

# OD AUTORKI

Problematyka terapeutycznych właściwości krajobrazu fascynuje mnie od dawna. Zaczęło się od poznania ogrodów terapeutycznych w placówkach służby zdrowia. To sprowokowało pytanie, co można zrobić, aby dobroczynny wpływ kontaktu z naturą obserwowany w ogrodach leczniczych wykorzystać w miejskiej przestrzeni publicznej.

Postanowiłam stworzyć zestawienie cech terenu zieleni, które mogą przyczynić się do zachowania dobrego zdrowia mieszkańców. Moim celem było zebranie jak największej liczby atrybutów, których działanie byłoby potwierdzone wynikami badań. Atrybuty w tym wypadku to cechy przestrzeni i elementy wyposażenia sportowo-rekreacyjnego parku, które korzystnie wpływają na zdrowie. Podpowiedzi szukałam w bogatej literaturze przedmiotu, a trzeba wiedzieć, że terapeutyczne właściwości otoczenia są obszarem badań wielu dyscyplin naukowych: socjogrodnictwa, architektury, urbanistyki, psychologii, medycyny, socjologii, nauki o sztuce. Cechy przestrzeni zgłębiałam też w czasie pobytu w istniejących ogrodach terapeutycznych i sensorycznych, jak również w dobrze funkcjonujących parkach miejskich. Wyniki moich dociekań opisałam w tej książce.

Uwzględnienie przedstawionych przeze mnie atrybutów w projektowaniu terenów zielonych może pomóc w stworzeniu parku terapeutycznego. Znając te atrybuty, można też sprawdzić, czy istniejący park ma pożądane cechy, czy też nie. Jeżeli konkretny atrybut nie istnieje, to warto się zastanowić, czy uzyskanie go jest możliwe w danej przestrzeni i co ewentualnie należy zrobić. W książce zawarłam podpowiedzi, jakie działania można podjąć. Tworzenie parku terapeutycznego jest zawsze kwestią wyboru i oceny możliwości działania w określonej sytuacji.

Ocena terapeutycznych właściwości przestrzeni parku powinna uwzględniać kształtowanie kompozycji i struktury funkcjonalno-przestrzennej parku oraz kształtowanie formy architektonicznej wnętrza parkowych i detali. Cechy przestrzeni opisałam w książce oraz zilustrowałam je przykładami rozwiązań zastosowanych w istniejących ogrodach terapeutycznych i parkach publicznych. Zaprojektowanie przestrzeni tak, aby cechowała się określonymi własnościami, ma na celu wsparcie zdrowia mieszkańców.

Szczególną uwagę poświęciłam projektowaniu uniwersalnemu przestrzeni parku terapeutycznego, które ma na celu zadbanie o jego dostępność dla wszystkich ludzi: szczególnie osób o różnym stopniu niepełnosprawności, dzieci, młodzieży i seniorów. Stworzenie parku terapeutycznego wymaga uwzględnienia zmiennych potrzeb wszystkich grup użytkowników.

Uważam za konieczne zaangażowanie społeczności lokalnej w proces projektowania parku i dostosowanie projektu do oczekiwań mieszkańców. Opisałam możliwości personalizacji przestrzeni wspólnych przez poszczególnych użytkowników. Specjalny rozdział poświęciłam tworzeniu miejsca, czyli kształtowaniu tożsamości parku w zbiorowej i indywidualnej świadomości odwiedzających go ludzi.

Przy zagospodarowaniu przestrzeni publicznej w mieście konieczne są działania uwzględniające zachowanie zrównoważonego rozwoju w trosce o przyszłe pokolenia i całą planetę. W książce przedstawiłam wypróbowane rozwiązania dotyczące m.in. ochrony bioróżnorodności i zasobów wody pitnej stosowane w krajach Europy.

Książka ma być pomocą dla wszystkich osób zainteresowanych tworzeniem publicznych terenów zieleni w celu zachowania i wspierania dobrego zdrowia mieszkańców miasta. Została napisana, aby proces projektowania parków miejskich zyskał naukowe podstawy.

Praca została podzielona na cztery części.

W **części I** przybliżyłam wybrane teorie wyjaśniające **terapeutyczne oddziaływanie krajobrazu na człowieka**. Teorie zostały podzielone według obszarów oddziaływania związanych z regeneracją psychiczną i fizyczną, kontaktami społecznymi, wspieraniem aktywności fizycznej. W tej części przedstawiłam również powody, dla których podjęłam się próby przybliżenia tematu parków terapeutycznych jako miejsc codziennej dbałości o zdrowie.

W kluczowej **części II** zostały podane **atrybuty wzorcowego parku o właściwościach terapeutycznych**. Zestawienie atrybutów opisałam w pięciu rozdziałach. Rozdział 1 jest poświęcony atrybutom związanym z programem funkcjonalnym parku. W rozdziale 2 przedstawiłam podstawowe założenia dotyczące kształtowania parków w zróżnicowanej przestrzeni miejskiej i atrybuty związane ze strukturą funkcjonalno-przestrzenną. Rozdział 3 obejmuje atrybuty dotyczące kształtowania przestrzeni wewnętrznych i formy architektonicznej. W rozdziale 4 znalazły się atrybuty związane z tworzeniem miejsca – mogą mieć na nie wpływ projektanci terenów zielonych. Rozdział 5 jest poświęcony ważnemu tematowi konieczności uwzględnienia wymogów zrównoważonego rozwoju w projektowaniu parków. W rozdziale 6 umieściłam wzorcowe zestawienie atrybutów parku o właściwościach terapeutycznych, w formie tabeli.

W **części III** została przedstawiona **przykładowa ocena** istniejącego Parku Kilońskiego w Gdyni-Chyloni, wykonana według powyższego wzorca. Wybrałam ten park, ponieważ zawiera wiele atrybutów parku terapeutycznego, pomimo niewielkiej powierzchni (ok. 4 ha) i lokalizacji w środku osiedla mieszkaniowego, pomiędzy blokami. Park jest bardzo popularny i chętnie odwiedzany przez mieszkańców. W podobny sposób, jak oceniono Park Kiloński, można zrecenzować każdy

istniejący teren zieleni publicznej, jak również park nowo powstający – na etapie projektowania.

**Część IV** została poświęcona **istniejącym ogrodom terapeutycznym**. Wyjaśniłam w niej podstawowe definicje i podałam przykłady specjalistycznych ogrodów terapeutycznych zaprojektowanych do prowadzenia terapii określonych schorzeń. Przedstawiłam również wybrane przykłady ogrodów terapeutycznych, sensorycznych i tematycznych.

Na końcu książki znajduje się bibliografia i indeks nazw wybranych ogrodów i parków.