFIA

- [1] Analiza statystyczna, Sytuacja osób starszych w Polsce w 2022 r., Główny Urząd Statystyczny w Białymstoku, Warszawa-Białystok 2023.
- [2] Lechowska E., Miasto przyjazne starzeniu w kontekście dostępności przestrzennej na przykładzie Łodzi, Komitet Przemysłowego Zagospodarowania Kraju Polskiej Akademii Nauk 2018, z. 272, s. 216–229.
- [3] Labus A., Szewczenko A., Przestrzeń miejska z perspektywą 60+ – ujęcie interdyscyplinarne, „Studia KPZK” 2017, nr 176, s. 84–97.
- [4] Gawlak A., Mieszkanie dla zdrowia. Projektowanie dla przyszłych seniorów, Wydawnictwo Politechniki Poznańskiej, Poznań 2022.
- [5] Wronkowski A., Istota zieleni w przestrzeni miejskiej, <https://urbnews.pl/istota-zieleni-w-przestrzeni-miejskiej/> (dostęp: 12.09.2023).
- [6] Trojanowska M., Tereny zieleni w mieście dostępnym. Parki i ogrody terapeutyczne, „Studia KPZK” 2017.
- [7] Dubiel B., Rola terenów zielonych w zrównoważonym rozwoju miast w woj. śląskim, „Research Papers of Wrocław University of Economics” 2018, nr 527, s. 36–44.
- [8] Janiszewska A., Zróżnicowanie przestrzenne starzenia się ludności na świecie, „Folia Oeconomica Acta Universitatis Lodzianensis” 2017, nr 5 (331).
- [9] Ptak-Wojciechowska A., Analiza wybranych narzędzi do ewaluacji jakości życia w mieście w kontekście zmian społeczno-demograficznych [rozprawa doktorska], Wydział Architektury Politechniki Poznańskiej, Poznań 2023.
- [10] Kemperman A., van den Berg P., Weijjs-Perrée M., Uijtendewillegen K., Loneliness of Older Adults: Social Network and the Living Environment, „International Journal of Environmental Research and Public Health” 2019, nr 16(3), s. 406, <https://doi.org/10.3390/ijerph16030406>.
- [11] Ptak-Wojciechowska A., Januchta-Szostak A., Gawlak A., Matuszewska M., The Importance of Water and Climate-Related Aspects in the Quality of Urban Life Assessment, „Sustainability” 2021, nr 13, s. 6573, <https://doi.org/10.3390/su13126573>.
- [12] Leach J.M., Braithwaite P.A., Lee S.E., Bouch C.J., Hunt D.V., Rogers C.D., Measuring Urban Sustainability and Liveability Performance: The City Analysis Methodology, „Int. J. Appl. Sci. Technol.” 2016, nr 1, s. 86–106.

DOI: 10.5604/01.3001.0054.7780

PRAWIDŁOWY SPOSÓB CYTOWANIA
Gawlak Agata A., Ptak-Wojciechowska Agnieszka, 2024, Miasta przyjazne seniorom a elementy zieleni miejskiej, „Builder” 11 (328).
DOI: 10.5604/01.3001.0054.7780

STRESZCZENIE:

W artykule zaprezentowano dotychczasowe badania przeprowadzone na Wydziale Architektury Politechniki Poznańskiej w obszarze jakości życia w miastach w aspekcie działań adaptacyjnych do zmian klimatycznych ze szczególnym uwzględnieniem elementów zieleni miejskiej, w kontekście spektrum potrzeb funkcjonalno-przestrzennych starzejących się mieszkańców miast. Odniesiono się do tzw. wartości dodanej tych działań, wskazując na walory istotne z punktu widzenia poczucia bezpieczeństwa i mobilności seniorów w miastach. Całość uzupełniono o doświadczenia własne z badań partycypacyjnych obejmujących ocenę dzielnic m. Poznania przez zróżnicowaną grupę seniorów.

SŁOWA KLUCZOWE:

projektowanie dla seniorów, starzejące się społeczeństwo, QoL, partycypacja, zdrowe miasto

ABSTRACT:

SENIOR-FRIENDLY CITIES AND URBAN GREENERY ELEMENTS. This paper presents previous research carried out at the Faculty of Architecture, Poznan University of Technology, in the field of quality of life in cities in the aspect of climate change adaptation measures, taking into account the spectrum of functional and spatial needs of ageing inhabitants with a particular focus on urban greenery. The so-called added value of these measures was highlighted, as well as the qualities that are important for the sense of security and mobility of senior citizens in cities. The study was complemented by the author's own experience in participatory research involving the evaluation of neighbourhoods in Poznań by a diverse group of senior citizens.

KEYWORDS:

design for seniors, ageing societies, QoL, participation, healthy cities