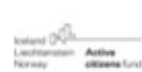




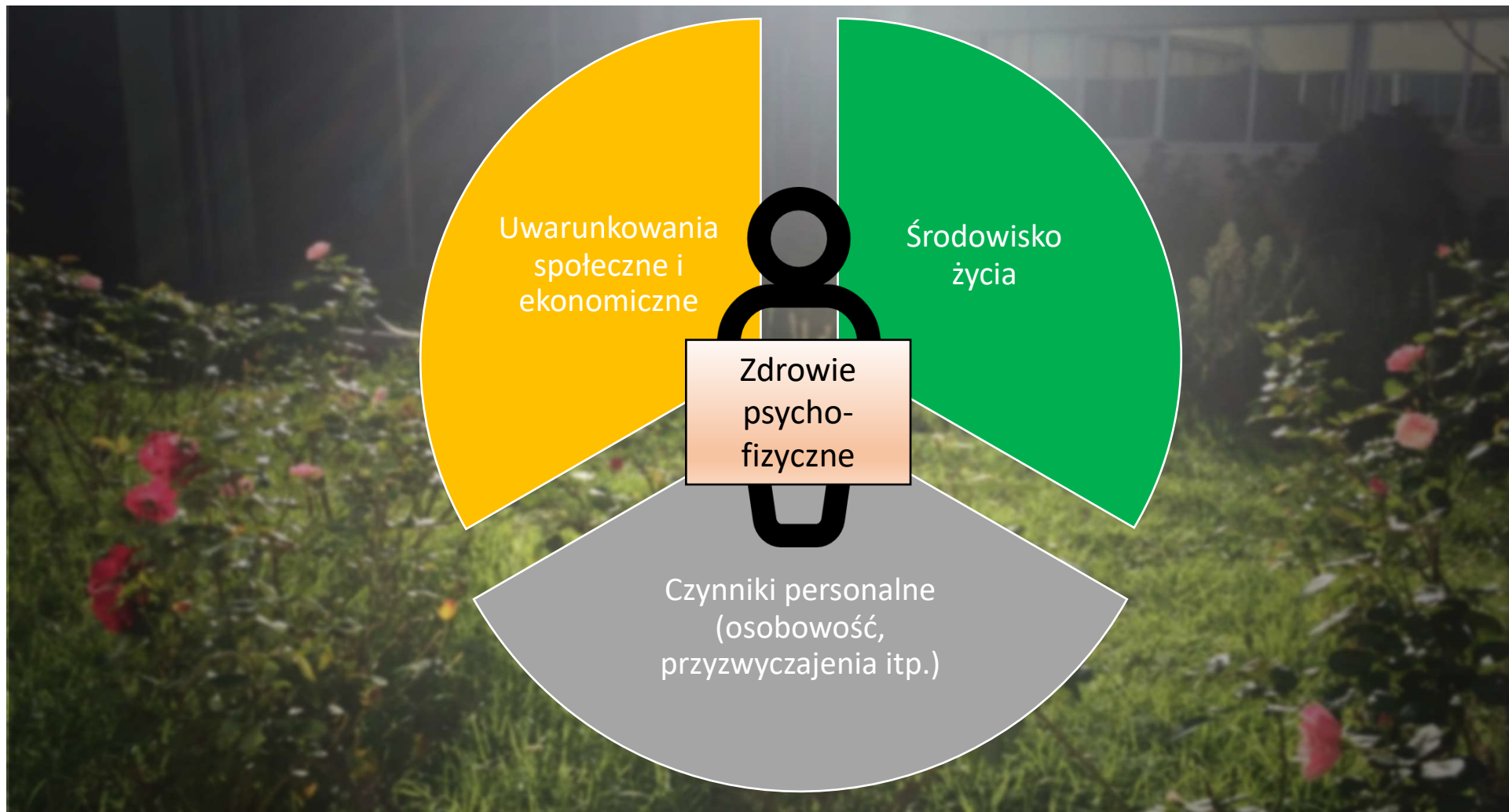
Zielone miasta a prawo do zdrowia i zdrowia psychicznego.

Agnieszka Olszewska-Guizzo

Prezentacja przygotowana w ramach projektu: Standard minimum praw człowieka w polskim samorządzie



Społeczno-ekologiczny model zdrowia



 **Zdrowie psychofizyczne** to inaczej dobrostan psychiczny, fizyczny i społeczny człowieka.

 **Środowisko**, w którym żyjemy, **odgrywa zasadniczą rolę w naszym zdrowiu** fizycznym i psychicznym.

 **W miastach** obserwujemy **wzrost częstości występowania i nasilenia** chorób układu oddechowego, metabolicznych i sercowo-naczyniowych, chorób autoimmunologicznych i alergicznych oraz chorób zakaźnych.



Środowisko a dobrostan psychofizyczny

📖 Badania naukowe wskazują, że sam fakt zamieszkania w mieście podnosi o około 20% ryzyko zaburzeń lękowych i o 40% ryzyko zaburzeń nastroju (w tym np. depresji) w porównaniu z mieszkaniem poza miastem.

📖 Jeden z potencjalnych mechanizmów wyjaśniających wpływ środowiska miejskiego na zdrowie psychiczne wiąże się ze zwiększonym stresem spowodowanym zanieczyszczeniami i hałasem.

📖 Np. mieszkanie w pobliżu ruchliwej ulicy może zaburzać sen i powodować większą drażliwość i agresję, podsycając zaburzenia nastroju i lęki, a te w dalszej perspektywie prowadzą do zmian hormonalnych sprzyjających chorobom sercowo-naczyniowym.



Środowisko a zdrowie psychiczne

- Przez tysiące lat człowiek żył i ewoluował w społecznościach wiejskich, w bardzo bliskim sąsiedztwie natury.
- Dopiero od kilkuset lat dostosowujemy się do przestrzeni miejskich.
- Ewolucyjnie rzecz ujmując, nasz układ nerwowy nie zdążył się przyzwyczaić do zwartego środowiska wielkich miast lub tłumów.
- Współczesne przestrzenie miejskie składają się z form opartych na geometrii euklidesowej, a takie formy nie występują w naturze.



Central Park, w 1953 roku, zaprojektowany przez Frederick'a Law Olmsted, dla zdrowia i rozrywki, nazywany "płucami miasta" Photo: PhotoQuest/Getty Images



25% Polek i Polaków ma zaburzenia psychiczne.

Zachorowalność na choroby psychiczne w miastach jest 38% większa niż na wsiach.



The Laura Hyde Foundation
Caring for those who care about us



Jakość zieleni jest ważniejsza niż ilość

- ❗ Nie każdy teren zieleni oznaczony w planie miejscowym jako taki (na zielono) jest w rzeczywistości funkcjonującym i przyjaznym mieszkańcom miejscem.
- ❗ Procentowy udział zielonego koloru na mapie może, ale wcale nie musi, przyczyniać się do lepszych warunków życia mieszkanki i mieszkańców!
- ❗ Kluczowe są
 - ❗ rozwiązania oparte na naturze (*Nature-based Solutions*)
 - ❗ i bioróżnorodność.



Zdrowe miasta

-  Rozpoznały, że ich forma wpływa na zdrowie i samopoczucie mieszkańców.
-  Przedkładają jakość nad ilość/powierzchnię.
-  Korzystają z osiągnięć nauki/ prowadzą stały dialog z naukowcami i naukowczyniami.
-  Utrzymują tereny zieleni w odpowiednim stanie.

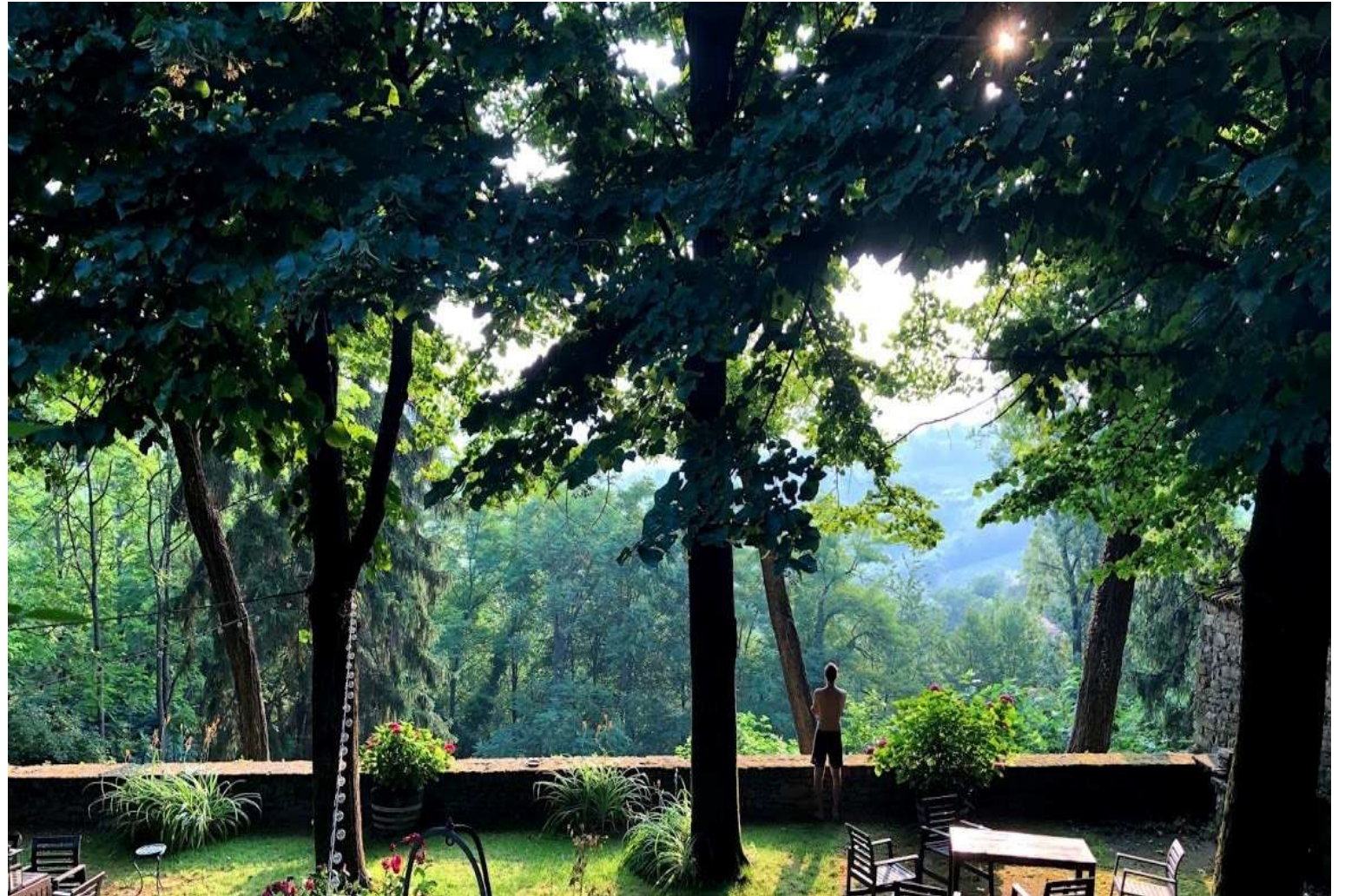


New York Waterfront, 2015



Krajobrazy kontemplacyjne

- 🏡 Głębia obrazu
- 🏡 Ukształtowanie terenu i linia horyzontu
- 🏡 Roślinność
- 🏡 Kolor i światło
- 🏡 Ład przestrzenny
- 🏡 Archetypy
- 🏡 Cisza i spokój





miastaprawczlowieka.org.pl

kontakt@miastaprawczlowieka.org.pl

Projekt realizowany z dotacji programu Aktywni Obywatele - Fundusz Krajowy, finansowanego z Funduszy EOG

