

Strategic planning of zone one district 22 of Tehran based on the indicators of an elderly-friendly city

Farnaz Adiban

MSc in Urban Planning Faculty of, Imam Khomeini International University (IKIU), Qazvin, Iran

Maliheh Babakhani*

Assistant Professor, Faculty of, Imam Khomeini International University (IKIU), Qazvin, Iran

*Corresponding author's email address:

babakhani@Arc.ikiu.ac.ir

How to cite this article:

Farnaz Adiban, Maliheh Babakhani, Strategic planning of zone one district 22 of Tehran based on the indicators of an elderly-friendly city, *Journal of Engineering and Construction Management (JECM)*, 2022; 6(4):10-17.

Abstract

Considering that the trend of the world's population is towards aging and since it is one of the most important stages of life, the needs of the elderly should be considered in both physical and mental dimensions. An elderly-friendly city is an approach whose main goal is to meet the needs of the elderly in urban spaces in both physical and mental dimensions, and since the elderly-friendly city is within the framework of social justice in the city, its main goal is to provide the necessary conditions to improve the quality of life of the elderly. Therefore, the quality of life of the elderly is considered an important step towards the realization of social justice in the city. The main goal of this research is to explain some of the components of improving the quality of urban life with the category of an elderly-friendly city, and to increase the quality of urban life with measures that are appropriate for the needs of the elderly through their identification. According to library studies, the review of various articles and books related to the subject of the desired definitions and interviews with the elderly living in this area, and with the presence and field observations in different localities of zone one of district 22 areas have been identified, and finally, by analyzing the possibilities and the limitations of the study area have been discussed in presenting goals, policies and strategies. According to the studies conducted, some of the needs of the elderly, including (medical centers, recreational programs, safety and security of the elderly) have not been taken into account in zone one of district 22.

Keywords

Elder, elderly-friendly city, quality of life, district 22 of Tehran

برنامه ریزی راهبردی ناحیه یک منطقه ۲۲ تهران مبتنی بر شاخص های شهر دوستدار سالمند

فرناز ادیبان

کارشناس ارشد برنامه ریزی شهری، دانشکده معماری و شهرسازی، دانشگاه بین المللی امام خمینی (ره)، قزوین، ایران

ملیحه باباخانی*

استادیار، دانشکده معماری و شهرسازی، دانشگاه بین المللی امام خمینی (ره)، قزوین، ایران

تاریخ دریافت: ۱۴۰۰/۰۶/۰۱، تاریخ پذیرش: ۱۴۰۰/۰۶/۲۱

ارجاع به مقاله:

فرناز ادیبان، ملیحه باباخانی، برنامه ریزی راهبردی ناحیه یک منطقه ۲۲ تهران مبتنی بر شاخص های شهر دوستدار سالمند، مهندسی و مدیریت ساخت، ۱۴۰۰؛ ۶(۴): ۱۰-۱۷.

چکیده

با توجه به اینکه روند جمعیت دنیا به سوی پیری می باشد و از آن جایی که یکی از مهم ترین مراحل زندگی پیری و سالمندی است، لذا باید نیاز های سالمندان در دو بعد جسمی و روحی در نظر گرفته شود. شهر دوستدار سالمند رویکردی است که هدف اصلی آن تامین نیاز های سالمندان در فضاهای شهری در دو بعد جسمی و روحی می باشد و از آنجایی که شهردوستدار سالمند در چهارچوب عدالت اجتماعی در شهر قرار دارد که هدف اصلی آن مهیا کردن شرایط لازم برای بهبود کیفیت زندگی سالمندان میباشد لذا کیفیت زندگی سالمندان گام مهمی در راستای تحقق عدالت اجتماعی در شهر به شمار می آید. اهداف اصلی این پژوهش تبیین برخی از مولفه های ارتقاء کیفیت زندگی شهری با مقوله شهر دوستدار سالمند است و بالا بردن میزان کیفیت زندگی شهری با اقدامات متناسب با نیاز هایی که از طریق شناسایی آن ها برای سالمندان می باشد است. با توجه به مطالعات کتابخانه ای، بررسی مقالات، کتب مختلف مرتبط با موضوع تعاریف مورد نظر و مصاحبه با سالمندان ساکن در این ناحیه و با حضور و برداشت میدانی در محلات مختلف ناحیه یک منطقه ۲۲ شناخت صورت گرفته است و در نهایت با تحلیل امکانات و محدودیت های ناحیه مطالعاتی به ارائه اهداف، سیاست و راهبرد ها پرداخته شده است. با توجه به مطالعات صورت گرفته برخی از نیاز های سالمندان از جمله (مراکز درمانی، برنامه های تفریحی، ایمنی و امنیت سالمندان) در ناحیه یک منطقه ۲۲ در نظر گرفته نشده است که به منظور افزایش کیفیت زندگیشان با توجه به محدودیت های هر محله پیشنهاداتی ارائه گردیده است.

کلمات کلیدی

سالمند، شهر دوستدار سالمند، کیفیت زندگی، منطقه ۲۲ شهر تهران

موضوع کهنسالی و پیر شدن از جمله دغدغه هایست که کشور های توسعه یافته و در حال توسعه با آن مواجه می باشند، با توجه به حائز

۱- مقدمه



7 (1), 2022

دوره ۷، شماره ۱

تابستان ۱۴۰۱

دوفصلنامه پژوهشی



- ناحیه یک منطقه ۲۲ تهران تا چه میزان از شاخص های شهر دوستدار سالمند برخوردار است ؟

۲- پیشینه پژوهش

شهر دوستدار سالمند

یکی از چهارچوب های عدالت اجتماعی در شهر بحث شهر دوستدار سالمند می باشد که از ضرورت شکل گیری شهر های عدالت محور می باشد و از آنجایی که ارتقای کیفیت زندگی سالمندان از اهمیت ویژه ای در خصوص فضاهای شهری برخوردار است به همین دلیل هدف اصلی شهر دوستدار سالمند ایجاد شرایط لازم در راستای ارتقای کیفیت زندگی برای سالمندان می باشد. شهر دوستدار سالمند را می توان به معنای شهر دوستدار سالمندان ، کودکان و خانواده ها و بصورت کلی شهر دوستدار مردم دانست که با بهینه سازی بهداشت مشارکت و ایجاد امنیت برای سالمندان به ارتقا به ارتقای کیفیت زندگی سالمندان می پردازد که به دنبال آن سالمندی فعال را نیز ترغیب می کند.

شهر دوستدار سالمند شهری است که به میزان مناسب از نیمکت های با کیفیت در سطح شهر برخوردار است و در راستای افزایش میزان تسهیلات بهداشتی دارای سرویس های بهداشتی ایمن و قابل دسترس و مناسب برای سالمندان است. پیاده رو های شهر نیز باید با عرض های متناسب و نور و روشنایی کافی در نظر گرفته شوند. ساختمان های عمومی نیز باید از امکانات لازم در راستای جا به جایی راحت سالمندان برخوردار باشند، در نظر گرفتن تابلو های مناسب و کافی برای اطلاع رسانی با ارائه ی اطلاعات قابل فهم و خوانا و نسبت به فرهنگ شهری بر این عقیده است که احترام به سالمندان را ترویج دهد و به دنبال آن احساس تعلق سالمندان به شهر را افزایش دهد. سازمان بهداشتی جهانی شهر دوستدار سالمند را فضاهایی شهری می داند که در آن توزیع خدمات عمومی در راستای نیازها و محدودیت های سالمندان صوت می گیرد و به منظور کاهش وابستگی سالمندان در خدمات حمل و نقل ، امور دارایی شبکه های مخابراتی و ارتباطات و خدمات فرهنگی و بهداشتی می باشد. شهردوستدار سالمند شهری است که، در آن خواسته های سالمندان در اولویت می باشد و به دنبال ایجاد شرایط اجتماعی ، فرهنگی و شهرسازی مناسب با نیاز های سالمندان است و حقوق شهروندی سالمندان در همه ی قوانین سیاست ها و برنامه ها در نظر گرفته خواهد شد. رویکرد شهردوستدار سالمند به دنبال این است که شهر را به وسیله ی سالمندان بسازد. در شهر های دوستدار سالمند سالمندان همانند دیگر گروه های سنی قادر به بیان نظرات خود هستند و در امور مرتبط با خواستارشان مشارکت لازم را دارند که سبب ایجاد و افزایش حس تعلق و اعتماد به نفس نسبت به جایی که در آن زندگی می کنند خواهد شد. شهردوستدار سالمند از چندین مولفه تشکیل شده است که هدف اصلی آن افزایش حس تعلق و هویت اجتماعی در میان شهروندان می باشد.

با توجه به بیان فیتز جوالدوکارو شهر دوستدار شهر دوستدار سالمند را شهری می داند که ساکنان سالمند را قادر می سازد تا در خانواده ها ، محله ها و جامعه مدنی خود به طور فعال دیده شوند و فرصت

اهمیت بودن این موضوع که پیری یکی از مراحل مهم زندگی انسان هاست که دارای پیامد های زیادی در شهر ها می باشد باید با توجه به شناخت و در نظر گرفتن جنبه های روانی و جسمی اقدامات لازم مربوط به برنامه ریزی و سیاست گذاری اجرا شود. [۱]. با رشد روز افزان جمعیت جهانی، میزان جمعیت سالمند تا سال ۲۰۲۰ میلادی در دنیا از ۹٪ به ۱۶٪ روبرو افزایش خواهد بود که میتوان گفت ۲۱/۷٪ جمعیت جهان را جمعیت کهنسال در بر می گیرد. در ایران نیز طبق آخرین سرشماری های انجام گرفته در سال ۱۳۹۰ حدود ۵/۷٪ جمعیت ایران را جمعیت بالای ۶۵ سال تشکیل می دهد که این آمار در سال ۱۳۹۵ به ۶/۱ درصد روبرو افزایش بوده است می توان گفت که ایران در سال ۱۳۹۵ وارد مرحله ی پیری جمعیت شده است ، و تا سال ۱۴۱۰ نیز شاهد انفجار جمعیت سالمندی خواهیم بود [۲]. پیری جوامع یک پدیده مثبت و چالش برانگیز است زیرا پیری جمعیت شهرنشینی اوج موفقیت و توسعه ی انسانی است، ازین روست که کهنسالان و در نظر گرفتن نیاز هایشان بعنوان گروه سنی مهم در هر کشوری از اهمیت ویژه ای برخوردار می باشند و برنامه ریزی برای سالمندان یکی از مهم ترین چالش های پیش رودر بحث های برنامه ریزان و طراحان شهری می باشد .

یک شهر سالم و دوست داشتنی نه تنها به یک نسل متمرکز نیست بلکه باید در راستای نیازهای تمام نسلها باشد و با نیازهای جمعیت مسن تر نیز مطابقت داشته باشد ، بطوریکه درحالت ایده آل در شهر ها باید مکانهایی برای زندگی سازماندهی شود تا تعاملات اجتماعی شهروندان و حضور پذیریشان در فضای شهر را تقویت کند. هر روزه شاهد حضور تعداد زیادی افراد سالمند در فضا های شهری هستیم که متناسب نبودن امکانات با نیازهایشان در فضا های شهری آنان را با مشکلاتی مواجه کرده است که از جمله به ضعیف بودن سیستم حمل و نقل، ناکافی بودن فضا های سبز و پارک ها ، نامناسب بودن مناظر شهری ، عدم وجود ایمنی کافی می توان اشاره کرد. شهر دوستدار سالمند دارای ابعاد و شاخص های فراوانی است که توسط سازمان بهداشت جهانی مطرح شده است و هدف آن بستر سازی مناسب در فضاهای شهری در جهت رفع نیاز های شهروندان سالمند می باشد. شهردوستدار سالمند در چهارچوب عدالت اجتماعی در شهر قرارداد که هدف اصلی آن مهیا کردن شرایط لازم برای بهبود کیفیت زندگی سالمندان میباشد لذا کیفیت زندگی سالمندان گام مهمی در راستای تحقق عدالت اجتماعی در شهر به شمار می آید.

از آن جایی که نرخ رشد جمعیت شهرنشینی شهر تهران رو به افزایش می باشد و معادل ۴/۷ درصد جمعیت را جمعیت ۶۵ سال به بالا تشکیل می دهد و منطقه ی ۲۲ بعنوان بزرگترین منطقه ی تهران شناخته شده است که جمعیت زیاد همراه با گروه های سنی متفاوت را در خود جای داده است و ناحیه ۱ این منطقه نیز با جمعیت ۹۶۰۰۰ نفر از گروه های مختلف سنی نیز برخوردار می باشد و از آنجایی که توجه به نیازهای سالمندان در شهر ها از دیدگاه برنامه ریزان شهری از اهمیت خاصی برخوردار است. این پژوهش بر آن هست تا به سوالات زیر پاسخ دهد:

- مولفه های ارتقا ی کیفیت زندگی در شهر دوستدار سالمند کدام اند؟



7 (1), 2022

دوره ۷، شماره ۱

تابستان ۱۴۰۱

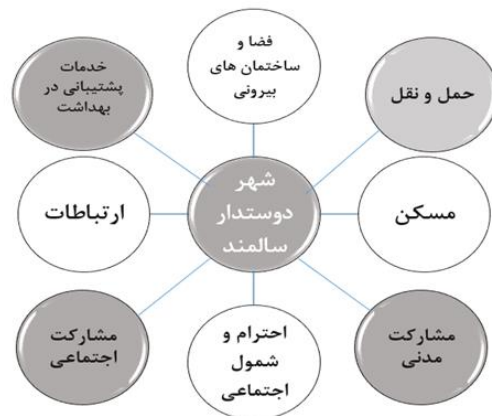
دوفصلنامه پژوهشی

مهندسی عمران

های گسترده ای برای مشارکت آن ها در جامعه در نظر گرفته شود . سازمان بهداشتی جهانی برای ایجاد تعامل و کمک به شهر ها به منظور مناسب تر شدن شهر ها برای سالمندان حوزه های شهر دوستدار سالمند را در شکل ۲ بیان کرده است.



شکل ۱ مولفه های شکل دهنده به شهر دوستدار سالمند؛ [۳]



شکل ۲ حوزه ی شهر دوستدار سالمند، سازمان بهداشت جهانی، ۲۰۰۷ [۴]

مولفه های شهر دوستدار سالمند

درخصوص فضاهای شهری مناسب برای سالمندان در گزارشات سازمان جهانی بهداشت و مطالعات داخلی مولفه های زیر در نظر گرفته شده است.

فضاهای و ساختمانی عمومی

افزایش جمعیت و ازدحام های بوجود آمده کاهش مشارکت سالمندان در تردد فضاهای عمومی را نیز به دنبال دارد و از آن جایی

که تمیز بودن و برخورداری از بوی مطبوع و مناسب و آرامش در فضاها از اولویت های نیاز های سالمندان می باشد عدم رعایت این اصول حضورشان در محیط را کم رنگ می کند. پاکیزگی و احساس امنیت و دسترسی مناسب به فضاهای سبز منجر به افزایش سالمندان در این فضاها خواهد شد. از آنجایی که با توجه به کهولت سن در سالمندان و تغییرات فیزیکی شان منجر به کاهش عملکردشان می شود لذاست که باید در فضاها مکان هایی راه به جهت استراحت،نشستن سالمندان نیز در نظر گرفت. به منظور آسانی در تردد سالمندان باید پیاده رو هایی پهن ، با شیب مناسب و سالم و هموار در نظر گرفت که مانع حرکت سالمندان نشود و حتی الامکان از پارک کردن وسایل حمل و نقل در پیاده رو ها استفاده ی مطلوب را به عمل آورد .

توزیع گسترده ی اطلاعات و ارتباطات

زمانی می توان سالمندی را پویا القا کرد که سالمند ارتباط مناسبی با محیط و اطراف برقرار کند . سازمان جهانی بهداشت در حوزه ی ارتباطات و اطلاعات به موارد زیر اشاره کرده است که توزیع مناسب اطلاعات در رسانه ها این امکان را برای سالمندان ارائه می کند تا اطلاعات مناسب را برای ارتباطات خود را به راحتی بدست آورند. بعضی اوقات سالمندان زمانی از اطلاعات خدمات ارایه شده مربوط به خودشان باخبر می شوند که فرصت آن به پایان رسیده است به منظور کاهش چنین اتفاقاتی باید اطلاعات در زمان مناسب در اختیارشان گذاشته شود. احساس تعلق در محیطی که آشنا در آن باشد برای سالمند به منظور آرامش به حساب می آید و باعث می شود تا سالمند خود را متعلق به آن اجتماع بداند بنابراین خدمت به سالمندان باید به گونه ای باشد که موجب جا به جایی آن ها از محیطی که به آن احساس تعلق دارد نشود.

وسایل نقلیه دوستدار سالمند

در شهر دوستدار سالمند نگاه بر این است تا سالمندان از راحتی و آسایش در شهر برخوردار باشند به همین دلیل در وسایل نقلیه باید از صندلی های با کیفیت و خدمات خاصی به افرادی که با توانایی جسمی خاص می باشد و همچنین مسیرهای حرکت با علامت های لازم برای محل های مناسب جهت پیاده شدن عابرین سالمند نیز در نظر گرفته شود. با توجه به در نظر گرفتن نیاز ها و محدودیت های سالمندان ایستگاه ها مکان یابی و طراحی خواهند شد. در شهر دوستدار سالمند باید حمل و نقل از نظر زمانی از نظم خاصی برخوردار باشد که سالمند از زمان بندی حرکت وسایل نقلیه اطلاع لازم را داشته باشد و علائم راهنما باید ساده و روان در اختیار سالمندان قرار گیرد و به همچنین نور مناسبی در شب در راستای امنیت رانندگان سالمند در نظر گرفته شود.

مسکن

از دیگر مولفه های مهم در بحث شهر دوستدار سالمند را می توان مسکن دانست در ادامه مولفه هایی که سازمان جهانی بهداشت برای مسکن مطرح کرده اند یکی از موضوعات قابل ملاحظه قیمت مسکن است، امکان بهره گیری از مسکن ارزان قیمت دولتی یکی از اهداف

اصلی شهر دوستدار سالمند می باشد. امکان دسترسی به آب و برق و گاز از جمله ضروری ترین امکاناتی است که مسکن باید داشته باشد که با پرداخت رایانه و کمک به سالمندان باتوجه به بالا بودن هزینه ها در برخی موارد قابل حل خواهد بود. توجه به ایجاد راهروهای پهن جهت حرکت ویلچر، داشتن آسانسور و استفاده از سازه های محکم و پایدار، حمام و دوشویی مناسب از جمله مواردی است که در طراحی مسکن در شهر دوستدار سالمند مورد اهمیت قرار می گیرد. همچنین با نگاهی به برخی شهرها می توان متوجه ی آن شد که سالمندان در برخی از شهرها دارای حق انتخاب به منظور جا به جایی به خانه ی کوچک تر یا مراکز نگهداری سالمندان می باشند.

محیط زندگی

شهر دوستدار سالمند در راستای آرامش و آسایش سالمندان تاکید بسزایی برای در نظر گرفتن فضای مناسب و کافی در خانه برای سالمندان می باشد زیرا جمعیت بالای خانوارها باعث محدودیت های زیادی برای سالمندان شده و از احساس آرامش و آسایش می کاهد. سلامت و استقلال سالمندان در اجتماع را می توان با خدمات حمایتی پزشکی و بهداشتی در ارتباط دانست که سازمان بهداشت جهانی این موارد را شامل خدمات بهداشتی و خدمات اورژانسی باید کاملاً در دسترس باشند زیرا اگر امکان استفاده از حمل و نقل برای سالمندان نباشد دچار آسیب نشوند. مراکز با کیفیت و همراه با ارائه خدمات مناسب و کامل برای سالمندان برای نگهداری سالمندان که نمی توانند در خانه هایشان زندگی کند در نظر گرفته شود و این حق برایشان باشد که در صورت عدم تمایل زندگی در خانه های خودشان به این مراکز مراجعه فرمایند.

معیار های طراحی فضاهای عمومی سالمندی

فضاهای عمومی مورد نیاز برای سالمندان به یکسری ویژگی هایی همچون تمیزی، برخورداری از تهویه مناسب هوا و اعتدال درجه حرارت در زمستان و تابستان، دسترسی مناسب به تلفن های عمومی صندوق های پست دوری از سرو صداهای آزار دهنده نیازمند هستند. در ادامه به بررسی اصلی ترین معیار ها برای طراحی فضاهای عمومی برای سالمندان پرداخته می شود.

الف) اقدامات ایمنی و محافظتی

محیط باید از نور پردازی مناسب برخوردار باشد، و فاقد مسیر های سنگلاخی، فضاهای نامناسب و شکسته و روبه انهدام باشد، تا سالمندان عبور و مرور راحتی داشته باشند. فضاهای عمومی نیازمند هستند تا سالیانه از نظر امنیت داشتن در برابر آتش زلزله و دیگر حوادث غیرمنتظره مورد بررسی رسمی قرار بگیرند و بیمه شوند. در طراحی فضای عمومی مناسب برای سالمندان باید مسیرهای خروجی مناسب برای خروج اضطراری در نظر گرفته شود و همچنین کمک های اولیه زنگ خطرهایی با صدای بلند برای سالمندانی که شنوایشان پایین می باشد در نظر گرفته شود. به منظور بالا رفتن ایمنی سالمندان پله های طبقات را نباید زیاد در نظر گرفت و به گذاشتن تعداد مناسب آسانسور توجه نمود و همچنین برای پنجره

ها، تراس ها و پشت بام ها نیز باید نرده ای مناسب به منظور حفاظت نیز در نظر گرفت.

ب) تنظیمات نور پردازی

به منظور سهولت دید برای سالمندان بهتر است که نور به مساوات و غیر مستقیم در فضا توزیع شود زیرا نور شدید و مستقیم باعث خیرگی در چشم سالمند می شود و با ایجاد نورپردازی مناسب و کافی می توان از این موضوع جلوگیری نمود در ساختمان ها نیز باید به نورپردازی در راه پله ها آشپزخانه ها سرویس های بهداشتی و اتاق توجه نمود زیرا این مناطق از جمله مناطقی می باشند که نیاز به نورپردازی مناسب و کافی دارند. همچنین نصب کلید پریز های برق در مکان مناسب نیز حائز اهمیت است زیرا موجب سهولت در دسترسی برای سالمند خواهد شد.

ج) سالن تفریح و ورزش سالمندان

برای تمام محلات شهری و یا مجتمع های مسکونی کلان لازم است تا سالن های مناسب برای استفاده ی سالمندان به منظور ورزش و تفریح همچنین اتاق هایی خصوصی برای انجام گیری معاینات و اقدامات پزشکی نیز در نظر گرفته شود.

۳- چارچوب نظری پژوهش

با توجه به روند افزایش سالمندی در مناطق شهری نسبت به مناطق روستایی توجه به سالمندان در شهرها از اهمیت ویژه ای برخوردار است. لذا برنامه ریزی شهری با در نظر گرفتن منافع سالمندان در شهر دوستدار سالمند به دنبال ایجاد زمینه ی سیاست گذاری ها به دنبال به دنبال افزایش رفاه زندگی مناسب به منظور ارتقای کیفیت زندگی شهری برای سالمندان می باشد که در راستای آن توجه به مسئله ی سالمندی از سوی شهروندان و مدیریت شهری لازم می باشد.

با توجه به بررسی شاخص های کیفیت زندگی و شاخص های شهر دوستدار سالمند می توان بیان کرد که پژوهش پیش رو به منظور افزایش میزان کیفیت زندگی در ناحیه ی یک منطقه ۲۲ تهران بر مبنای شاخص های شهر دوستدار سالمند به دنبال آن است تا در راستای مناسب سازی بوستان ها و پارک ها باقرار دادن نور های مناسب و پر نور و تامین روشنایی کافی در ساعات مختلف شبانه روز و استفاده از کف پوش های سالم و با کیفیت در کف معابر و پیاده روهای پارک ها و بوستان ها و همچنین استفاده از نیمکت های استاندارد و قابل استفاده و قرار دادن سرویس های بهداشتی تمیز و تلفن های عمومی سالمندان را به مشارکت در فضای باز دعوت کند که به دنبال با برگزاری ورزش و مسابقات متناسب به سن سالمندان می توان به نشاط و جلوگیری از انزوایشان اقدام نمود. همچنین با اختصاص برنامه های ویژه در رسانه و مطبوعات در راستای موضوع سالمندان و ضرورت اهمیتشان در جایگاه خانواده و آموزش لازم برای رفتار با سالمندان می توان به کاهش اختلافات از حضور سالمندان در کنار خانواده هایشان کمک نمود. با در نظر گرفتن فضاهای مناسب برای فعالیت سالمندان و حضورشان در اجتماع از جمله سراهای محله و کانون هایی برای بازنشستگان می توان میزان مشارکتشان را در



7 (1), 2022

دوره ۷، شماره ۱

تابستان ۱۴۰۱

دوفصلنامه پژوهشی

مهندسی مدیریت ساخت

امور مختلف از جمله سیاست، بحث های فرهنگی و تفریحی و ... را افزایش داد که منجر به بهبود کنش متقابل اجتماعی و احساس مفید بودن و تعلق شان نسبت به جایی که زندگی می کنند خواهد شد. با ایجاد فرصت های شغلی جدید برای سالمندانی که بازنشست شده اند و توانایی ادامه ی فعالیت را دارند به ادامه ی حضورشان در جامعه کمک خواهد شد.

به منظور ایجاد احساس امنیت و آسایش سالمندان باید فضاهای بی دفاع و ناامن نیز شناسایی شود و با بهره گیری از اصول و ضوابط به افزایش امنیت در آن فضاها پرداخته شود تا باعث ایجاد رعب و وحشت در سالمندان نشود. به طور کلی می توان گفت که اصول تاثیرگذار بر ارتقا کیفیت زندگی شهری در شهر دوستدار سالمند به شرح زیر است:



شکل ۳ اصول تاثیرگذار بر ارتقا کیفیت زندگی شهری در شهر دوستدار سالمند: منبع نگارندگان

در ادامه به بررسی شاخص های ارتقا کیفیت زندگی شهری در شهر دوستدار سالمند به شرح جدول ۱ پرداخته شده است.

۴- نمونه مورد پژوه

محدوده مورد مطالعه پژوهش حاضر ناحیه ۱ منطقه ۲۲ شهر تهران می باشد که ضلع شمالی آن به بالای اتوبان همت و ارتفاعات ۱۴۰۰ متری، ضلع غربی منتهی به بلوار کاج تقاطع بلوار امیرکبیر و شمال اتوبان همت، ضلع جنوب حد فاصل رودخانه ی کن بلوار صدرا و از ضلع شرق منتهی به رودخانه ی کن و میدان المپیک تا دهکده ی المپیک منتهی می شود (شکل شماره ۴).

وسعت ناحیه ی یک به میزان ۶۰۸۰۵۰۰ متر مربع می باشد و جمعیت ناحیه ی یک نیز ۴۶۴۹۴ نفر است. ناحیه ی یک شامل سه محله دهکده ی المپیک، گلستان و زیبا دشت می باشد. در ادامه به معرفی ویژگیهای محلات ناحیه ۱ منطقه ۲۲ شهر تهران از موضع مولفه های شهر دوستدار سالمند پرداخته شده است.

بررسی مولفه های شهر دوستدار سالمند در ناحیه یک منطقه ۲۲

با توجه به مطالعات صورت گرفته و ارزیابی ناحیه ۱ منطقه ۲۲ طبق مولفه های شهر دوستدار سالمند و مصاحبه ی صورت گرفته از شهروندان سالمند و بررسی طرح های فرادست وضعیت مولفه های شهر دوستدار سالمند در محلات به شرح زیر می باشد.

جدول ۱ شاخص های ارتقا کیفیت زندگی شهری در شهر دوستدار سالمند

شاخص ها	زیر شاخص ها
۱	شاخص اجتماعی ایجاد مکان هایی برای گردهم آیی، ورزش صبحگاهی برای سالمندان در بوستان ها و پارک ها، ایجاد فرصت های شغلی برای سالمندان، اطلاع رسانی نسبت به اهمیت سالمندان از طریق رسانه ها.
۲	شاخص بهداشتی و سلامتی ایجاد خانه های سلامت، مراکز ارائه خدمات به سالمندان، اختصاص بیمه های درمانی برای سالمندان، ایجاد خانه های سالمندان، ایجاد کف پوش های مناسب و سلامت در سطح منطقه، تامین نور کافی و ایجاد سرویس های بهداشتی عمومی به میزان کافی در پارک ها، راه اندازی باشگاه های ارزان قیمت برای سالمندان
۳	شاخص مسکن طراحی مسکن با فضاهای حداقل برای سالمندان، بهسازی مسکن دارای ارزش قیمت، طراحی مسکن با کیفیت تر، افزایش گزینه های انتخاب مسکن، استطاعت پذیری، ساخت مسکن ارزان قیمت برای سالمندان، در نظر گرفتن مسکن با اجاره های مقرون به صرفه برای سالمندان.
۴	شاخص فرهنگی و تفریحی در نظر گرفتن فضاهای مناسب برای فعالیت سالمندان همانند سراهای محله و کانون های بازنشستگی به منظور افزایش حضور سالمندان و فعالیت فرهنگی و سن. تفریحی، در نظر گرفتن تخفیفات متناسب با
۵	شاخص اقتصادی در نظر گرفتن بودجه ی مناسب برای اقدامات لازم برای ارتقا ی کیفیت زندگی شهروندان سالمند ایجاد فرصت شغلی و کارآفرینی متناسب با سن سالمندان و بازنشستگی که توانایی ادامه ی فعالیت را دارند.
۶	شاخص امنیت اجتماعی رستوران ها، اماکن ورزشی در دسترس، اماکن فرهنگی در دسترس، نحوه گذران اوقات فراغت، تفریح و سرگرمی، رضایتمندی پرداختن به آموزش های لازم برای رفتار با سالمندان در رسانه های اجتماعی به منظور کاهش اختلافات از حضور سالمندان در خانواده هایشان



شکل ۴: موقعیت ناحیه ۱ منطقه ۲۲ تهران: منبع نگارندگان

محله دهکده المپیک یکی از محلات قدیمی تهران است. ساختمان های دهکده المپیک از قدیمی ترین بخش محله به حساب می آیند و از همت تا میدان المپیک، بخش جدید محله به حساب می آیند. با بررسی شاخص های شهر دوستدار سالمند در این محله می توان وضعیت محله را اینگونه توصیف کرد. در این محله ایستگاه مترو و بی آر تی وجود ندارد. یک پایانه برای اتوبوس در نزدیک دانشگاه علامه طباطبایی، بوستان فرهنگ جنب دانشگاه علامه طباطبایی قرار گرفته است که راه دسترسی به آن از طریق پل عابر پیاده از همت و پایانه اتوبوس رانی المپیک می باشد که برای سالمندان آسان نیست زیرا پل هوایی پله های زیادی دارد و پایانه ی اتوبوس رانی از نظر کف سازی مناسب نیست و از ایمنی و نور کافی برای غروب برخوردار نمی باشد. این محله دارای سرای محله می باشد که خود نوعی مرکز آموزشی و فرهنگی محسوب می شوند. در این محله مجموعه ای جهت خرید و رفاه حال ساکنین نیز تعبیه شده است. همچنین در این محله بازار تره بار محلی و فروشگاه زنجیره ای شهروند نزدیک است که برای تهیه مایحتاج روزانه از آن استفاده می شود می توانید از معروفت ترین مکان های ورزش محله باشگاه ورزشی توحید است که برای تمامی ساکنین محله شناخته شده می باشد. و از اماکن تفریحی برای ساکنین داخل شهرک و دیگر شهروندان می توان به سینما دهکده اشاره نمود و دهکده المپیک به دلیل همجواری با دریاچه ی چیتگر مورد توجه قرار گرفته است. از دیگر امکان تفریحی نزدیک به این محله می توان به نزدیکی به بوستان بزرگ جوانمردان، آبشار تهران و پارک جنگلی چیتگر و دریاچه خلیج فارس تهران در همسایه غربی این محله اشاره نمود. پارک و بوستان های این محله شامل: بوستان ساحل، بوستان فرهنگ از بوستان های اصلی این محله است و بوستان های آبشار و پارک جنگلی کن نیز به این محله نزدیک است. مطالعات میدانی انجام گرفته در بوستان فرهنگ حاکی از این است که این پارک از پله های زیادی برخوردار است و قرار گیری آن در شیب بالا تردد برای کسانی که سن و سال های بالا و افرادی که مشکل جسمی دارند را سخت می کند و از آنجایی که این بوستان هم جوار دانشگاه علامه می باشد بیش تر مناسب دانشجویان است.

ب) محله زیبادشت

محله زیبادشت در ناحیه یک شهرداری منطقه ۲۲ قرار دارد که به دو منطقه ی زیبادشت بالا و زیبادشت تقسیم شده است و جمعیتی معادل ۲۳۹۸۰ نفر داشته و دارای سرای محله ی مستقل است. این محله از شمال به بزرگراه همت و دهکده المپیک، از شرق به بلوار دهکده و رودخانه کن، از جنوب به شهرک چشمه و شهرک گلستان و از غرب به بزرگراه آزادگان منتهی میشه. بلوار زیبادشت، منشعب از بلوار دهکده المپیک مهمترین مسیر ورود به این محله و اتصال آن به محلات دیگر است. از مراکز درمانی این محله می توان به مرکز بهداشت دهکده و مرکز جراحی ارم اشاره نمود همچنین ساکنین این محله می توانند برای انجام فعالیت های درمانی به بیمارستان ایرانیان که در قسمت پشت بازار میوه و تره بار قرار دارد و یا از مراکز درمانی واقع در محله مجاور شهرک راه آهن (گلستان) مراجعه کنند. فروشگاه شهروند این محله دید بصری مناسبی ندارد همچنین

دسترسی راحت به این مکان برای سالمندان از طریق خودروهای شخصی می باشد که ممکن است برای برخی از سالمندان مناسب نباشد. همچنین آسفالت ورودی آن برای سالمندان مناسب نمی باشد. با توجه به مطالعات صورت گرفته بوستان پامچال در این محله بسیار بوستان آرام و مناسبی برای گذراندن وقت سالمندان می باشد و از نیمکت های مناسب و کافی همچنین وسایل ورزشی مناسبی برخوردار است همچنین مسیر جداگانه ای برای دوچرخه سواری در نظر گرفته شده است. ولی سرویس بهداشتی این پارک برای سالمندان مناسب نمی باشد. بوستان سپیدار رو به روی مرکز درمانی ارم قرار دارد و ایستگاه اتوبوس در چند قدمی آن می باشد. با توجه به برداشت انجام شده این بوستان از سرویس بهداشتی برخوردار نمی باشد و در شب ها میزان نور این پارک کافی نمی باشد و ناامنی را به دنبال دارد در این بوستان خفت گیری نیز صورت گرفته است. نیمکت های مناسب و کافی برای این بوستان در نظر گرفته شده است ولی میزان وسایل ورزشی کم می باشد. طبق نتایج مصاحبه های انجام شده با سالمندان بوستان جوانمردان به این نتیجه رسیده ایم که این بوستان از سرویس بهداشتی مناسب و قابل استفاده برای سالمندان برخوردار نمی باشند. از جمله امکانات فراغتی در این محله وجود مسیر تندرستی با خط ویژه تردد معلولان با طول ۸۵۰ متر است بطوریکه مسیر حرکت معلولین جدا در نظر گرفته شده است.

ج) محله گلستان (شهرک راه آهن)

شهرک گلستان یکی از محله های دیگر از محلات ناحیه یک منطقه ۲۲ می باشد. کاربری غالب در شهرک گلستان تجاری- اداری می باشد. شهرک گلستان امروزه تبدیل به یک جاذبه تفریحی گردشگری و یک منبع درآمد شده است. به دلیل خوش آب و هوا بودن این منطقه ساخت و سازهای مجتمع های تفریح و تجاری- در این محله بسیار زیاد است که به دنبال آن سرمایه گذاری های کلان و سود های زیادی خواهد داشت. بطور کلی می توان گفت که این منطقه از شهرسازی نوینی برخوردار است زیرا تمامی خیابان ها و بلوارها و کوچه ها در این محله عریض و بزرگ طراحی شده اند و این شهرک نسبت به محلات دیگر دارای بیشترین فضای سبز است. و این شهرک به دریاچه چیتگر/آبشار تهران/پارک جنگلی خرگوش دره/روستای وردیج و واریش نزدیک است. تراکم ساخت در این شهرک بیشتر از ۳ طبقه مجاز به ساخت نیست و دارای ساختمان های ویلایی شخصی ساز بسیار لوکس می باشد. این شهرک در مقایسه با دیگر نقاط منطقه فاصله کمتری با ایستگاه مترو دارد ایستگاه مترو چیتگر در نزدیکی این شهرک واقع شده است و به راحتی برای ساکنین قابل دسترس می باشد. همچنین در این شهرک درمانگاه ها و کلینیک های متعددی وجود دارد. از محاسن این محله وجود مراکز متعدد فرهنگی همچون فرهنگسرای امام علی (ع)، امیرکبیر، سنبل و بنفشه می باشد.

۵- بحث

بررسی های اسنادی، مشاهدات میدانی و مصاحبه با شهروندان سالمند محلات ناحیه ۱ منطقه ۲۲ تهران حاکی از این است که این ناحیه از بوستان های زیادی برخوردار است که به افزایش تعاملات

سالمندان کمک می کند و فرصت مناسبی برای ایجاد همایش ها و گرد همایی سالمندان را در بوستان های بزرگ فراهم می کند. نبود ایستگاه های بی آر تی و ایستگاه های مترو در این محدوده سهولت استفاده سالمندان از مترو را کاهش داده است زیرا برای دسترسی به مترو سالمندان باید از ایستگاه های دور تر استفاده کنند، مسیر دوچرخه در بعضی از نقاط این نواحی نیز به صورت جداگانه در نظر گرفته است که سالمندانی که توانایی دارند می توانند از این نوع حمل و نقل عمومی استفاده کنند. وجود مراکز تفریحی و ورزشی در این ناحیه منجر به سرزندگی و نشاط در این ناحیه است. سالمندان در این ناحیه خواستار توجه شدن به نیازهایشان و سهولت در رفع

نیازهایشان می باشند. بطور کلی طبق مولفه های بررسی شده شهر دوستدار سالمند در این ناحیه امکانات و محدودیت ها در محلات به شرح جدول ۲ می باشد.

۶- جمع بندی

با توجه به امکانات و محدودیتهای محلات ناحیه ۱ منطقه ۲۲ شهر تهران، در ادامه به ارائه راهکارها و پیشنهادهای برای افزایش ارتقای کیفیت زندگی شهری در ناحیه یک منطقه ۲۲ بر مبنای شاخص های شهر دوستدار سالمند پرداخته خواهد شد.

جدول ۲ امکانات و محدودیتها

نام محله	امکانات	محدودیتها
دهکده المپیک	- وجود بازار میوه تره بار - امنیت کافی و خوبی از دیدگاه شهروندان - وجود سراهای محله و امکان برگزاری برنامه های مناسب و آموزش برای سالمندان	- نبود کف سازی و نورپردازی مناسب برخوردار در بوستان ها - کمبود فضای سبز - کمبود خدمات تجاری
زیبا دشت	- وجود بوستان های متعدد به ویژه بوستان جوانمردان جهت حضور سالمندان در اجتماع - وجود مسیر جداگانه دوچرخه از پیاده رو. - وجود نیمکت های متعدد در بوستان های این محله برای استراحت سالمندان. - وجود مراکز درمانی و خانه های سلامت - وجود مجموعه فرهنگی-ورزشی جهت استفاده سالمندان - وجود فروشگاه شهروند - وجود وسایل ورزشی متعدد در بوستان ها و امکان ورزش گروهی برای سالمندان	- نبود نور کافی و مناسب در هنگام شب در بوستان ها - عدم خوانایی تابلو های راهنما در بعضی از ایستگاه های اتوبوس - عدم وجود سرویس بهداشتی های مناسب سالمندان در برخی از بوستان ها - عدم امنیت کافی در بوستان های محله طبق نظرات سالمندان - عدم کف سازی مناسب در فضاهای شهری
شهرک گلستان	- برخورداری از مساکن کم تراکم و با کیفیت - وجود خانه سالمندان - وجود نیمکت در بازار میوه تره بار جهت استراحت ، رفع خستگی و تعاملات بین سالمندان - وجود مجموعه های فرهنگی و فرصت استفاده از برنامه های متعدد برای سالمندان	- عدم شفافیت و وضوح نقشه ها و علایم مسیر یابی در خیابان ها - خوانایی نامناسب در بعضی از ایستگاه های حمل و نقل

جدول ۳ سیاست ها و راهبرد ها

راهبردها	سیاست ها
فراهم آوردن زمینه مشارکت سالمندان به منظور افزایش تعاملات و حضورشان در ناحیه	- در نظر داشتن برنامه ی مناسب از جمله پیاده روی های گروهی، مسابقات ورزشی گروهی برای سالمندان در پارک های بزرگ. - ایجاد برنامه های شاد و اجرای تئاتر روباز در آملی تئاتری که در این ناحیه قرار دارد. - اجرای برنامه های شاد در هفته ی سالمند. - ایجاد فعالیت های مذهبی متنوع در کنار رفتن سالمندان به مساجد.
ارتقای امنیت اجتماعی و رعایت اصول ایمنی	- استفاده از مصالح غیر لغزنده و یک مدل در پیاده روها که از لحاظ بصری هم هماهنگی داشته باشد. - در نظر گرفتن لامپ های پرنور در سطح پارک ها و پیاده رو ها به طوری که در هر ساعت از شبانه روز سالمندان به راحتی بتوانند عبور و مرور کنند. - ایجاد نرده هایی پهن و مناسب در سطح پیاده رو ها که عبور سالمندانی که از صندلی چرخ دار استفاده میکنند با سهولت بیش تر انجام گیرد. - در نظر گرفتن نیمکت های مناسب در فواصل مناسب. - پیش بینی صندلی ویژه برای سالمندان و معلولین در اتوبوس ها . - مسقف کردن ایستگاه های اتوبوس برای محافظت از باران و آفتاب در زمان انتظار. - ایجاد پله های برقی در پله های عابر پیاده.

-در نظر گرفتن یک واحد جداگانه با کیفیت در سرویس بهداشتی و در نظر گرفتن توالی فرنگی برای سالمندانی که ناتوان تر هستند.
-ایجاد پله های کوتاه در اتوبوس ها برای راحت تر سوار شدن سالمندان

-توسعه ی برنامه های رسانه ای برای آموزش رفتار مناسب با سالمندان.
-ایجاد انجمن کتاب خوانی برای سالمندان.
-توسعه ی کلاس های آموزشی برای سالمندان در سراهای محله.
-ترویج تور های قیمت مناسب برای سالمندان به منظور دیدن جاهای دیدنی در منطقه ۲۲ و اطراف آن .
-در نظر گرفتن تخفیفات برای سن سالمندی به منظور حضور سالمندان در مراکز فرهنگی-هنری.

تامین بستر فرهنگی و تفریحی برای سالمندان

-در نظر گرفتن خانه های سلامت.
-افزایش خدمات بیمه ها برای سالمندان.
-استقرار کادر مجرب و توانا در مراکز درمانی .
-ویزیت خارج از نوبت سالمندان ناتوان.
-برگزاری جشن ها و فعالیت های گروهی در خانه های سالمندان.
-افزایش تعداد مراکز خدماتی و درمانی.

بالا بردن امکانات مراکز خدماتی و درمانی

۷- مراجع

- [1] احمدیان، ب، کریبی، ز، ۱۳۸۸، تغییرات طبیعی در دوران سالمندی، قم: مرکز آموزشی و درمان حضرت زهرا (س).
- [2] مرکز آمار ایران، نتایج تفصیلی سرشماری عمومی نفوس و مسکن کل کشور سال ۱۳۸۵.
- [3] نعمتی، داریوش، آقابخشی، حبیب‌الله (۱۳۹۱) در پژوهشی با عنوان " تهران شهر دوستدار سالمند، گامهای آغازین تحقق نخستین پایتخت سالمندی جهان (به مناسبت سال سالمندی)، فصلنامه پژوهش اجتماعی، سال ششم، بهار ۹۲. ص ۴۳.
- [4] World Health Organization 2007



7 (1) , 2022

دوره ۷، شماره ۱

تابستان ۱۴۰۱

دوفصلنامه پژوهشی

مهندسی راهبردی

برنامه ریزی راهبردی ناحیه یک منطقه ۲۲ تهران مبتنی بر شاخص های شهر دوستدار سالمند