




MIASTO DLA WSZYSTKICH

Szkice o przestrzeni publicznej
w perspektywie starzejącego
się społeczeństwa



MIASTO DLA WSZYSTKICH

Szkice o przestrzeni publicznej

w perspektywie starzejącego się społeczeństwa

Publikację opracowała Fundacja Na Miejscu



Centrum
Inicjatyw
Miejscowych



Centrum
Inicjatyw
Miejscowych



Pracownia
Badań
i Innowacji
Społecznych
stocznia

Warszawa 2015

Spis treści

	1. Perspektywy starzenia się w mieście	2. Rekomendacje: starzenie się a tereny otwarte	3. Z praktyki terenowej: sprawdzone narzędzia
7–8	Marta Trakul-Masłowska Miasto dla wszystkich	Fragmenty brytyjskich badań Inclusive Design for Getting Outdoors (I'DGO)	88–93 Maria Klaman I senior może być badaczem
9–11	Maria Klaman Starość ekspertem od przestrzeni	52–69 Ulice	94–99 Zuzanna Naruszewicz Wolne wnioski
	14–25 Marta Trakul-Masłowska Starzenie się w mieście a przestrzeń publiczna	70–81 Parki i tereny otwarte	100–105 Adam Kadenaci Historie codzienne
	26–33 dr Agnieszka Labus W poszukiwaniu wizji starzejącego się miasta. Perspektywa urbanistyczna	82–85 ZOOM na wytyczne WHO	
	34–40 dr Krzysztof Herman Tereny zieleni dla wszystkich		
	41–47 Tomasz Schimanek Kilka refleksji o polityce senioralnej samorządów terytorialnych		106–108 O projekcie „ZOOM na rady seniorów”

Miasto dla wszystkich

Przeciętny trzydziestolatek już za 30 lat bez przystanku będzie w stanie iść około 10 minut. Popsuje mu się wzrok, pojawią się problemy z rozpoznawaniem kolorów, a wieku lat 70 straci połowę sił. Zmiany te zaczynają się już po trzydziestce – na przykład ludzie w wieku 40 lat potrzebują dwa razy więcej światła żeby dobrze widzieć niż 20-latkowie. Zagadnienie starzejących się mieszkańców miast jest bliżej niż nam się wydaje.

Oddajemy w państwa ręce zbiór inspiracji i rozwiązań obrazujących potrzeby starzejących się mieszkańców miast. Czyli niemalże wszystkich 30-latków już za 30 lat. Dane, które przywołujemy dowodzą, że stępienie wzroku dotyczyć będzie 98% osób. Stępienie słuchu jest jednym z pierwszych objawów starzenia się i znacząco wpływa na dezorientację w mieście. 60-latkowie potrzebują aż pięciokrotnie mocniejszego oświetlenia, jak 20-latkowie, a zmiany w ciele zaczynają się już po trzydziestce.

Badania i analizy pokazują, że podstawowymi udogodnieniami dla osób starszych są ławki z wysokim siedziskiem (55 cm, zamiast 45 cm) i podłokietnikami, dostępne toalety czy gładkie chodniki (o tym piszemy w rozdziale drugim). Ale potrzeby czy upodobania seniorów wychodzą znacznie dalej poza bariery architektoniczne, o których zwykle mówi się w przypadku osób z niepełnosprawnościami. Mają nieoczywisty, miękki charakter. Dotyczą kategorii takich jak potrzeba kameralności, przytulności, kontemplowania zmian w naturze. Niezwykle ważne są również bariery psychologiczne związane z byciem na zewnątrz – podwyższony poziom niepokoju, i trudne do zrozumienia dla młodych lęki, na przykład związane z przejściem przez ulicę. Bariera jest też hałas i natłok obrazów powodujące dezorientację.

Nad tymi potrzebami zastanawiamy się wspólnie z seniorami próbując doprecyzować czym są dla nich wytyczne Światowej Organizacji Zdrowia dla starzejących się miast (rozdział drugi).

Nasza autorka dr Agnieszka Labus pisze o tym jak zarządzać miastami, żeby adaptowały się dla potrzeb starzejącego społeczeństwa i perspektywie skali urbanistycznej.

Tomasz Schimanek pisze szeroko o możliwościach wpisania rozwiązań dotyczących przestrzeni w politykę senioralną. Krzysztof Herman, architekt krajobrazu, dzieli się swoimi refleksjami z pracy w terenie w Elblągu i Prudniku, gdzie pracował z seniorami nad modernizacją dwóch parków z uwzględnieniem perspektywy starszych użytkowników.

Przykłady rozwiązań, rekomendacje czerpiemy głównie z doświadczeń brytyjskich badaczy skupionych w projekcie Inclusive Design for Getting Outdoors. Te niezwykle kompleksowe, prowadzone na przestrzeni 10 lat badania zostały wykorzystane też przez Światową Organizację Zdrowia do sformułowania wytycznych dla starzejących się miast.

Praktyka: w ramach projektu ZOOM na rady seniorów Fundacja Na Miejscu opracowała strategie i interwencje dla przestrzeni publicznych w trzech miastach Prudniku, Elblągu i Lublinie. Zaproponowane rozwiązania są próbą krytycznego spojrzenia na przestrzeń z perspektywy potrzeb osób starszych (wypracowanych w trakcie konsultacji).

Projekty interwencji dla dwóch parków i jednej ulicy autorstwa dr. Krzyszfa Hermana, Piotra Bujasa i Łukasza Kowalskiego można obejrzeć na stronie www.namiejscu.org

Maria Klaman

koordynatorka projektu „ZOOM na rady seniorów”

Starość ekspertem od przestrzeni

Przestrzeń publiczna przyjazna osobom starszym bardzo szybko okazała się być przestrzenią przyjazną wszystkim mieszkańcom. W ten sposób określił ją nie kto inny jak sami zainteresowani – seniorzy, osoby 60+, z którymi miałam okazję współpracować w ramach projektu „ZOOM na rady seniorów”.

Dzięki temu projektowi jako koordynatorzy lokalni przez niemal dziesięć miesięcy współpracowaliśmy z radami seniorów i jednostkami samorządu terytorialnego w Elblągu, Lublinie i Prudniku, przygotowując członków i członkinie rad seniorów, urzędników oraz mieszkańców do przeprowadzenia konsultacji społecznych dotyczących przestrzeni publicznej przyjaznej dla osób starszych. Projekt „ZOOM na rady seniorów” to projekt partnerski realizowany przez Towarzystwo Inicjatyw Twórczych „ę”, Pracownię Badań i Innowacji Społecznych „Stocznia” oraz Fundację na Rzecz Wspólnot Lokalnych „Na miejscu”. W naszej współpracy z radami seniorów koncentrowaliśmy się na kwestiach związanych z wpływem rad seniorów na decyzje podejmowane przez samorządy, reprezentacją interesów starszych mieszkańców oraz uwrażliwianiu samorządów i mieszkańców na potrzebę kształtowania przestrzeni publicznej w taki sposób, żeby sprzyjała aktywnemu starzeniu.

Ponieważ naszym celem była eksploracja tematu przestrzeni przyjaznej osobom starszym, punktem wyjścia do współpracy z radami seniorów i samorządami stały się konsultacje społeczne wokół inwestycji w przestrzeni publicznej wskazanych przez rady seniorów – jako ciała reprezentującego środowiska osób starszych – i samorządy jako ciała

decyzyjnego, które może wdrożyć wypracowane wyniki konsultacji w życie, a w przyszłości projektować przestrzeń całej miejscowości w sposób przyjazny osobom starszym i wszystkim mieszkańcom.

W każdym z miast zajmowaliśmy się innego rodzaju przestrzenią. W Elblągu i Prudniku były to parki miejskie, oba o walorach historycznych i zabytkowych: elbląski Park Modrzewie i park miejski w Prudniku, w Lublinie zaś badaliśmy mały fragment przestrzeni miejskiej: pasaż z pasem zieleni i chodnikiem, który znajduje się tuż przy skrzyżowaniu z ul. Sowińskiego, przed budynkiem przy Alejach Racławickich 22.

Sam proces konsultacji społecznych odbył się wiosną 2015 roku. Warsztaty konsultacyjne opracował i przeprowadził zespół Fundacji na Rzecz Wspólnot Lokalnych „Na miejscu” we współpracy z Towarzystwem Inicjatyw Twórczych „ę”: socjolożka Ludwika Ignatowicz, architekt krajobrazu Krzysztof Herman, Marta Trakul-Masłowska oraz zaproszeni do współpracy architekci Piotr Bujas i Łukasz Kowalski, a także trenerzy z Sieci Latających Animatorów i Latających Socjologów Kultury, m.in. Anna Biernat, Adam Kadenaci, Zuzanna Naruszewicz, Maria Klaman, Dominik Skrzypkowski, Katarzyna Wala.

Zanim doszło do otwartych warsztatów konsultacyjnych, w każdym z miast wraz z trenerami z Sieci Latających Animatorów i Latających Socjologów Kultury Towarzystwa Inicjatyw Twórczych „ę” prowadziliśmy szereg działań i warsztatów animacyjno-diagnostycznych. Podczas tego kilkumiesięcznego procesu członkowie i członkinie rad seniorów i mieszkańcy poznawali na podstawie własnego doświadczenia (user experience), definiowali i badali, czym jest dla nich przyjazna przestrzeń publiczna.

W zespole koordynatorskim (Adam Kadenaci, Maria Klaman i Zuzanna Naruszewicz) zaprogramowaliśmy, a następnie wraz z członkami i członkiniami Społecznej Rady Seniorów Miasta Lublina, Elbląskiej Rady Seniorów i Prudnickiej Rady Seniorów przeprowadziliśmy działania włączające społeczność lokalną, a także zawiązaliśmy powstanie partnerstw między organizacjami, grupami nieformalnymi i mieszkańcami, które zaowocowały oddolnymi inicjatywami na rzecz konsultowanej przestrzeni, np. w Elblągu piknikiem w Parku Modrzewie.

Pracę rozpoczęliśmy od rozpoznania potrzeb i ograniczeń osób starszych odnośnie funkcjonowania w przestrzeni publicznej. Okres współpracy upłynął w dużej części na uczeniu się od siebie nawzajem i definiowaniu, czym jest przestrzeń publiczna przyjazna osobom starszym i wszystkim mieszkańcom oraz sięganiu po wiedzę ekspercką poprzez włączanie do poszczególnych działań architektów, socjologów i lokalnych ekspertów. W badaniu przestrzeni i pracy z osobami starszymi korzystaliśmy z wielu metod i narzędzi badawczo-animacyjnych. Niektóre z nich były zupełnie unikatowe, inne zaś powstały dzięki modyfikacji wcześniej wypracowanych przez Towarzystwo Inicjatyw Twórczych „ę” i współpracujących z nami badaczy i ekspertów metod, tak aby dostosować je do lokalnych warunków.

W niniejszej publikacji oprócz treści poświęconych przestrzeni przyjaznej wszystkim mieszkańcom prezentujemy również metody, które naszym zdaniem najlepiej sprawdziły się w pracy z osobami starszymi i które rekomendujemy do działań związanych z badaniem i organizowaniem przestrzeni publicznej przyjaznej osobom starszym i wszystkim mieszkańcom. Zachęcamy do inspirowania się opisanymi pomysłami, modyfikowania ich i kreatywnego rozwijania oraz dostosowania do własnych potrzeb i kontekstów. Mottem w projektowaniu i badaniu przestrzeni przyjaznej osobom starszym niech będzie hasło niejednego z naszych warsztatów: „Starość ekspertem od przestrzeni”, którym kierowaliśmy się w naszej pracy.



1

PERSPEKTYWY STARZENIA SIĘ W MIEŚCIE

Marta Trakul-Masłowska

Fundacja na Rzecz Wspólnot Lokalnych „Na miejscu”

Starzenie się w mieście a przestrzeń publiczna

Polskie miasta w znacznym stopniu urządzone są tak, żeby sprzyjać potrzebom pracujących i zdrowych osób w średnim wieku. Albo tak, że tylko te osoby są w stanie poradzić sobie z pokonaniem przestrzeni. Inni nie dadzą rady na krzywych i nieprzejezdnych z wózkami chodnikami, bez dostępu do toalety czy możliwości odpoczynku na ławce.

Powoli zaczynają w niej znajdować odzwierciedlenie potrzeby dzieci czy osób niepełnosprawnych, kiedyś praktycznie niezauważalne. Od niedawna zaczyna też być słyszalny głos osób starszych i kobiet. Poniżej przedstawiam kilka powodów, dla których wspólna przestrzeń miasta powinna być projektowana z uwzględnieniem potrzeb osób starszych, czyli dla nich DOSTĘPNA.

1. Jest wtedy wygodna dla wszystkich. Szczególnie gdy tworzona jest w duchu projektowania uniwersalnego, gdzie rozwiązania nie stygmatyzują starszych osób, a jednocześnie są bardzo wygodne dla pozostałych użytkowników przestrzeni.
2. Ułatwia tzw. „starzenie się w miejscu”, czyli we własnym domu, a nie w placówce opiekuńczej. Spędzanie czasu na powietrzu ma dobry wpływ zarówno na ciało, jak i umysł. Dostosowanie i dostępność usług w okolicy, np. możliwość łatwego dotarcia do przychodni, powoduje, że dłużej można zostać samodzielnym.
3. Wpływa na budowę miasta zwartej, miasta krótkich odległości – osoby starsze poruszają się głównie w obrębie swojego

sąsiedztwa (ok. 500 m), chodzą do sklepu i lekarza. Jeśli osiedla będą projektowane i użytkowane z uwzględnieniem tej wiedzy i potrzeb, to będzie powstawało miasto krótkich odległości, usług dostępnych lokalnie, otoczonych dostępną dla pieszych przestrzenią publiczną, którą może pokonać osoba starsza.

4. Taka przestrzeń uzdrowia – odpowiednio w nią wkomponowane tereny zieleni mają działanie terapeutyczne. M.in. hortiterapia (ogrodoterapia) wskazuje na uzdrawiające psychikę i ciało działanie roślin¹. Szczególnie poprzez możliwość samodzielnego uprawiania warzywniaków czy rabat, a także dzięki specjalnej, pobudzającej zmysły kompozycji barw, kształtów i faktur. Dostęp do wysokiej jakości terenów zieleni ma też przełożenie na ocenę jakości życia².
5. Tworzy warunki dla podtrzymujących dobrą kondycję psychiczną kontaktów społecznych. Dobrej jakości miejsca dają możliwość wspólnego spędzania czasu, bez wcześniejszego umawiania się. To miejsca, w których spotyka się znajomych i nieznajomych.
6. Zapewnia ruch – darmową rehabilitację. Samo dojście do parku czy sklepu to często największy wysiłek fizyczny w ciągu dnia.
7. Może wspierać leczenie różnych chorób, np. demencji. Możliwość załatwiania codziennych sprawunków pozwala dłużej trwać w dobrym zdrowiu psychicznym. I odwrotnie – unieruchomienie w domu może być przyczyną stanów depresyjnych.
8. Przebywanie w przestrzeni publicznej nic nie kosztuje.

¹ M. Latkowska, *Ogród bez barier – jak urządzić ogród dostosowany do potrzeb osób z niepełnosprawnością ruchową i sensoryczną*, [w:] *Ogród za oknem. Współczesny ogród przydomowy w teorii architektury krajobrazu*, B.J. Gawryszewska, K. Herman (red.), Warszawa 2007.

² C.W. Thompson, T. Sugiyama, S. Alves, K. Southwell, *OPENspace I'DGO – Inclusive Design for Getting Outdoors*.

Dokąd chodzą osoby starsze?

%

Osoby z demencją

Osoby bez demencji

Sposoby korzystania z przestrzeni publicznej i bariery

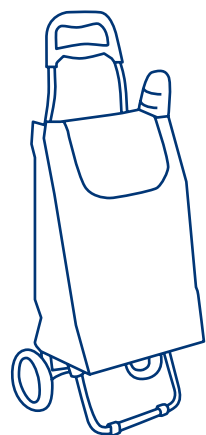
Potrzeby czy upodobania osób starszych dotyczące przebywania w przestrzeni miasta nie różnią się od potrzeb pozostałych grup wiekowych, inny może być jedynie sposób ich realizacji. Starsi lubią obserwować innych ludzi, być, siedzieć, rozmawiać, spotykać się, jeść. To wycinek ważniejszych aktywności, które ludzie lubią uprawiać w mieście.

Szczególnie istotna jest potrzeba poruszania się w obrębie własnego sąsiedztwa. Udowadniają to m.in. badania Elizabeth Burton i Lynne Mitchell, które sprawdziły³, dokąd chodzą osoby starsze. Przebadały osoby z demencją i nie dotknięte tą chorobą.

Badaczki sprawdziły też, jakie bariery napotykały osoby starsze na swojej drodze i czego się obawiają: większość osób wskazuje na problemy z chodzeniem i lęk przed upadkiem. Pozostałe osoby mają problemy z przejściem przez ulicę i boją się zgubić.

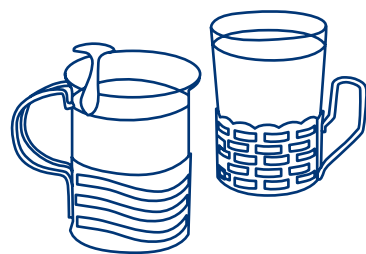
³ Badania opublikowane w: E. Burton, L. Mitchell, *Inclusive Urban Design. Streets for life*, Routledge 2006.

Do sklepu



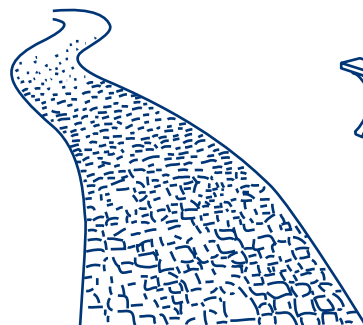
95%
100%

Do znajomych



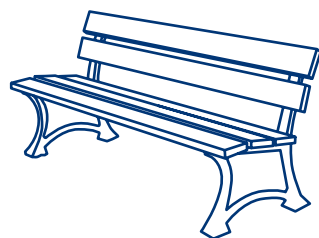
45%
56%

Bez celu



70%
68%

Do parku



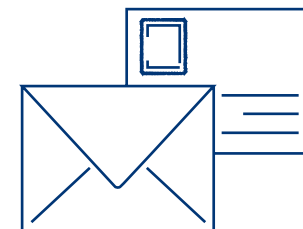
25%
36%

Do rodziny



35%
24%

Na pocztę



85%
80%

Do lekarza



40%
92%

Do kościoła



15%
24%

Zmiany w ciele mające wpływ na korzystanie z przestrzeni

Chociaż seniorzy są jedną z najbardziej zróżnicowanych grup społecznych, to duża część potrzeb z obszaru fizycznego funkcjonowania w przestrzeni jest dla nich wspólna. Wynika z potrzeb starzejącego się ciała i umysłu. Proces starzenia się powoduje zmiany fizyczne i psychiczne, które wpływają na funkcjonowanie w środowisku – jeśli jest ono nieprzystosowane, staje się pułapką pełną barier.

Niżej przedstawione dane⁴ pochodzące z książki „Inclusive Urban Design. Streets for life” autorstwa , Elizabeth Burton, Lynne Mitchell, pokazują, jak zachowuje się starzejący organizm (przy czym to raczej starzenie się bez dodatkowych problemów zdrowotnych – w wielu przypadkach dochodzą do tego specyficzne choroby). Przywołuję te dane, ponieważ mają bezpośredni związek z możliwością korzystania z przestrzeni publicznej. Są też konkretnym uzasadnieniem dla potrzeby wprowadzania dalej omówionych rozwiązań, takich jak równy chodnik czy mocniejsze oświetlenie. Jedna trzecia osób powyżej 65 roku życia prze-wraca się co najmniej raz w roku, ta proporcja zmienia się i w populacji 85-latków jest to już połowa osób. Dodatkowo obrażenia spowodowane upadkami to połowa przypadków śmiertelnych obrażeń u osób powyżej 75 roku (dane z Wielkiej Brytanii).

Oslabienie formy fizycznej

Starsi ludzie często doświadczają spadku siły i wytrzymałości, pojawiają się ograniczenia ruchowe i stępienie zmysłów.

1. Zmniejszenie siły i wytrzymałości

Ludzie w wieku 70 lat mają zazwyczaj o połowę mniej siły i wytrzymałości niż osoby w wieku lat 20. Wpływa to m.in. na ograniczenie możliwości podnoszenia przedmiotów czy podchodzenia pod wzniesienia⁵.

⁴ Por. E. Burton, L. Mitchell, *Inclusive Urban Design. Streets for life*, Routledge 2006; *Design for Aging: An Architect's Guide*, AIA Press 1985.

⁵ Por. *Design for Aging: An Architect's Guide*, AIA Press 1985; D.Y. Carstens, *Site Planning and Design for the Elderly: Issues, Guidelines and Alternatives*, New York 1985.

2. Sprawność, mobilność

Z wiekiem postawa ciała staje się przygarbiona, co ma wpływ na odbiór bodźców i otoczenia. Trudniej zauważyć potencjalne zagrożenia. Pojawiające się problemy z kośćmi i stawami sprawiają, że starsze osoby są dużo bardziej narażone na upadki. W związku z tym wiele osób nie jest w stanie pokonywać stopni na schodach i chodzić bez odpoczynku dłużej niż 10 minut⁶.

3. Stępienie zmysłów

Osoby ze stępienymi zmysłami dalej mogą odbierać bodźce z otoczenia, ale wymaga to dłuższego czasu reakcji i klarownego, silnego bodźca. Osłabienie słuchu jest często pierwszą oznaką starzenia się. Powoduje trudności w komunikowaniu się i rozumieniu sytuacji, wpływa na dezorientację⁷. Jedna trzecia ludzi ma problemy ze wzrokiem w wieku 20 lat, natomiast widzenie zaczyna się pogarszać pomiędzy 40 i 50 rokiem życia, co prowadzi do tego, że prawie cała populacja osób w wieku powyżej 65 roku życia korzysta z okularów (aż 98%). 90% osób niewidomych i niedowidzących ma ponad 60 lat⁸. Ludzie w wieku lat 40 potrzebują dwa razy więcej światła niż 20-latkowie. Przy czym osoby w wieku 60 lat potrzebują od trzech do pięciu razy więcej światła⁹. U starszych osób ulega osłabieniu również umiejętność rozpoznawania kolorów (agnozja wzrokowa w obszarze koloru¹⁰), co jest spowodowane starzeniem się soczewek. Ten proces jest silniejszy, jeśli towarzyszy mu demencja. Najtrudniejsze z wiekiem są do odróżnienia ciemne kolory oraz odcienie fioletu, niebieskiego i zieleni, przy czym odcienie czerwieni i pomarańczowego pozostają najlepiej rozpoznawalne¹¹. Z wiekiem pojawia się także zaburzona percepcja głębi (*impaired depth perception*) – ostre kolory albo wzory, np. na chodniku, mogą być odbierane jako zmiany w nawierzchni, zagłębienia. Błyszczące nawierzchnie wydają się śliskie, a wzór szachów na posadzce może powodować oszołomienie prowadzące nawet do upadków¹².

4. Z wiekiem osłabiają się pęcherz i jelita

Starsze osoby częściej potrzebują korzystać z toalety.

⁶ Tamże.

⁷ Tamże.

⁸ Por. S. Campbell, *Deteriorating Vision, Falls and Older People: the Link, Visibility*, Glasgow 2005.

⁹ Por. *Design for Aging: An Architect's Guide*, AIA Press 1985; S. Campbell, *Deteriorating Vision, Falls and Older People: the Link, Visibility*, Glasgow 2005.

¹⁰ agnozja wzrokowa – trudności w rozpoznawaniu znanych obiektów za pomocą wzroku przy zachowanych możliwościach rozpoznawania ich za pomocą innych zmysłów; termin wprowadzony przez Z. Freuda.

¹¹ Por. *Design for Aging: An Architect's Guide*, AIA Press 1985; L. Harrington, J. Mackie, *Color: A Stroke of Brilliance*, Benjamin Moore & Co., Toronto 1993; E.C. Brawley, *Designing for Alzheimer's disease. Strategies for creating better care environments*, Wiley, New York 1997.

¹² *Design for Aging: An Architect's Guide*, AIA Press 1985; S. Campbell, *Deteriorating Vision, Falls and Older People: the Link, Visibility*, Glasgow 2005.

Starzenie się psychiczne

Przy ogólnym osłabieniu z wiekiem pamięci i zdolności analitycznych u większości osób poważnym problemem cywilizacyjnym staje się demencja. Dotyczy to szczególnie osób po 80 roku życia, których przybywa. Na świecie w 2025 roku może być 34 miliony ludzi z demencją (według danych amerykańskiego Alzheimer's Society). Warto o tym pamiętać przy kształtowaniu miasta.

Jak widać starzenie może wiązać się z wieloma konkretnymi aspektami życia. Aby mówić o przestrzeni przyjaznej osobom starszym, musi ona uwzględniać zarówno fizyczne, jak i psychiczne zmiany związane z wiekiem.

Cechy wygodnej przestrzeni

Dla osób starszych priorytetem staje się dostępność przestrzeni, o której stanowią najbardziej: bezpieczeństwo poruszania się, możliwość odpoczynku i skorzystania z toalety. Obejmujące te zagadnienia wytyczne dotyczące urządzenia ulic i terenów zieleni prezentujemy dalej w publikacji. Poniżej przytaczam przykład pogłębionej refleksji nad tym zagadnieniem w ramach projektu badawczego na Oxford Brookes University, opisanego w książce *Inclusive Urban Design. Streets for Life*. Autorki – Elizabeth Burton i Lynne Mitchell – prowadziły badania równoległe na osobach z demencją i bez, sprawdzając ich funkcjonowanie w środowisku ulic. Udało im się sformułować sześć kluczowych obszarów, które trzeba mieć na uwadze przy projektowaniu miejskich ulic.

Po pierwsze, ulice i usługi powinny być aranżowane w zrozumiały i przewidywalny sposób. Ludzie powinni zastać w sklepie i za rogiem to, czego się spodziewają, np. produkty spożywcze na półkach po wejściu do supermarketu (nie np. punktu sprzedażowego ubezpieczeń, a dopiero za nim da- leko chleba). Odnośnie miast chodzi o zachowanie ich przewidywalności

dotyczącej tego, co znajduje się w centrum miasta. Czasem budynki pozostawiają wątpliwości co do swojej funkcji, np. w Polsce punkty pocztowe w centrach handlowych zamiast poczt. W projektach należy nawiązywać do lokalnych tradycji, stylów i materiałów.

Po drugie należy dbać o czytelny układ ulic i ich oznakowania. Odpowiednio rozplanowane ulice i ich oznakowanie pomagają starszym ludziom orientować się w przestrzeni, czuć się pewnie. Co ciekawe najczytelniejszy jest nieregularny plan ulic miejskich, przy czym najczęściej zamieszania przez swoją powtarzalność powoduje klasyczna siatka ortogonalna, popularna w amerykańskich miastach. Miejscem, gdzie starsze osoby najczęściej tracą orientację są skrzyżowania, gdzie trzeba dokonać wyboru odpowiedniej drogi. Najbardziej czytelne okazuje się rozwidlenie dróg w kształcie litery Y i T, natomiast krzyżówka gdzie są aż cztery możliwości wyboru wprowadza najczęściej zamieszania, ponieważ daje najczęściej możliwości wyboru. Oznakowanie ulic powinno być jak najprostsze i czytelne, jego przekaz nie powinien pozostawiać żadnych wątpliwości. Np. nie sprawdzają się znaki, na których na jednym słupie znajduje się wiele drogowych znaków.

Trzecią wskazówką jest dbanie o unikalny charakter ulic, ich specyfikę. Ulice muszą się od siebie różnić. Zuniformizowane ulice uczestnicy badania oceniali jako nudne i nie posiadające punktów charakterystycznych pozwalających orientować się, np. prosta ulica z identycznymi domami-bliźniakami. Jako znacznie ciekawsze oceniane są ulice, przy których stoi zróżnicowana zabudowa, a ulica zakręca. Cenione są też punkty orientacyjne, dominanty: mogą być to budynki historyczne, kościoły, wieże, zegary itp.

Kolejną ważną właściwością przestrzeni dla osób starszych jest dostępność – szerzej rozwijamy ten temat w dalszej części publikacji. Tu przytoczę tylko ciekawe wyniki badań wskazujące, w jakich odległościach od miejsca zamieszkania powinny znajdować się usługi pierwszej potrzeby i pozostałe. Pierwszej potrzeby – sklep spożywczy, lekarz, poczta, bank, przystanek – w odległości do 500 m. W odległości 800 m może znajdować się biblioteka, klub sąsiedzki, park.

Istotną cechą ulic, którą opisują autorki badania, jest też ich przyjazność, która odnosi się do kategorii wygody i rozwiązań sprawiających, że przyjemnie jest przebywać w danym miejscu. Ulice powinny być ciche, przyjazne dla pieszych i zadbane. Przykładem rozwiązania zapewniającego powyższe warunki są pasy zieleni odgradzające chodnik (ze stosunkowo wysokimi roślinami). Jest to bariera akustyczna, wizualna, a także zwiększająca poczucie bezpieczeństwa.

Ostatnią ważną wytyczną jest dbanie o bezpieczeństwo. Bezpieczne ulice i chodniki to takie, które mają równe, bezpieczne nawierzchnie, z wyraźnie wydzielonymi ciągami pieszymi i rowerowymi. Partery budynków przy ulicach powinny być zagospodarowane, a ich fasady zwrócone w stronę ulicy. Chodniki muszą mieć też odpowiednią, bezpieczną szerokość (czyli minimum 2 metry).

Zrozumiała i przewidywalna aranżacja ulic i usług
Czytelny układ ulic i ich oznakowanie
Unikalny charakter ulic (punkty orientacyjne)
Dostępność
Przyjazność (wygoda, czystość, zadbanie)
Bezpieczeństwo



W jaki sposób można wpływać na przestrzeń?

Poniżej podaję przykłady obszarów czy poziomów kształtowania przestrzeni publicznej w mieście, w których można uwzględnić aspekty demograficzne.

Makro, mezo, mikro

Za Agnieszką Labus¹³ spojrzeć można na kwestie starzejącego się miasta z trzech zasadniczych poziomów – wówczas architektura jest skalą najdrobniejszą, nad nią są plany regionalne i struktura urbanistyczna. Skala makro to skala strategii przestrzennej (władze miejskie, planiści przestrzenni) w zakresie regionu, odnosi się do takich zagadnień jak mieszkalnictwo, transport, przestrzeń miejskie. Skala mezo dotyczy struktury urbanistycznej (urbaniści), a interesujące ją zagadnienia to śródmieścia, centrum, przedmieścia, lokalizacja i zasięg usług, osiedla, komunikacja, tereny zieleni. Skala mikro to skala architektoniczna – urządzenie przestrzeni publicznej, dostępność np. przejść dla pieszych, meble miejskie.

Placemaking i aktywni mieszkańcy

Ciekawe byłoby przebadanie, na ile osoby starsze są włączane w inicjatywy mieszkańców na rzecz poprawy swojego sąsiedztwa i miasta. Warto byłoby sprawdzić, ile takich przedsięwzięć realizowanych jest z inicjatywy i przez samych seniorów, a być może ich opiekunów, jeśli to osoby niesamodzielne. Myślę tu głównie o sprofilowanych organizacjach pozarządowych i ruchach nieformalnych, np. grupach obywateli zgłaszających projekty w budżecie obywatelskim. Inną kwestią pozostaje, na ile osoby starsze działające w innych organizacjach – np. w spółdzielniach czy wspólnotach – albo czynni zawodowo architekci uwzględniają potrzeby swojej grupy wiekowej.

Z pewnością narzędzia placemakingowe, czyli początkowo drobne rozwiązania mające na celu zwykle poprawienie danej przestrzeni, mogą jak najbardziej służyć starszym mieszkańcom. Bardzo często takie interwencje zaczynają się od ustawienia dodatkowych miejsc do siedzenia,

¹³ A. Labus, *Starzejące się społeczeństwa europejskie XXI wieku w koncepcjach odnowy miejskiej*, Wydawnictwo Politechniki Śląskiej, Gliwice 2014.

parasoli czy mobilnej biblioteki. Rolą seniorów byłoby tu zadbanie, żeby te udogodnienia spełniały warunki, które ułatwią im korzystanie z nich, np. zwrócenie uwagi na to, żeby nowo stawiane ławki miały oparcia i odpowiednio wysokie siedziska. Placemaking jest interesującą perspektywą dla seniorów, ponieważ istotne są dla nich szczególnie rozwiązania w skali najbliższego sąsiedztwa – starsze osoby, wychodząc z domu, zwykle nie opuszczają własnej okolicy. Kształtowaniu przestrzeni znajomej, intuicyjnej i wygodnej powinny służyć działania miejscotwórcze w skali osiedli i podwórek.

Wielką potrzebą jest również tworzenie lokalnych miejsc spotkań, z których można korzystać przy minimalnych kosztach w okolicy miejsca zamieszkania. Mogą mieć one formę centrów aktywności lokalnej, jak w Warszawie, czy np. wybiegając w przyszłość – stołówek z programem kulturalnym. W duchu placemakingu można zainicjować tworzenie takiego miejsca – od organizowania się i spotkania na próbę przez zbieranie partnerów aż do zaangażowania samorządu w utworzenie takiego miejsca na stałe. Mamy takie doświadczenie jako Fundacja „Na miejscu” z warszawskiego Targówka Fabrycznego, gdzie w wynajętym na próbę lokalu zaprosiliśmy mieszkańców do tworzenia klubu sąsiedzkiego początkowo bez żadnych perspektyw. Po okresie testowym lokal został przejęty przez sąsiadów, miasto udostępniło go im bezkosztowo, a klub rozwija się samoistnie również z dużym komponentem seniorskim.

Kto kształtuje ulice i ich otoczenie

Powyżej omówione wytyczne dotyczące kształtowania przyjaznych starzeniu się ulic powinny i muszą być realizowane przez szereg osób i instytucji mających wpływ na kształt miasta. Są to inwestorzy, wykonawcy, ciała nadzorujące i opiniujące.

Jako projektantów można potraktować wszystkich, którzy inwestują:

urzędników,
deweloperów,
zarządców nieruchomości,
wspólnoty mieszkaniowe.

Wykonawcami są:

architekci,
urbaniści,
planiści,
inżynierowie drogownictwa,
producenci mebli miejskich,
jednostki odpowiedzialne
za konserwację chodników,
ulic, zieleni oraz służby
oczyszczania miasta.

Opiniują:

mieszkańcy,
organizacje pozarządowe.

Pierwszym krokiem w kształtowaniu przestrzeni publicznej przyjaznej starzeniu się jest uświadomienie sobie wagi tego zagadnienia oraz namysł nad najprostszymi rozwiązaniami, np. przy zakupie ławek nic nie kosztuje wybranie modelu z oparciem i odpowiednią wysokością siedziska. Kolejnym krokiem jest upowszechnianie tej wiedzy i tworzenie szerokiej koalicji, obejmującej wyżej wymienione podmioty, na rzecz jej wdrażania.

dr Agnieszka Labus

Politechnika Śląska

W poszukiwaniu wizji starzejącego się miasta. Perspektywa urbanistyczna

Dziś, w dobie starzenia się populacji europejskiej i narastającego problemu zmian proporcji demograficznych (zwiększenie ilości osób starszych oraz wydłużenie życia ludzkiego), perspektywa urbanistyczna staje się niezwykle ważna. Starzenie się ludności jest globalnym procesem, z którym próbuje się zmierzyć wiele regionów i państw świata, m.in. Stany Zjednoczone, Japonia, Chiny oraz państwa Unii Europejskiej. Instytucje i organy UE podejmują debatę i działania mające na celu zapobieganie skutkom niekorzystnych zjawisk demograficznych. Proponowane są rozmaite inicjatywy i programy rządowe. W różnych skalach przestrzennych i na różnym szczeblu polityki władze zastanawiają się, jaką bazę należy przygotować przyszłym pokoleniom w kontekście zdrowia, opieki społecznej, ekonomii i planowania miast¹⁴.

Starzenie się społeczeństwa powoli zaczyna być zauważane także w Polsce jako ważny czynnik brany pod uwagę w kształtowaniu polityki miejskiej. W ramach swoich polityk niektóre miasta – Warszawa, Kraków, Poznań – zauważają i podkreślają zagadnienia dotyczące przystosowania przestrzeni miejskiej do potrzeb osób starszych. Przykładem może być region małopolski, który opracował pierwszy w Polsce dokument strategiczny na poziomie regionalnym, uwzględniający w swoich celach i kierunkach starzenie się społeczeństwa i wynikające z niego konsekwencje dla różnych dziedzin¹⁵. Jednak w skali kraju ten dokument stanowi wyjątek, nie regułę, ponieważ nadal wiele miast i regionów nie traktuje

¹⁴ Por. A. Labus, *Starzejące się społeczeństwa europejskie XXI wieku w koncepcjach odnowy miejskiej*, Wyd. Politechniki Śląskiej, Gliwice 2014.

¹⁵ Dokument dostępny na stronie internetowej: http://www.malopolskie.pl/Pliki/2010/MSR_2_19-20_2010.pdf

procesu starzenia się społeczeństwa jako ważnego czynnika, który należy brać pod uwagę w swoich działaniach.

Polska jest krajem starzejącym się, chociaż nie należy jeszcze do państw o najwyższym zaawansowaniu starości demograficznej. Jednak zmiany demograficzne będą następować w naszym kraju szybciej niż w pozostałych krajach UE. Zgodnie z szacunkami Komitetu Prognoz *Polska 2000 Plus*¹⁶ w Polsce w 2060 r. będzie żyło 11,3 mln osób w wieku powyżej 65 lat (w porównaniu do 5,2 mln w 2010 r.). Liczba ta będzie stanowić ponad 60% w stosunku do populacji w wieku produkcyjnym. Polska znajdować się będzie w pierwszej trójce państw europejskich, w których starzenie demograficzne będzie najbardziej widoczne i w znaczący sposób wpłynie na wiele dziedzin życia społecznego, gospodarki, a także planowania miast.

Według wielu badaczy i urbanistów proces starzenia się społeczeństwa ma istotny wpływ na kształtowanie się współczesnych miast. Jak piszą Ferry i Baker¹⁷, problemy będące skutkiem starzenia się społeczeństwa staną się coraz poważniejsze dla miast, jeśli w porę władze miejskie i regionalne nie podejmą odpowiednich działań. Nasuwają się pytania: co władze miejskie powinny zrobić, aby nie izolować ludzi starszych w mieście? W jaki sposób włączyć ich do życia społecznego miasta i zachęcić do korzystania z wielu ofert, mając na względzie także korzyści, jakie osoby starsze mogą przynieść w budowaniu relacji międzypokoleniowej, tworzeniu nowych miejsc pracy, edukacji, wolontariatu itp. Jakie to będzie miało odzwierciedlenie w przestrzeni miejskiej?

Walka ze stereotypami

Punktem wyjścia do rozważań na temat przystosowania przestrzeni miejskiej do potrzeb starzejącej się populacji powinno być myślenie

¹⁶ Komitet Prognoz *Polska 2000 Plus* Polskiej Akademii Nauk, *Polska w obliczu starzenia się społeczeństwa*, Warszawa 2008.

¹⁷ M. Ferry, R. Baker, *Strategie regionalne a starzenie się społeczeństwa. „Age Proofing Toolkit” – zestaw narzędzi służących uwzględnianiu zagadnień związanych z wiekiem społeczeństwa*, Komitet Regionów 2006, s. 9-11.

w kategoriach szans (zysków), a nie zagrożeń (kosztów) wynikających ze starzenia się społeczeństwa – jak opisuje to koncepcja „srebrnej gospodarki”, będącej systemem usług i wytwarzania dóbr ukierunkowanym na wykorzystanie potencjału nabywczego osób starszych. Dlatego istotny wydaje się przestrzenny wymiar problemu, związany z rozmieszczeniem różnych funkcji w przestrzeni i ich dostępnością dla osób starszych, mniej zamożnych itp. Ważne jest wykorzystanie potencjału ludzi starszych, a tym samym walka ze stereotypem, że są oporni na zmiany i nieużyteczni społecznie oraz zauważanie różnych etapów starzenia się: młodych-starych (pomiędzy 65 a 74 rokiem życia), odznaczających się samodzielnością i aktywnością w życiu społecznym, starych-starych (pomiędzy 75 a 84 rokiem życia), charakteryzujących się specyficznymi potrzebami w zakresie usług społecznych oraz specyficznymi formami ich zaspokajania (przede wszystkim w postaci usług medyczno-opiekuńczych) oraz sędziwych starców (powyżej 85 roku życia)¹⁸. Ta zmiana percepcji jest niezbędnym warunkiem prawidłowego rozwoju polityki miejskiej. Osoby starsze są niejednorodną grupą społeczną, o różnych doświadczeniach, pełnią różne role społeczne, są w różnych relacjach (samotni, rozwodnicy itp.), wymagają dzisiaj więcej niż w przeszłości. To osoby, które posiadają specyficzne potrzeby wobec przestrzeni miejskiej, związane z takimi zagadnieniami jak dostępność, bezpieczeństwo, komfort, bliskość funkcji. Należy mieć także świadomość, że wśród osób starszych jest więcej kobiet – szczególnie w trzeciej grupie wiekowej (nestorki)¹⁹ – które w kontekście dostępu do podstawowych usług, mieszkalnictwa i najbliższego otoczenia mogą mieć zupełnie inne potrzeby niż starsi mężczyźni. Badania pokazują, że starsze kobiety więcej czasu spędzają w otoczeniu swojego miejsca zamieszkania i są mniej mobilne niż mężczyźni²⁰. Z kolei starsi mężczyźni z reguły zdecydowanie gorzej integrują się w społeczeństwie i angażują w różne przedsięwzięcia²¹. Nasuwa się pytanie, jak zaprojektować miasto, aby było bardziej dostępne dla starszych kobiet (kwestię kluczową będzie tu odgrywał transport), a także jakie cechy powinny posiadać przestrzenie miejskie, aby zachęcić i aktywizować starszych mężczyzn do bycia częścią społeczności lokalnej?

¹⁸ A.A. Zych, *Leksykon gerontologii*, Oficyna Wydawnicza Impuls, Kraków 2007, s.99; P. Szukalski, *Osoby sędziwe w Polsce i w krajach Unii Europejskiej. Przeszłość, terażniejszość, przyszłość*, „Prace Instytutu Ekonometrii i Statystyki UE” nr 142, Łódź 2004, s. 3–31.

¹⁹ Por. WHO, 2007b, *Women, Ageing and Health. A Framework for Action. Focus on Gender*.

²⁰ O. Marquet, C. Miralles-Guasch, *Neighbourhood Vitality and Physical Activity among the Elderly: The Role of Walkable Environments on Active Ageing in Barcelona, Spain*, „Social Science & Medicine” 135/2015, s. 24–30.

²¹ C. Milligan, C. Dowrick, S. Payne, B. Hanratty, P. Irwin, D. Neary, *Men's Sheds and Other Gendered Interventions for Older Men: Improving Health and Wellbeing through Social Activity, A Report for the Liverpool-Lancaster Collaborative (LiLaC) and Age UK*, Lancaster University Centre for Ageing Research 2013.

Perspektywa urbanistyczna w kontekście starzenia się społeczeństwa może być rozpatrywana także w ujęciu płci kulturowej (gender).

Przestrzeń miejska pozbawiona barier architektonicznych, zapewniająca dostępność do podstawowych funkcji w najbliższym otoczeniu zamieszkania, oferująca wiele atrakcji, pozytywnie wpływa na aktywizację, komfort, jakość i długość życia osób starszych, ale także na pozostałe grupy społeczne (osoby niepełnosprawne, dzieci, rodziców). Jest przyjazna każdemu z nas, bo każdy z nas może znaleźć się w różnej sytuacji życiowej.

Ważne jest, aby patrzeć na zagadnienia przestrzenne z perspektywy życia codziennego oraz tworzyć zintegrowane podejście do odnowy miast (OECD 2003), w którym jak pisze Giddens²²: „Potrzeby ludzi starszych powinny być zintegrowane z planowaniem urbanistycznym i tym dotyczącym wspólnoty, łącznie z możliwościami zatrudnienia, dostępu do usług społecznych, zakwaterowania i transportu”.

Wizja miasta

Kolejnym krokiem powinno być określenie wizji miasta w zakresie zastosowania przestrzeni miejskiej do potrzeb starzejącej się populacji. Po pierwsze zdiagnozowanie istniejących dobrych praktyk w tym zakresie, np. koncepcji *Age Friendly Cities*²³, w ramach której zidentyfikowano 8 obszarów istotnych dla polityki odnowy miast w kontekście starzenia się społeczeństwa. Wizja ta polega na zmianie sposobu myślenia o mieście, będącym przyjaznym wszystkim mieszkańcom, niezależnie od wieku, płci, rasy itp. Po drugie prowadzone działania powinny być realizowane w oparciu o nowe programy, plany i dokumenty strategiczne mające na celu wspieranie integracji międzypokoleniowej oraz promowanie bardziej zintegrowanego i dostępnego mieszkalnictwa, np. nowe typy zabudowy mieszkaniowej dla osób starszych, z kolei w zakresie opieki medycznej i społecznej np. tworzenie funkcji: specjalnych ośrodków wsparcia

²² A. Giddens, *Sociology (Sixth Edition)*, Cambridge 2009, s. 175.

²³ Por. WHO, 2007a, *Global Age Friendly Cities: A Guide*, WHO Press, Geneva; Patrz także wydanie polskie: *Miasta przyjazne starzeniu: przewodnik* wydany przez Magazyn Miasta w 2014 roku, dostępny w księgarni na www.publica.pl.

i pomocy osobom starszym, stołówek dla osób starszych, lokalnych ośrodków zdrowia, centrów sportowych, lokalnych miejsc spotkań (świe-tlice), uniwersytetów trzeciego wieku, bibliotek. Nowopowstałe funkcje sprzyjają wyższej jakości życia wszystkich mieszkańców. Szczególnego znaczenia nabiera także koncepcja „starzenia się w miejscu” i praktyka zaczerpnięta z Danii, dotycząca wprowadzenia zakazu budowy domów starców²⁴. W tym celu władze przewidziały specjalne dotacje dla rodzin na opiekę nad osobami starszymi. Natomiast w Niemczech budowane są tzw. domy wielogeneracyjne²⁵, łączące w sobie funkcję mieszkaniową, wsparcia i pomocy oraz usługową w jednym budynku. Taki dom znajduje się prawie w każdym powiecie i mieście, tworząc system w całym kraju, co znacznie ułatwia zarządzanie i pozyskiwanie dofinansowania na takie przedsięwzięcie. Po trzecie w planach zagospodarowania przestrzennego powinny być wyraźnie zaznaczone miejsca kluczowe z punktu widzenia ludzi starszych. Ważne są także przepisy odgórne, powstałe na szczeblu rządowym, które nakładałyby obowiązek dostosowania przestrzeni miast do potrzeb ludzi starszych, np. uwzględniając ich potrzeby przy projek-tach rewitalizacyjnych. Tak jak funkcjonują już podobne przepisy wspie-rające osoby niepełnosprawne ruchowo²⁶.

Zasady projektowania przyjaznej przestrzeni

Opracowane wizje, koncepcje i plany dotyczące działań strategicznych w kontekście starzenia się społeczeństwa powinny mieć swoje przeło-żenie na realizację określonych projektów w ramach struktury miejskiej. Mowa tu o zasadach projektowania przestrzeni z uwzględnieniem po-trzeb osób starszych. Jedną z takich zasad jest mieszanie funkcji terenów w mieście (mix-land) oraz w ramach budynku (mix-use), które zmniejsza-ją dystans i konieczność podróży, przyczyniając się do bardziej zwartej tkanki miejskiej, a także projektowanie przestrzeni publicznych przyja-znych pieszym, uwypuklając znaczenie ludzkiej skali, sprzyjając integracji

²⁴ W Danii taki zakaz obowiązuje od 1988 roku.

²⁵ <http://www.mehrgenerationenhaeuser.de/was-ist-ein-mehrgenerationenhaus->

²⁶ Np. w Rozporządzeniu Ministra Infrastruktury z dn. 12 kwietnia 2002 r. w sprawie warunków technicznych, jakim powinny odpowiadać budynki i ich usytuowanie (Dz. U. nr 75, poz. 690 z późn. zm.) zostały określone wielkości i zasady projektowania pomieszczeń wewnątrz budynków oraz ich najbliższego otoczenia (np. wielkość miejsca parkingowego), aby były ergonomiczne dla osób niepełnosprawnych ruchowo.

osób starszych z resztą społeczeństwa poprzez odpowiednie ukształ-towanie przestrzeni publicznej oraz włączanie osób starszych w życie miasta i działania w mieście²⁷. Warto korzystać z już gotowych zasad i wytycznych, np. Universal Design, Design for All. Przestrzeń miejska uwzględniająca potrzeby starzejącego się społeczeństwa powinna być tak zaprojektowana, aby zapewniać dostępność do terenów usługowych, rekreacyjnych i opieki medycznej, a także pomiędzy dzielnicami i cen-trum miasta. Ważna jest także lokalizacja osiedli pod względem połączeń z transportem publicznym, aby zapewnić osobom starszym niezależ-ność od samochodu poprzez kształtowanie spójnego systemu komuni-kacji. Przestrzeń publiczna, obiekty użyteczności publicznej i systemy transportu publicznego muszą być kompatybilne, aby promować lepszą dostępność, a tereny przestrzeni otwartych (zielone skwery, parki itp.) powinny stanowić system w strukturze miejskiej, zapewniając tym sa-mym ciągłość spacerowania. Podobnie powinno być z rozmieszczeniem toalet w strukturze miejskiej, których zazwyczaj jest za mało albo w ogó-le ich brakuje. Rozwiązaniem może być negocjowanie przez władze miast z właścicielami punktów usługowych, np. kawiarni czy restauracji, możli-wości korzystania przez osoby starsze z ich toalet.

Warto wspomnieć, że wiele problemów można rozwiązać nie tylko w ramach przekształcania przestrzeni miejskich, np. w zakresie opieki medycznej nie muszą powstawać przychodnie w ramach każdego osiedla. Odpowiedzią mogą być nowoczesne technologie, np. system teleopieki. Osoby starsze można wyposażyć w urządzenia, rodzaj radiowych sygna-lizatorów, które pozwolą im szybko wezwać pomoc. System teleopieki nie zastąpi kontaktu lekarz-pacjent, ale na pewno da osobie starszej poczu-cie bezpieczeństwa i dłuższą niezależność, a zarazem umożliwi miesz-kanie we własnym domu jak najdłużej, w myśl koncepcji UE „starzenia się w miejscu”. Warto jednak pamiętać, że są funkcje, które powinny po-wstać i mieć swoją odpowiednią (strategiczną) lokalizację w regionie, np. centra geriatryczne, łączące w sobie nie tylko funkcje opieki medycznej, rehabilitacyjnej, ale także edukacyjnej.

²⁷ Por. A. Labus, *Starzejące się społeczeństwa europejskie XXI wieku w koncepcjach odnowy miejskiej*, Wyd. Politechniki Śląskiej, Gliwice 2014.

Podsumowanie

Istnieje potrzeba szerszego spojrzenia na problematykę starzenia się populacji w kontekście zagadnień przestrzennych, nie tylko w odniesieniu do barier architektonicznych, ale także w perspektywie urbanistycznej. Istotne jest określenie wizji miasta i relacji pomiędzy różnymi elementami przestrzeni miejskiej, tak aby odpowiadały na potrzeby starzejącego się społeczeństwa. Wizję upatruje się w realizacji koncepcji miasta przyjaznego osobom w każdym wieku oraz na kompleksowym i zintegrowanym podejściu do odnowy miejskiej w różnych skalach przestrzennych i w różnych aspektach: społecznym, ekonomicznym, środowiskowym. Jak wspomniano, osoby starsze nie należą do homogenicznej grupy, konieczna jest świadomość znaczenia wpływu różnych grup ludności w różnym wieku – kobiet, mężczyzn, samotnych, niepełnosprawnych, mieszkających w najuboższych dzielnicach miast lub na peryferyjnych obszarach wiejskich – na różne obszary polityki miejskiej.

Działania przestrzenne podejmowane na rzecz starzejącego się społeczeństwa powinny dotyczyć projektów twardych, np. architektoniczno-urbanistycznych, związanych z budowaniem i inwestowaniem, ale także projektów „miękkich”, związanych z edukacją, aktywizacją społeczną, uświadamianiem itp. Stąd niezwykle ważne jest interdyscyplinarne podejście do tych zagadnień, włączające osoby starsze na każdym etapie procesu projektowania aż po realizację.

Słowniczek

odnowa miast – rozumiana jako ulepszanie miasta, tworzenie bardziej przyjaznych miejsc dla osób starszych w kontekście planowania przestrzennego (strategie przestrzenne, projekty architektoniczno-urbanistyczne) w odpowiedzi na potrzeby współczesnego, zróżnicowanego społeczeństwa, ze szczególnym zwróceniem uwagi na osoby starsze.

starzenie się społeczeństwa – termin definiowany jako wzrost ilości osób starszych w ogólnej liczbie populacji europejskiej, mając na względzie potrzeby obecnych, jak i przyszłych osób starszych, które według badań na gruncie socjologii będą znacząco różnić się od siebie m.in. wyższymi aspiracjami życiowymi, większą aktywnością w życiu społecznym i miejskim itp.

Ciekawe praktyki z Polski i UE

ACT Consultants, *Good policies and practices to tackle urban challenges*, Komisja Europejska, Paris 2011

M. Ferry, R. Baker, *Strategie regionalne a starzenie się społeczeństwa. „Age Proofing Toolkit” – zestaw narzędzi służących uwzględnianiu zagadnień związanych z wiekiem społeczeństwa*, Komitet Regionów 2006

M. Fiedler, A. Schuster, J. Link (2010), program *Aeneas Study Tour Catalogue*

Sangerhausen. Rating for Liveable Urban District, International Building Exhibition Urban Redevelopment Saxony-Anhalt, Regionalne Ministerstwo Rozwoju i Transportu Saxony-Anhalt 2010

Wszystkie powyższe publikacje można znaleźć w internecie.

dr inż. Krzysztof Herman

Katedra Sztuki Krajobrazu SGGW, Fundacja na Rzecz Wspólnot Lokalnych „Na miejscu” | Przy współpracy z Łukaszem Kowalskim i Piotrem Bujasem

Tereny zieleni dla wszystkich. Notatki architekta krajobrazu z warsztatów z seniorami

Program „ZOOM na rady seniorów”, a szczególnie jego odsłona w Prudniku i Elblągu (w obu miastach zajmowaliśmy się społeczną rewitalizacją parków), pozwolił na przyjrzenie się z bliska potrzebom osób starszych w zakresie funkcjonowania i projektowania miejskich terenów zieleni. W ramach działań animacyjnych oraz warsztatów (w tym warsztatów projektowych) omawiane były zagadnienia związane z projektowaniem uniwersalnym, ale przede wszystkim gromadzona była lokalna i praktyczna wiedza dotycząca konkretnych miejsc – ich użytkowania, potencjału, ograniczeń i pojawiających się uciążliwości. Poniższy tekst zbiera wnioski, które nasunęły się po kilkudziesięciu rozmowach prowadzonych w czasie wizyt terenowych, obserwacjach uczestników oraz warsztatach projektowych prowadzonych z aktywnymi i chcącymi mieć wpływ na przestrzeń wokół siebie seniorami. Zaczniemy jednak od podstaw naszych działań, którym przyświecało niewątpliwe przeświadczenie, że bliska i dostępna zieleni poprawia jakość życia seniorów.

To teza, której nie musimy udowadniać. Wśród badaczy zajmujących się zagadnieniami wpływu jakości przestrzeni publicznej, a szczególnie terenów zieleni na dobrostan mieszkańców miasta (w tym seniorów) panuje zgoda, że dostęp do terenów zieleni oraz związana z tym aktywność i kontakt z naturą stanowią niezwykle wartość, przekładającą się m.in. na stan zdrowia, długość życia, zadowolenie, komfort psychiczny, odczuwane bezpieczeństwo. Badania prowadzone wśród seniorów²⁸ wykazują, że

²⁸ T. Takaro, K. Nakamura, M. Watanabe, *Urban Residential Environments and Senior Citizens' Longevity in Megacity Areas: The Importance of Walkable Green Spaces*; „Journal of Epidemiology and Community Health” 56/2002, s. 913-918.

mieszkanie w miejscach, które oferują dostęp do „przyjaznych dla pieszych terenów zieleni” (*walkable green spaces*) pozytywnie wpływa na długo-wieczność tych osób. Niezależnie od ich wieku, płci, statusu małżeńskiego czy statusu socjoekonomicznego dostęp do zielonych przestrzeni: parków, zieleńców i zadrzewionych alei wpływa bezpośrednio na zdrowie, jakość życia i przeżywalność wśród badanych osób w wieku senioralnym (badania prowadzone na dużej grupie 70–90-latków). Ta sama korelacja dotyczy także pozytywnego nastawienia do miejsca, w którym się mieszka oraz społeczności lokalnej (osoby, które na „jesień życia” pozostają wśród dobrze znanej wspólnoty związanej z miejscem, statystycznie także cieszą się dłuższym życiem). Zieleni miejska występuje w tym przypadku w podwójnym sprzężeniu, bo – jak udowadnia Kathleen L. Wolf z University of Washington – ma ona także wpływ na dobre funkcjonowanie społeczności lokalnych w osiedlach mieszkaniowych, co przekłada się na odczuwane bezpieczeństwo (wartość niezwykle pożądana przez wszystkich użytkowników terenów zieleni). W jej raporcie *Przestępczość i publiczne bezpieczeństwo. Jak drzewa i rośliny wpływają na agresję i przemoc*²⁹ czytamy, że obecność zieleni w przestrzeni publicznej, a szczególnie w osiedlach mieszkaniowych zlokalizowanych w centrach miast, może się przyczyniać do zwiększonego poczucia bezpieczeństwa, mniejszej ilości incydentów kryminalnych, mniejszej agresji i brutalnych zachowań. Według Wolf duże drzewa i zadbane niska roślinność mają moc przekształcania jałowych przestrzeni miejskich w przyjazne miejsca, w których umacniają się więzi pomiędzy mieszkańcami, wzmacnia nieformalny nadzór i możliwość zapobiegania przestępstwom.

Także University of Western Sydney prowadził szeroko zakrojone badania seniorów i osób w średnim wieku (przebadano 200 tysięcy osób w wieku 45+). Wykazano, że mieszkańcy miast żyjący w obszarach z co najmniej 20% udziałem terenów zieleni (w promieniu kilometra od domu) pozostają bardziej czynni i częściej podejmują różne formy aktywności fizycznej³⁰.

²⁹ K.L. Wolf, *Crime and Public Safety. How Trees and Vegetation Relate to Aggression & Violence*, Washington 2010.

³⁰ T. Astell-Burt, X. Feng, G.S. Kolt, *Mental health benefits of neighbourhood green space are stronger among physically active adults in middle-to-older age: Evidence from 260,061 Australians*, *Prev Med.* 2013 Aug 30.

Dobre i odpowiedzialne projektowanie uniwersalne

Z wielu rozmów, które prowadziliśmy z seniorami, można wysnuć jeden wyraźny wniosek – zdecydowana większość ich potrzeb dotyczących terenów zieleni i przestrzeni publicznych jest zbieżna z postulatami pozostałych użytkowników (a szczególnie rodziców z małymi dziećmi) i mieści się w kanonie zasad dobrego projektowania doposażonych przestrzeni. Trudno mówić o specyficznych przystosowaniach przestrzeni dla osób w podeszłym wieku, jeżeli nie spełnia ona podstawowych wymogów poprawnie funkcjonującego obiektu architektury krajobrazu. W Prudniku park miejski zamiast być parkiem spacerowym, przestrzenią spotkań mieszkańców, jest w połowie ciemnym lasem, w połowie obiektem rekreacyjno-sportowym pozbawionym krajobrazowego charakteru. W Elblągu Park Modrzewie zamiast zapraszać mieszkańców pobliskich osiedli dostępnymi, widocznymi i estetycznymi przestrzeniami wejścia, odstrasza przedeptami i barierami architektonicznymi. Dobrze urządzona komunikacja, wejścia, zadbana zieleń, oświetlenie, miejsca do siedzenia, toalety publiczne – to zawsze powinna być podstawa do dalszej rozmowy. Kolejny aspekt to różnicowanie funkcjonalne przestrzeni – tu też zwykle są braki. Seniorzy i inni użytkownicy często zwracają uwagę na to, że np. park nie oferuje odpowiedniego zrównoważenia przestrzeni otwartych i kameralnych, miejsc spotkań i wyciszenia. Rzadko bywa tak, że można te tematy „przeskoczyć”, koncentrując się na bardziej szczegółowych rozwiązaniach.



Mozaika faktur i nawierzchni o różnej śliskości i chropowatości w niepotrzebnie ozdobnej alei parkowej, niezgodnej z historycznym charakterem miejsca.

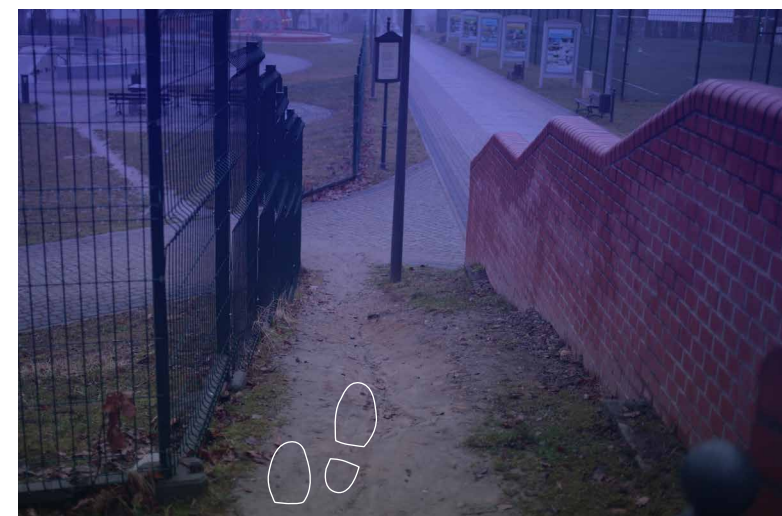
Fot. Łukasz Kowalski

Ergonomia przestrzeni

W projektowaniu uniwersalnym poza niezwykle ważnym dobrym projektowaniem w skali makro, niezwykle istotna jest skala miejsca i mebla. Ławki z podłokietnikami i oparciami, odpowiednio cofnięte, odsunięte od ciągu ruchu pieszego; zatoczki ławkowe z równą nawierzchnią, bez krawężników, szersze, aby zmieścić się przy nich wózek (dziecięcy lub osoby niepełnosprawnej) – to są rzeczy, które znaleźliśmy z podręczników. Z rozmów i obserwacji dowiedzieliśmy się natomiast, że popularne jednoelementowe stoły piknikowe są nieprzystosowane do potrzeb osób w wieku senioralnym, a wygodniejsze od podjazdów o równomiernym spadku są niskie schody z wydłużonymi spocznikami. Do ogólnie pojętej ergonomiki przestrzeni trzeba też zaliczyć odpowiednio długie światła na przejściach dla pieszych czy autobus czekający na wolniej idące osoby. Wstępne badania przestrzeni Parku Kultury w Powsinie wskazują na to, że niezwykle ważną rolę w dostępności tego miejsca dla seniorów odgrywa pętla autobusowa zlokalizowana przy wejściu. Dzięki temu starsze osoby nie odczuwają presji autobusu, który zatrzymuje się na krótką chwilę – tu można spokojnie wejść, bez dobiegania, a czasem nawet wrócić po pozostawiony na siedzeniu kapeluszek.

Nowe schody i przedept zamiast rampy (poprawę strony schodów)

Fot. Łukasz Kowalski





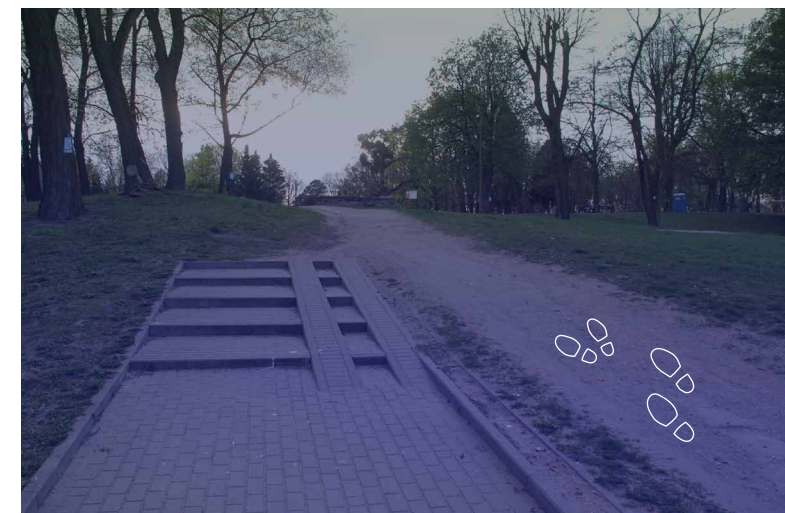
Wysoki krawężnik odgradzający dwa rodzaje nawierzchni.

Fot. Łukasz Kowalski

Park miejski w Prudniku, obok nowej części sportowo-rekreacyjnej, podczas ostatnich działań modernizacyjnych dorobił się także kilku odnowionych alei. Są one niepotrzebnie ozdobnym zestawieniem kilku różnych typów nawierzchni – mozaik kolorystyczno-materiałowych, nierównych, niepotrzebnie skomplikowanych i kontrowersyjnych w opinii mieszkańców. W odczuciu wielu osób oraz nas, projektantów zaangażowanych w proces, tworzy to sytuację niepotrzebnej konkurencji. To przecież zieleń jest walorem parku – widoki, dominanty, osie i otwarcia, wyposażenie, elementy małej architektury – a nie posadzka! Ścieżki powinny spełniać swoją główną, użyteczną funkcję (m.in. być równe, bezpieczne), nie stanowiąc konkurencji dla innych przymiotów parku (takie ozdobne, zróżni-

cowane materiałowo nawierzchnie powinny pozostać domeną miejskich placów i reprezentacyjnych promenad). Dodatkowo tak zróżnicowana nawierzchnia o różnej chropowatości, śliskości itp. staje się uciążliwa dla seniorów. Trzeba unikać także krawędzi i wysokich krawężników, szczególnie odgradzających różne typy nawierzchni. Prudnicki park został także wyposażony w nowe schody z wysoką klinkierową obudową (murkami), które okazały się znaczącą barierą i przeszkodą dla wielu użytkowników parku, na co wskazują liczne przedepty wokół tych miejsc. Osadzone na schodach stalowe szyny nie sprawdzają się jako podjazdy dla wózków – są słabo umocowane, zbyt głębokie i niedopasowane do różnych rozstawów osi, uniemożliwiają także zjazd na rowerze lub rolkach, nie wspominając o wózkach inwalidzkich. Dlatego jedną z ważniejszych wytycznych dla poprawienia dostępności tego parku jest rozwiązanie ramp i podjazdów przy nowo wybudowanych schodach.

Dostępność i komunikacja stały się także jednym z kluczowych obszarów problemowych dotyczących Parku Modrzewie w Elblągu, gdzie na odnalezione przez nas dwa formalne i zagospodarowane wejścia do parku znajduje się kilkanaście wejść nieformalnych lub niedostosowanych użytkowo – przedeptów, niedokończonych ścieżek. To one wyznaczają zmianę w charakterze użytkowym parku, prowadzą do organicznego zlewania się terenu parku z przestrzeniami pomiędzy budynkami osiedla, stanowiąc jednocześnie dość znaczące bariery fizyczne i wizualne. Wystarczy powiedzieć, że większość użytkowników wskazywało tylko jedno wejście do parku jako dostosowane do potrzeb rodziców z wózkami.



Jedno z głównych wejść do Parku Modrzewie w Elblągu.

Fot. Łukasz Kowalski

Pamięć przestrzeni i duch miejsca

Oprócz fizycznej skali przestrzeni jest jeszcze inna skala, która okazuje się niezwykle ważna szczególnie dla seniorów, często wspomniana w trakcie konsultacji. To skala osi czasu – na niej odnajdujemy wspomnienia, historię zapisaną w przestrzeni jak na rodzinnych zdjęciach, którymi dzielą się z animatorami uczestniczący w warsztatach mieszkańcy miasta. Osoby, w których świeża jest pamięć tego, jak wyglądał park czy skwer kilkadziesiąt lat temu, są nie tylko ważnym źródłem lokalnej wiedzy dla projektantów, ale też adwokatami ciągłości ducha miejsca. Nie oznacza to zwykle chęci całościowego zaprzeczenia współczesnemu programowi, funkcji, a raczej dbałość o estetykę i użyteczność miejsca wynikającą np. z różnic w dzisiejszym pielęgnowaniu zieleni, zatraceniu osi widokowych, wnętrzu krajobrazowych.

Seniorzy, z którymi prowadziliśmy rozmowy, często wspominali o tym, że dla nich istotne jest przekazywanie ich osobistej pamięci związanej z miejscem. Chcą, aby w parkach pojawiały się tablice informacyjne i elementy identyfikacji wizualnej historycznych ścieżek edukacyjnych. Pragną opowiadać wnukom i wnuczkom o wydarzeniach, które doprowadziły do tego, że przestrzeń, w której spacerują wygląda dziś tak, a nie inaczej, ale chcą też uczyć o przyrodzie – kwiatach, drzewach, zwierzętach. W tym też powinni pomagać projektanci.

Rozmowy z mieszkańcami o dawnym kształcie i charakterze przestrzeni wskazały na potrzebę podkreślenia historycznych wartości zarówno w przypadku elbląskiego Parku Modrzewie, jak i prudnickiego parku miejskiego. Mieszkańcy, a szczególnie seniorzy posiadają szczegółową wiedzę dotyczącą zmian, jakie zachodziły w parku, jego wyglądu sprzed lat i historycznych nawarstwień. Chętnie opowiadają anegdoty związane z tym miejscem, mówią o edukacyjnych walorach parku, pokazując swoje zdjęcia z dzieciństwa i młodości. Dlatego też wydało nam się ważne, żeby w przestrzeni obu parków tworzyć narrację historyczno-przyrodniczo-edukacyjną, która wspomagałaby dziadków i babcie w opowieściach przekazywanych wnukom. Może to być opowieść o historii widzianej z perspektywy wzrostu roślin, życia drzew i zmieniającego się charakteru parku. Jednym ze sposobów na wzmocnienie tej narracji jest prezentacja historycznych zdjęć umiejscowionych w tych samych miejscach dzisiejszego parku, w których niegdyś zostały wykonane. Taki zabieg uświadomi użytkownikom, jak wiele z tożsamości miejsca wiąże się z odsłanianiem i kształtowaniem widoków, połączeń pomiędzy wnętrzami parkowymi i głównymi osiami widokowymi.

Tomasz Schimanek

Akademia Rozwoju Filantropii

Kilka refleksji o polityce senioralnej samorządów terytorialnych

Polityka senioralna – to określenie, które w ostatnich kilku latach zaczyna być w Polsce coraz częściej używane. Wynika to przede wszystkim z uświadamiania sobie przez władze na poziomie krajowym, regionalnym i lokalnym, a także przez całe społeczeństwo, że zaczynamy się starzeć, to znaczy, że udział osób 60+ wśród Polaków jest i będzie coraz większy. Ma na to wpływ z jednej strony wydłużanie się naszego życia, z drugiej niska dzietność Polaków oraz to, że część z nas na stałe opuszcza Polskę. O ile jeszcze na początku wieku udział osób 60+ w całym społeczeństwie stanowił około 15%, to w 2013 roku było to już 22%, a za około 25 lat – według prognoz – ponad 30% Polaków będzie miało sześćdziesiąt i więcej lat.

Z drugiej strony ta wciąż rosnąca liczebnie grupa społeczna była dotychczas w cieniu przemian zachodzących w Polsce, nie pojawiała się też jako istotny podmiot działań państwa i samorządów terytorialnych. Polityka senioralna ma to zmienić i uczynić z osób starszych ważny podmiot działań publicznych. Polityka senioralna prowadzona przez samorząd gminy, powiatu czy województwa to tworzenie warunków dla godnego życia osób starszych. Na to godne życia składa się kilka co najmniej aspektów, przede wszystkim:

- praca,
- aktywność rodzinna, społeczna, publiczna,
- zdrowie, aktywność fizyczna,

- rozwój umysłowy, rozwój własnych pasji i zainteresowań,
- emerytura,
- opieka dla osób niesamodzielnych.

W gestii samorządów znajduje się przede wszystkim tworzenie otoczenia umożliwiającego seniorom godne życie, a więc dostępne dla osób starszych mieszkania, ulice, obiekty użyteczności publicznej, oferta realizowania różnych form aktywności, profilaktyka i opieka zdrowotna czy usługi opiekuńcze. Być może najtrudniejsze, gdyż nie do końca zależne od samorządów, jest tworzenie relacji międzyludzkich, w tym międzypokoleniowych, przyjaznych osobom starszym. Samorządy tworzą odpowiednie warunki w ramach posiadanych kompetencji, przy czym oczywiście najważniejsza jest gmina, bo to ona jest najbliżej obywateli. Dobra polityka senioralna powinna być:

- adekwatna do potrzeb, oczekiwań i możliwości osób starszych,
- wkomponowana w całość działań samorządu; nie może być tak, że władze myślą o potrzebach osób 60+, realizując tylko zadania z zakresu polityki senioralnej, a zapominają o nich na przykład w polityce mieszkaniowej; z drugiej strony polityka senioralna nie może dotyczyć wyłącznie seniorów, powinna być perspektywiczna, bo przecież zgodnie ze starym porzekadłem, czym skorupka za młodu nasiąknie, tym na starość trąci – wiele problemów seniorów jest konsekwencją zaniechań czy zaniedbań we wcześniejszych okresach życia,
- nastawiona na profilaktykę, bo skuteczniej i efektywniej jest zapobiegać problemom niż je rozwiązywać,
- kompleksowa, obejmująca różne grupy wiekowe i różne ich potrzeby,
- przemyślana i zaplanowana,
- długofalowa, nie obliczona na jeden sezon czy nawet kadencję,
- nastawiona na budowanie dobrego wizerunku i szacunku dla osób starszych,
- współtworzona przez samych seniorów, bo to gwarantuje jej realność i skuteczność.

Coraz więcej samorządów gminnych, powiatowych i wojewódzkich podejmuje własną politykę senioralną. Powstają rady seniorów, tworzone są i realizowane programy czy strategie działań na rzecz osób starszych. W wielu miastach działają samorządowe centra aktywizacji seniorów, np. w Gdyni, Poznaniu, Wrocławiu czy Lublinie. Samorządy wspierają także działania klubów seniora, uniwersytetów trzeciego wieku czy organizacji pozarządowych zrzeszających osoby starsze i/lub działających na ich rzecz. Starają się dostosowywać publiczną przestrzeń czy komunikację do potrzeb seniorów, wzmacniają usługi opiekuńcze na ich rzecz, zachęcają osoby 60+, na przykład poprzez tak zwane karty seniora, do większej aktywności społecznej, sportowej czy kulturalnej. Samorządy regionalne uwzględniają działania na rzecz aktywizacji osób starszych, głównie zawodowej, ale nie tylko, w regionalnych programach operacyjnych, co umożliwia wykorzystanie na ten cel środków z Unii Europejskiej.

Czy to jest uzasadnione? Oczywiście tak, bo – jak już wspomniałem – obecnie seniorzy to ponad 1/5 społeczeństwa, więc ich potrzeby muszą mieć odzwierciedlenie w polityce państwa i samorządów. Ale wynika to również z faktu, że seniorzy mają ogromny potencjał, z którego może i powinno korzystać państwo, samorządy, a przede wszystkim pozostałe pokolenia Polaków. Ten potencjał to przede wszystkim:

- doświadczenie życiowe i wiedza pragmatyczna,
- umiejętności zawodowe i społeczne, często unikalne,
- budowana latami sieć kontaktów,
- umiejętność rozwiązywania konfliktów,
- wartości, zwyczaje, tradycje, które powinny być przekazywane młodym,
- czas, który seniorzy mogą poświęcić innym.

Polityka senioralna powinna dawać możliwość maksymalnego wykorzystania tego potencjału dla dobra społeczności lokalnych czy regionalnych, ale uwzględniać również fakt, że aktywność osób starszych, społeczna, zawodowa czy fizyczna, jest potrzebna samym seniorom, bo pozwala im zachować lepszą kondycję i zdrowie, a przede wszystkim daje im satysfakcję, poczucie przydatności i chęć do życia.

Dobrze, że samorządy podejmują działania na rzecz osób starszych, choć najczęściej nie zasługują one jeszcze na miano polityki senioralnej, nie spełniają bowiem kryteriów, o których napisałem wcześniej. Jednak od czegoś trzeba zacząć, a znając naszych samorządowców wierzę, że stopniowo te wybiórcze i często intuicyjne działania będą przekształcać w zaplanowaną, długofalową i kompleksową politykę. Coraz częściej samorządy, planując działania na rzecz seniorów i je realizując, korzystają z pomocy specjalistów: architektów, lekarzy, rehabilitantów czy psychologów, co zapewnia tworzenie funkcjonalnych, profesjonalnych rozwiązań.

Największym wyzwaniem dla samorządów, ale także dla całych społeczności lokalnych, jest włączenie w kształtowanie i realizację polityki senioralnej samych zainteresowanych. Bez uwzględnienia potrzeb seniorów, ich oczekiwań i możliwości, a także bez ich zaangażowania działania samorządów nigdy nie będą trafiać w dziesiątkę, nie będą w pełni skuteczne i efektywne. Zaangażowanie seniorów w tworzenie i realizację polityki senioralnej jest wyzwaniem przede wszystkim dlatego, że w porównaniu z innymi grupami społecznymi: młodzieżą, osobami niepełnosprawnymi czy bezrobotnymi, seniorzy nadal są środowiskiem mało aktywnym i źle zorganizowanym. A aktywność i samoorganizacja, w tym wyłanianie własnych reprezentantów, są niezbędne do tego, by skutecznie reprezentować interesy osób starszych wobec samorządów czy państwa.

Prześledziłem, jaki był udział osób 60+ w poszczególnych typach władz samorządowych w 2013 roku według danych GUS. Wśród radnych gmin osoby 60+ stanowiły 22%, podobnie wśród wójtów, burmistrzów i prezydentów, wśród radnych powiatowych i wojewódzkich ten udział był nawet większy, odpowiednio 26 i 29%. Może więc powstawać wrażenie, że biorąc pod uwagę udział seniorów w całym społeczeństwie (22%), to są oni odpowiednio liczebnie reprezentowani we władzach samorządowych. Niestety tak nie jest, bo większość z radnych 60+ nie czuje się reprezentantami swojego pokolenia. Kandydowali oni i sprawują swój mandat z reguły jako reprezentanci partii politycznych, lokalnych komitetów mieszkańców, rolników, rzemieślników, lekarzy czy innych

środowisk. Znikoma część z nich, jeżeli w ogóle, dostała się do rady gminy albo powiatu z ramienia jakiejś organizacji seniorskiej. Dlaczego? Po pierwsze tych organizacji jest mało, po drugie są najczęściej słabo zorganizowane, po trzecie rzadko próbują włączać się w życie społeczne czy publiczne, koncentrując się na zaspokajaniu bieżących potrzeb swoich członków. Potwierdzają to dane GUS według których niecałe 9% wolontariuszy w organizacjach pozarządowych stanowią osoby 60+ czy też dane z badania Ministerstwa Pracy i Polityki Społecznej sprzed trzech lat, z których wynika, że 80% osób 60+ nie angażuje się w działania wspólnotowe. Niecałe 39% osób starszych w tym badaniu zadeklarowało co prawda przynależność do jakiejś organizacji pozarządowej, ale w większości są to organizacje samopomocowe lub hobbyistyczne.

Nawet w małych społecznościach środowiska seniorskie są podzielone i nie tworzą wspólnej reprezentacji dla władz. Oddzielnie „walczą” o swoje emeryci, oddzielnie kombatanci, działkowcy czy cukrzycy. To powoduje, że wspólne interesy seniorów nie mogą zostać przez samo środowisko dobrze wyartykułowane, a w związku z tym nie mogą skutecznie przebijać się do władz lokalnych, regionalnych czy krajowych. Stąd tak istotne jest, aby samorządy wspierały integrację i samoorganizację środowisk seniorskich oraz ich aktywność w życiu publicznym: w konsultacjach społecznych, w radach seniorów czy radach działalności pożytku publicznego, wreszcie w radach gmin, powiatów czy sejmikach wojewódzkich. Z pewnością również niezbędne jest edukowanie seniorów w zakresie tego, jak skutecznie reprezentować swoje interesy, jak prowadzić dialog z władzami lokalnymi czy regionalnymi. Bez takiego przygotowania i bez sprawnych mechanizmów wyłaniania reprezentacji czy uzgadniania stanowisk rady seniorów mogą okazać się nieskuteczne i nieużyteczne zarówno z punktu widzenia osób starszych, jak i władz samorządowych. Samorządy nie powinny się przy tym bać wzmocnienia samoorganizacji środowisk seniorskich, gdyż dzięki temu wspierają powstanie silnego, dobrego partnera do planowania i realizacji polityki senioralnej.

Jednym z podstawowych elementów polityki senioralnej jest kształtowanie przestrzeni publicznej przyjaznej dla osób starszych. Przestrzeń publiczna ma szczególne znaczenie dla zaspokajania potrzeb obywateli. Jest wspólnym dobrem mieszkańców, stąd też dostęp do niej powinien być otwarty dla wszystkich, w tym także osób starszych. Szczególna odpowiedzialność w zakresie kształtowania przestrzeni publicznej spoczywa na gminach, bo one są tymi podmiotami, które bezpośrednio odpowiadają za przestrzeń miast i wsi. Dlatego tak ważne jest, że coraz więcej samorządów podejmuje działania służące lepszemu dostosowaniu przestrzeni publicznej do potrzeb seniorów. Podstawą do takich działań powinno być trafne i precyzyjne rozpoznanie barier utrudniających korzystanie z przestrzeni publicznej przez osoby starsze. Diagnozowanie barier może odbywać się w formie ankiet, wywiadów czy spacerów badawczych z seniorami, w wyniku których powstają mapy barier w przestrzeni publicznej, z których mogą korzystać przy planowaniu remontów i inwestycji jednostki samorządowe.

Wnioski z diagnozy dostępności przestrzeni publicznej dla osób starszych powinny być również uwzględnione w działaniach bardziej perspektywicznych i długofalowych, przede wszystkim w studium uwarunkowań i kierunków zagospodarowania przestrzennego, miejscowych planach zagospodarowania przestrzennego, strategiach rozwoju lokalnego czy lokalnych programach rewitalizacji. Zwłaszcza w tych ostatnich wydaje się tkwić ogromny potencjał realizacyjny w związku z przeznaczeniem sporych środków na rewitalizację w nowej perspektywie finansowej Unii Europejskiej.

Prawie niewykorzystywane dotychczas są natomiast inne instrumenty pozwalające uwzględnić potrzeby osób starszych w zakresie dostosowania przestrzeni publicznej. Chodzi przede wszystkim o możliwość uwzględniania potrzeb użytkowników czy też odbiorców prac budowlanych czy usług zleczanych w ramach zamówień publicznych. Prawo zamówień publicznych pozwala zamawiającym postawić w opisie przedmiotu zamówienia warunki będące odpowiedzią na potrzeby osób będących odbiorcami robót, dostaw lub usług będących przedmiotem zamówienia,

np. niepełnosprawnych czy starszych. Może być to na przykład obowiązek wykonania podjazdów czy wind, odpowiednio dużych oznaczeń na budynkach albo też przycisków na odpowiedniej wysokości w autobusach komunikacji miejskiej. Jeżeli zamówienie publiczne obejmuje również wykonanie projektu remontu bądź inwestycji, to zamawiający może wykonawcę projektu zobowiązać do uwzględnienia potrzeb osób starszych czy niepełnosprawnych, np. poprzez konsultacje projektu z tymi grupami użytkowników. Inną możliwością jest uwzględnienie w ramach pozacenowych kryteriów oceny ofert cech przedmiotu zamówienia, na przykład robót drogowych czy usług komunikacyjnych, zapewniających dostępność dla osób starszych czy niepełnosprawnych.

Istotne jest, aby zmiany w przestrzeni publicznej współgrały z działaniami na innych polach, takich jak np. dostosowanie usług publicznych do potrzeb i możliwości osób starszych czy też aktywizacja seniorów, tak aby mogli z tych usług i przestrzeni publicznej w pełni korzystać. Efekty polityki senioralnej będą tym większe, im większy będzie stopień integracji wewnętrznej prowadzonych w jej ramach działań i ich spójności z innymi politykami publicznymi.



2.

REKOMENDACJE: STARZENIE SIĘ A TERENY OTWARTE

Fragmenty brytyjskich badań Inclusive Design

for Getting Outdoors (I'DGO)

Marta Trakul-Masłowska

Fundacja na Rzecz Wspólnot Lokalnych „Na miejscu”

Wprowadzenie

Prezentujemy wyniki brytyjskich badań³¹ dotyczących kształtowania przestrzeni publicznych dla starzejącego się społeczeństwa. Opracowanie badań przygotowano dzięki uprzejmości ich autorów. Wybraliśmy te badania ze względu na ich kompleksowość – prowadzone były na przestrzeni 10 lat, na próbie 4350 osób, przy zaangażowaniu badaczy z uniwersytetów: University of Edinburgh, University of Salford, University of Warwick, Heriot-Watt University. Prezentujemy jedynie fragmenty projektu badawczego – całość przeprowadzona była w Wielkiej Brytanii, część analiz, które pomijamy, dotyczy specyfiki funkcjonowania w brytyjskim systemie prawnym. Zainteresowanych całością odsyłamy do tekstu źródłowego dostępnego na stronie internetowej projektu: www.idgo.ac.uk.

Jesteśmy świadomi, że nie wszystkie wyniki są przekładalne na polskie warunki. Wtedy traktujemy je jako inspirację do dalszych poszukiwań i przyjrzenia się tym tematom w naszej specyfice. Rekomendacje podzielone są na zagadnienia związane z urządzeniem ulic oraz oddzielnie wytycznymi obejmującymi parki i tereny otwarte.

Badania I'DGO zostały wykorzystane przez Światową Organizację Zdrowia do sformułowania wytycznych do kształtowania miast w perspektywie starzejących się społeczeństw. Wskazówki WHO mają zasięg globalny, z zasady są jak najbardziej ogólne. W związku z tym są przydatne na poziomie wybierania kierunku rozwoju miast, przy tworzeniu dokumentów strategicznych. I'DGO to rekomendacje, które są

pomocne osobom czy podmiotom kształtującym przestrzeń (samorządowcy, projektanci, deweloperzy, spółdzielnie mieszkaniowe itp.) głównie na poziomie zlecenia i wykonania projektów. Istnieje jeszcze trzeci, bardziej szczegółowy poziom, z którego korzystać mogą sami projektanci. Obejmuje on konkretne odległości, wysokość stopni czy nachylenie podjazdów. W tym zakresie rekomendujemy korzystanie z wytycznych projektowania uniwersalnego. Skorzystać można m.in. z opracowania *Standardy dostępności dla Miasta Gdyni* opracowanego przez Centrum Projektowania Uniwersalnego Politechniki Gdańskiej, działającego przy tamtejszym wydziale architektury.



³¹ Przewodnik projektowania I'DGO oparty jest na wynikach projektu badawczego Inclusive Design for Getting Outdoors – I'DGO (projektowanie włączające, zachęcające do spędzania czasu na zewnątrz). Ich wyniki były przytaczane przez Międzynarodową Organizację Zdrowia (WHO) jako zagadnienie bardzo ważne w planowaniu, projektowaniu i utrzymywaniu Miast Przyjaznych Wiekowo oraz przez Wydział Transportu Wielkiej Brytanii. Badanie zostało przeprowadzone przez instytut badawczy SURFACE Inclusive Design Research Centre Uniwersytetu w Salford. Autorką opracowania jest Rita Newton z SURFACE Inclusive Design Research Centre Uniwersytetu w Salford.

Rita Newton

SURFACE Inclusive Design Research Centre, The University of Salford, Maxwell Building, The Crescent, Salford, M5 4WT

Ulice

SIEDZENIE

Są trzy aspekty siedzenia w miejscach publicznych, które mają znaczenie dla starszych przechodniów: dostępność siedzenia, jego położenie i wygląd.

Rekomendacje

Brak przemyślanego rozplanowania miejsc do siedzenia (np. rozmieszczenie ich w równych odstępach przy wszystkich ulicach) ogranicza przemieszczanie się osób starszych, które głównie ze względu na stan zdrowia muszą często robić przystanki w drodze z i do domu. Żeby umożliwić i uatrakcyjnić przebywanie na świeżym powietrzu, dobrze przestrzegać następujących zasad:

1. Zapewnić miejsca do siedzenia w odstępach 100 m przy ulicach, a nawet w mniejszej odległości, jeśli okolica jest pagórkowata.
2. Miejsca do siedzenia nie powinny zajmować chodnika, żeby nie utrudniać ruchu. Szerokość przejścia powinna być nie mniejsza niż 2 m.
3. Ławki powinny znajdować się tam, gdzie ludzie chcą siedzieć, czyli w dobrze oświetlonych miejscach z miłym widokiem, z dala od hałasu i zanieczyszczonego powietrza.
4. Przy ławkach powinna znajdować się twarda nawierzchnia pozwalająca na zatrzymanie się osoby na wózku inwalidzkim i dająca jej możliwość siedzenia obok swojego towarzysza.
5. Ławka powinna mieć oparcie i podłokietniki oraz odpowiednią wysokość dla osób, które mają problemy ze zginaniem kolan.
6. Ławka powinna robić przyjemne wrażenie, być wygodna i łatwa w utrzymaniu.
7. Ławki powinny być też dostępne w lokalach usługowych i lokalnych sklepach. Najlepiej kilka ustawionych obok siebie, żeby ułatwić ludziom rozmowy.

Starsi ludzie powiedzieli nam, co wolą i dlaczego...

Jednym z głównych wniosków z 200 wywiadów przeprowadzonych z seniorami jest brak planowo rozmieszczonych miejsc do siedzenia. Planowo, czyli w stosunkowo równych odstępach. Dlatego niewiele jest miejsc, gdzie mogliby odpoczywać pomiędzy domem a miejscami, do których się udają – sklepami, parkami, przychodniami. Miało to wpływ na dystans, który ludzie byli skorzzy pokonać w celu przemieszczenia się (z punktu A do punktu B) lub dla przyjemności (np. odwiedzenie lokalnego skweru). Większość osób pogodziła się z podejściem „każde rozwiązanie jest dobre”, wykorzystując do siedzenia niskie murki, przystanki autobusowe czy nawet betonowe kosze na śmieci, o które można się oprzeć.

Z badania przeprowadzonego przez OPENspace³² wynika, że:

- 99% z 572 ankietowanych osób starszych powiedziało, że duża liczba miejsc do siedzenia w lokalnym parku jest dla nich istotna,
- 95% powiedziało, że chcieliby po drodze do miejscowego parku mieć możliwość odpoczynku na ławce,
- badanie pokazało również, że obecność miejsc do siedzenia, toalet, kawiarni i schronień w okolicy przekładało się ściśle na ilość czasu spędzanego przez uczestników na dworze.

³² W innych badaniach I'DGO przeprowadzonych przez OPENspace – centrum badań na rzecz równego dostępu do środowiska zewnętrznego.

PRZYSTANKI

Poniższe wytyczne dotyczą przystanków autobusowych. Obejmują kwestie ich rozmieszczenia oraz konstrukcji i funkcji wiat.

Rekomendacje

Stawianie i projektowanie przystanków autobusowych i wiat powinno być procesem popartym refleksją, rozpoczynającym się od uważnego przebadania lokalizacji obiektu. Badani wskazali na bezpieczeństwo jako najważniejszą kwestię związaną z korzystaniem z przystanków. Obejmuje ono zarówno prawdopodobieństwo ewentualnej napaści, jak i bezpieczeństwo ruchowe, czyli obawę przed potknięciem czy wywróceniem się.

1. Każdy powinien mieć dostęp do przystanku w odległości 200 m od domu i 100 m w przypadku mieszkalnictwa specjalnego.
2. Przystanki powinny zapewniać schronienie i miejsca do siedzenia.
3. Przystanki autobusowe powinny się znajdować w ważnych punktach wzdłuż uczęszczanych tras, np. przy centrach opieki dziennej, pocztach – należy unikać wiat w odosobnionych miejscach. Należy wybierać ulice o stałym ruchu pieszych i samochodów zarówno w dzień, jak i w nocy oraz o dobrym poziomie nadzoru (najlepiej naturalnego albo celowych kontroli, jeśli to konieczne).
4. W przypadku dokładnego planowania rozmieszczenia przystanków należy unikać miejsc w pobliżu sklepów alkoholowych, obszarów z gęstą zielenią i potencjalnymi pułapkami, takimi jak zaułki czy tunele.
5. Należy zadbać, aby do wiaty przystankowej dochodziło światło zarówno w dzień, jak i w nocy. Należy ograniczyć ilość elementów szklanych.
6. Kolory ram wiaty i podłoża powinny być konsekwentnie kontrastowane, aby wyraźnie odróżnić od siebie te dwa elementy.
7. Zapewnić miejsce do siedzenia – jeżeli to możliwe na różnych wysokościach – lub coś, na czym można „przysiąść”. Warto pamiętać o podłokietnikach.
8. Należy pozostawić przestrzeń dla osób na wózkach, żeby mogły schronić się obok ławki.

9. Należy dbać o dostępność dla pieszych i wózków przestrzeni otaczającej wiatę przystankową.

Starsi ludzie powiedzieli nam, co wolą i dlaczego...

Ponad połowa brytyjskich seniorów regularnie korzysta z autobusów (59% z 200 przebadanych). W kwestii przystanków najważniejsze jest dla nich schronienie i bezpieczeństwo. Przy czym poczucie bezpieczeństwa jest ściśle związane z porą dnia. Zdecydowana większość badanych (91%) powiedziała, że czują się bardzo lub całkiem bezpieczni na zewnątrz przed zmierzchem, liczby te spadały po zmroku do 26% (bardzo bezpiecznie) i 18% (całkiem bezpiecznie). W zakresie widoczności badani wolą otwarte wiaty przystankowe. Oprócz poczucia bezpieczeństwa takie przystanki wydawały się mniej zawadzać na przejściach i ułatwiały wypatrywanie autobusu. Miejsca do siedzenia okazały się wyjątkowo ważne, zwłaszcza dla osób nie w pełni sprawnych ruchowo. Dużo starszych osób korzystało z ławek na przystankach autobusowych, żeby złapać oddech i odpocząć podczas poruszania się po okolicy, nawet jeśli nie korzystali z autobusów.

Bezpieczne przystanki – przykład międzynarodowy

W 2001 r. opublikowano wyniki badania³³ obejmujące 60 przystanków autobusowych w Los Angeles. Badanie miało na celu zbadanie związku pomiędzy poziomem przestępczości na i przy przystankach autobusowych, a charakterystyką miejsca, w jakim się znajdują. Poziom przestępczości okazał się wyższy, jeśli przystanek był bardziej na odludziu, np. przy skrzyżowaniu z szeroką aleją, przy opuszczonym budynku, w pobliżu sklepu z alkoholem, przy bankomacie, przy parkingu miejskim lub w pobliżu miejsc pokrytych graffiti i zaśmieconych. Dla porównania w przypadku widocznych przystanków, dobrze oświetlonych, z budką telefoniczną, z daszkiem i przy ulicach o natężonym ruchu i pod nadzorem, przestępstwa zdarzały się rzadziej.

³³ A. Loukaitou-Sideris, *Hot Spots of Bus Stop Crime: The Importance of Environmental Attributes*, „Journal of the American Planning Association” 1999 65:4, s. 395–411.

PRZEJŚCIA PRZEZ ULICE

Poniższe rekomendacje dotyczą potrzeb seniorów związanych z bezpiecznym przechodzeniem przez ulicę, czyli pasów i sygnalizacji.

Rekomendacje

Z badań wynika, że największym wyzwaniem przy przechodzeniu przez ulicę jest wybór momentu, kiedy można przejść bezpiecznie. Seniorzy uważają, że zarówno kierowcy, jak i piesi często nie wiedzą, kto ma pierwszeństwo, co jest dodatkowo potęgowane różnorodnością rozwiązań stosowanych na przejściach dla pieszych. Kiedy wyjaśniono im, jak działa każdy rodzaj przejścia, zwłaszcza te z „inteligentnymi” rozwiązaniami, starsi w większości popierali stosowanie takich technologii. Problemem zatem jest brak edukacji w zakresie funkcjonalności i niekonsekwencja w stosowaniu sygnałów.

1. Czas na przejście przez jezdnię powinien być dłuższy. Obecnie przejścia pozwalają na chodzenie z prędkością 1,2 m na sekundę. Wiele badań nad przechodniami, a także nasze własne, pokazują, że prędkość chodzenia na przejściu waha się między 0,7 m a 0,9 m na sekundę. Spada jeszcze bardziej na ruchliwych przejściach.
2. Preferowane powinny być przejścia na poziomie jezdni. Przejścia podziemne i kładki sprawiają trudność zarówno seniorom, jak i osobom z niepełnosprawnościami.
3. Wyspy dla pieszych i obniżone krawężniki powinny być budowane w odpowiednim rozmiarze, tak żeby korzystać z nich mogły osoby na wózkach.
4. Należy minimalizować różnice pomiędzy rodzajami przejść – różne zasady na poszczególnych przejściach powodują zamieszanie.
5. Samorząd powinien informować i edukować obywateli, jakiego rodzaju przejścia budowane są w ich sąsiedztwie, zwłaszcza przy wprowadzaniu nowych rozwiązań, np. inteligentnych przejść przyjaznych przechodniom (puffin crossings – stosowane w Wielkiej Brytanii przejścia dla pieszych, w których m.in. sygnalizacja świetlna dla pieszych umieszczona jest po tej samej stronie drogi, nie po

przeciwej, oraz wyposażona w specjalne sensory monitorujące ruch na przejściu). Podobnie powinno być w sytuacji, kiedy prowadzone są badania pilotażowe lub dodawane nowe funkcje (np. sekundniki odliczające czas przejścia).

6. Poczucie bezpieczeństwa wzmacniałaby dobra znajomość wśród kierowców praw przechodniów – tu mogłyby pomóc kampanie edukacyjne.
7. Brytyjski Departament Transportu wymaga, aby obniżone krawężniki znajdowały się co 100 m. Warto sprawdzić wytyczne krajowe, przy czym badacze wyczułają na sprawdzenie, czy obniżenia znajdują się po obu stronach chodnika na tej samej wysokości.

Starsi ludzie powiedzieli nam, co wolą i dlaczego...

W wywiadach z 200 seniorami zapytaliśmy o preferencje dotyczące typów przejść dla pieszych. Osoby badane wymieniły kilka preferowanych rozwiązań, podczas gdy większość (90%) mówiła o sygnalizacji świetlnej, prawie połowa skorzystałaby też z pasów (zebry). Około 50% uważało przejścia nieformalne – zwłaszcza te z wyspą – za „lepsze niż nic”, chociaż wielu wspominało o braku poczucia bezpieczeństwa, gdy na drodze widoczne są ślady samochodów, które wjechały w słupki, balustrady itp. Wyspy zostały też uznane za zbyt wąskie, żeby przystanąć na nich z wózkami. Kładki zostały opisane jako „bezpieczne, ale niepraktyczne”, nieprzyjazne przechodniom i „niemożliwe do pokonania na wózku”, podczas gdy przejścia podziemne były postrzegane jako męczące („za dużo chodzenia”) i przytłaczające („ciemne, zazwyczaj wilgotne, z graffiti i zaśmiecone”).

SZEROKOŚĆ CHODNIKÓW I ALEJEK

Poniższe wskazówki dotyczą optymalnej szerokości chodników i alejek uwzględniających bezpieczeństwo starszych spacerowiczów.

Rekomendacje

Podczas gdy większość chodników jest projektowana tak, żeby spełniać minimalne wymagania prawne, późniejsze rozmieszczenie ławek, samochodów czy śmietników tarasuje te przejścia.

1. Przy nowych inwestycjach należy planować przejścia piesze o minimalnej szerokości 2 m.
2. Nowe elementy, np. meble miejskie, powinny być ustawiane tak, żeby utrzymać minimalną szerokość ścieżek przewidzianą w projekcie.
3. Bezpieczeństwo pieszych powinno być priorytetem, dlatego należy unikać jakichkolwiek utrudnień na szlakach pieszych.
4. Parkowanie samochodów na chodnikach powinno być surowo zabronione.

Starsi ludzie powiedzieli nam, co wolą i dlaczego...

Bardzo niewielu uczestników (16%) czuje się wygodnie, korzystając z wąskich ścieżek. Podano następujące powody:

„Trzeba zejść na drogę, żeby minąć ludzi na wąskich chodnikach”,
„Nie można się zatrzymać i porozmawiać z ludźmi, bo inni nie mogą przejść, zwłaszcza ci z wózkami dla dzieci”,
„Muszę chodzić wolno i mieć nadzieję, że ludzie będą wystarczająco grzeczni, żeby mnie obejść”.

Uczestnicy uznawali tymczasowe przeszkody za uciążliwość i zagrożenie:

„Parkowanie na chodnikach to problem. Czasami trzeba iść ulicą, żeby minąć zaparkowane samochody”,
„Muszę przejeżdżać wózkiem po jezdni, bo chodniki są zastawione przez samochody. Jeżdżenie na wózku po ulicy jest niebezpieczne”,
„Tymczasowa zmiana organizacji ruchu na chodniku związana z pracami budowlanymi może być maratonem dla słabszych osób i tych o laskach”,
„Wiele osób parkuje samochody na chodniku, czasami nawet po nim jeżdżą”.

Większość badanych (79%) mówi, że ważne są szersze, uporządkowane chodniki, ponieważ:

„Czuję mniejsze zagrożenie samochodami, gdy idę po szerszym chodniku”,
„Na szerszym chodniku jest mniejsze prawdopodobieństwo, że wpadnę na ludzi lub rzeczy moim chodzikiem”,
„Potrzebuję miejsca, żeby przejechać wózkiem i żeby móc bezpiecznie minąć innych”.

ŚCIEŻKI PIESZE I ROWEROWE

Rekomendacje

Przy wytyczaniu i budowie sąsiadujących ze sobą lub dzielonych ścieżek pieszych i rowerowych zaleca się:

1. Bardzo jasne oznakowanie ścieżek pieszych i rowerowych, żeby nikt nie miał wątpliwości, która część przeznaczona jest dla rowerów, a która dla pieszych.
2. Przeprowadzanie rygorystycznych testów w fazie projektowania i budowania, aby zapewnić zgodność ścieżek z wymogami.
3. Przeprowadzenie konsultacji z użytkownikami weryfikujących, czy proponowane oznakowanie jest zrozumiałe – jeśli nie, należy wprowadzić korekty.

Starsi ludzie powiedzieli nam, co wolą i dlaczego...

Jedynie połowa uczestników (56%) czuje się bezpieczna w pobliżu rowerzystów, osób na deskorolkach i rolkach. Rowerzyści jadący ścieżką są postrzegani jako główne zagrożenie:

„Rowerzyści zawsze jadą po chodniku i nie mają dzwonek”,
„Jeśli rowerzyści są na chodniku, nie czuję się bezpiecznie, bo ich nie słyszę”,
„Rowerzyści zapominają, że starsi ludzie nie mogą im szybko zejść z drogi”.

Ponadto jako zagrożenie na ścieżce postrzegane są wózki elektryczne:

„Martwią mnie wózki elektryczne, bo nie słyszę, jak nadjeżdżają”,
„Wózki elektryczne [na ścieżce] są niebezpieczne, jeżdżą tak szybko”.

Jedna trzecia uczestników badania woli nie korzystać ze ścieżek sąsiadujących ze ścieżkami dla rowerzystów:

„Nie lubię ścieżek dla rowerzystów. Kończą się nagle i rowerzyści mogą wjechać na ścieżkę, po której się idzie”,
„Nie lubię ich, ponieważ sprawiają, że piesi są pomiędzy ruchem ulicznym a rowerowym”,
„Są dobre dla rowerzystów, ale niekoniecznie dla pieszych”,
„Jeżeli rowerzyści nie trzymają się swojej strony, może to być niebezpieczne”,
„Ogólnie są w porządku, ale ludzie nigdy nie wiedzą, po której być stronie”.

Niektórzy respondenci odnosili się również do zalet przylegających do siebie ścieżek:

„Ułatwia to chodzenie i jeżdżenie na rowerze”,
„Mogę jechać wózkiem po ścieżce rowerowej”,
„Kiedy jestem na moim wózku, jeżdżę po stronie dla pieszych”,
„Daje to trochę poczucia bezpieczeństwa podczas chodzenia”.

MATERIAŁY NA ŚCIEŻKI I ALEJKI

Rekomendacje

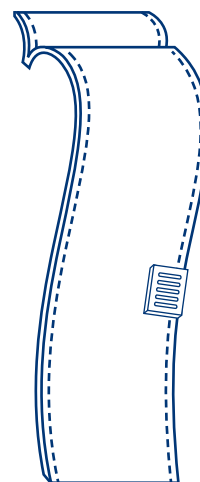
Większość ścieżek i chodników na osiedlach jest projektowana i kładzona zgodnie z ogólnymi zasadami regulującymi twardość i poślizgowość, dzięki czemu tworzy się powierzchnię bezpieczną dla pieszych. Jednak istnieje wyraźna różnica pomiędzy oczekiwaniami projektantów i inżynierów w zapewnianiu powierzchni, po której wszystkim łatwo się poruszać, a doświadczeniem uczestników naszych badań podczas użytkowania okolicznych ścieżek. Przy wyborze materiału na ścieżkę zaleca się, aby:

1. Gdzie tylko to możliwe, wybierać materiały, które wymagają minimum konserwacji i utrzymania – żeby zachowały strukturę i były bezpieczne przez jak najdłuższy czas.
2. Kryteria doboru materiału na nawierzchnię uwzględniały potrzeby użytkowników z urządzeniami wspomagającymi przemieszczanie się, takimi jak laski, chodziki, wózki inwalidzkie, wózki elektryczne itp.
3. Dbać o potrzeby pieszych, zwłaszcza osób starszych. Powinny czuć się na chodnikach pewnie i choć umiejscowienie i szerokość przejścia są ważne, warto też pamiętać o odpowiednich materiałach i minimalizowaniu lęku przed upadkiem.

Starsi ludzie powiedzieli nam, co wolą i dlaczego...

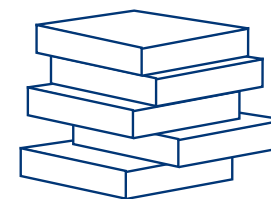
Autorzy badania zapytali starsze osoby o najbardziej odpowiadający im typ nawierzchni, poniższy rysunek przedstawia wyniki.

Asfalt



88%

Płyty chodnikowe



33,5%

Żwir



18,5%

Kocie łby kostka



10%

RAMPY, SCHODY I PORĘCZE

Wskazówki dotyczą chodników oraz ramp i schodów.

Rekomendacje

1. W miarę możliwości dawać możliwość wyboru pomiędzy rampami a schodami. Ich kształt musi być zgodny z aktualnymi regulacjami i najlepszymi praktykami.
2. Wyposażać schody i rampy w poręcze.
3. Wszystkie zmiany poziomów powinny być wyraźnie oznaczone kontrastującymi ze sobą materiałami i kolorystyką.

Starsi ludzie powiedzieli nam, co wolą i dlaczego...

Podczas gdy 35% uczestników badania nie miało wyraźnych preferencji co do nachylenia chodnika, to 65% badanych wybierała płaskie przejścia, a w toku dyskusji odsetek ten wzrósł do 73%. Aż 82,5% uważa, że rampy z poręczą są pomocne, 40% uważa też, że schody z poręczą są pomocne. Ogółem, poręcze zostały uznane za przydatne przez 88,5% uczestników badania.

Dlaczego poręcze są takie ważne

Znaczenie zastosowania poręczy zostało wyjaśnione przez Sawyera i Brighta³⁴: osoby niedowidzące bardzo często wykorzystują poręcze, żeby orientować się na klatkach schodowych, określić, czy dotarli już na górę czy dół schodów lub by ustalić zmianę kierunku. Wszyscy potrzebują poręczy, które łatwo chwycić w przypadku potknięcia się czy upadku na schodach. Dlatego też ważne jest, żeby poręcze były widoczne, na wyciągnięcie ręki i wystarczająco mocne, żeby w razie potrzeby dać oparcie oraz dostarczać użytkownikom dobrych informacji na temat schodów zarówno podczas wchodzenia, jak i schodzenia³⁵.

Burton i Mitchell³⁶ dowodzą, że każda zmiana poziomu tworzy bariery dla osób o gorszych zdolnościach ruchowych i osób niedowidzących. Ludzie, którym trudno podnosić nogi, np. z artretyzmem oraz osoby z wadami i uszkodzeniami wzroku, które słabo widzą schody, uważają, że rampy są wygodniejszym rozwiązaniem. Inni, np. mający problemy z utrzymaniem równowagi, uważają, że schody są wygodniejsze i bezpieczniejsze niż rampy. W tej grupie znalazły się też osoby z demencją, które stwierdziły, że „rampy, zwłaszcza kręcone, są trudne do pokonania przy zejściach. Są męczące i źle wpływają na równowagę. Schodzenie jest trudniejsze niż wchodzenie”³⁷.

³⁴ Por. A. Sawyer, K.T. Bright, *The Access Manual. Second Edition*, Blackwell Publishing, Oxford 2007.

³⁵ Tamże.

³⁶ E. Burton, L. Mitchell, *Inclusive Urban Design: Streets For Life*, Routledge, New York 2006.

³⁷ Tamże.

KRAWĘŻNIKI

Rekomendacje

Zaleca się, aby:

1. Obniżone krawężniki instalowane były również przy nieformalnych przejściach dla pieszych³⁸.
2. Obniżone krawężniki były instalowane zawsze po obu stronach drogi.
3. Dbać o konserwację pól uwagi (elementów dotykowych w nawierzchni) kończących się na przejściach – chodzi o to, żeby nie były starte.

Studium przypadku. Przestrzeń współdzielona: brak krawężników

Koncepcja „przestrzeni współdzielonej” oznacza równy dostęp do miejsc dla kierowców, rowerzystów i pieszych. Znajduje coraz szersze zastosowanie w Wielkiej Brytanii podczas planowania przez władze ważnych ulic i centrów miasta. Współdzielona przestrzeń to obszar, gdzie użytkownicy uczestniczą w ruchu na tych samych zasadach. Teoretycznie, jeśli stworzymy dobrze zaprojektowaną przestrzeń, zorientowaną na ludzi, bez barier fizycznych, jak np. krawężniki, miejsce takie ma potencjał doskonałej „włączającej” przestrzeni. Niemniej raport sporządzony na podstawie badań fokusowych przeprowadzonych na wielu grupach na terenie Wielkiej Brytanii (Guide Dogs 2006) podkreślał zaniepokojenie wielu osób związane z respektowaniem ich korzystania ze „wspólnej przestrzeni”. Ludzie niewidomi i niedowidzący martwią się o bezpieczeństwo ze względu na brak oznakowania granicy pomiędzy chodnikiem a drogą po usunięciu krawężników i płyt, co sprawia, że są bardziej narażeni na wypadki i niebezpieczne sytuacje. Brak oznaczeń orientacyjnych, takich jak wyznaczona ścieżka, krawężniki, płyty z wypustkami jest dla nich kolejnym powodem do zmartwień, co ma duży wpływ na niezależność i samodzielne, bezpieczne poruszanie się po mieście. Podsumowując, usunięcie krawężników „wystawia osoby niewidome i niedowidzące na większe ryzyko, obniża ich pewność siebie, a zatem tworzy barierę dla ich niezależnego przemieszczania się”.

Jedną z rekomendacji wynikających z raportu jest sugestia wyraźnego oddzielenia ruchu pieszych od samochodów i rowerów oraz wprowadzenie krawężników najazdowych dla osób na wózkach i odpowiednio ułożonych płyt z wypustkami.

³⁸ Przytaczamy ciekawą wskazówkę, możliwą do zrealizowania ze względów formalnych w Wielkiej Brytanii. W Polsce takie myślenie jest wartym rozważenia wybieganiem w przyszłość.

CZYTELNOŚĆ I OZNAKOWANIE

Poniższe wskazówki obejmują ważny temat czytelności oznaczeń ulic i znaków informacyjnych.

Rekomendacje

Zaleca się:

1. Gdzie tylko to możliwe, na znakach wskazujących kierunek zapewnienie informacji o odległości i czasie potrzebnym na dotarcie do celu.
2. Konsekwencję w kolorach, kształtach, czcionce i materiałach, z których wykonane są oznaczenia ulic i tablice pomagające orientować się w przestrzeni. Ułatwia to zauważenie, rozpoznanie i odczytanie takich znaków.
3. Używanie odpowiedniej wielkości czcionki na tablicach z nazwami ulic oraz odpowiedniej, kontrastującej kolorystyki.
4. Dodawanie symboli czy tekstów z komentarzem na mapach i tablicach informacyjnych.
5. Umieszczanie oznakowania ulic po obu jej stronach, na wysokości zapewniającej czytelność. Ponadto należy upewnić się, czy tablice nie będą przeszkadzały w płynnym ruchu pieszych i nie będą zasłonięte przez drzewa czy inne tablice.

Tablice kierunkowe

Przydatność znaków wskazujących kierunek została poparta przez aż 82,5% badanych, którzy potwierdzili, że są pomocne zwłaszcza dla pieszych i w nieznanach okolicach. Zaproponowano następujące poprawki: „stawiać słupy z boku, a nie po środku chodnika”, „zadbać, by nie było łatwo przekreślić znaków w złym kierunku, np. dla zabawy przez młodzież”, „zapewnić informację o odległości i czasie potrzebnym na dotarcie do celu”, „unikać zbyt wielu informacji na znaku”, „ustawianie znaków wskazujących na odpowiedniej wysokości, żeby nie były potencjalnym zagrożeniem (np. wejście w znak), ale żeby były na tyle nisko, by łatwo je było odczytać”.

DOSTĘPNE TOALETY

Rekomendacje

Toalety powinny być dostępne i czyste. Autorzy badania wskazują ciekawy wątek obejmujący dostępność – godziny otwarcia toalet. Powinny być dostępne wtedy, gdy ludzie naprawdę potrzebują z nich korzystać, a nie tylko od 9 do 17. Zaleca się też, żeby toalety publiczne były umieszczone w odpowiednich miejscach:

1. Wszystkich dworcach, stacjach i dużych parkingach.
2. Popularnych miejscach, centrach dzielnicy i miejscowych galeriach handlowych.
3. Wszystkich parkach, skwerach, ogródkach działkowych i miejscach wypoczynku.
4. Przy większych skrzyżowaniach i urzędach pocztowych w obszarach podmiejskich.
5. We wsiach z liczbą ludności powyżej 5000.
6. Co 10 km przy głównych drogach.
7. W miejscach o większej koncentracji starszych osób.

Parki i tereny otwarte

Rekomendacje

Obecność ławek, toalet czy altan dających schronienie przed złą pogodą ma znaczny wpływ na to, czy i ile czasu osoby starsze spędzają poza domem. Ten czas się wydłuża, jeśli w parku znajdują się atrakcje, np. jeziorko czy punkty widokowe. Badania wskazują również na zależność pomiędzy jakością życia a dostępnością dobrej jakości terenów zieleni. Jako istotne badani wskazują dobre warunki do rozmowy z innymi i liczne aktywności, w których można wziąć udział lub tylko je obserwować. Osoby starsze zwracają szczególną uwagę na jakość drzew i roślin – interesują je zarówno gatunki, jak i efekty pracy ogrodników.

Jako najważniejsze cechy terenów otwartych badani wskazują:

1. Dobre utrzymanie, zadbanie i bezpieczeństwo.
2. Obecność kawiarni i/lub toalet.
3. Gęsto nasadzone drzewa i rośliny.
4. Możliwość obserwowania zwierząt i roślin.
5. Niewielki ruch uliczny po drodze do parku.

Starsi ludzie powiedzieli nam, co wolą i dlaczego...

- dla 99% osób najważniejsza w parkach jest duża liczba miejsc do siedzenia,
- wszystkim podobają się ścieżki otoczone drzewami, a blisko połowie uczestników badania (42%) podobają się gęsto nasadzone drzewa,
- dla 91% osób ważne jest, żeby do parków i terenów otwartych docierały środki transportu publicznego,
- dla 96% osób ważne jest, żeby w pobliżu znajdował się parking,
- jeśli wokół parku przebiega ruchliwa ulica, to dla 93% badanych istotne jest, żeby było tam przejście dla pieszych ze światłami,
- 57% badanych zależy na tym, żeby mieć dostęp do terenów otwartych w odległości 5-10 minut od domu (badani wybierają tę odległość spośród krótszych i dłuższych dystansów),
- 83% badanych woli toalety w kawiarniach niż jako osobne budynki,
- dla 95% badanych ważne są miejsca do siedzenia po drodze do celu,
- 97% chciałyby mieć jakiś zbiornik wodny w najbliższej okolicy,
- na pytanie, jakie elementy krajobrazu chcieliby kontemplować aż 76% osób odpowiedziało, że interesuje ich przyroda,
- dla 97% badanych istotne jest, żeby dobrej jakości chodniki dostępne były w całym obiektach, a nie tylko we fragmentach.

WSKAZÓWKI DLA PROJEKTANTÓW:

miejsca, które działają

Sygnalizacja świetlna i parkowanie

Łatwe parkowanie

Oznacza możliwość wygodnego zaparkowania auta w pobliżu wejść do parku. „Wygodne” parkowanie oznacza wiele miejsc parkingowych, łatwe manewrowanie i niewielki ruch, jeśli parking umieszczony jest na jezdni.

Łatwy, nieograniczony dostęp do terenów otwartych

„Naturalne bramy”

Skupiska drzew przy głównych wejściach do parku i/lub na początku ścieżek, mogą stworzyć efekt „naturalnej bramy”. Jest to wyjątkowo pomocne przy otwartym krajobrazie, np. wzdłuż wybrzeża lub gdy nie ma formalnego wejścia do parku. „Naturalna brama” z drzew jest zapraszająca, wzmacnia poczucie dotarcia do celu i tworzy „parkową” atmosferę.

Łatwy dostęp do punktów gastronomicznych

Pożądane jest miejsce, w którym można kupić filiżankę herbaty czy lody. Nieopodal takiego punktu powinny znajdować się miejsca do siedzenia, które jednocześnie dają schronienie. Dostęp do punktów gastronomicznych nie może być trudny.

Gęste drzewa i krzewy

Dowód utrzymywania miejsca w dobrym stanie

Gęste drzewa i krzewy są atrakcyjne, gdy widać, że są zadbane, np. trawniki są skoszone, krzewy przycięte, kosze opróżniane, nie ma psich odchodów czy graffiti.

Estetyka i możliwość obserwacji, np. przyrody

Atrakcyjne miejsca i punkty widokowe

Punkty widokowe z wygodnymi ławkami, murkami, o które można się oprzeć lub poręczami zachęcają ludzi do zatrzymania się i podziwiania okolicy oraz dają możliwość bliższego zainteresowania się przyrodą.

Układ ścieżek (liniowy)

Szeroka, główna aleja nieopodal interesującego punktu, np. brzegu rzeki, jest bardzo atrakcyjna. Wzdłuż takiej ścieżki powinny znajdować się wygodne miejsca do siedzenia oddalone o nie więcej niż 50 m od głównego wejścia. Umożliwia to starszym osobom łatwe dotarcie do punktu docelowego.

Układ ścieżek (w krąg)

Szeroka, główna aleja wokół interesującego obiektu, np. jeziora, jest bardzo atrakcyjna. Idealnie byłoby, gdyby dochodziły do niej mniejsze ścieżki łączące ją z głównymi trasami do/od brzegu. Daje to możliwość dojścia i odejścia od danego miejsca na każdym etapie drogi i jednocześnie tworzy krótsze trasy dla osób wyprowadzających psy.

Alejki i sport

Jeśli ścieżki umiejscowione są przy krańcach boisk do piłki nożnej czy siatkówki, mogą zachęcać do spaceru ciekawą trasą oraz podziwiania uprawiających sport. Efekt można uzyskać np. poprzez wyznaczenie ścieżki drzewami i/lub ustawienie miejsc do siedzenia, które pozwalają na podziwianie rozgrywek z bezpiecznej odległości.

Ścieżki i natura

Możliwość podziwiania natury może być oferowana nieopodal głównej alei. Zapewnienie odpowiednich miejsc do oparcia i/lub miejsc do siedzenia, które dają dobry dostęp do widoków, odgłosów i innych doznań związanych z naturą, zwiększają atrakcyjność i dostępność tej aktywności.

Dobrze utrzymane parki

Widoczne dbanie o park

Obecność ogrodników grabiących, koszących itp. lub ich pojazdów daje poczucie, że ktoś dba o park i dostarcza spacerowiczom dodatkowego poczucia bezpieczeństwa. Stawianie altan czy wiat ogrodników w widocznych miejscach też może potęgować to wrażenie.

Otwarte granice

Obecność ścieżek otwartych – takich, które nie są ściśle okalane murami czy żywopłotem – daje poczucie przestrzeni, o którą ktoś dba oraz, dzięki przepuszczalnym granicom, otwiera park na okolicę.

Naturalna obserwacja

Naturalna obserwacja może być gwarantowana przez przepuszczalne granice, które pozwalają przechodniom czy ludziom w sąsiadujących budynkach spojrzeć na to, co dzieje się w danym miejscu lub poza nim; otwarty widok na przestrzeń z okolicznych wzniesień jest także dobrym rozwiązaniem.

Dobre ścieżki, łatwe do pokonania i przyjemne

Ułożenie ścieżek

Odpowiednie rozplanowanie ścieżek w obiekcie zachęca ludzi do swobodnego poruszania się. Można to osiągnąć poprzez zapewnienie wygodnych i przyjemnych skrótów, np. do sklepów. Dobry rozkład i odpowiednia hierarchia ścieżek o różnych szerokościach to: główna aleja o szerokości 5–8 m i mniejsze alejki o szerokości 2–5 m.

Wiele wyjść/wejść

Zaplanowanie wielu wejść do obiektu daje różne możliwości skracania drogi przez park. Przejścia muszą być jednak jasno oznaczone, żeby ludzie łatwo orientowali się, gdzie są.

Ścieżka wielofunkcyjna

Główna ścieżka (szerokość: 5–8 m) powinna pozwalać na aktywności po obu stronach (ławki wzdłuż) i dawać szeroką przestrzeń do spacerowania. Pozwala to ludziom na odpoczywanie przy ścieżce i jednocześnie poczucie uczestnictwa bez wrażenia bycia w tłumie.

Przestrzeń wielofunkcyjna

Ścieżki, po których dziadkowie i starsi opiekunowie mogą się przemieszczać, podczas gdy dzieci (lub psy) biegają przy ich boku, np. po trawniku lub z/pod górkę, zazwyczaj zdają egzamin.

„Psie zbocze”

Pochyłe zbocze ze ścieżką wzdłuż szczytu daje wyprowadzającym psy możliwość rzucania piłek swoim pupilom: przewaga wysokości oznacza, że nie trzeba wkładać wysiłku w pchnięcie piłki (dobre dla osób ze słabymi ramionami). Takie wzgórze jest też dobre dla małych dzieci, które mogą turlać się po zboczu, podczas gdy ich dziadkowie spacerują nieopodal.

Wielofunkcyjne mury

Niskie murki dobre są zarówno do siedzenia, jak i do oparcia. Młodszy mogą siedzieć na murku, podczas gdy starsi mogą się o niego oprzeć. Takie murki w zależności od wysokości mogą zachęcać do dwóch rodzajów aktywności: pasywnej (np. siedzenie, opieranie się) i aktywnej (np. dzieci chodzące po nich).

Oparcia

Murki i poręcze stanowią dobre oparcie zwłaszcza w ładnych miejscach, takich jak brzegi akwenów czy punkty widokowe. Wytrzymałe poręcze, na wysokości przynajmniej pasa, są dobrym oparciem/miejscem odpoczynku – im bardziej gładkie, tym lepiej. Zwłaszcza przy zbiornikach wodnych niższe oparcia zapewniają zarówno bezpieczeństwo, jak i tworzą miejsce do zabawy dla młodszych dzieci, dzięki czemu wszyscy mogą wspólnie cieszyć się pięknym brzegiem, np. widokiem na morze.

Ścieżki wytyczone drzewami

Aleje wytyczone drzewami

Definiowanie głównych alei drzewami pozwala ludziom dostrzec, gdzie mają one swój początek, a gdzie koniec.

„Naturalne” oddzielenie rowerzystów od pieszych

Odpowiedni projekt może zachęcić do „naturalnego” oddzielenia rowerzystów od innych użytkowników alejek, np. poprzez zupełnie inny wygląd (ścieżki dla pieszych obsadzone drzewami). Przy ścieżkach rowerowych nie powinno się umieszczać sprzętów, z których korzystają osoby starsze, np. ławek.

Ścieżka towarzyska

Ścieżki z dobrze oznaczonymi brzegami i siedzeniami po jednej stronie mogą zachęcać ludzi do zwolnienia tempa podczas rozmowy. Jeśli alejka nie jest za szeroka, może to też prowokować przypadkowe interakcje, np. wymianę słowną pomiędzy osobami przechodzącymi i siedzącymi.

Ławki w terenach otwartych

Ławki wszędzie

Dobrze jest zapewnić miejsca do siedzenia, które zaspokajają różnorodne potrzeby, czyli np. ławki, które są łatwo dostępne ze ścieżek w parku, ale z kilkoma rodzajami siedzisk stosownych do różnych celów.

Siedzenie w ogrodzie

Miejsca do siedzenia przy trawnikach, choć trudniej dostępne niż przy ścieżce, mogą być atrakcyjne dzięki krzewom i drzewom sadzonym bezpośrednio za lub przed nimi. Takie ławki powinny być ustawione z dala od ścieżki – w odległości przynajmniej 2 m (ale nie więcej niż 10). Daje to poczucie większego spokoju, a jednocześnie nie jest zbyt daleko od przejścia.

Ławki przy ścieżkach

Siedzenie przy szerokiej ścieżce w słonecznym, przyjemnym miejscu jest bardzo atrakcyjne. Alejka szerokości 4–5 m powinna tworzyć przestrzeń, w której ludzie mogą odpocząć, rozprostować nogi i nie czuć się zmuszeni do szybkiego pójścia dalej.

Miejsca do drzemki

Siedzenia mogą służyć za fotele, jeśli będą miały podłokietniki i wysokie oparcia. Powinny być umieszczone w spokojnych, ale odwiedzanych przez ludzi miejscach, takich jak brzegi rzek, z dala od placów zabaw dla dzieci. Miejsca do drzemki powinny być oddalone od ścieżki o ok. 2–5 m. Ławki ogrodowe także są dobrymi miejscami do drzemki.

Ławki przy placach zabaw

Ławki ustawione wewnątrz i na zewnątrz obrębu placu zabaw to popularne rozwiązanie; drzewa dają cień i schronienie oraz możliwość zabawy w chowanego dla dzieci.

Ławki do siedzenia podczas wyprowadzania psów

Ławki ogrodowe to popularne miejsca, gdzie właściciele mogą odpoczywać, podczas gdy psy biegają wokół. Takie ławki są przyjemniejsze w użytkowaniu, jeśli mają podłokietniki.

Ławki w półokręgu

Ławki ustawione w kole lub w półkolu tworzą przestrzeń do odpoczynku. Powinny być trochę, ale nie za bardzo, na uboczu od ruchliwego wejścia i/lub głównej alei. Takie miejsce do siedzenia z ładnym widokiem tworzy naturalny taras, na którym można posiedzieć dłużej w miłej atmosferze.

ZOOM na wytyczne WHO

Wygodna przestrzeń. Z praktyki terenowej

Pracując w terenie z mieszkańcami, inspirowaliśmy się wytycznymi Światowej Organizacji Zdrowia dotyczącymi projektowania miasta w perspektywie starzejącego się społeczeństwa. Zastanawialiśmy się przy tej okazji nad ich praktycznym wymiarem w kontekście polskich miast – np. nad tym, co się kryje pod hasłem „bezpieczeństwo”, co w praktyce i przełożeniu na przestrzenie lokalne mogą znaczyć te wskazówki o charakterze globalnym. Przedstawiamy poniżej przykłady rozwinięcia wybranych wytycznych WHO, które zebraliśmy, rozmawiając z seniorami w Elblągu, Lublinie i Prudniku.

1. Przyjemne i czyste otoczenie (co się na to składa?)

- Intymność, kameralność przestrzeni publicznych (potrzeba ciszy, rozmyślenia, czytania)
- Wydzielone strefy – aktywności i odpoczynku
- Czyste trawniki (śmietniki i torebki na psie odchody)
- Wydzielone wybiegi dla psów
- Sezonowe kawiarnie
- Pokazanie historii miejsca – tablice informacyjne, gabloty
- Wizualna harmonia: „gdy nic nie przeważa, nic nie dominuje”
- Zadbana zieleń i czystość: skoszona trawa, zbierane śmieci, czyste powietrze
- Przyjemne, czyli ciche: „gdy można usłyszeć dźwięki natury”
- Ważny jest kontakt z naturą – możliwość oglądania, słuchania, wążania i dotykania ziemi, roślin, wody

2. Tereny zieleni (co ma je wyróżniać?)

- Upodobanie do zieleni uporządkowanej, zaprojektowanej
- Upodobanie do roślin ozdobnych, kwitnące krzewy, kwiaty, rośliny wodne
- Podwieszane kwiaty – na latarniach, pergolach
- Upodobanie do karmienia zwierząt (samemu lub z wnukami) – ptaków, wiewiórek – rozwiązania ułatwiające i porządkujące te aktywności
- Parki dla niewidomych i niedowidzących
- Różnorodność kolorystyczna i gatunkowa, piętrowe nasadzenia roślinności
- Ogrody całoroczne – dobór gatunków, tak żeby miały zróżnicowany czas kwitnienia
- Dostępność – bliska lokalizacja terenów zieleni

3. Miejsca do odpoczynku (jakie, gdzie, jak ulokowane?)

- Siedzisko, ławka, niepołączone ze stołem – tak, żeby nie trzeba było podnosić nóg, siadając
- Ławki z oparciami, podłokietnikami i odpowiedniej wysokości (wysokie siedzisko)
- Takie miejsce musi być kameralne (np. 2 ławki zamiast 10)
- Warto stawiać ławki tam, gdzie jest cisza i spokój, można odpocząć
- Ważne, żeby można było odpocząć w cieniu
- Ustawienie ławek tak, żeby umożliwiały kontakty społeczne i rozmowy
- Przydatne byłyby miejsca do siedzenia przy stołach, które umożliwiłyby zrobienie pikniku (ciężko jest siadać na trawie)

4. Chodniki dostosowane do każdego wieku (jakie mają być?)

- W parku nawierzchnia żwirowa – miękka
- Równa nawierzchnia: „nisko podnoszę nogi”
- Dobre oświetlenie – różne wysokości lamp zapewnią dobrą ocenę jakości nawierzchni, pozwolą wychwycić ewentualne ubytki w chodniku czy dołki

5. Schody

- Wygodne są „schody terenowe” – długie szerokie stopnie
- Niewysoki podstopień

6. Bezpieczne przejścia dla pieszych (czyli jakie?)

- Z sygnalizacją dźwiękową
- Dobrze oświetlone

7. Dostępność – jakie są bariery architektoniczne (fizyczne przeszkody)

- Podjazdy nie tylko dla osób na wózkach, ale licznej grupy dziadków i babć z wózkami dziecięcymi z wnukami
- Przy wszystkich schodach powinny być poręcze
- Duże zagęszczenie ławek („spocznik” co 200-300 metrów)

8. Bezpieczeństwo (co jest potrzebne, żeby czuć się bezpiecznie)

- Komunikaty dźwiękowe w komunikacji miejskiej (informacja jaki przystanek jest następny) pomagają orientować się w przestrzeni i obniżają niepokój związany ze zgubieniem się
- Szczegółowe informacje (np. w autobusach, poza wskazaniem kolejnego przystanku dobrze, jeśli za każdym razem będzie też określany kierunek jazdy – ostatnia stacja)
- Na poczucie bezpieczeństwa ma wpływ dostępność toalet
- Dobrze oświetlone przestrzenie
- Dostęp do informacji: duże, czytelne litery, duży kontrast

9. Ścieżki dla pieszych i rowerów (jak powinny być rozplanowane?)

- Powinny być osobne, żeby nie dochodziło do kolizji
- Powinny być ciągłe, konsekwentnie poprowadzone – nie urywać się
- Powinny prowadzić do konkretnych celów – miejsc

10. Odpowiednie toalety publiczne (czyli jakie?)

- Regularnie rozstawione
- Czyste
- Bezpłatne
- Dobrze oznaczone, choć nie kontrastujące z otoczeniem

A stylized illustration of a green landscape. In the foreground, a path leads from the bottom left towards the center. Two small figures are walking on the path. The background is filled with large, leafy trees in various shades of green. The overall style is flat and modern.

3.

Z PRAKTYKI TERENOWEJ: SPRAWDZONE NARZĘDZIA

Maria Klaman

I senior może być badaczem

Czyli poznawanie przestrzeni oczami użytkownika

Wstęp

W Elblągu wraz z Elbląską Radą Seniorów badaliśmy przestrzeń przyjazną osobom starszym w Parku Modrzewie. Naszym wspólnym celem było wzmocnienie kompetencji członków i członkiń Elbląskiej Rady Seniorów w badaniu przestrzeni oraz konsultacja udostępnienia i zagospodarowania Parku Modrzewie dla osób starszych. Park jest miejscem wypoczynku i rekreacji dla 15-tysięcznej dzielnicy mieszkaniowej Elbląga – Zawada. Znaczna część mieszkańców tej dzielnicy to osoby starsze. Park z trzech stron okalają bloki i budynki mieszkalne, z czwartej ruchliwa, dwupasmowa ulica Mazurska. Pierwszym działaniem badawczym w ramach procesu konsultacji społecznych był spacer badawczy, podczas którego sprawdziliśmy dostosowanie przestrzeni parku do potrzeb osób starszych. Szczególnie zależało nam na zebraniu opinii oraz potrzeb mieszkańców na temat dostępności terenów parku, zwłaszcza wejść do parku, ciągów komunikacyjnych, umiejscowienia i konstrukcji ławek, placu ćwiczeń, toalet. Spacer dostarczył wielu informacji na temat Parku Modrzewie, które stanowiły inspirację dla architektów i wesprą proces projektowania rewitalizacji parku. Co więcej, okazał się szczególnie przyjaznym narzędziem badawczym dla osób starszych. Członkowie Elbląskiej Rady Seniorów

bardzo polubili tę metodę i szybko przyswoili jej zasady. Spacer przeprowadziliśmy dwukrotnie – wczesną, słoneczną jeszczę, jesienią oraz wiosną, tuż przed otwartymi spotkaniami konsultacyjnymi.

Jak to zrobiliśmy

Na początku listopada wraz z członkami Elbląskiej Rady Seniorów przeprowadziliśmy spacer badawczy, podczas którego sprawdziliśmy dostosowanie przestrzeni Parku Modrzewie do potrzeb jego użytkowników. Podczas pierwszego spaceru część członków Rady Seniorów wcieliła się w rolę badaczy, a część w rolę badanych. Do udziału w spacerze zaprosiliśmy przedstawicieli pobliskich instytucji samorządowych i stowarzyszeń: biblioteki, spółdzielni mieszkaniowej, pracowników Departamentu Urbanistyki i Architektury i Departamentu Polityki Społecznej Urzędu Miejskiego w Elblągu, lokalnego architekta z 30-letnim stażem, klubu seniora „Nad Jarem” oraz Stowarzyszenia Kobiet Aktywnych „Fantazja”. Zanim jednak wyszliśmy w przestrzeń parku, spotkaliśmy się z Elbląską Radą Seniorów w Spółdzielni Zakrzewo, gdzie porozmawialiśmy o idei spaceru badawczego, zdefiniowaliśmy, czym jest przestrzeń przyjazna osobom starszym i przystąpiliśmy do formułowania pytań do spaceru. Różnym czynnikom określającym przestrzeń przyjazną osobom starszym przypisaliśmy ogólniejsze kategorie, które posłużyły nam do sformułowania pytań i przygotowania scenariusza spaceru. Następnego dnia udaliśmy się do Parku Modrzewie. Podczas samego spaceru wspieraliśmy radę seniorów i udzielaliśmy wskazówek, jak należy zadawać pytania, na co warto zwrócić uwagę, robiąc notatki itp. Wiosną zaś członkowie rady samodzielnie poprowadzili spacer badawczy dla mieszkańców Zawady, korzystających z Parku Modrzewie.

Anna Biernat, Maria Nowak, Maria Klaman

Elbląg, Spółdzielnia Zakrzewo, Park Modrzewie

PROJEKT „ZOOM NA RADY SENIORÓW”

Potrzebujemy:

czas: przygotowanie: 1-2 dni, realizacja: spacer: 1,5-2 godziny, analiza i napisanie raportu: 3-4 godziny	animatorów: 2-3 uczestników: 3 dla jednej trasy spaceru	narzędzia: mapa przestrzeni, którą chcemy badać, długopisy i podkładki, na których można wygodnie zapisywać wypowiedzi uczestników spaceru, papier i dostęp do drukarki, za pomocą której wydrukujemy scenariusz spaceru i raport	stopień trudności: ★★★ Działanie wymaga wyjścia w przestrzeń publiczną; analiza zebranych informacji i napisanie raportu mogą być czasochłonne.
---	---	--	---

Krok po kroku

1. Wybór tematu i celu spaceru oraz dobór grupy docelowej i badaczy

Na samym początku wybieramy temat, który chcemy zbadać, określamy cel spaceru badawczego oraz grupę docelową. Następnie szukamy uczestników, którzy wezmą udział w spacerze. Mogą to być osoby w każdym wieku. Warto, żeby była to grupa międzypokoleniowa, dzięki temu zbadamy potrzeby różnych grup wiekowych. Warto przygotować plakat, który będzie zachęcał zarówno młodzież, jak i osoby starsze. Można też przygotować kilka różnych wersji plakatu, np. dla młodzieży: „Zostań Sherlockiem Holmesem Parku Modrzewie”, dla starszych: „Na jakiej ławce jest Pani/Panu najwygodniej? Sprawdź, jak wygląda przestrzeń, by móc dostosować ją do potrzeb osób starszych”. Można zastanowić się także nad bezpośrednim zaproszeniem osób, które przebywają w badanej przestrzeni. Zwykle są to osoby najbardziej zainteresowane, którym zależy na komforcie korzystania z przestrzeni. Warto także zadbać o integrację grupy osób prowadzących spacer. Wspólna praca badaczy wymaga wzajemnego zaufania oraz dobrej komunikacji.

2. Wybór trasy

Wyznaczamy obszar, który chcemy zbadać. Określamy, co szczególnie interesuje nas w wybranej przestrzeni, czyli co chcemy badać i pod jakim kątem. W Elblągu sprawdzaliśmy przyjazność i dostępność przestrzeni dla osób starszych, więc zaczęliśmy od zastanowienia się, czym powinna charakteryzować się przestrzeń przyjazna osobom starszym. Następnie uporządkowaliśmy tę wiedzę i podzieliliśmy wskazane przez członków Elbląskiej Rady Seniorów elementy według czterech głównych kategorii, pod kątem których badaliśmy poszczególne miejsca w przestrzeni. Były to: bezpieczeństwo (np. równe chodniki, oświetlenie, ławki z oparciem, dokładne oddzielenie ścieżek rowerowych od ścieżek pieszych), infrastruktura (np. toalety, mała architektura: ławeczki, szachy, równe alejki, ścieżki spacerowe), estetyka (czystość, dobre materiały, dopasowanie kolorystyki, spójność architektoniczna, odpowiednie umieszczenie reklam),



dostępność (dobry dojazd/dojście, bezpłatność, możliwość integracji różnych grup wiekowych, czytelna informacja, brak barier architektonicznych).

Następnie określamy elementy przestrzeni, które w kontekście wybranej przez nas kwestii są najważniejsze. Na mapę nanosimy punkty, które chcemy badać, następnie je numerujemy, by wyznaczyć kolejność badanych punktów w przestrzeni. Na koniec ustalamy, ile osób będzie mogło wziąć udział w spacerze, tak byśmy byli w stanie zapanować nad grupą oraz kto z nas będzie prowadził spacer badawczy.

3. Ułożenie pytań do spaceru badawczego i przeprowadzenie próbnego spaceru

Teraz trzeba rozpisać kolejne punkty na trasie i dopasować do nich pytania. Do każdego ze wskazanych (ponumerowanych) punktów spaceru układamy pytania pod kątem określonych wcześniej kategorii (bezpieczeństwo, infrastruktura, estetyka, dostępność). Podczas godzinnego spaceru jesteśmy w stanie zbadać 6–9 elementów/punktów/miejsc, a do każdego punktu zadać od 3 do 5 pytań. Ważnym elementem scenariusza jest mapa przestrzeni, na której są ponumerowane kolejno badane elementy. Układamy wskazówki dla prowadzącego, które zapisujemy w scenariuszu np. kursywą, by komunikat odróżniał się od pytań do uczestników spaceru. Zostawiamy miejsca na zapisywanie odpowiedzi i uwag prowadzącego. Ważne, by czcionka i układ tekstu był czytelny dla osoby starszej (prosty rodzaj czcionki, unikamy pisma dekoracyjnego, wielkość czcionki co najmniej 13/14 punktów). Wychodzimy w teren i przeprowadzamy próbny spacer, zwracając uwagę na to, czy jakieś pytania warto przeformułować lub w ogóle usunąć.

4. Przeprowadzenie spaceru

Spacer rozpoczynamy od przedstawienia się prowadzących i krótkiego wprowadzenia na temat spaceru – o jego organizatorach, celu i przebiegu oraz o tym, co się potem będzie działo z zebranymi informacjami. Idziemy po wyznaczonej trasie z przystankami w wytypowanych wcześniej miejscach, dodatkowo ewentualnie w miejscach, które wskażą sami

uczestnicy. Odpowiedzi na pytania i inne komentarze uczestników zapisujemy w przeznaczonych do tego częściach scenariusza. Należy pamiętać, że w trakcie spaceru dopytywać o uzasadnienie komentarzy: dlaczego coś się podoba, a coś nie. Oprócz rozmowy podczas spaceru ważna jest dokumentacja fotograficzna. Najlepiej robić zdjęcia elementom, na które zwracają uwagę uczestnicy. Równoległe zadawanie pytań, notowanie odpowiedzi i robienie zdjęć będzie łatwiejsze dzięki obecności drugiej osoby prowadzącej spacer – jedna osoba może się wtedy skupić na zadawaniu pytań, a druga na dokumentacji fotograficznej.

5. Analiza i zebranie wyników

Po zakończeniu serii spacerów organizujemy spotkanie podsumowujące z prowadzącymi: rozmawiamy o ich wrażeniach i obserwacjach, zbieramy ewentualne uwagi do scenariuszy, które pozwolą na ich udoskonalenie. Wnioski i notatki z poszczególnych spacerów zbieramy w jednym miejscu, np. w formie raportu podsumowującego, w którym znajdują się uwagi do poszczególnych elementów przestrzeni zgłaszane w trakcie różnych spacerów. Raport przekazujemy osobom odpowiedzialnym za kształt danej przestrzeni.

Rekomendacje

Dzięki wejściu w rolę badaczy seniorzy przekonali się, że posiadają bardzo duże kompetencje i są ekspertami od przestrzeni. Znają ją, potrafią opisać oraz wyciągnąć konkretne wnioski, co należy zrobić, by tę przestrzeń poprawić.

Wolne wnioski

Czyli jak sprawić, by mieszkańcy spacerujący w przestrzeni parku, którzy nie znajdują czasu na udział w spotkaniu konsultacyjnym, również mogli zaznaczyć swój głos

Wstęp

Przedmiotem konsultacji w Prudniku była przestrzeń zabytkowego parku, stworzonego w XIX wieku, który doświadczył lat świetności i lat zaniedbania. Obecnie to miejsce jest ponownie w centrum zainteresowania władz, które prowadzą tam rozłożony na etapy proces rewaloryzacji. Przygotowując się do konsultacji (organizowanych przed trzecim etapem inwestycji), współpracowaliśmy nie tylko z Urzędem Miasta Prudnika, ale i Radą Seniorów. Przestrzeń parku jest szczególnie istotna dla osób z Rady. W poprzednich latach doprowadziły one nawet do zrekonstruowania żelaznej statuetki Diany, która w niewyjaśnionych okolicznościach zniknęła z postumentu w parku po wojnie.

Jak to zrobiliśmy

Podczas pierwszego dnia prowadzonych przez nas warsztatów konsultacyjnych w Prudniku zauważyliśmy, że udział w nim brały osoby dobrze poinformowane o naszych dotychczasowych działaniach. Brakowało nam jednak głosu osób, które wcześniej nie miały styczności z projektem i ich świeżej perspektywy na park w Prudniku. Zdecydowaliśmy, że dyskusje toczące się w lokalnym ośrodku kultury wzbogacimy o wolne wnioski, które zbierzemy w samym parku, od osób aktualnie w nim przebywających. Przygotowaliśmy prostą planszę z wypisanym na niej pytaniem „Co warto zmienić w parku” i przeszliśmy się z nią do parku. Prowadziliśmy rozmowy z rodzinami, które właśnie w nim spacerowały, młodzieżą, która szła w kierunku skateparku, parą, która siedziała na jednej z ławek. Osoby te z chęcią dzieliły się swoimi pomysłami i z zaciekawieniem czytały „chmurki”, które już zapisaliśmy na podstawie wcześniejszych rozmów. Osobom, którym nie przychodziło łatwo proponowanie własnych, nowych rozwiązań, pomagały wcześniejsze wypowiedzi – wskazywały, które z już spisanych pomysłów chcą widzieć w parku (oznaczyliśmy je wykrzyknikami, by później przy spisywaniu wypowiedzi, lepiej uchwycić te szczególnie ważne). W rezultacie zebraliśmy kilkadziesiąt komentarzy, które nie pojawiłyby się podczas dyskusji konsultacyjnych, gdyby nie ta drobna akcja animacyjna. Spisane wnioski wzbogaciły dyskusje toczące się drugiego dnia warsztatów konsultacyjnych – znalazły się również w raporcie podsumowującym ich wyniki.



Adam Kadenaci, Zuzanna Naruszewicz, Katarzyna Wala

Prudnik, Prudnicki Ośrodek Kultury, park miejski w Prudniku

PROJEKT „ZOOM NA RADY SENIORÓW”

Potrzebujemy:

czas: przygotowanie: 1-2 godziny, realizacja: 2-3 godziny	animatorów: 2-3	narzędzia: duża lekka plansza (tablica korkowa, antyrama, pusta rama od obrazu), kolorowe kartki (pocięte na małe karteczki, np. w formie komiksowych chmurek), taśma malarska, parę markerów	stopień trudności: ★★☆☆ Działanie wymaga wyjścia w przestrzeń publiczną i rozmów z nieznanymi osobami napotkanymi po drodze
uczestników: 15			

Krok po kroku

1. Przygotowanie pytania badawczego

Pytań, które możemy sformułować dla tego typu działania animacyjnego, jest mnóstwo. Ważne jednak, by świadomie dokonać wyboru, na jakiego rodzaju odpowiedziach nam najbardziej zależy. Czy chcemy mieć rozeznanie w potrzebach mieszkańców w stosunku do danej przestrzeni? Czy poszukujemy konkretnych drobnych rozwiązań architektonicznych? A może ważniejsze jest w tym momencie, co w parku może się dziać, by był bardziej przyjaznym miejscem niezależnie od inwestycji? Dla nas na tym etapie istotne były konkretne pomysły – stąd pytanie „Co warto zmienić w parku”, które zainspirowało głównie do dzielenia się tym, jak usprawnić działanie parku (poprzez wprowadzenie pewnych zmian architektonicznych lub na poziomie zarządzania parkiem).

2. Przygotowanie planszy

Planszą, na której zbiera się odpowiedzi może być wszystko... co ma dość duży wymiar (co najmniej A1). W naszym przypadku wykorzystaliśmy antyrwę tymczasowo zdjętą ze ściany, na którą przykleiliśmy kolorowy brytol. Dzięki temu mieliśmy lekką konstrukcję, która nie poddaje się sile wiatru. Nie mieliśmy pod ręką kolorowych kartek, więc wykorzystaliśmy papier jednostronnie zadrukowany. Wycięliśmy z niego różne kształty „chmurek”, by nadać całości ciekawy i estetyczny wygląd.

3. Wyjście w przestrzeń publiczną

Wyszliśmy do parku w porze przedpołudniowej. Dało nam to okazję nie tylko do zbierania odpowiedzi na interesujące nas pytanie, ale i zapraszania na spotkanie konsultacyjne, które zaczynało się parę godzin później. Spacerowaliśmy po parku z wyraźnie widoczną planszą – to przyciągało uwagę innych osób i ułatwiało rozpoczęcie rozmowy. Uśmiech na twarzy i wyraźnie widoczne z oddali pytanie zwiększały szanse na to, żeby osoby

nie brały nas za akwizytorów. Osoby z reguły chętnie wdawały się w rozmowę – trzeba się jednak przygotować na to, że nie wszyscy są w nastroju na taką aktywność. W takim przypadku wystarczy życzyć miłego dnia i skupić się na kolejnej potencjalnej rozmowie.

4. Analiza zebranych wypowiedzi

To ważne, by po działaniu wszystkie odpowiedzi przeczytać i przeanalizować. Dobrze też podjąć próbę liczbowego ujęcia wyniku rozmów i analizy z poziomu meta. W naszym przypadku taka analiza poskutkowała nie tylko listą nowych rozwiązań potencjalnie przyjaznych użytkownikom i użytkownicy parku. Dostrzegliśmy wątek przewijający się przez większość wypowiedzi – w parku dostęp do wielu miejsc stworzonych jako publiczne i dostępne potencjalnie dla wszystkich został z różnych przyczyn ograniczony. Rozwiązaniem nie jest więc po prostu tworzenie nowych udogodnień, ale także zadbanie, by na powrót te przestrzenie stały się dostępne: toaleta, orlik, kort tenisowy.

5. Wykorzystanie „wolnych wniosków” w procesie konsultacyjnym

Tablica z wolnymi wnioskami była obecna z nami podczas kolejnego warsztatu konsultacyjnego. Osoby przybyłe na to spotkanie dopisywały kolejne uwagi – zebrało się ich na tyle dużo, że zorganizowaliśmy wręcz równoległą grupę dyskusyjną wokół tematu użytkowania parku (inne grupy skupione były na wyrażnie określonych przestrzeniach parku). Zebrane wnioski znalazły się również w raporcie z rekomendacjami dla miasta w stosunku do planowanej kolejnej inwestycji.

Rekomendacje

To narzędzie sprawdziło się na tym etapie procesu konsultacyjnego, ponieważ pozwoliło włączyć do dyskusji grupę, która w innym wypadku nie wzięłaby udziału (ze względu na brak czasu, na niechęć do takich spotkań, swoje przekonanie o tym, że nie ma się nic ciekawego do przekazania). Polecam to narzędzie, ponieważ w prosty i szybki sposób poszerza perspektywę i wzbogaca toczącą się dyskusję.

Adam Kadenaci

Historie codzienne

Czyli jak znaleźć inspirację we wspomnieniach mieszkańców

Wstęp

Przedmiotem konsultacji w Lublinie był niewielki fragment Alei Raławickich znajdujący się w samym centrum dzielnicy Wieniawa. Wybór miejsca nie był przypadkowy. Dużą część mieszkańców dzielnicy stanowią seniorzy. W budynku przy Alejach Raławickich 22 swoją siedzibę ma Rada Dzielnicy Wieniawa oraz organizacje działające na rzecz osób starszych, m.in. dom dziennego pobytu Lubelskiego Stowarzyszenia Alzheimerowskiego. Mimo to ta przestrzeń posiada liczne bariery komunikacyjne, które utrudniają korzystanie z niej. Zmiana wydawała się nam konieczna. Dostosowanie przestrzeni do potrzeb osób starszych ułatwi okolicznym mieszkańcom codzienne funkcjonowanie i może stanowić wyznacznik nowych standardów projektowania przestrzeni publicznej w Lublinie.

Jak to zrobiliśmy?

Podczas działań w Lublinie szukaliśmy informacji, które stanowiłyby inspirację dla architektów i wspierały proces projektowania. Kontekstem, który warto zgłębić w ramach prowadzenia konsultacji jest historia danego miejsca, szczególnie jeśli istnieje ono od dawna. Mieszkańcy często gloryfikują przeszłość i wskazują rozwiązania sprzed lat jako ważne inspiracje, którymi powinni kierować się projektanci. Słuchając tych opowieści, można się dużo dowiedzieć na temat potrzeb mieszkańców.

Pasaż przy Alejach Raławickich 22 nie jest miejscem o bogatej historii (budynek, przy którym się znajduje, powstał na początku lat 60.), a jego funkcja ogranicza się głównie do pieszej komunikacji. W takiej sytuacji warto bazować na historii codziennej, czyli na wspomnieniach mieszkańców związanych z codziennym użytkowaniem tej przestrzeni w przeszłości.

W siedzibie Rady Dzielnicy Wieniawa zorganizowaliśmy spotkanie dla mieszkańców poświęcone historii okolicy. Wydarzenie promowaliśmy za pomocą plakatów rozwieszonych na klatkach schodowych i „poczty pantoflowej”. Zachęcaliśmy mieszkańców do przynoszenia ze sobą zdjęć z przeszłości. Spotkanie odbywało się w atmosferze luźnej rozmowy przy kawie. Zachęcaliśmy mieszkańców do dzielenia się swoimi wspomnieniami związanymi z przestrzenią przy Alejach Raławickich 22. Dowiedzieliśmy się, że np. w przeszłości to miejsce słynęło z najlepszych lokali usługowych. Znajdowały się tu m.in. księgarnia, świetnie zaopatrzone delikatesy, słynna restauracja Fafik, a nawet pralnia w stylu amerykańskim. Okazało się, że ożywienie funkcji usługowej, która ostatnio podupadła, stanowi bardzo ważną potrzebę mieszkańców. Na zakończenie spotkania wyszliśmy w przestrzeń pasażu przy Alejach Raławickich 22 i robiliśmy nową wersję starych zdjęć, które udało się nam zdobyć. Dzięki temu mogliśmy zobaczyć, jak zmieniła się ta przestrzeń.

Adam Kadenaci, Grzegorz Krause

Lublin, Rada Dzielnicy Wieniawa, Aleje Racławickie 22

PROJEKT „ZOOM NA RADY SENIORÓW”

czas: przygotowanie: 1 tydzień, realizacja: 1 dzień
animatorów: 1-2
uczestników: 10-15
narzędzia: miejsce spotkania, dyktafon, aparat, materiały historyczne (np. zdjęcia, nagrania), kawa/herbata/poczęstunek
stopień trudności: ★★ ★

Krok po kroku

Wybór miejsca na spotkanie

Spotkanie dotyczące historii codziennych warto organizować jak najbliżej przestrzeni, której dotyczy. Dzięki temu zwiększamy szanse na dużą frekwencję, a uczestnicy mogą bezpośrednio odnosić się do miejsca, o którym opowiadają („wyjście w teren”). Może to być lokalna biblioteka, kawiarnia czy siedziba spółdzielni/wspólnoty.

Promocja spotkania

Ludzie mają naturalną potrzebę dzielenia się wspomnieniami z lat młodości. Jednak, żeby mieli taką możliwość, muszą dowiedzieć się o naszym spotkaniu. Korzystaj z wszelkich form lokalnej promocji. Poproś spółdzielnię/wspólnotę o możliwość powieszenia plakatów na klatkach lub/i wrzucenie ulotek do skrzynek. Zostaw ulotki w lokalnych punktach usługowych, np. sklepie spożywczym. Skorzystaj też z potęgi „poczty pantoflowej”. Opowiedzmy o spotkaniu znajomym, którzy mieszkają w najbliższej okolicy i poprośmy ich o przekazywanie informacji dalej.

Przygotowanie do spotkania

Przed przystąpieniem do zbierania historii codziennych od mieszkańców warto zdobyć wiedzę na temat danego miejsca z innych źródeł. Zdobyte informacje stanowią świetny materiał inspirujący, który można wykorzystać podczas dyskusji z mieszkańcami. W lokalnej bibliotece poszukaj książek opisujących historię twojej miejscowości. Sprawdź, czy w lokalnej prasie nie ma doniesień na temat miejsca, którym się zajmujesz. Warto zwrócić się też o pomoc do lokalnej instytucji zajmującej się historią, np. muzeum czy skansenu. Postaraj się zdobyć zdjęcia ukazujące dane miejsce w różnych momentach historii.



Organizacja i prowadzenie spotkania

Dobrze oznacz lokal, w którym odbywa się spotkanie, żeby każdy zainteresowany mógł łatwo trafić. Powieś plakaty w witrynie i/lub wystaw potykacz z informacją o spotkaniu przed lokalem. Zadbaj o to, żeby w lokalu zaaranżować swobodną, przyjazną atmosferę. Ustaw krzesła w krąg, przygotuj poczęstunek i kawę/herbatę. Przed rozpoczęciem spotkania spytaj uczestników, czy możesz nagrywać spotkanie. Jeśli się zgodzą, włącz dyktafon. Podczas dyskusji pozostaw jak największą swobodę uczestnikom. Niech mówią o wspomnieniach, które są dla nich najistotniejsze. Pilnuj jedynie, żeby opowieści w jak największym stopniu dotyczyły miejsca, którym się zajmujesz i jego najbliższej okolicy. Kiedy tempo dyskusji spadnie, pokaż materiały historyczne lub przedstaw informacje, które pozyskałeś wcześniej. Może to wyzwolić nową dawkę wspomnień i informacji, które będą stanowiły inspirację podczas pracy projektantów.

Analiza zebranego materiału

Po spotkaniu przesłuchaj nagranie oraz spisz historie i wspomnienia najbardziej wartościowe z punktu widzenia konsultacji. W opowieściach mieszkańców szukaj cech przestrzeni z przeszłości, które oceniali pozytywnie, jak i tych, które zostawiły negatywne wspomnienie. Postaraj się zastanowić, jakie potrzeby mieszkańców względem przestrzeni wynikają z ich opowieści. Tak opracowany materiał należy przekazać architektom, którzy będą tworzyć koncepcję zagospodarowania danego miejsca. Warto zanotować najciekawsze cytaty z wypowiedzi ludzi. Można je potem wykorzystać podczas dalszego promowania naszych działań.

Rekomendacje

Podczas promowania spotkania zachęcaj mieszkańców do przyniesienia zdjęć tej przestrzeni z przeszłości. Jeśli pojawią się takie fotografie, możecie zrobić ich nową wersję. Wyjdź razem z mieszkańcami w przestrzeń i znajdź miejsce, które jest przedstawione na zdjęciu. Zastanówcie się, co się zmieniło (na plus/minus). Wspólnymi siłami spróbujcie zrobić takie samo zdjęcie. Jeśli na zdjęciu znajdowali się ludzie, zachęć uczestników do pozowania. Po warsztacie warto jest przygotować zestawienie starego zdjęcia z jego nową wersją i zaprezentować je mieszkańcom podczas kolejnych działań.

Więcej inspiracji i pomysłów do działań animacyjnych i badawczych z przestrzenią i nie tylko można znaleźć w publikacji *Pomysły do zrobienia* dostępnej na stronie www.pomysly.e.org.pl. *Pomysły do zrobienia* to zbiór scenariuszy działań społeczno-kulturalnych, które prezentujemy w formie publikacji i strony internetowej. Towarzystwo Inicjatyw Twórczych „e” od 2002 roku razem z siecią animatorów, społeczników i twórców zbiera pomysły na to, jak poprzez kulturę budować dobre relacje społeczne. Wykorzystujemy film, fotografię, design, teatr, nowe media, ale też zwykłą rozmowę. Badamy instytucje kultury, diagnozujemy potrzeby lokalnych społeczności. Wszystkie zebrane w naszej publikacji pomysły zostały przeprowadzone w ciągu ostatnich 11 lat w Polsce.

O projekcie

„ZOOM na rady seniorów”

„ZOOM na rady seniorów” to ogólnopolskie badanie rad seniorów z całej Polski oraz projekt współpracy z partnerstwami rad seniorów i samorządów gminnych realizowane przez Towarzystwo Inicjatyw Twórczych „ę” we współpracy z Pracownią Badań i Innowacji Społecznych „Stocznia” oraz Fundacją na Rzecz Wspólnot Lokalnych „Na miejscu”.

Rady seniorów, pełniąc rolę opiniodawczo-doradczą, są jedną z funkcjonujących obecnie form włączania osób starszych w procesy decyzyjne w jednostkach samorządu terytorialnego. W Polsce rady seniorów powstawały do tej pory na podobieństwo rad młodzieżowych, ale w przeciwieństwie do nich nie posiadały żadnego umocowania prawnego. Od 30 listopada 2013 roku, wraz z nowelizacją ustawy o samorządzie gminnym (dodanie artykułu 5c) zachęcającej gminy do powoływania rad seniorów, promowania solidarności międzypokoleniowej i tworzenia warunków do aktywności obywatelskiej, sytuacja ta uległa zmianie. W całym kraju funkcjonuje kilkadziesiąt takich rad, a nowelizacja ustawy uruchomiła powstawanie kolejnych. Celem projektu „ZOOM na rady seniorów” jest wspieranie istniejących rad oraz procesu powstawania nowych. W badaniu oraz działaniach całego projektu „ZOOM na rady seniorów” koncentrujemy się na kwestiach związanych z wpływem rad na decyzje podejmowane przez samorządy, reprezentacji przez rady interesów starszych mieszkańców oraz uwrażliwianiu samorządów i mieszkańców na potrzebę kształtowania przestrzeni publicznej, tak aby sprzyjała aktywnemu starzeniu.



Towarzystwo Inicjatyw Twórczych „ę” od 2002 roku prowadzi projekty społeczne w całej Polsce. Pracujemy z młodymi ludźmi, seniorami, animatorami kultury, pracownikami organizacji pozarządowych i domów kultury, nauczycielami i artystami. Inspirujemy do działania i pokazujemy, jak realizować własne projekty społeczne. Od 2008 roku prowadzimy ogólnopolski program dotacyjny „Seniorzy w akcji” finansowany przez Polsko-Amerykańską Fundację Wolności. Dotychczas wsparliśmy realizację ponad 200 lokalnych projektów prowadzonych przez liderów 60+. Blisko współpracujemy ze środowiskiem Uniwersytetów Trzeciego Wieku – organizujemy warsztaty dla liderów i słuchaczy UTW, wspieramy integrację UTW na poziomie regionów, pomagamy powoływać grupy wolontariatu seniorów na UTW. W 2012 roku przeprowadziliśmy ogólnopolskie badanie „ZOOM na Uniwersytety Trzeciego Wieku”, które dostarczyło cennych informacji na temat potrzeb i wyzwań, jakie stoją przed liderami UTW. Więcej informacji na stronie: www.e.org.pl




Pracownia Badań i Innowacji Społecznych „Stocznia” powstała, aby rzetelnie i krytycznie opisywać wyzwania dotyczące życia społecznego w Polsce. Opracowuje i upowszechnia innowacyjne rozwiązania, które mogą pomóc sprostać tym wyzwaniom. Szuka ich, łącząc perspektywę badaczy-akademików i aktywistów społecznych oraz podejmując działania koncentrujące się na kluczowych zagadnieniach: rozwoju wspólnot lokalnych, innowacjach społecznych, wolontariacie oraz partycypacji obywatelskiej. Więcej informacji na stronie: www.stocznia.org.pl

Fundacja na Rzecz Wspólnot Lokalnych „Na miejscu” działa, żeby rozwijać, tworzyć i wzmacniać wspólnoty lokalne poprzez tworzenie „dospołeczniowych”, sprzyjających spotkaniom MIEJSC. Chcemy przywracać i ożywiać naturalne przestrzenie spotkań, takie jak rynki czy podwórka, które z różnych przyczyn źle funkcjonują, wyludniają się lub stają niebezpieczne. MIEJSCE to tak zaprojektowana przestrzeń, aby zachęcała do bywania w niej, do spotkań i interakcji. MIEJSCA mają potencjał tworzenia żywych wspólnot lokalnych. Wierzymy, że tylko przestrzenie stworzone przez mieszkańców mogą sprawnie działać – zawsze pracujemy równoległe z przestrzenią i jej użytkownikami. Naszym partnerem jest nowojorska organizacja Project for Public Spaces, w której duchu działamy. Więcej informacji na stronie: www.namiejscu.org

Publikacja powstała w ramach projektu „ZOOM na rady seniorów” realizowanego przez Towarzystwo Inicjatyw Twórczych „ę” w partnerstwie z Pracownią Badań i Innowacji Społecznych „Stocznia” oraz Fundacją na Rzecz Wspólnot Lokalnych „Na miejscu” w ramach programu „Obywatele dla demokracji” finansowanego z funduszy EOG.

Publikacja została także dofinansowana ze środków Polsko-Amerykańskiej Fundacji Wolności w ramach programu „Seniorzy w akcji” realizowanego przez Towarzystwo Inicjatyw Twórczych „ę”.

Koncepcja i opracowanie publikacji: Marta Trakul-Masłowska
Opracowanie rozdziału „Z praktyki terenowej”: Maria Klaman

Opracowanie graficzne i skład:  RZECZYOBRAZKOWE.PL

Tłumaczenie badań za zgodą autorów: Marta Kuczevska

Redakcja i korekta: Agnieszka Kochanowska

Podziękowania dla I'DGO | Many thanks to I'DGO research team.

ISBN 978-83-936665-5-3



Patronat honorowy:



Dofinansowanie:



Publikacja dostępna na licencji Creative Commons Uznanie autorstwa – na tych samych warunkach 4.0 Międzynarodowe.

