

## IZ GERONTOLOŠKE LITERATURE

Graham, Alice (2016). *Improving with age? How city design is adapting to older populations*. *The Guardian*.

### UKREPI ZA PRILAGAJANJE MEST STAREJŠIM LJUDEM

Število starejših ljudi narašča. Do leta 2050 bo več ljudi starejših od 65 let kakor mlajših od 15 let. Število ljudi, starejših od 100 let, se bo povečalo za 1000 %. Napovedi kažejo, da bo okoli 70 % svetovnega prebivalstva živelo v mestih. To bo velik izziv, saj bo treba za starejše prilagoditi stanovanja, prevoz in drugo. Pomembno vlogo pri pripravi razmer za kakovostno življenje starejših imajo med drugim politiki, mestni načrtovalci in arhitekti.

Svetovni projekt *Starosti prijaznih mest in občin* kaže, da je med najobetavnimi ukrepi ob staranju prebivalstva prilagajanje mest starejšim ljudem. Omogoča jim, da še naprej ohranjajo aktivno vlogo v skupnosti in niso izolirani. Izolacija ima negativen vpliv na zdravje in na druge vidike življenja. Strokovnjaki poudarjajo že majhne inovacije, ki lahko povzročijo spremembe. Starejši ljudje večkrat nimajo želje voziti sami, raje imajo javni prevoz in hojo. Spodbude starejšim, da bi večkrat odšli ven, so zmanjšanje razdalje med postajami javnega prevoza, trgovinami, klopami, drevesi s senco in javnimi stranišči, izboljšava pločnikov ter daljši čas za prehod čez cesto.

V Združenem kraljestvu je vlada napovedala izgradnjo desetih novih mest, namenjenih prav starejšim ljudem in tistim z zdravstvenimi težavami, kot je debelost. Poleg spodbujanja aktivnejšega življenja naj

bi načrti, prilagojeni za starejše, vključevali širše pločnike, napotke za zmanjšanje poškodb (na primer padcev) in premikajoče se LCD-znake, kar olajša hojo po ulicah za ljudi z demenco in za tiste z drugimi starostnimi spremembami. Londonska dobrodelna ustanova Living Streets sodeluje s skupnostmi starejših, da bi ugotovili, kakšne izboljšave bi lahko naredili. Na strateški ravni spodbujajo vpliv na pozitivne zakonodajne in infrastrukturne spremembe. Njihov projekt Time to Cross se zavzema za podaljšanje časa prehoda čez cesto.

V zadnjih letih se kaže več prizadevanj, da so mesta vse dostopnejša in prijaznejša invalidom in starejšim. Berlin si prizadeva za 100-odstotno dostopnost do leta 2020. Mestne oblasti si prizadevajo razširiti pločnike, priti do otipljivega vodenja na cestnih prehodih in za lažji dostop do tramvajev in avtobusov. Letos je Milano prejel nagrado Evropske komisije Access City Award za izpolnjevanje visokih standardov oblikovanja stavb in dostopa do prevoza.

Že obstoječe skupnosti za starostnike, ki so popularne v Združenih državah Amerike in v drugih državah, so namenjene starim od 55 do 75 let. Večinoma so to upokojnici z dobrim zdravjem in dobrim finančnim stanjem. Primer je mreža takih skupnosti na Floridi, kjer živi nad 115.000 starejših. V to mrežo je vključenih okoli 140 km poti igrišč za golf; prav tako ponujajo pester nabor restavracij, barov, kinematografov in športnih dejavnosti.

Nekateri strokovnjaki so kritični do načina življenja, ki starejše ljudi ločuje od ostale skupnosti. Vseeno ta način bivanja izraža

neke potrebe starostnikov, ki si tudi v starosti želijo aktivnega življenjskega sloga. Nekatere vidike bi lahko uporabili za urbana okolja. Infrastruktura igrišč za golf nudi počasnejšo vožnjo kot prevoz z avtomobili. V urbanem okolju bi v ta namen lahko vključili električne skuterje, električne invalidske vozičke in kolesa. Tam, kjer je kolesarska kultura razvitejša, npr. na Danskem in Nizozemskem, se električni skuterji vse bolj uporabljajo. To je dobra rešitev za tiste, ki ne morejo hoditi niti voziti.

Ameriški model skupnosti starejših se prenaša tudi v druga okolja. Na Kitajskem bo do leta 2050 četrtnina prebivalstva stara nad 65 let. Ponavadi so za starejše poskrbeli družinski člani, saj so skupaj živele tri generacije. Na to je v zadnjem času vplivala tudi njihova politika, ki je dovoljevala le enega otroka. Lahko se zgodi, da bo poročen par moral poskrbeti za štiri starše in osem starih staršev.

Kitajski arhitekt Blore razvija nove rešitve za starostnike. To je ohranjanje tipične kitajske vasi, v kateri lahko starejši v kratkih razdaljah pridejo do lokalne zdravstvene klinike, osnovnih storitev, odprtih prostorov in dejavnosti za preživljanje prostega časa; nekaj podobnosti je z oskrbovanimi stanovanji. Večina ljudi si želi biti del širše skupnosti, zato je treba najti pravo ravnovesje med njihovo samostojnostjo in oskrbo.

Podjetje, ki ga vodi Blore, gradi v bližini glavnega mesta Malezije stanovanjski kompleks, ki lahko nudi rešitev za sobivanje s starejšimi. V vsakem nadstropju so stanovanja različnih velikosti; ločujejo jih stene, ki se lahko odstranijo. Lastnik lahko kupi dve stanovanji drugo poleg drugega. Družina ima možnost živeti v enem, starostnik v drugem. Stanovanji sta lahko združeni ali ločeni.

Načelo londonskega arhitekta Witherforda je prav tako integracija, ne ločevanje.

Njegovo podjetje bo v Londonu gradilo stanovanjski kompleks sedeminpetdesetih stanovanj za starejše od 75 let, ki bodo posodobljena za 21. stoletje. Njihova različica se loteva problema izolacije z vključitvijo skupnosti v obiskovanje sejmov, ki jih bodo priredili starejši. Prebivalci skupnosti se bodo lahko vključevali v različne igre na prireditvenem odru. Blizu bodo avtobusne postaje, ki nudijo starejšim možnost izletov.

Švedska arhitektka Clase v svoje načrte za stanovanja za starejše vključuje potencialne prebivalce in poklicne oskrbovalce starejših. Stanovanja so oblikovana tako, da so prilagojena obiskom profesionalnih oskrbovalcev, ki starejšim pomagajo pri opravljanju vsakodnevnih opravil. V ta namen sta kopalnica in spalnica uvrščeni pri vhodnih vratih. Za večjo zasebnost stanovalcev sta bolj ločeni kuhinja in dnevna soba.

Medtem ko se Evropa osredotoča na prihodnost, je na Japonsko ta prihodnost že prispela. Država ima najstarejšo populacijo na svetu – 33 % ljudi je starih več kot 60 let, 25 % več kot 65 let in 12,5 % čez 75 let. Zaradi teh dejstev se država osredotoča na mesta, ki bodo prijazna starosti. V mestu Toyama je več kot četrtnina prebivalcev starih nad 65 let. Čeprav ima mesto okoli dovolj primerne prostora, ga ne želijo širiti. Mesto obkroža tramvaj in naložbe so usmerjene znotraj tramvajskega obroča na javne površine, kjer se ljudje lahko družijo med seboj. Prebivalci živijo v ožjih stanovanjskih območjih, ki so blizu različnim storitvam; vse skupaj je povezano z dobrim javnim prevozom. Arhitekt Saya izpostavlja, da je pomembno, da se na starost ne gleda kot na problem. Strategije, ki jih uporabljajo pri gradnji, ne pomagajo le starejšim. Na primer tramvaj povezuje ljudi in jih hkrati prevaža. To je dobra stvar za vse prebivalce.

Pomembno je, da imajo starejši dostop do javnega prevoza, vendar to še vedno ni rešitev za vse. Raziskava v Veliki Britaniji je pokazala, da več kakor tretjina starejših od 65 let ne uporablja javnega prevoza, čeprav je zastoj. V takih primerih se kažejo kot rešitev avtomobili, ki se vozijo sami. Primeri bi bili za starejše, ki ne morejo več voziti in prav tako ne morejo uporabljati javnega prevoza. Ta praksa se je že začela izvajati na severu Japonske.

Ostaja vprašanje, kako bodo te inovacije delovale v času varčevanja, zmanjšanih pokojnin, poznejšega upokojevanja in naraščajočih stroškov nastanitve. Starosti prijazno načrtovanje mest lahko pomaga pri preoblikovanju, vendar ostaja problem, ali bodo te inovacije dosegle večino starejših ljudi. Potrebna je politična volja, da se starosti prijazni ukrepi uvedejo tudi v mestih, ki sta jih prizadela varčevanje in industrijski upad. Obstajajo precejšnje ovire, zlasti pritiski na proračun mest ter nizka odgovornost politikov in uprave.

V Manchestru v Veliki Britaniji so raziskovali, katere značilnosti delajo mesto starosti prijazno. Za večino ljudi je bil na prvem mestu človeški stik – skupnost, ki obiskuje starejše, ki ne morejo uporabljati javnega prevoza. Navedli so tudi močno politično vodstvo mesta, ki podpira sosedске skupine in sodeluje z vodji skupnosti. Pomembno se jim je zdelo sodelovanje različnih interesnih skupin, tudi starejših.

*Tjaša Mlakar*

*Rok Grdiša in Pavel Koltaj. Majhni posegi za velike učinke. Prilagoditve bivalnega okolja in uporaba pripomočkov za starejše. Ljubljana: ZDUS.*

## **PRILAGODITVE STANOVANJ ZA STAREJŠE LJUDI**

Dolgoživa družba, aktivno staranje, poudarek na skupnostnih oblikah oskrbe in staranje doma so koncepti, ki dajejo alternativo bivanju starejših ljudi v institucijah. Večina starejših želi svoja pozna leta preživeti v znanim okolju, kjer so spletli socialno mrežo in se lahko naslonijo na podporo svojcev.

V Sloveniji so starejši nad 65 let kar v 89 % lastniki nepremičnin, v katerih prebivajo. Na svoje hiše ali stanovanja so močno navezani in zato se dogaja, da v svojih nepremičninah obtičijo, čeprav so le-te neprimerne: neprilagojene za bivanje v starosti, prevelike, brez dvigala ali oddaljene od potrebne infrastrukture. Starejši pogosto ostanejo sami in z nizkimi pokojninami težko plačujejo tekoče stroške, kaj šele potrebna vzdrževalna ali obnovitvena dela.

## **PROJEKT HELPS – ISKANJE REŠITEV ZA IZBOLJŠANJE BIVANJA STAREJŠIH**

Ko smo bili leta 2011 povabljeni v mednarodni projekt HELPS (financiran iz programa Central Europe), smo se posvetili prav tej temi – kako izboljšati kakovost bivanja v starosti. Spodbujanje starejših k prožnejšemu razmišljanju o bivanju v starosti, razvoj skupnostnih oblik bivanja (gospodinske skupine in drugi modeli sobivanja starejših) ter prilagoditve bivalnega okolja za varno in samostojno bivanje so bila glavna vsebinska področja, ki smo se jim posvetili.

Med pripravami smo spoznali arhitekta Roka Grdišo, ki je kot diplomsko delo na Fakulteti za arhitekturo napisal *Priročnik za načrtovanje sodobnih oblik bivanja starih ljudi*, ki je izšel v knjižni obliki (Univerza v