

*Iwona Benek**

AKTYWIZACJA OSÓB STARSZYCH POPRZEZ MODERNIZACJĘ ICH MIEJSC ZAMIESZKANIA – NA PRZYKŁADZIE ZABUDOWY WIELORODZINNEJ Z TERENU KATOWIC

Streszczenie: Budynki mieszkaniowe, wielorodzinne, mające 30, 40 lat, wymagać będą w najbliższej przyszłości kapitalnych remontów. Wraz z remontem konieczna jest również modernizacja mieszkań. Jest to okazja do dostosowania ich dla potrzeb osób starszych. Jako podstawowy kierunek działania przyjęto konieczność przeprowadzenia badań istniejącej przestrzeni mieszkaniowej, w celu określenia uwarunkowań przestrzennych decydujących o integracji ze środowiskiem oraz przeanalizowanie technicznych możliwości adaptacji.

Słowa kluczowe: osoby starsze, modernizacja, budownictwo wielorodzinne.

1. Wprowadzenie

Warunki mieszkaniowe osób starszych, na tle ogólnej sytuacji mieszkaniowej w naszym kraju, można uważać za trudne. Jedynie bardzo znikoma grupa korzysta z adaptowanych form mieszkalnictwa. Prezentowane badania własne są próbą szukania odpowiednich rozwiązań dla mieszkań zajmowanych przez osoby starsze, które mogłyby zapewnić godziwy poziom egzystencji i usług, a jednocześnie pewien stopień samodzielności i integrację z otoczeniem.

2. Przyjęta metoda badawcza

Przeprowadzono analizę istniejącej przestrzeni mieszkaniowej wielorodzinnej, w celu określenia uwarunkowań przestrzennych decydujących o integracji ze środowiskiem grupy osób starszych oraz przeanalizowanie technicznych możliwości adaptacji.

Zasadniczym problemem było pytanie w jakim stopniu mieszkania (ich układ przestrzenny, system konstrukcyjny, wielkość) i struktury budynków, decydują o możliwości ich przystosowania dla potrzeb osób starszych?

* Politechnika Śląska w Gliwicach.

Założono, że dotyczy to współczesnej, najczęściej spotykanej (przeciętnej) struktury mieszkaniowej w Polsce.

W celu ustalenia najbardziej charakterystycznych parametrów przestrzennej adaptacji środowiska mieszkaniowego wielorodzinnego przyjęto następujące uwarunkowania:

1. Obszar badań ograniczono do terenu miasta Katowice.
2. Badane środowisko mieszkaniowe obejmowało typową zabudowę wielorodzinną (osiedla mieszkaniowe).
3. Adaptowano przykłady mieszkań realizowanych w okresie lat 70-tych do 80-tych, a więc kwalifikujące się w najbliższej dekadzie do modernizacji.

W odniesieniu do użytkowników przyjęto następujące założenia:

1. Analizy funkcjonalne oparto na założeniu, że użytkownicy są osobami starszymi, niepełnosprawnymi ruchowo, które poruszają się na wózku inwalidzkim, ponieważ ten rodzaj ograniczenia sprawności rodzi najwięcej wymagań adaptacji przestrzeni w różnych jej skalach i najłatwiej je sprecyzować.
2. Użytkownicy mieszkań posiadają środki umożliwiające pokrycie kosztów utrzymania, opłat mieszkaniowych oraz ewentualnych usług dodatkowych.
3. Zamieszkują z rodziną, bądź są samotni.

Z badań nie wyłączonej możliwości wspólnego zamieszkiwania osób starszych z rodziną, jako sytuacji podyktowanej przynajmniej zewnętrznym (brakiem mieszkań). Przeważał jednak model samodzielnego mieszkania, który najbardziej odpowiada założonej zdolności osób starszych do radzenia sobie w pojedynkę oraz wynika z dokonanej ewolucji w dziedzinie stosunków rodzinnych (zanik rodziny wielopokoleniowej).

Ocena przydatności wybranych rodzajów zamieszkiwania opierała się na przyjęciu następujących kryteriów:

1. Samodzielność – pobyt w ośrodkach opiekuńczych jest zaprzeczeniem samodzielności ze względu na brak intymności i ogólne warunki życia w zakładzie, które nie odpowiadają rzeczywistym formom zamieszkiwania. Przekreślają one możliwość decydowania o własnym życiu. Niezależne mieszkanie pozwala na zachowanie właściwego modelu socjologicznego, umożliwia właściwe kształtowanie stosunków z otoczeniem oraz takich warunków, które pomagają w utrzymaniu samodzielności, zdrowia fizycznego i psychicznego oraz ogólnych zdolności adaptacyjnych.
2. Aktywność – na stopień aktywności osoby starszej rzutuje w znacznej części rodzaj zamieszkiwanego wnętrza i jego bezpośrednie otoczenie. Fakt rozproszonej lokalizacji różnego rodzaju usług, charakterystyczny dla mieszkań niezależnych, zmusza ich mieszkańców do aktywnego życia i pokonywania codziennych trudności.

Natomiast brak perspektyw, izolacja od społeczeństwa charakterystyczne dla środowiska zakładów opiekuńczych prowadzą do pasywnego sposobu spędzania czasu.

Należy jednak pamiętać, że nieodpowiednio zaprojektowane mieszkanie może stanowić dla osoby starszej dodatkową przeszkodę utrudniającą życie, a niekiedy wręcz niebezpieczną pułapkę.

3. Usługi – sfera usług jest jedyną dziedziną, w której obiekty mieszkalnictwa zbiorowego przedstawiają się korzystnie. Dla większości osób starszych najważniejsze są usługi i opieka w ich mieszkaniach ale także możliwość korzystania z usług ogólnodostępnych, przy założeniu, że usługi te są dostępne dla osób niepełnosprawnych ruchowo.

4. Kontakty – człowiek jest istotą społeczną i duży wpływ wywierają na niego emocje i działania innych członków społeczności. Osoby starsze trudniej nawiązują nowe kontakty, ale stopień do jakiego inwalidztwo ogranicza niepełnosprawnego w dużej mierze zależy od jego postawy. Sposób reagowania na otoczenie ma wpływ na wszystkie aspekty życia człowieka.

Pobyt w zakładzie opiekuńczym często ogranicza kontakty do przebywania w towarzystwie osób niepełnosprawnych lub starszych. W ten sposób utrudnia się społeczne możliwości adaptacyjne, ogranicza kontakty towarzyskie, co prowadzi do odseparowania.

Przebywanie w mieszkaniu indywidualnym zmusza do tworzenia więzi społecznych i sprzyja poprawie mobilności społecznej.

5. Realizacja – prezentowane przykłady adaptacji mieszkań przeprowadzone były w typowej dla naszego otoczenia strukturze i technologii mieszkaniowej. Ich realizacja będzie możliwa jedynie przy przeprowadzeniu modernizacji, nie tylko wnętrza, ale otoczenia budynku, tak aby je udostępnić. Adaptowalność obliuguje do takiej koncepcji, która gwarantuje przystosowanie mieszkań do specyficznych, zmiennych potrzeb w czasie (ich stałą dyspozycyjność).

6. Ekonomiczność – starość – a więc choroby i niepełnosprawność oznaczają zwiększone koszty utrzymania (nabycie wózka inwalidzkiego, zakup niezbędnych leków, częstsze odnawianie garderoby). Przystosowanie mieszkania niezależnego do potrzeb osoby niepełnosprawnej może stać się więc niemożliwe do realizacji ze względu na niemożność sfinansowania takich działań. Natomiast przystosowanie przestrzeni dla osoby poruszającej się na wózku inwalidzkim jest bardzo trudne ze względów technicznych i ekonomicznych (przy założeniu wysokiego stopnia adaptacji mieszkania – dla osób na wózkach inwalidzkich i budynków – wprowadzenie dźwigów). Dlatego tak istotne jest zwrócenie uwagi na szukanie prostych i tanich zabiegów adaptacyjnych.

Jednak z drugiej strony przestrzeń dostępna to także korzyści dla społeczności lokalnej. Umieszczenie osoby starszej w zakładzie opiekuńczym zapewnia jej szeroką opiekę, ale wiąże się również z dotacjami, które częściowo lub w całości są pokrywane z funduszy społecznych.

Przeanalizowano równoległe następujące elementy poszczególnych obiektów: otoczenie budynku, budynek oraz mieszkanie. W aspekcie integracji osób

starszych ze środowiskiem jedynie spójne rozwiązanie tych trzech elementów daje gwarancje uzyskania pewnych efektów adaptacyjnych.

Badania otoczenia dotyczyły analizy najbliższego sąsiedztwa budynku i dążono w nich do eliminacji przeszkód zewnętrznych. Dostępne otoczenie oznacza przede wszystkim właściwy teren, możliwość korzystania z odpowiedniej komunikacji oraz istnienie miejsc umożliwiających kontakty i podtrzymujących aktywność życiową osób starszych.

Badania dotyczące budynku oparto na analizie porównawczej stanu istniejącego i propozycji adaptacji poszczególnych części budynku (ze szczególnym uwzględnieniem wejścia). Przy ocenie poszczególnych rozwiązań brano pod uwagę aspekt funkcjonalny, estetyczny i bezpieczeństwa.

Badania mieszkań opierały się na analizie porównawczej mieszkań występujących w budynkach wielorodzinnych. Podczas prób adaptacji przyjęto następujące zasady:

- nie naruszano konstrukcji badanych budynków – czyli nie wyburzano ścian konstrukcyjnych;
- wyburzenia dotyczyły przede wszystkim ścian działowych;
- nie zmieniano miejsca usytuowania kominów i głównych instalacji.

3. Przykład badań

Nazwa i adres spółdzielni: SM „Silesia”, ul. Głuszców 9, Katowice – Piotrowice.

Adresy badanych budynków: ul. Radockiego, ul. Łętowskiego, Katowice.

Ilość budynków mieszkalnych należących do spółdzielni: 132.

Ilość budynków mieszkalnych objętych badaniem: 18.

Tabela 1. Charakterystyka ogólna budynku

Rodzaj budynku	niski, klatkowiec		
Ilość kondygnacji	4		
STAN/PROJEKT	Stan istnieją-	Projekt I	Projekt II
Ilość wejść do budynku	1	1	1
Ilość klatek schodowych	1	1	1
Ilość dźwigów osobowych	0	0	1
Ilość pochylni zewnętrznych	0	1	0
Ilość mieszkań w budynku	12	12	12
Ilość mieszkań dostępnych	0	3	12
Ilość dostępnych kondygnacji	0	1	4

Źródło: opracowanie własne.

Tabela 2. Charakterystyka techniczna budynku

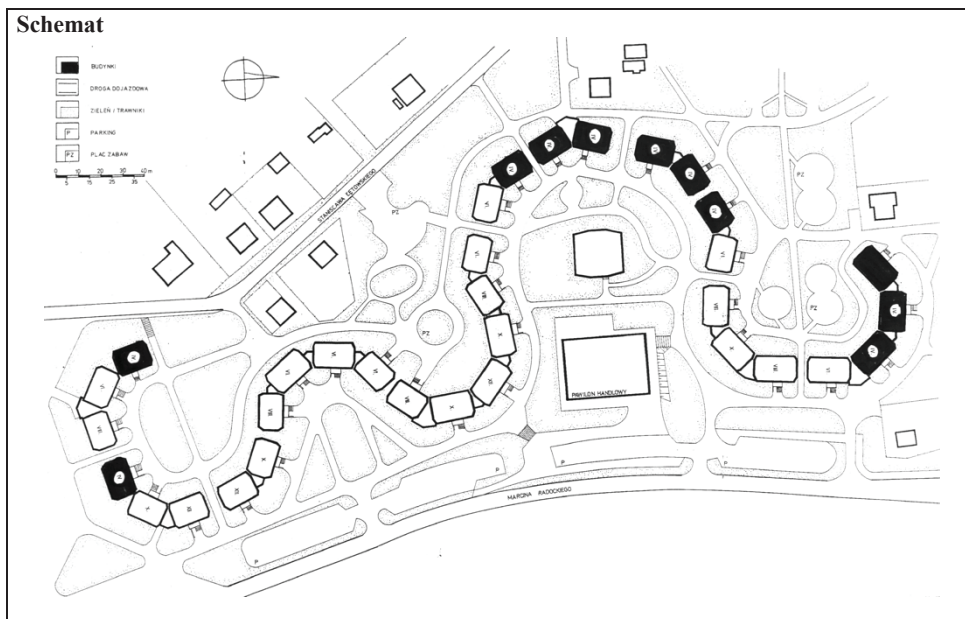
Technologia wykonania	W-70
Ściana zewnętrzna	pł.żelb.(12 cm) wełna min.(6 cm) pł.żelb.(6 cm) razem 24 cm24 cm
Ściana wewnętrzna nośna	płyta żelbetowa=15 cm
Ściana działowa	cegła dziurawka=6 cm
Stropy	płyta żelbetowa=12 cm

Źródło: opracowanie własne.

3.1. Otoczenie

Tabela 3. Otoczenie budynku – STAN ISTNIEJĄCY.

Nazwa elementu	Opis
Miejsce na odpadki	Na zewnątrz. Trudny dostęp dla osoby starszej ze względu na złą nawierzchnię i progi.
Parking	Brak miejsc parkingowych dla osób niepełnosprawnych.
Krawężniki, progi	Przy przejściu z parkingu na chodnik brak obniżenia.
Schody terenowe	Na schodach terenowych umieszczono zjazdy (szyny). Brak innych rozwiązań.
Wiadukty, przejścia podziemne	Brak.



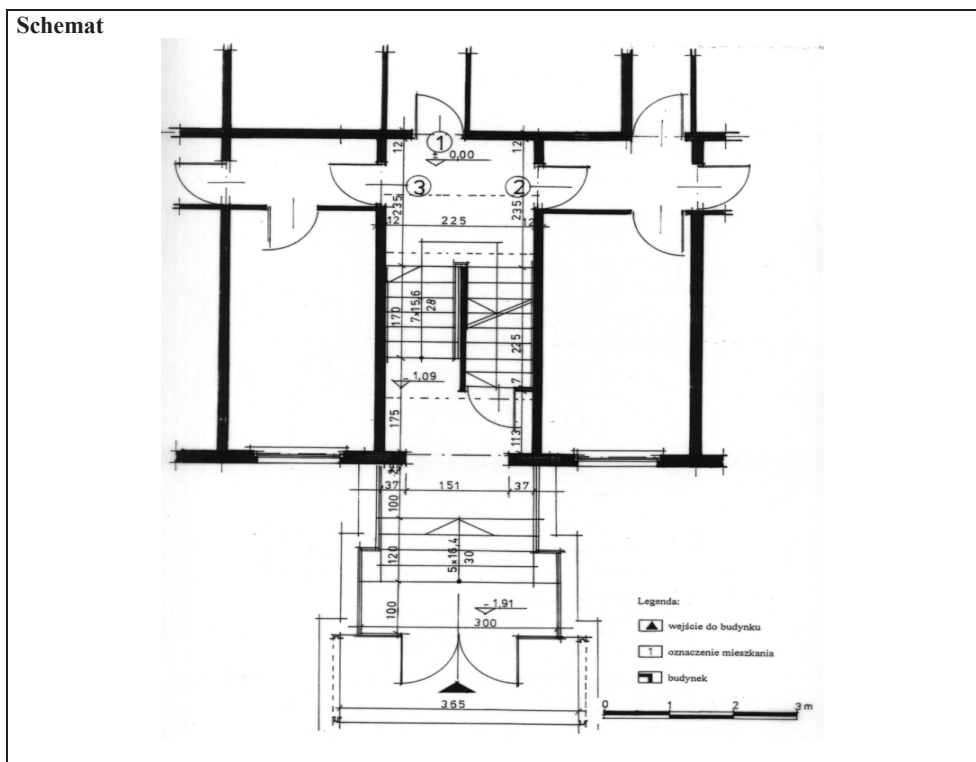
Przystanki komunik. miejskiej	Autobusowy – dostępny.
Usługi	Przychodnia, sklepy, usługi drobne w parterze.
Ocena	
Projekt zagospodarowania osiedla nie uwzględniał potrzeb osób starszych i niepełnosprawnych ruchowo.	
Przypadkowa likwidacja trwałych przeszkód zewnętrznych (np. brak miejsc parkingowych dla osób niepełnosprawnych, strome schody terenowe).	
Brak oznaczeń pionowych dla osób niepełnosprawnych.	

Źródło: opracowanie własne.

3.2. Wejście do budynku

Opracowano dwie propozycje adaptacji strefy wejścia dla osób niepełnosprawnych ruchowo. Pierwsza polega na dostosowaniu parteru budynku przez dostawienie pochylni zewnętrznej, druga na uzupełnieniu komunikacji pionowej dźwigiem zewnętrznym.

Tabela 4. Wejście do budynku – STAN ISTNIEJĄCY

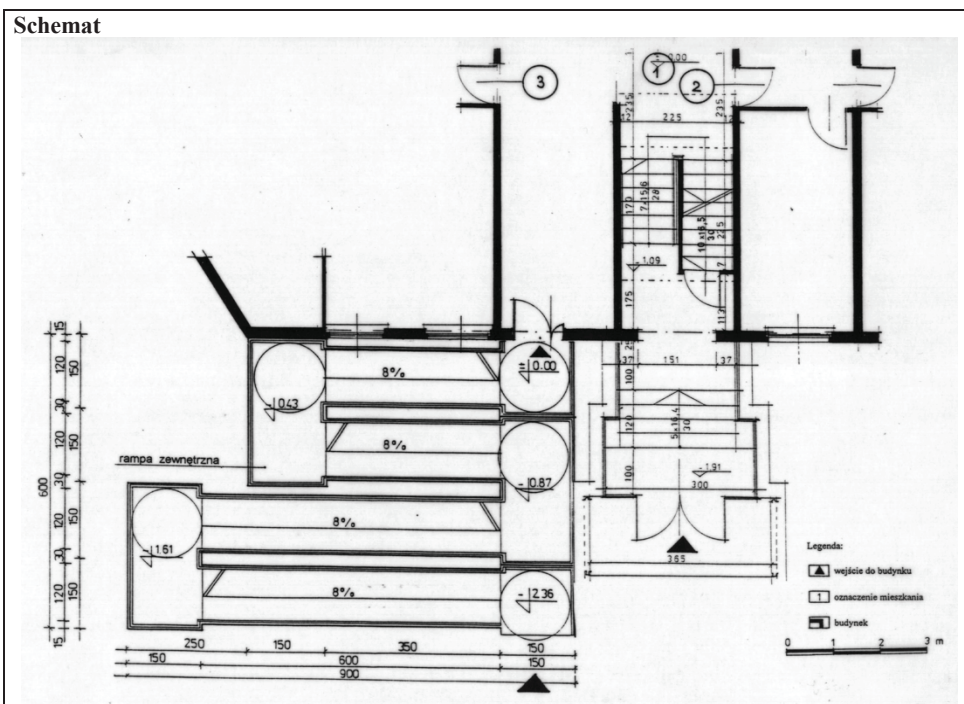


Nazwa elementu	Opis	Ilość
Wejście do budynku	Analizowany budynek posiada jedno wejście połączone z klatką schodową.	1
Dźwig osobowy	Brak.	0
Rampa zewnętrzna	Brak.	0
Klatka schodowa	Dwubiegowa.	1
Ilość dostępnych kondygnacji		0
Ilość dostępnych mieszkań		0
Ocena Budynek całkowicie niedostępny dla osoby poruszającej się na wózku inwalidzkim.		

Źródło: opracowanie własne.

Tabela 5. Wejście – PROJEKT I – POCHYLNIA ZEWNĘTRZNA

Nazwa elementu	Opis	Ilość
Wejście do budynku	Na poziom (+0,00) dostajemy się schodami lub pochylnią zewnętrzną, która prowadzi do wejścia obok wejścia głównego.	1
Dźwig osobowy	Brak.	0
Rampa zewnętrzna	Pochylnia o spadku 8%, zadaszona, dostawiona obok wejścia głównego. Zajęto część jednego z mieszkań na hall wejściowy. Znaczna długość rampy – 23m. Problem wykonania zadaszona trudny do rozwiązania ze względu na sąsiedztwo okien z mieszkania nr 3.	1



Klatka schodowa	Analogicznie do stanu istniejącego.	1
Ilość dostępnych kondygnacji		1
Ilość dostępnych mieszkań		3
Ocena		
Przy wysokich nakładach finansowych budynek w niewielkim stopniu zostaje adaptowany (25% mieszkań dostępnych). Znaczna zmiana wyglądu elewacji zewnętrznych na niekorzyść. Pochylnia jest zadaszona i bardzo długa – 23 m, co zniechęca do korzystania z niej. Budynek nie jest całkowicie przystosowany dla osób starszych.		

Źródło: opracowanie własne.

Tabela 6. Wejście – PROJEKT II – DŹWIG OSOBOWY

Schemat		
Nazwa elementu	Opis	Ilość
Wejście do budynku	Na poziom parteru dostajemy się wejściem głównym (analogicznie do stanu istniejącego) lub dźwigiem osobowym zewnętrznym.	1
Dźwig osobowy	Obok wejścia głównego zaproponowano dźwig osobowy zewnętrzny, który obsługuje wszystkie kondygnacje. Wy-miary kabiny 110x140 cm.	1
Rampa zewnętrzna	Brak.	0

Klatka schodowa	Analogicznie do stanu istniejącego.	1
Ilość dostępnych kondygnacji		4
Ilość dostępnych mieszkań		12
<p>Ocena Wysokie nakłady finansowe. Poprawienie bezpieczeństwa ewakuacji pionowej. Zmiana wyglądu elewacji zewnętrznych. Zajęto część mieszkań na hall obsługujący poszczególne kondygnacje i przejście z kabiny dźwigu do mieszkań. Budynek całkowicie dostępny dla osób niepełnosprawnych ruchowo.</p>		

Źródło: opracowanie własne.

3.3. Mieszkania

Dla każdego mieszkania opracowano jedną propozycję adaptacji. Dwa mieszkania nie zmieniają swojej powierzchni całkowitej, natomiast trzecie zostało pomniejszone o jedno pomieszczenie w związku z wykorzystaniem jego części na hall wejściowy prowadzący z pochylni zewnętrznej, bądź z dźwigu do mieszkań. Analizie poddano wszystkie mieszkania znajdujące się na kondygnacji powtarzalnej i propozycję adaptacji dla danego mieszkania wraz ze stanem istniejącym umieszczono na jednym arkuszu.

Tabela 7. Mieszkanie I

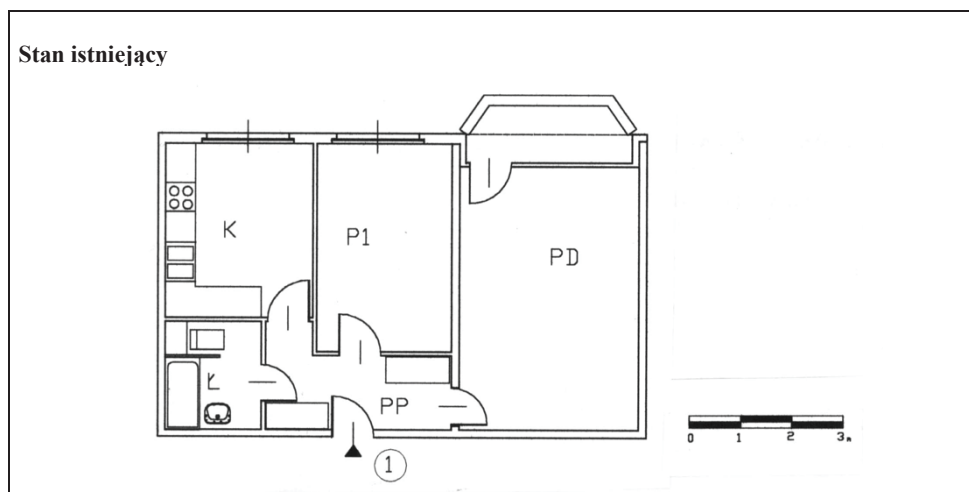
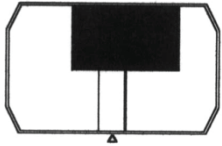



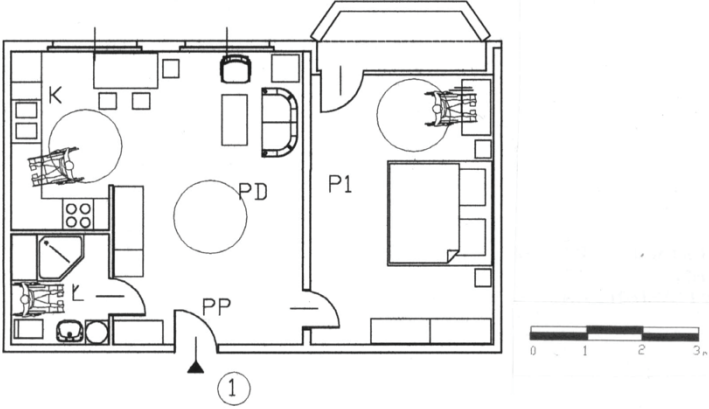


Tabela 7 (cd.)

<p>Ocena</p>  <p>LEGENDA:</p> <ul style="list-style-type: none">  wejście do mieszkania  ozn. pomieszczeń  miejsce obrotu wózka inwalidzkiego <p>Ilość drzwi wewnątrz: 4</p>
<p>Projekt</p> 
<p>Ocena</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Wyburzono wszystkie ścianki działowe (poza łazienką) 2. Kuchnia otwarta na pokój dzienny 3. Powierzchnia łazienki nie zmieniła się, jedynie sposób aranżacji i wyposażenia wnętrza 4. Dotychczasowy pokój dzienny został zaaranżowany jako sypialnia i miejsce pracy 5. Podział mieszkania na strefy prawidłowy. <p>Ilość drzwi wewnątrz: 2</p>

Źródło: opracowanie własne.

Tabela 8. Mieszkanie II

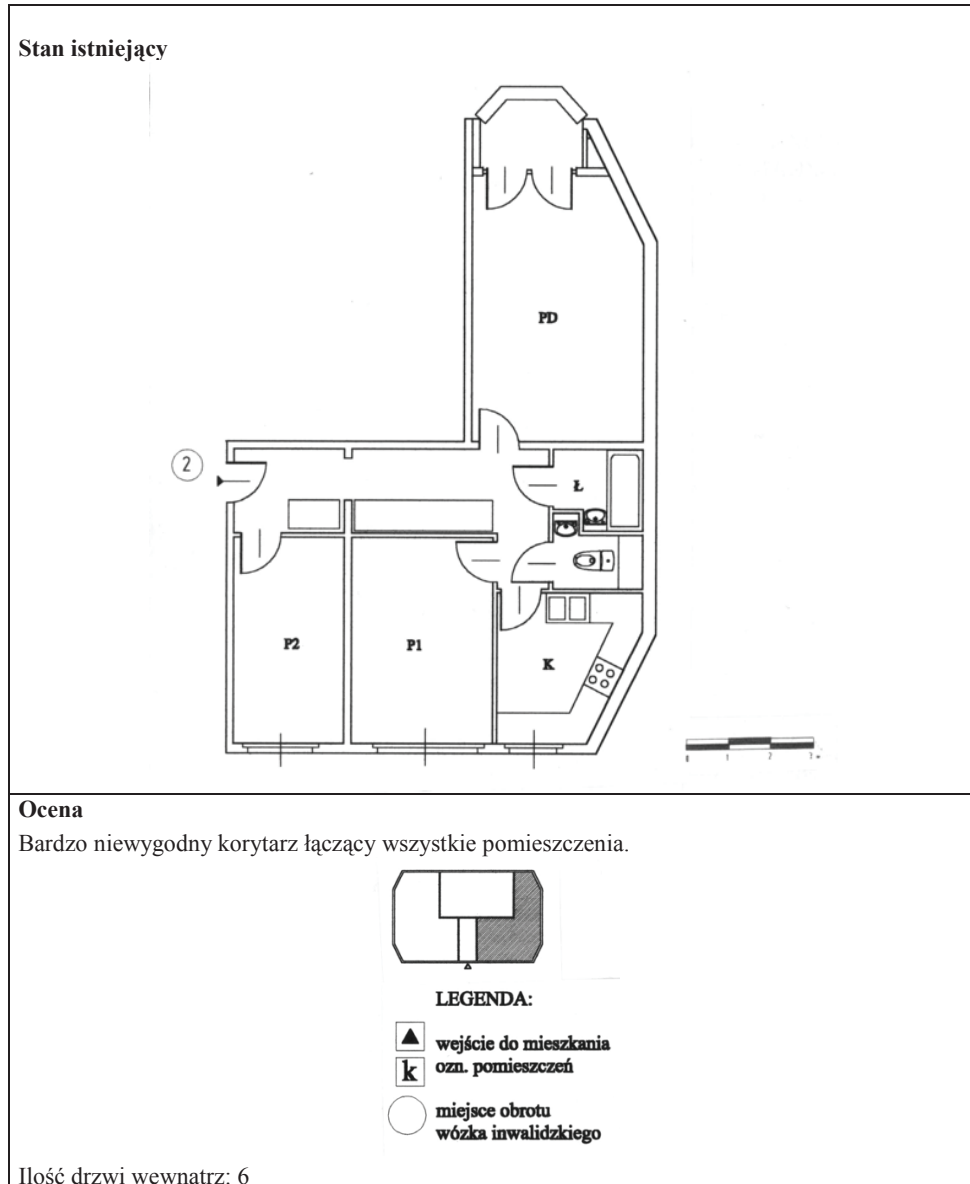
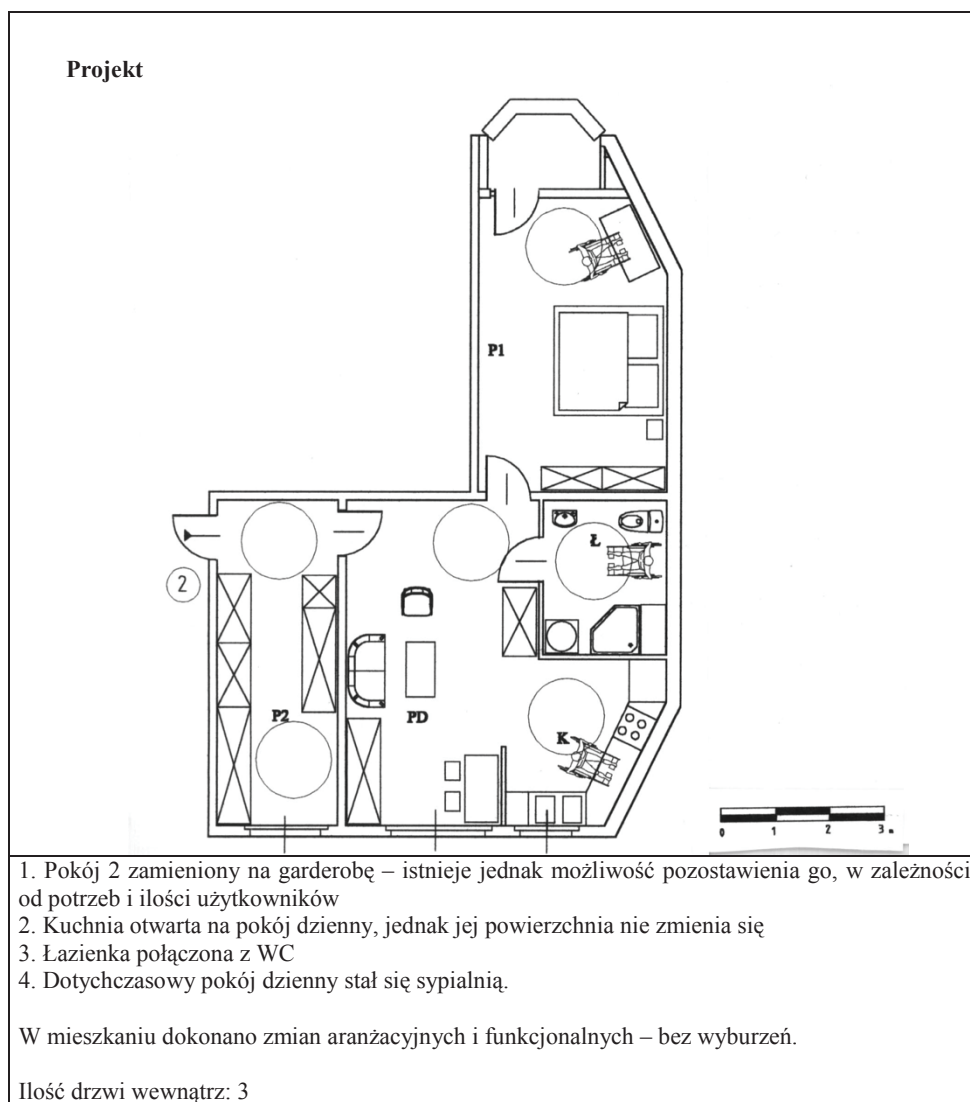


Tabela 8 (cd.)



Źródło: opracowanie własne.

Tabela 9. Mieszkanie III

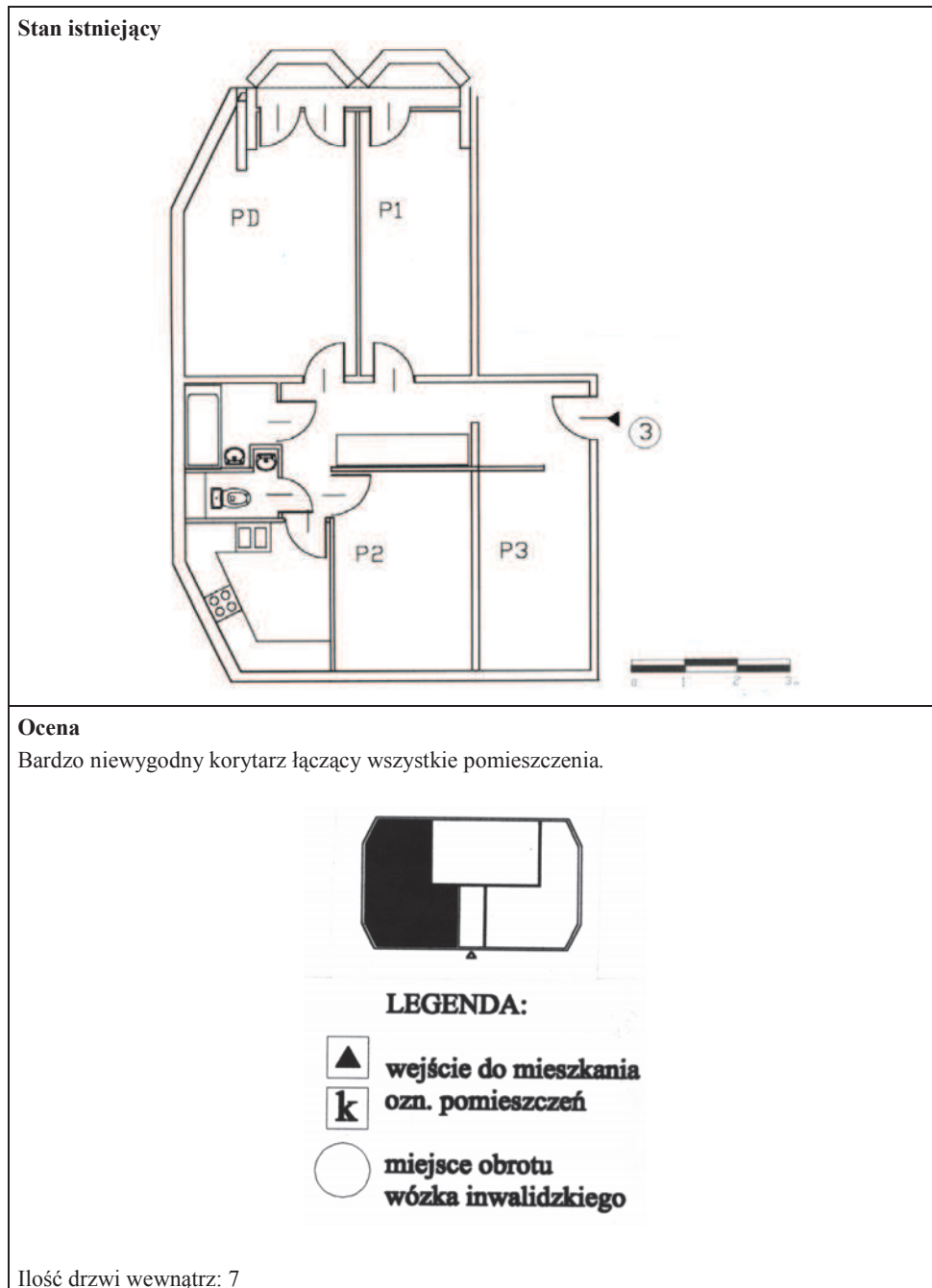
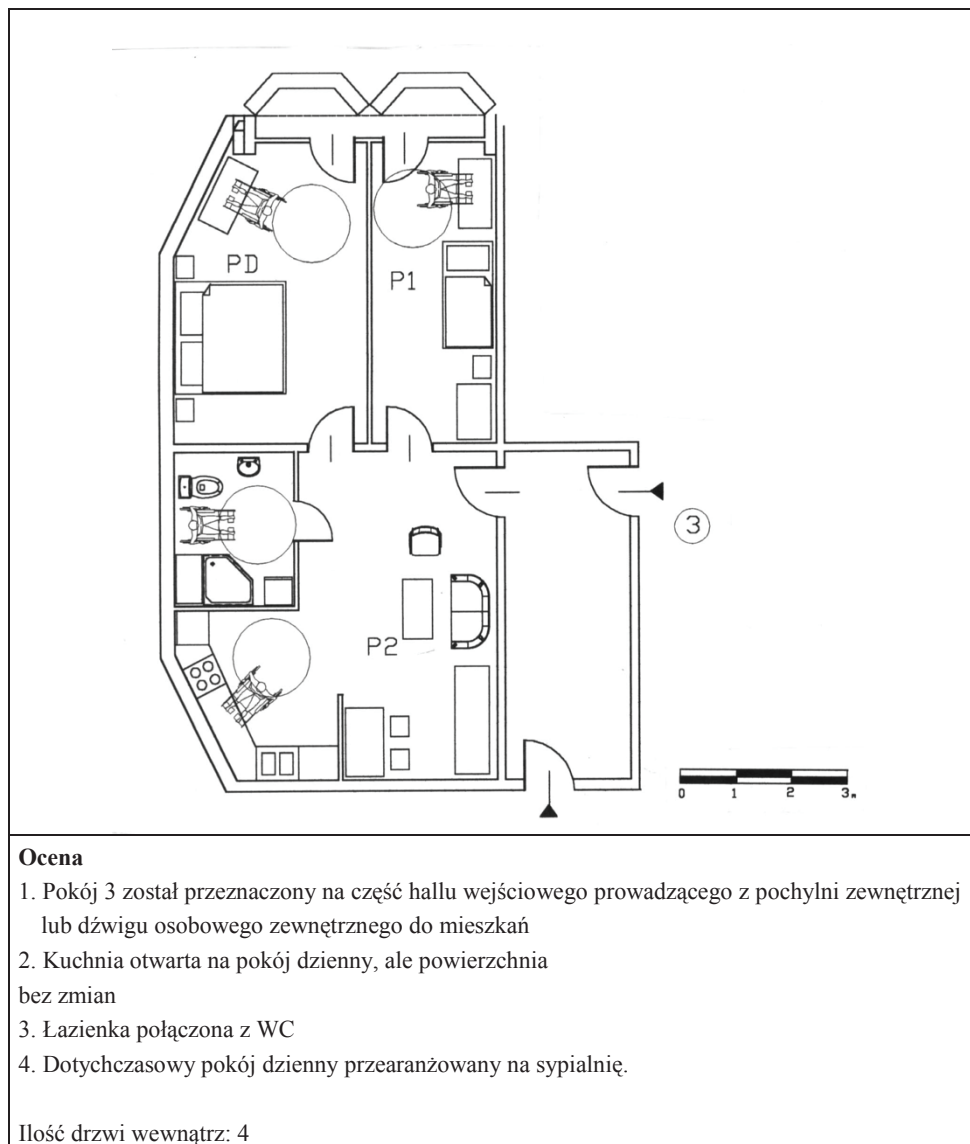


Tabela 9 (cd.)



Źródło: opracowanie własne.

4. Podsumowanie

Zasadniczym założeniem systemowego ujęcia modernizacji starej substancji mieszkaniowej jest równoległe i spójne rozwiązanie trzech jego elementów:

- otoczenie budynku (otoczenie osiedla).
- budynek (zespół budynków),
- mieszkanie (zespół mieszkań).

Tylko spójne rozwiązanie tych trzech elementów daje gwarancje uzyskania właściwych efektów. Np. modernizacja wybranego mieszkania, nawet przeprowadzona w sposób niezwykle właściwy nie przynosi pożądanych efektów. Niewłaściwe otoczenie, wpływy nadmiernego ruchu ulicznego, a nawet środowiska społecznego często uniemożliwiają odpoczynek, negatywnie wpływają na samopoczucie, warunki życia. Z drugiej strony modernizacja jednego mieszkania, czy nawet kilku jest mało efektywna, ekonomicznie nieuzasadniona, a organizacyjnie bardzo trudna do przeprowadzenia. Jest także bardzo uciążliwa dla lokatorów sąsiednich mieszkań.

O możliwości samodzielnego użytkowania mieszkania przez osoby starsze decyduje nie tylko mieszkanie, ale jego bezpośrednie, jak również dalsze otoczenie: klatka schodowa, brama, ulica, zieleń, ruch uliczny czy będące w sąsiedztwie podstawowe usługi. Dlatego w badaniach nie sposób było pominąć elementów towarzyszących najbliższemu otoczeniu człowieka, takich jak budynek i teren wokół niego. Zmiany adaptacyjne w otoczeniu powinny być przeprowadzone w oparciu o następujące założenia:

1. Swoboda poruszania się jest niezbędnym warunkiem normalnej egzystencji, a równocześnie wymogiem mającym uzasadnienie społeczne i ekonomiczne.

2. Pozostawienie człowieka starszego w dotychczasowych warunkach domowych i środowiskowych uznać należy za podstawowy kierunek działania. Należy przy tym zapewnić odpowiednią lokalizację (blisko usług, w przyswojonym środowisku), w mieszkaniu bezpiecznym i dostosowanym do indywidualnych (zmiennych w czasie) potrzeb.

3. Środki kształtowania przestrzeni powinny być klarowne i wyraziste, tak aby przekaz architektoniczny dotarł do każdego z użytkowników i by urzeczywistnić możliwość samodzielnego korzystania z otoczenia. O klasie i jakości obiektu, a także o poprawie jego dostępności decydują podstawowe zasady projektowania architektonicznego, takie jak:

- jasność i logika układu przestrzennego,
- wyrazista identyfikacja stref w budynkach,
- czytelność znaczących dla danej funkcji elementów budynku.

Sformułowano następujące wnioski dotyczące budynku:

1. Schody są podstawowym i niezbędnym elementem komunikacji pionowej i nieodzowną częścią drogi ewakuacyjnej, dlatego powinny być zaprojektowane

w odpowiedni i poprawny sposób. Jednak korzystanie ze schodów jest dla wielu osób starszych niebezpieczne, a także niemożliwe. Należy więc przewidzieć dodatkowe dźwigi lub pochylnie, które ułatwią pokonanie różnic wysokości.

2. Znaczenie przestrzenne pochylni powinno zbliżać się do przestrzennego sensu schodów, przy czym jedną z głównych wad pochylni jest jej przestrzenochłonność, zaś główną zaletą możliwość korzystania nie tylko przez osoby starsze, ale i inne osoby mające kłopoty z pokonywaniem różnic poziomów (osoby na wózkach inwalidzkich, o kulach, niewidome, matki z wózkiem itp.).

3. Przeprowadzona analiza potwierdziła pełną skuteczność adaptacyjną dźwigów osobowych, przy czym ten sposób adaptacji wymaga wysokich nakładów finansowych. Do wad zaliczyć trzeba fakt, że dźwigi nie mogą być samodzielnym elementem pionowej drogi ewakuacyjnej (są bardziej zawodne niż schody, po których w ostateczności osobę na wózku można znieść) oraz wymagają stałego nadzoru technicznego.

Po przeprowadzeniu badań okazało się, że następowały zmiany powierzchniowe w mieszkaniach, które powinny być realizowane, gdy wpływa to na całkowite udostępnienie budynku dla osób niepełnosprawnych ruchowo. Możliwa jest również adaptacja mieszkania poprzez zmianę sposobu wejścia do budynku, a zarazem do mieszkania (np. przez balkon połączony z pochylnią).

Zmiany sposobu wejścia do mieszkania nie przynoszą jednak większych korzyści z punktu widzenia adaptacji całego obiektu. W związku z tym rozwiązanie takie może być brane pod uwagę podczas adaptacji indywidualnej mieszkania lub parteru budynku.

Przeprowadzona próba adaptacji mieszkań wykazała, że priorytetowe znaczenie w kształtowaniu przestrzeni mieszkalnej dla osób starszych ma część higieniczno – sanitarna i kuchenna. Na kształtowanie pomieszczeń wpływ ma również powierzchnia manewrowa i komunikacyjna, zmiany wyposażenia części sanitarnej oraz przyjęta zasada jednoprzestrzenności w części dziennej, a także stosowanie mobilnego wyposażenia.

Literatura

- Benek I, 2001, *Modernizacja architektury mieszkaniowej w aspekcie potrzeb osób niepełnosprawnych*. Praca doktorska obroniona na WA Politechniki Śląskiej, Gliwice.
- Kuryłowicz E, 1996, *Projektowanie uniwersalne. Udostępnianie otoczenia osobom Niepełnosprawnym*, Wyd. CBRRON, Warszawa: CBRRON.
- Ostrowska A. (red), 1994, *Badania nad niepełnosprawnością w Polsce, 1993*, Wyd. IF iS PAN, Warszawa.
- Strabel W., Włodarczyk J, 1991, *Specjalne formy budownictwa mieszkaniowego*. Wyd. ARCH & URBS, Katowice.
- Włodarczyk J., 1991, *Czynnik czasu w kształtowaniu nowych zespołów mieszkaniowych*. Wyd. Zeszyty Naukowe Politechniki Śląskiej z.16, Gliwice.

Iwona Benek

ACTIVATION FOR THE ELDERLY THROUGH THE MODERNIZATION OF THEIR HOMES – FOR EXAMPLE, MULTIFAMILY HOUSING FROM KATOWICE

Abstract

Multi-family housing from 30, 40 years ago will need a general overhaul in the immediate future. Along with the overhaul a modernization of such flats is needed creating the perfect opportunity to adapt them to the needs of the older.

It has been assumed that the main course of action is to examine the existing housing space in order to specify the spatial conditions crucial for the integration of the older people and to analyze the technical possibility of adaptation.

Key words: the physically handicapped / older people, modernization, multi-family housing.