

ИДЕЯ СОЗДАНИЯ МОДЕЛИ ТЕРАПЕВТИЧЕСКОГО ЛАНДШАФТА ДЛЯ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ

THE IDEA OF CREATING A THERAPEUTIC LANDSCAPE MODEL FOR THE ELDERLY

Малинина Т.А., к.с.-х.н., доцент
ФГБОУ ВО «Воронежский
государственный лесотехнический
университет им. Г.Ф. Морозова»,
Воронеж, Россия.

Мануковская А.В., преподаватель
ФГБОУ ВО «Воронежский
государственный лесотехнический
университет им. Г.Ф. Морозова»,
Воронеж, Россия.

Перелыгина О.С., магистр,
ФГБОУ ВО «Воронежский
государственный лесотехнический
университет им. Г.Ф. Морозова»,
Воронеж, Россия

Malinina T.A., Candidate of
Agricultural Sciences, associate professor
Voronezh State University of Forestry and
Technologies named after G.F. Morozov,
Voronezh, Russia.

Manukonskay A.V., teacher
Voronezh State University of Forestry and
Technologies named after G.F. Morozov,
Voronezh, Russia.

Perelgina O.S., Student, Voronezh State
University of Forestry and Technologies
named after G.F. Morozov, Voronezh, Russia.

Аннотация: В статье рассматриваются вопросы создания терапевтического ландшафта для пожилых людей. Исследования показывают, что терапевтические ландшафты в больницах и санаториях могут значительно улучшить самочувствие и социализацию пациентов. Для пожилых людей терапевтические ландшафты важны по нескольким причинам: физическое здоровье, такие ландшафты стимулируют активность, улучшают мобильность и медицинские показатели. Психологическое благополучие: они снижают стресс, тревожность, улучшают настроение, концентрацию и память. Социальная активность: они способствуют коммуникации и предотвращают изоляцию. Для городских жителей важно создавать компактные решения, например, в скверах. При создании терапевтического ландшафта необходимо учитывать климатические условия и функциональное зонирование. Дорожно-тропиночная зона: петляющие маршруты с контрастными материалами, клумбы с непрерывным цветением и многоярусные посадки. Зона тихого отдыха: спокойные и гармоничные цвета. Зона активного отдыха: яркие цвета для стимуляции энергии. Сенсорная зона: округлые формы, минимизация острых углов для снижения эмоционального возбуждения. Цветовые решения и формы влияют на настроение и комфорт посетителей.

Abstract: The article discusses the issues of creating a therapeutic landscape for the elderly. Research shows that therapeutic landscapes in hospitals and sanatoriums can significantly improve the well-being and socialization of patients. Therapeutic landscapes are important for older people for several reasons: physical health, such landscapes stimulate activity, improve mobility and medical performance. Psychological well-being: they reduce stress, anxiety, improve mood, concentration, and memory. Social activity: they promote communication and prevent isolation. It is important for urban residents to create compact solutions, for example, in public gardens. When creating a therapeutic landscape, it is necessary to take into account climatic conditions and functional zoning.

Road and path zone: winding routes with contrasting materials, flowerbeds with continuous flowering and multi-tiered plantings. Quiet relaxation area: calm and harmonious colors. Outdoor recreation area: bright colors to stimulate energy. Sensory area: rounded shapes, minimization of sharp corners to reduce emotional arousal. Colors and shapes affect the mood and comfort of visitors.

Ключевые слова: парк, терапевтический ландшафт, функциональное зонирование, модель, малые архитектурные формы, ассортимент насаждений, текстура, материал.

Keywords: park, therapeutic landscape, functional zoning, model, small architectural forms, assortment of plantings, texture, material.

Введение.

В настоящее время вопрос о нехватке парковых территорий стоит на первом месте. Когда рассматриваем данную проблему, то в основном говорим о трудоспособном населении и детях забывая пожилых людей. Возрастные изменения - процесс, который непременно затрагивает каждого человека. 36% пожилых людей в России имеют хронические заболевания, ограничивающие их жизнедеятельность, треть из них нуждаются в ежедневной помощи. Забота о качестве жизни пожилых людей очень важна для всех столкнувшихся с этой проблемой. Тема "Организация терапевтического ландшафта для пожилых людей" актуальна и представляет большой потенциал для улучшения качества жизни пожилых людей. В настоящее время терапевтические ландшафты применяются в больницах и санаториях, где они доказали свою эффективность в реабилитации и улучшении самочувствия пациентов. Такие ландшафты понижают уровень стресса, улучшают настроение, повышают концентрацию и внимание, а также повышают физическую активность и социализацию.

Пожилые люди часто сталкиваются с возрастными изменениями в физической мобильности, зрении, слухе и памяти. Поэтому, необходимо создать пространства, которые учитывают эти особенности и предоставляют пожилым людям возможность пользоваться благами территории независимо от своих физических возможностей. Терапевтические ландшафты – это не только разнообразие материалов, цветов, форм и текстур, но и привлекательность и эстетика гармоничной парковой территории, которая способна к социализации посетителей.

Материалы и методы исследования.

Можно выделить несколько причин для чего нужен терапевтический ландшафт для данной категории людей.

В первую очередь это способствует улучшению физического здоровья. Терапевтический ландшафт стимулирует физическую активность при хорошо развитой дорожно-тропичной сети для прогулок, мест фитнеса и садоводства. Все это помогает пожилым людям поддерживать физическую форму и повышать мобильность, улучшая тем самым медицинские показатели.

Вторым показателем терапевтического ландшафта является положительное влияние на психологическое благополучие пожилых людей. Люди старческого возраста часто сталкиваются с проблемами психического здоровья, такими как депрессия или тревожность. При наличии природы и элементов зеленого пространства терапевтический ландшафт помогает создать спокойную и расслабляющую атмосферу, способствующую снижению уровня стресса и тревожности. Кроме того, наличие природы стимулирует положительные эмоции и улучшает настроение. Это важно, чтобы обеспечить комфорт и безопасность для пожилых людей, страдающих заболеваниями. Регулярное пребывание на природе повышает концентрацию, память и способность к решению задач. Кроме того, компоненты терапевтического ландшафта улучшают когнитивные функции, такие как концентрация, память и способность к решению задач.

Третий показатель связан с повышением социальной активности пожилых людей. Места для совместных занятий по садоводству, командных игр или отдыха способствуют коммуникации и взаимодействию с другими людьми, помогают поддерживать социальные

связи и предотвращать социальную изоляцию. Анализ показателей терапевтического ландшафта в парковых территориях не противоречат, а дополняют друг друга.

Элементы ландшафта, оказывающие наибольший терапевтический эффект в основном рассчитан на открытые территории с большой площадью.

Для городских пожилых жителей не всегда есть возможность посещения больших парков, в результате этого терапевтический ландшафт можно создавать в скверах, имеющих значительные ограничения по площади.

Результаты исследования.

Главным показателем при подборе ассортимента растений, выбранного материала для дорожно-тропиночной сети, искусственного освещения и малых архитектурных форм является соответствие климатических условий. Использование округлых линий и минимизация острых углов и множественных пересечений маршрутов имеют свои особенности и преимущества. Эти формы могут вызывать положительные эмоции и снижать эмоциональное возбуждение, они способны вызывать ощущение спокойствия и умиротворения, при движении посетителей лучше создавать маршруты без лишних пересечений. Цветовые решения в ландшафтной организации парка оказывают влияние на настроение, эмоциональное состояние посетителей. Цвета должны быть спокойными и гармоничными, для создания атмосферы расслабления и комфорта. Их можно использовать для обозначения определенных функциональных зон или направлений движения. Использование ярких цветов в зонах активной реабилитации или физической активности стимулирует движение и энергию. Для зон отдыха и релаксации предпочтительны более нежные и успокаивающие цвета.

При создании теоретической модели терапевтического ландшафта главным принципом является функциональное зонирование. В функциональные зоны входит: дорожно-тропиночная зона; зона тихого отдыха; зона активного отдыха; сенсорная зона. Дорожно-тропиночная зона должна включать петляющий маршрут, когда территория ограничена, такой маршрут позволяет максимально эффективно использовать доступное пространство и это позволяет обеспечить смену природных образов. Особенностью такого маршрута служит использование контрастного материала по цвету и структуре (тактильная плитка). На протяжении всего маршрута можно размещать открытые пространства с клумбами с непрерывным цветением, многоярусные посадки с декоративными формами деревьев и кустарников, а также места для отдыха (скамьи, садовые диванчики). Зона тихого отдыха включает места для уединения и встреч специально предназначены для создания комфортной и привлекательной обстановки, способствующей общению и свиданиям в небольших группах. Данная зона должна обеспечить возможность всесезонного использования. В данной зоне целесообразно использовать водные устройства в виде фонтанов, каскадов или ручьев. С целью озеленения можно использовать сады ароматов из лиственных (сирень, черемуха, чубушник) и хвойных насаждений (ель обыкновенная, сосна горная, туя западная, можжевельники). Зона активного отдыха необходима для совместного занятия спортом с улучшением физического и психологического состояния пожилых людей. Эта зона может быть с тренажерами или для игр настольного тенниса, бадминтон и другие.

Сенсорная зона может быть реализована в виде создания аптекарского огорода. Аптекарский огород — это сад, специализированный на выращивании целебных трав, овощей и фруктов, которые могут быть использованы в кулинарии и в медицине. Главная идея такого огорода -занятие которое может стать источником физической активности и социализации для пожилых людей. Для удобства элементами аптекарского огорода являются приподнятые грядки. К грядке можно подъехать на инвалидной коляске или подставить стул.

В ассортименте растений: пряные травы (мята, укроп, петрушка, базилик, кинза, тмин и т.д.); овощные культуры (редис, томаты, огурцы, кабачки, хрен, лук и чеснок); растения сырьё которых используется в медицине (валериана лекарственная, кровохлебка лекарственная, пустырник сердечный, мать-и-мачеха и т.д.).

Выводы. Создание теоретической модели терапевтического ландшафта с проработкой функциональных зон, может применяться и подстраиваться под различные территории путем регулирования размера и количества повторяющихся зон в соответствии с конкретными потребностями. Основным принципом, на котором базируются терапевтические ландшафты-обеспечение безопасной и комфортной среды для посетителей. Это включает в себя устранение препятствий, использование долговечных материалов, обеспечение адекватного уровня освещенности, создание удобной навигации и обеспечение хорошей видимости.

Список литературы

1. Бухарина И.Л., Журавлева А.Н., Большова О.Г. Городские насаждения: экологический аспект: монография. Ижевск: Удмуртский университет, 2012. 206 с.
2. Варданян К. Основы озеленения лечебных учреждений. LAP, LAMBERT Academic Publishing, 2016. 188 с.8.
3. Гончарик А.А. Роль ландшафтно-градостроительной организации рекреационных зон в структуре региона, зеленых насаждений в городах московской области с учетом природно-ландшафтных факторов // Комфортная среда — здоровая среда. Создание терапевтических садов в структуре города: материалы Междунар. науч.-практич. конф. 26–27 ноября 2020 г. Севастополь: СевГУ, 2021. С. 57—62.
4. Журавлева И.В., Югай Я.Е. Терапевтические сады: специфика и основные требования к проектированию // Научно-практическая конференция «Комфортная среда — здоровая среда. Создание терапевтических садов в структуре города»: материалы Междунар. науч.-практ. конф. 26–27 ноября 2020 г. Севастополь: СевГУ. 2021. С. 182—189.
5. Красильникова Э.Э., Кусов И.С., Журавлева Т.А., Гончарик А.А. Интеграция терапевтических ландшафтов в зеленую инфраструктуру города // Комфортная среда — здоровая среда. Создание терапевтических садов в структуре города: материалы Междунар. науч.-практ.Конф. 26–27 ноября 2020 г. Севастополь: СевГУ, 2021. С. 12—18.

References

1. Bukharina I.L., Zhuravleva A.N., Bolyshova O.G. Urban plantings: an ecological aspect: monograph. Izhevsk: Udmurt University, 2012. 206 p.
2. Vardanyan K. Fundamentals of landscaping medical institutions. LAP, LAMBERT Academic Publishing, 2016. 188 p.8.
3. Goncharik A.A. The role of landscape and urban planning organization of recreational areas in the structure of the region, green spaces in the cities of the Moscow region, taking into account natural landscape factors // Comfortable environment - healthy environment. Creation of therapeutic gardens in the city structure: proceedings of the International Scientific and Practical Conference on November 26-27, 2020 Sevastopol: SevGU, 2021. pp. 57-62.
4. Zhuravleva I.V., Yugai Ya.E. Therapeutic gardens: specifics and basic design requirements // Scientific and practical conference "Comfortable environment - healthy environment. Creation of therapeutic gardens in the city structure": proceedings of the International Scientific and Practical Conference on November 26-27, 2020 Sevastopol: SevGU. 2021. pp. 182-189.
5. Krasilnikova E.E., Kusov I.S., Zhuravleva T.A., Goncharik A.A. Integration of therapeutic landscapes into the green infrastructure of the city // Comfortable environment — healthy environment. Creation of therapeutic gardens in the city structure: proceedings of the International Scientific and Practical Conference on November 26-27, 2020 Sevastopol: SevGU, 20