



**Iwona Benek**

Politechnika Śląska  
E-mail: iwona.benek@polsl.pl

# Włączenie społeczne osób starszych poprzez ich aktywizację – prezentacja rozwiązań architektonicznych / *Social inclusion of the elderly by active engagement – a presentation of architectural solutions*

## **Abstract**

Population ageing is one of the most important problems of the 21st century economy. Similarly, the subject of creating a living space for the elderly, taking into consideration their specific needs resulting from functional disability in the context of the ever growing population of elderly people is one of the key challenges that modern architecture has to face.

The aim of the article is to present the physical environment of geriatric care facilities as a system of functional and behavioural stimuli in the context of ergonomic as well as social solutions, which may have influence on the economic development – by stimulating the activity of the elderly, as well as on the development of a number of disciplines connected with old age.

It has been assumed that there exists a number of spatial determinants which may become elements supporting the elderly as well as the people involved in providing care for them. Therefore it is necessary to improve the standard of technical equipment and to modernize the architectural space targeted at the elderly.

**Keywords:** activation of the elderly, needs of the elderly, senior citizens' homes

## 1. WPROWADZENIE

Starzenie się społeczeństwa w Polsce i w Europie stanowi potężne wyzwanie dla gospodarki, wymaga zdecydowanych kroków w polityce i opiece socjalnej, ale również stwarza ogromne możliwości rozwoju nowych rynków i miejsc pracy. Srebrna gospodarka może się stać motorem wzrostu gospodarczego społeczeństw. Unia Europejska podjęła już szereg działań mających na celu stymulowanie rozwoju podmiotów wpływających na rozwój tego sektora. Działania pomocowe obejmują obszary takie jak aktywne starzenie się, mieszkalnictwo senioralne, e-zdrowie, innowacje na rzecz aktywnego i zdrowego starzenia się.

Proces starzenia się ludności nabiera tempa. Polska jest najszybciej starzejącym się krajem w Unii Europejskiej, a w 2030 roku będziemy jednym z najstarszych społeczeństw naszego kontynentu (The 2015 Ageing Report). Powinniśmy już dziś skupić uwagę na realnych działaniach prowadzących do powstania rozwiązań odpowiadających na potrzeby zmieniającej się tak dynamicznie struktury wiekowej naszego kraju.

## 2. UŻYTKOWNIK PRZESTRZENI - OSOBA STARSZA

Osoby starsze, często są osobami niepełnosprawnymi, którym towarzyszy szereg dysfunkcji: wzroku, słuchu, ruchu, ale i zaburzeń zachowania. Osoby starsze są również szczególną grupą użytkowników – z powodu zwiększonych indywidualnych potrzeb wynikających z ich stanu fizycznej sprawności, psychicznego podejścia do starzenia oraz często obniżonej pozycji społecznej.

Wśród wielu problemów zdrowotnych osób starszych na szczególną uwagę zasługują dolegliwości powszechne w tej grupie wiekowej, takie jak zaburzenia funkcji poznawczych. Termin „funkcje poznawcze” obejmuje wiele procesów intelektualnych takich jak pamięć długoterminowa oraz krótkoterminowa, procesy językowe, funkcje wzrokowo – przestrzenne, funkcje konstrukcyjne i wykonawcze, procesy spostrzegawcze oraz tzw. „myślenie abstrakcyjne” (Kwiatkowska 2005: 38-39). Proces poznawczy zapewnia sprawne funkcjonowanie w otaczającym środowisku, spostrzeganie docierających bodźców, analizowanie sytuacji, formułowanie wniosków, w końcu podejmowanie właściwych decyzji oraz działanie. Utrzymywanie się umiarkowanych zaburzeń poznawczych przez kilka lat obniża jakość życia i wpływa na samopoczucie oraz stan zdrowia osób starszych. Trudność z wykonywaniem złożonych czynności, takich jak zakupy, przygotowanie posiłków lub obsługa bardziej skomplikowanych urządzeń (np. bankomaty, automaty itp.) wywołują lęk i poczucie bezradności związane z pogarszającymi się możliwościami samodzielnego funkcjonowania, są przyczyną obniżonego nastroju, a nawet depresji (Kwiatkowska 2005: 39).

W związku z tym, problemy zdrowotne osób w starszym wieku, często przewlekłe chorych, rodzą szereg wymagań, które powodują konieczność specyficznego podejścia do projektowania otoczenia, rozumianego jako otoczenie najbliższe, czyli miejsce zamieszkania, otoczenie zamieszkiwanego budynku, a także udostępnienie przestrzeni publicznej.

Podczas procesu projektowania należy wziąć pod uwagę problemy związane z ograniczeniami ruchowymi, percepcji, ale także związane z poczuciem osamotnienia, wyobcowania czy bezużyteczności, trudności w porozumieniu i kontaktach międzyludzkich, poczucie zagubienia, zwłaszcza w nowych przestrzeniach.

## 3. SPOSOBY AKTYWIZACJI SENIORÓW

Osoby starsze, powinny mieć możliwość aktywnego życia poprzez realizację szeregu specyficznych potrzeb, między innymi kontaktu z ludźmi. Bierność w życiu zawodowym i społecznym, ograniczenie kontaktów międzyludzkich ewidentnie przyczyniają się do pogorszenia kondycji psychicznej i fizycznej osób starszych.

Aktywność seniorów jest nie tylko sposobem zachowania dobrej kondycji zdrowotnej, ale także buduje ich prestiż, określa miejsce i rolę osoby starszej w społeczności. Aktywność życiowa nadaje sens życia, motywuje do wychodzenia z domu, do dbania o wygląd, kondycję fizyczną i psychiczną. Pozwala również zachować niezależność, nie być ciężarem dla rodziny, czy przyjaciół.

W związku z tendencją wzrostową liczby osób starszych należy podejmować działania zmierzające ku poprawie jakości życia poprzez aktywizację osób starszych oraz tworzenie warunków sprzyjających pomyślnemu starzeniu się. Pomyślnie starzenie się można zdefiniować jako osiągnięcie wieku starości z małym ryzykiem chorób oraz niedołężności, z wysoką sprawnością umysłową i fizyczną oraz utrzymaną aktywnością życiową. Zwraca się uwagę na zachowanie aktywności w sferze kontaktów społecznych, a także towarzyskich. W procesie starzenia się istotne znaczenie ma sfera oddziaływań zewnętrznych, do których zalicza się styl i środowisko życia, sposób odżywiania oraz czynniki psychospołeczne (Kaczmarczyk 2007: 116-118).

Myśląc o aktywizacji osób starszych rozumianej jako pobudzenie do działania, wzmożenie działalności rozróżnić możemy następujące jej typy:

- aktywność rekreacyjno-hobbystyczna, czyli zajęcia sportowe, spacer, malarsztwo, sztuka,
- recepcyjna – słuchanie radia, oglądanie telewizji,
- zorientowana publicznie, czyli aktywność polityczna, społeczna,
- integracyjna – spotkania o charakterze naukowo-szkoleniowym, kluby seniora,
- inne (Sygit 2010).

Aktywizacja osób starszych może nastąpić poprzez wprowadzenie metod mobilizacji osób starszych do działania. Bardzo istotne jest by organizować seniorów w grupy, które mogłyby z czasem podjąć działania nie tylko na swoją rzecz, ale także na rzecz innych grup, np. w społeczności lokalnej. Realizacja takiego założenia jest możliwa pod warunkiem zorganizowania regularnych spotkań seniorów, tak by poczuli się tożsami z grupą. Podział w grupie następować może według indywidualnych potrzeb, zainteresowań lub możliwości i umiejętności, a także grup wiekowych. Ważne jest pokazanie seniorom, że jako grupa mogą zdziałać więcej niż indywidualnie, nawiązać nowe relacje, przyjaźnie, stłumić uczucie samotności i odrzucenia społecznego. Będąc w grupie seniorzy stają się odważniejsi i chętniej będą wyrażać swoje zdanie, swoje potrzeby, a także pomysły na nowe działania.

Gwałtowne zmiany wiążą się u osób starszych z dużym stresem, należy więc stosować metodę małych kroków w zmianie sposobu wolnego czasu, mając na uwadze, że zbyt gwałtowne zmiany mogą zniechęcić do dalszego działania. Warto jednak w ramach tych zmian zachęcać do aktywności fizycznej, np. poprzez organizowanie zajęć ruchowych typu nordic walking.

Rozbudzenie chęci realizacji zainteresowań i pokazanie, że w każdym wieku można mieć hobby pobudza w osobach starszych chęć do wprowadzenia zmian

w swoim życiu. Działania seniorów mogą się stać widoczne, np. dla społeczności lokalnej, a co za tym idzie korzystnie wpłynąć na ich poczucie własnej wartości i zmniejszyć uczucie alienacji społecznej. Motywacja do działania jest też ważnym aspektem poprawienia ogólnej jakości życia społeczeństwa.

Aktywizacja poprzez działanie w grupie, motywowanie jest możliwe tylko i wyłącznie pod warunkiem dostępności najbliższego otoczenia, ale i przestrzeni publicznej. Brak poczucia bezpieczeństwa publicznego, strach przed napaścią i innymi przestępstwami w najbliższej okolicy, a także słaba kondycja fizyczna, niepełnosprawność, trudności w orientacji przestrzennej oraz występowanie barier architektonicznych i urbanistycznych powodują, że osoby starsze spędzają w mieszkaniu, często samotnie, coraz więcej czasu.

Z tego też względu szczególnie dużo uwagi należy poświęcić tworzeniu odpowiednich warunków do funkcjonowania osób starszych. Warunkiem większej aktywności seniorów jest po pierwsze przyjazne środowisko zamieszkania oraz estetyka przestrzeni, w której przebywają. Poprawa bezpieczeństwa oraz eliminacja barier przestrzenno-komunikacyjnych również zadziała stymulująco na nieaktywnych seniorów.

Propozycje aktywności realizowanych w grupach dla seniorów to między innymi :

- różnego rodzaju kursy rozwijające zainteresowania i umiejętności, np. kursy komputerowe, kursy tańca, językowe, warsztaty plastyczne, warsztaty teatralne, czy krawieckie;
- wolontariat – realizowany poprzez udzielanie korepetycji, pomoc dzieciom z uboższych rodzin, opieka nad dziećmi, np. czytanie bajek w przedszkolach, gotowanie, pieczenie;
- zajęcia hobbystyczne – prowadzenie ogródka, hodowla roślin, wieczory filmowe czy literackie;
- zajęcia fizyczne – gimnastyka, siłownia, basen, taniec, ruch i aktywność fizyczna dostosowane do możliwości seniorów są niezwykle istotne w utrzymaniu zdrowia, zarówno fizycznego, jak i psychicznego osób starszych;
- organizacja wycieczek – wyjazdy do teatru, parku czy na wystawę wpływa dobrze na integrację grupy, a zwiedzanie ciekawych miejsc poszerza horyzonty myślowe i stanowi świetną rozrywkę;
- cykliczne spotkania z grupami seniorów z innych dzielnic poprzez organizowanie spotkań, występów daje możliwość wymiany doświadczeń i poglądów (Sygit 2010).

#### 4. DOSTĘPNA PRZESTRZEŃ PUBLICZNA JAKO ELEMENT AKTYWIZUJĄCY OSOBY STARSZE

Przestrzeń publiczna to obszar o szczególnym znaczeniu dla zaspokajania potrzeb i poprawy jakości życia wszystkich jej użytkowników, a w szczególności osób starszych. Powinna jednoczyć mieszkańców i tworzyć płaszczyznę do inicjatyw, pobudzania wyobraźni i rozwoju lokalnych wspólnot. Plac, rynek, skwer, ulica czy

bulwar to obszar, gdzie następują interakcje i działania sprzyjające integracji. Są to miejsca, w których przemieszczają się ludzie, jedni pieszo, inni różnymi środkami lokomocji.

Stworzenie sprzyjających warunków rozwoju i samorealizacji osób starszych wymaga wprowadzenia takich rozwiązań przestrzennych, które zapewniłyby możliwość samodzielnego i niezależnego funkcjonowania w lokalnej społeczności, w tym również możliwości korzystania z powszechnych usług i z atrakcji turystycznych miasta. Pozwoli to zwiększyć aktywność tych osób, przede wszystkim w sferze społecznej oraz stworzy podstawy do integracji. Obecnie uwzględniając uwarunkowania demograficzne, konieczne staje się projektowanie przyjazne z myślą o wszystkich mieszkańcach, bez względu czy są sprawni czy nie, oparte na standardach projektowania uniwersalnego.

Dostępność jest silnie związana z pojęciem projektowania dla wszystkich (universal design), co określa się, jako “bezpośredni dostęp” do środowiska zabudowanego, usług i informacji. Obejmuje to projektowanie obiektów i przedmiotów dostępnych dla wszystkich osób, bez względu na to czy są osobami niepełnosprawnymi czy sprawnymi. Projektowana przestrzeń (jak również nowe produkty wprowadzane do obrotu), powinna być w pełni użytkowana przez osoby o ograniczonej mobilności i percepcji. Są to założenia powszechnej dostępności, która warunkuje pełnię praw obywatelskich między innymi osobom starszym (Building 2002).

Alternatywą powszechnej dostępności jest zagwarantowanie dostępu pośredniego poprzez zapewnienie rozwiązań technicznych wspomagających osoby niepełnosprawne, w tym starsze, czyli tworzenie rozwiązań adaptacyjnych. Z uwagi na społeczne konsekwencje oraz lepsze wykorzystanie potencjału osób starszych i z niepełnosprawnością, należy skupić się przede wszystkim na rozwiązaniach pełnej dostępności. Definicja projektowania uniwersalnego zamieszczona w art. 2 Konwencji ONZ o prawach osób z niepełnosprawnością brzmi: *„Projektowanie uniwersalne odnosi się do takich rozwiązań, które są użyteczne dla wszystkich ludzi, w jak największym zakresie, bez potrzeby adaptacji lub specjalistycznych zmian. Termin ten odnosi się do produktów, środowisk, programów i usług, i nie wyklucza urzędzeń pomocniczych dla poszczególnych grup osób niepełnosprawnych”* (Rezolucja 2006).

Wymagania stawiane dostępności przestrzeni publicznej podnosi wiele dokumentów międzynarodowych, w tym szczególnie ważna dla środowiska osób starszych i niepełnosprawnych: Konwencja o prawach osób z niepełnosprawnością przyjęta 13 grudnia 2006 roku przez Zgromadzenie Ogólne ONZ (Rezolucja ONZ 61/106), ratyfikowana przez Polskę 6 września 2012 roku (Rezolucja 2006).

Artykuł 9. Konwencji ONZ jest w całości poświęcony dostępności. W tym artykule zobowiązuje się państwa, które ratyfikują Konwencję do zapewnienia osobom z niepełnosprawnościami, tym osobom starszym, dostępu do środowiska fizycznego na równi z innymi osobami. Dokument określa działania, jakie powinny podjąć państwa członkowskie w zakresie udostępnienia środowiska fizycznego, transportu, informacji i komunikacji międzyludzkiej, w tym szeroko rozumianych techno-

logii informatycznych oraz wszelkich usług oferowanych całemu społeczeństwu, zarówno przez podmioty publiczne, jak i prywatne. Działania te powinny objąć likwidację barier i przeszkód w dostępie do budynków, dróg, środków transportu oraz usług informacyjnych, w tym usług elektronicznych oraz usług w zakresie pomocy w nagłych wypadkach (Rezolucja ONZ nr 61/06 2006, art. 9).

Konwencja zaleca, aby poszczególne państwa podjęły stosowne kroki, m.in. w celu: rozwoju i wdrażania standardów i wytycznych dotyczących udogodnień i usług oferowanych całemu społeczeństwu; dopilnowania wszystkich usługodawców, aby brali pod uwagę potrzeby osób z różnymi niepełnosprawnościami; zapewnienia szkoleń dla wszystkich zainteresowanych w kwestiach związanych z dostępnością; zapewnienia w budynkach czytelnych oznaczeń dla osób o różnej percepcji i ograniczeniach w mobilności oraz promocja wszelkich rozwiązań technicznych i projektowych, zapewniających osobom z niepełnosprawnością lepszy dostęp do informacji i środowiska fizycznego (Rez. ONZ nr 61/06 2006, art. 9).

Z uwagi na ograniczony zakres prawodawstwa polskiego standardy dostępności dla miasta, czy gminy powinny mieć zastosowanie jedynie do terenów należących do miasta. W całości standardy takie powinny stanowić doprecyzowanie oraz wzmocnienie przepisów zawartych w:

- Ustawie Prawo Budowlane (Dz. U. z dn. 25.08.1994, nr 89, poz. 415, z późn. zm.), a w szczególności: Art. 5.1. Obiekt budowlany wraz ze związanymi z nim urządzeniami budowlanymi należy, biorąc pod uwagę przewidywany okres użytkowania, projektować i budować w sposób określony w przepisach, w tym techniczno - budowlanych, oraz zgodnie z zasadami wiedzy technicznej, zapewniając: ... pkt. 4) niezbędne warunki do korzystania z obiektów użyteczności publicznej i mieszkaniowego budownictwa wielorodzinnego przez osoby niepełnosprawne, w szczególności poruszające się na wózkach inwalidzkich;
- Rozporządzeniu MI w sprawie warunków technicznych, jakim powinny odpowiadać budynki i ich usytuowanie;
- Rozporządzeniu MTiGM w sprawie warunków technicznych, jakim powinny odpowiadać drogi i ich usytuowanie.

Władze miasta lub gminy mają prawo określić dla inwestycji w przestrzeni publicznej minimalne lub zalecane wymagania dotyczące dostępności. Celem władz samorządowych powinno być jednak przekonywanie również innych gestorów przestrzeni publicznej, że zasadne jest stosowanie standardów dostępności w budowanych, remontowanych i użytkowanych obiektach oraz przestrzeniach publicznych (Agenda 2001). Przestrzeganie wymagań może stać się warunkiem zawieranych z inwestorami prywatnymi umów, np.: na dzierżawę terenów miejskich lub organizację imprez w przestrzeni publicznej. Celowe staje się również określenie obszarów obowiązywania standardów dostępności (całe miasto lub wytyczone jego fragmenty), jako prawo miejscowe w zakresie dostosowywania przestrzeni publicznej do potrzeb osób niepełnosprawnych i starszych. Odstępstwa od wyma-

gań standardów dostępności powinny mieć charakter uzgodnień i być zaakceptowane przez specjalistów z zakresu projektowania uniwersalnego.

Aktywizacja osób starszych zależy od prawidłowego zaprojektowania i przygotowania elementów przestrzeni publicznej, które powinny być wykonywane zgodnie ze standardami dostępności. Należy zdać sobie sprawę, że uwarunkowania historyczne i topograficzne utrudniają dostosowanie w pełni całej przestrzeni publicznej, dlatego bardzo ważnym elementem polityki przestrzennej miasta powinno być stworzenie planu modernizacji, zoptymalizowanego na potrzeby osób z niepełnosprawnościami, w tym również starszych. Oznacza to, że przy projektowaniu nowych obiektów i przestrzeni publicznych oraz modernizacji już istniejących struktur, należy uwzględnić racjonalne dostosowanie przestrzeni publicznej, w celu zapewnienia osobom starszym możliwości egzekwowania i korzystania z wszystkich praw człowieka i fundamentalnych swobód (Rezolucja 2006).

Do elementów przestrzeni publicznej, które powinny być projektowane, bądź modernizowane zgodnie z zasadami projektowania uniwersalnego należą (Johni 2005):

- a) Ciągi piesze - powinny zapewnić samodzielność poruszania się osobom z ograniczoną mobilnością i percepcją, ze szczególnym uwzględnieniem zachowania bezpiecznego przemieszczania się tych osób.
- b) Wyposażenie ciągów pieszych - sposób rozmieszczenia urządzeń powinien być zaplanowany i zgodny z ustalonym jednolitym schematem, dzięki czemu użytkownikom łatwiej jest odnaleźć, np.: kosz na śmieci, automaty telefoniczne lub biletowe, wejścia do budynków, punkty informacyjne itp. Do wyposażenia zaliczamy: miejsca odpoczynku, elementy informacyjne i małej architektury, oświetlenie, elementy odwodnienia, tymczasowe i ruchome elementy wyposażenia (letnie kawiarnie, plansze reklamowo – informacyjne, stragany itp.).
- c) Przejścia dla pieszych - przy planowaniu lokalizacji i organizacji przejść dla pieszych należy uwzględnić zasadę uprzywilejowania ruchu pieszego nad ruchem rowerowym, komunikacją publiczną i samochodową indywidualną. Zaleca się, aby trasy ruchu pieszego przebiegały na jednym poziomie.
- d) Przystanki komunikacji miejskiej - transport publiczny jest często jedynym środkiem komunikacji, z którego mogą samodzielnie korzystać osoby starsze. Dla tych osób dobrze dobrane połączenia komunikacyjne zwiększają dostępność odległych od siebie obszarów miasta. Tak więc, aby komunikacja miejska spełniała swoje funkcje, zarówno środki transportu, jak i punkty przesiadkowe oraz przystanki, muszą uwzględnić potrzeby osób z ograniczoną mobilnością i percepcją.
- e) Pokonywanie różnic w terenie - najtrudniejszą do pokonania barierą przestrzenną dla osób z ograniczeniami mobilności są różnice wysokości w terenie do pokonania których zastosowano schody. Aby zwiększyć zakres dostępnej przestrzeni należy ograniczyć powstawanie nowych i sukcesywnie usuwać istniejące bariery na ciągach pieszych. Każdorazowo przy modernizacji prze-

strzeni publicznej należy wykonać optymalizację rozwiązań projektowych, które w racjonalny sposób zwiększą zakres dostępności środowiska zabudowanego dla osób o różnych ograniczeniach mobilności i percepcji. Różnice poziomów można pokonywać za pomocą pochylni, odpowiednio zaprojektowanych schodów zewnętrznych czy wind zewnętrznych.

- f) Tereny rekreacyjne - ważnym elementem polityki społecznej miasta jest udostępnienie miejsc rekreacji dla osób z ograniczeniami mobilności i percepcji, w tym osób starszych. Dla wielu osób możliwość wypoczynku i rekreacji jest częścią rehabilitacji oraz terapii socjologicznej. Udogodnienia na terenach rekreacji służą wszystkim mieszkańcom miasta do uprawiania aktywności fizycznej i podtrzymania kontaktów społecznych, co szczególnie ważne jest dla seniorów. W związku z tym należy dostosować do ich potrzeb parki publiczne, skwery miejskie, ale i osiedlowe, punkty widokowe na terenach otwartych, place zabaw.

## 5. PROGRAM "SENIOR WIGOR"

Kolejnym etapem aktywizacji osób starszych jest tworzenie miejsc umożliwiających ich uczestnictwo w życiu społecznym. Program "Senior Wigor" przewidziany na lata 2015-2020 zakłada wspieranie finansowe jednostek samorządu terytorialnego w zakresie realizacji zadań związanych z rozwojem usług społecznych i opiekuńczych dostosowanych do potrzeb osób starszych. Celem strategicznym programu jest wsparcie seniorów poprzez dofinansowanie działań jednostek samorządu w rozwoju na ich terenie sieci Dziennych Domów "Senior-WIGOR" ze szczególnym uwzględnieniem jednostek samorządu, charakteryzujących się niskimi dochodami i/lub wysokim odsetkiem seniorów w populacji ogółem oraz brakiem infrastruktury pomocy społecznej służącej realizacji usług opiekuńczych i specjalistycznych usług opiekuńczych dla osób starszych poza miejscem ich zamieszkania. Celem programu jest w szczególności zapewnienie wsparcia seniorom (osobom nieaktywnym zawodowo w wieku 60+) poprzez umożliwienie korzystania z oferty na rzecz społecznej aktywizacji, w tym oferty prozdrowotnej, obejmującej także usługi w zakresie aktywności ruchowej lub kinezyterapii, edukacyjnej, kulturalnej, rekreacyjnej i opiekuńczej, w zależności od potrzeb stwierdzonych w środowisku lokalnym. W ramach programu przewiduje się udostępnienie seniorom infrastruktury pozwalającej na aktywne spędzanie czasu wolnego, a także zaktywizowanie i zaangażowanie seniorów w działania samopomocowe i na rzecz środowiska lokalnego.

Program "Senior-WIGOR" niestety nie spełnia wszystkich wymagań do aktywizacji osób starszych. Analiza propozycji funkcjonalnych przeprowadzonych przez Autorkę wykazała, że program funkcjonalny nie przewiduje takich niezbędnych pomieszczeń jak np. pomieszczenie dla osoby chorej, pomieszczeń magazynowych, czy pomieszczeń socjalnych dla pracowników. W programie brak informacji na temat liczby pracowników. Założenie, że posiłki będą przygotowywać tylko pensjonariusze jest błędne – powinno być zaprojektowane zaplecze na przyjęcie również posiłków gotowych (kuchnia z magazynem). Pomieszczenie wielofunkcyjne, sala do zajęć ruchowych i sala klubowa zostały przewidziane jako osobne



pomieszczenia, co w przypadku adaptacji istniejących obiektów na cele Dziennego Domu czy Klubu jest często niemożliwe, tym bardziej w uboższych, czy mniejszych gminach o ograniczonych możliwościach lokalowych.

## 6. WARUNKI ZAMIESZKANIA OSÓB STARSZYCH

Warunki mieszkaniowe i środowisko zamieszkiwania osób starszych stanowią ważny problem, którego rozwiązanie jest przede wszystkim zadaniem architektów i urbanistów. Szeroko rozumiane środowisko zamieszkiwania w dużym stopniu decyduje o samodzielnym funkcjonowaniu społecznym osób starszych, o ich aktywizacji. Wpływa także na ich niezależność w obrębie mieszkania lub domu oraz na poczucie bezpieczeństwa.

Warunki mieszkaniowe starszych ludzi są na ogół gorsze niż przeciętne w kraju. Jedną z przyczyn tego stanu jest brak regulacji prawnych dotyczących standardu mieszkań dla seniorów. W polskim ustawodawstwie obejmującym rozwiązania projektowe obiektów mieszkaniowych nie ma bowiem żadnych przepisów dotyczących osób starszych i niesamodzielnych. Można się posiłkować zapisami odnoszącymi się do osób niepełnosprawnych, ale zasadniczo są one ukierunkowane na wprowadzanie udogodnień dla osób poruszających się na wózku inwalidzkim. Najważniejsza ustawa – Prawo budowlane z 7 lipca 1994 r. (tekst jedn. Dz.U. 2003, Nr 207, poz. 2016), oraz jej przepis wykonawczy – Rozporządzenie Ministra Infrastruktury z 2002 r. (Dz.U. Nr 75, poz. 690) w sprawie warunków technicznych, jakim powinny odpowiadać budynki i ich usytuowanie wraz z późniejszymi zmianami regulują zagadnienia związane z procesem inwestycyjnym i uwzględniają pewne aspekty prointegracyjne. Dotyczą one w szczególności zasad projektowania zagospodarowania terenu, szerokości dojazdów, dojazdów oraz otworów wejściowych do budynków, miejsc postojowych dla samochodów, z których korzystają osoby niepełnosprawne, oraz dźwigów osobowych. Przepisy te odnoszą się do budynków i obiektów użyteczności publicznej. W przypadku budynków mieszkalnych regulują to jedynie w odniesieniu do nowo powstających obiektów wielorodzinnych. Zapisy służące dostosowaniu rozwiązań do szczególnych potrzeb przyszłych użytkowników są jednak mało precyzyjne.

Wyniki przedstawiające warunki zamieszkiwania osób starszych zaprezentowano w badaniu Polsenior (Polsenior 2012: 514-515). Stwierdzono istotne różnice w zależności od wielkości miejscowości – na wsiach przeważają budynki jednorodzinne, a im większe miasto, tym większy udział budownictwa wielorodzinnego i bloków wielopiętrowych. Najwięcej seniorów mieszka w domach jednorodzinnych, a wyraźnie mniej w kamienicach komunalnych i domach czynszowych. Równocześnie zamieszkanie w wielopiętrowych budynkach jest najsilniej zróżnicowane ze względu na wielkość miejscowości (Polsenior 2012: 514).

W placówkach instytucjonalnych mieszka niewielki odsetek seniorów. Wg badań Polsenior w najstarszej grupie było ich tylko 1,1%, co świadczy o marginalnym udziale form instytucjonalnych w systemie pomocy dla osób starszych. Bardzo niski udział takich form wsparcia wiąże się z małą popularnością domów opieki

dla seniorów. Społeczny wizerunek tego typu placówek znacznie odbiega od ich potocznej nazwy – „domy spokojnej starości”.

Należy rekomendować ukierunkowanie zmian na pozytywną adaptację istniejącego środowiska mieszkaniowego do potrzeb seniorów, a nie na głęboką jego modernizację, która może nie odpowiadać wzorcom kulturowym i oczekiwaniom seniorów. W przypadku środowisk zbiorowego zamieszkiwania (np. domy pomocy społecznej) seniorzy o niskim kapitale kulturowym wymagają wsparcia w procesie adaptacji do nowego technicznie środowiska zamieszkania. Modernizacje mieszkań, niezbędne ze względu na stopień niepełnosprawności seniorów, powinny natomiast być proponowane i wspierane finansowo przez podmioty polityki społecznej.

## 7. PODSUMOWANIE

Aktywizujące rozwiązania architektoniczne powinny być realizowane poprzez rozpoznanie potrzeb użytkownika – w tym przypadku osoby starszej, w określonych obszarach urbanistycznych oraz mieszkaniowych. Ważnym elementem są jakościowe badania eksperckie skupione na rozwiązaniach technicznych, funkcjonalnych, ale także behawioralnych. Problemy dostosowania środowiska zurbanizowanego i zbudowanego (budynki i mieszkania) do potrzeb osób starszych ujmuje obowiązujące w Polsce prawo budowlane, ale także obowiązujące w świecie zasady i idee projektowania uniwersalnego oraz Built for All.

Analiza potrzeb behawioralnych ludzi starszych w środowisku zamieszkiwania powinna brać pod uwagę bezpieczeństwo fizyczne seniorów (określone normami technicznymi i przepisami dotyczącymi dostosowania budynków i otoczenia urbanistycznego do potrzeb osób starszych). Istotne jest również poczucie bezpieczeństwa społecznego wynikające z kontaktów z innymi mieszkańcami oraz rola kontaktu wzrokowego seniora z otoczeniem przez okno czy z balkonu.

Zarówno z bezpieczeństwem fizycznym, jak i psychicznym w środowisku zbudowanym łączy się problem gradientu prywatności, tj. gradacji przestrzeni od prywatnej, poprzez półprywatną, półpubliczną do publicznej. Brak tego typu podziałów przestrzennych powoduje zagrożenie dla osób starszych w najbliższym otoczeniu budynku.

Podsumowując należy stwierdzić, że aktywizująco na osoby starsze wpływa możliwość pozostania w miejscu zamieszkania, głównie ze względów społecznych i z uwagi na znane warunki funkcjonowania w dotychczasowym środowisku. Dla starszych mieszkańców podstawowe kontakty społeczne oraz bliskość placówek usługowych w środowisku zamieszkania są najważniejsze dla pozytywnej oceny otoczenia.

Czynniki środowiska kulturowego silnie mogą różnicować dostęp seniorów do elementów aktywizujących, takich jak np. dom dziennego pobytu, czy przedstawione w artykule kluby Senior - WIGOR.

Najistotniejsze jest jednak udostępnienie istniejących i projektowanych placówek dających gwarancję odpowiedniej jakości opieki nad seniorami poprzez stosowanie zasad projektowania uniwersalnego oraz poszerzenie oferty aktywizującej seniorów.

## LITERATURA

- Agenda 22. Władze Lokalne. Instruktaż w zakresie planowania polityki na rzecz osób niepełnosprawnych w społecznościach lokalnych, Warszawa: Polskie Stowarzyszenie na Rzecz Osób z Upośledzeniem Umysłowym, 2001.
- Arnheim R., Sztuka i percepcja wzrokowa. Psychologia twórczego oka, Gdańsk 2004.
- Building for Everyone, NDA, 2002.
- Johni P, Thuresson C., Sztokholm – miasto dla wszystkich, W.: Stowarzyszenie Przyjaciół Integracji, Warszawa, 2005.
- Kaczmarczyk M., Trafiałek E., Aktywizacja osób w starszym wieku jako szansa na pomyślnie starzenie. W.: Gerontologia Polska, Via Medica, Gdańsk 2007, tom 15, nr 4.
- Kwiatkowska W., Szczepańska J., Woźniewski M., Greń G. 2005. Zaburzenia poznawcze u osób starszych w świetle oceny metabolicznych czynników ryzyka chorób sercowo – naczyniowych. *Acta Angiol* 11 (1).
- Kuryłowicz E., Projektowanie uniwersalne. Udostępnianie otoczenia osobom niepełnosprawnym, W.: Stowarzyszenie Przyjaciół Integracji, Warszawa, 2005.
- Niezabitowska E., Benek I., Szewczenko A., Senior WIGOR w oczach architektów, W: Polityka Senioralna 2016 nr 1, s. 116-119.
- Polsenior. Aspekty medyczne, psychologiczne, socjologiczne i ekonomiczne starzenia się ludzi w Polsce. Red. M. Mossakowska, A. Wiecek, P. Błędowski. Poznań Termedia 2012.
- Rezolucja ONZ nr 61/06 z dnia 13 grudnia 2006: Konwencja Praw Osób Niepełnosprawnych (ang. Convention on the Rights of Persons with Disabilities). A/RES/61/106.
- Sygit M., Zdrowie publiczne, Oficyna a Wolters Kluwer Business, Warszawa 2010
- The 2015 Ageing Report: Economy and budgetary projections for the 28 EU Member States (2013-2060, European Economy 3/2015.