

基于适老性居住理念的养老社区景观设计

——以河池光荣院园林景观工程设计工程为例

廖 静

(广西壮族自治区建筑科学研究设计院, 广西 南宁 530005)

摘 要: 养老社区是老龄化社会背景下, 解决老年人养老问题的重要路径。以往养老社区建设中, 通常将室内养老设施完善与设计优化作为重点, 基于适老性理念的景观体系研究相对较少。在人们健康意识逐步提升的境况下, 养老社区的室外景观环境规划应深度融合适老性理念, 通过植物、小品等园林景观的疗愈及保健作用展现, 营造一个利于老年人身心健康的良性生活环境。基于此, 文章结合河池光荣院园林景观工程设计工程, 从老年人对养老社区的景观需求分析入手, 针对性展开了本项目的适老性景观设计路径分析, 从迎合老年人的生理需求、契合老年人心理需求、结合老年人的行动需求分别展开了景观设计分析, 旨在为其他养老社区适老性景观的合理设计提供参考。

关键词: 适宜 养老社区 景观设计

DOI: 10.12319/j.issn.2096-1200.2022.26.142

一、项目概况

河池光荣院位于广西河池市宜州新区, 此养老社区项目的定位是构建中老年人崭新生活方式, 通过良好的景观设计, 增强社区建筑、园林绿化及室内环境与居住者精神生活之间的关联度, 在康养社区、进修生活理念结合下, 打造一个集医疗、康养、娱乐、休闲于一体的园林式、适老性文化生活社区。本项目共划分为四个功能区, 分别是荣军医疗护理康复区、荣军生活居住区、荣军活动区、在乡荣军短期疗养区, 为满足养老社区居住者的生理、心理及行为需求, 确保其在养老社区生活的安全性、便捷性与舒适性, 本项目的室外环境景观设计中均需要结合老年人的景观需求展开适老性园林景观设计。

二、适老性居住理念下老年人对养老社区的景观需求

(一) 行为需求

不同老年人的生活习惯不同、身体状态存在差异, 且文化背景也有所区别, 因而不同老年人具有差异化的行为特点。立足行为活动层面来看, 养老社区的老年人共有三种行为活动类型, 一是运动健身行为, 需要宽敞的场地, 具备充足的健身与运动空间; 二是文化娱乐行为, 要具有写字、下棋等活动空间场所, 使老年人身心得到放松。三是休闲交谈行为, 要在相对私密的空间内进行, 需要打造一个兼具观赏性与交谈私密性的空间。为满足老年人的不同行为需求, 本项目园林景观设计中需要根据不同的活动行为构建差异化的空间场所, 通过合理的园林景观设计,

为老年人不同行为需求满足提供场地。与此同时, 老年人自身行动能力下降, 室外活动时行动缓慢且有时需要借助轮椅, 易产生疲劳之感, 因而对于通行设施及休息设施的要求较高, 养老社区适老性景观设计时, 还需要将这些设施的无障碍设计作为重点^[1]。

(二) 生理需求

老年人随着年龄的增长, 其感觉器官会逐步退化, 对于外界生活环境的信息提取与处理能力会有所下降, 老年人的触觉、视觉、听觉、嗅觉等各种感官能力会逐步丧失。主要表现为痛觉阈值增大, 触碰物品敏感性下降、反应不灵敏等触觉变化, 光的敏感性低、事物观察能力差、色度敏感度不足等视觉能力变化, 声音分辨率、气味感觉等听力、嗅觉的退化等。与此同时, 老年人的行动力会逐步下降, 存在记忆减退、外界刺激应激能力不足、光热刺激反应迟钝、体力下降、运动系统退化等现象, 老年人对事物的理解及认识水平也会逐步降低。为此, 本项目园林景观设计中, 需要结合老年人的感官变化情况, 从植物景观的质地、颜色、气味等方面的合理选择与搭配, 增强对老年人的感官刺激, 通过便捷性、安全性、舒适性的环境打造, 满足老年人的生理需求。

(三) 心理需求

衰老除了会导致老年人生理变化外, 会对老年人的心理带来较大影响, 老年人的时间概念、运动知觉能力均会下降, 会因脑细胞萎缩而导致注意力降低, 削弱老年人

对新事物的接触能力。同时老年人思维内容会出现混乱现象,且记忆力会逐步减退,易出现近期事物记不住、老旧事物记忆清晰的问题,一些琐碎事物经常会遗忘。在经验阅历逐步提升的境况下,老年人会因衰老而导致控制情绪的内分泌腺释放化学物质的速度减慢,老年人情绪通常相对平和,但有时也会出现情绪激动现象,使之情绪反应稳定性不足。此外,老年人更加喜欢安静、清闲的环境,易产生孤独寂寞等感受。结合老年人的心理特征分析发现,养老社区的老年居住者渴望得到他人的尊重与认同,希望能展现自身价值,与他人构建良好的沟通关系,因而本项目园林景观设计时,需将老年人的心理需求纳入考量,通过园林景观设计消老年人的孤独感、失落感及抑郁感^[2]。

三、基于适老性居住理念的养老社区景观设计路径

(一) 适合老年人行为需求的适老化园林景观设计

1.从大的功能布局出发,合理规划适老功能分区。结合老年人的生活行为需求,养老社区的景观进行了适老性功能分区规划。养老社区的景观规划,遵循为老年人服务的设计理念,实施了科学合理的适老化设计。划分了多个功能区,各个区域之间相互联通与渗透,并将当地特色文化、人文景观融合其中,构建了具有特色的养老社区景观环境。建筑出入口及建筑外界面颜色均与整体环境相协调与融合,且在主入口附近设置了医疗护理康复区。围绕中心水景分布的长期疗养生活居住区、短期疗养区和康体活动区。各分区既保持了和谐统一,同时也各具特色,每个区域主题不同,特色不一,功能分区中融合了不同的主题文化元素。各功能分区道路串联,可达性便捷,同时动静区域分离。意将老年人的医疗护理、生活和娱乐科学化,在老年人休闲娱乐需求、医疗健康需求、康体运动需求满足的基础上,构建了一个特色化、功能性养老社区^[3]。

2.利用硬景和软景分隔私密性不同的空间场所。开敞性空间健身场所景观设计:养老社区运动健身场所需要设计成开敞性空间,要确保场地四周较为开阔,没有遮挡物阻碍视线延伸,同时也要便于老年人的进出。因此,本项目的运动健身空间采用的是单层乔木围合设计,部分区域应用的是低矮的灌木、地被植物及构筑物搭配,同时,运动空间所设置的设施种类丰富、颜色众多,分别设置了综合性大场地及专题性小场地,满足了老年人不同的运动需求。

半敞开性文化娱乐场所的景观设计:由于部分老年人具有文化娱乐需求,因而除了开敞性的空间之外,本项目还在荣军生活居住区设计了半开敞式的空间场所,利用高大植物、构筑物遮挡空间的一面或两面,起到了视线阻隔作用,兼顾了开敞性与私密性,老年人可在此处下棋、读

书,或组织园艺活动,可为老年人主题性文化活动的开展提供半敞开性的空间,使之晚年生活得到丰富,利于增强老年人之间的情感交流,促进老年人的身心健康。

主题性休闲交谈私密空间的景观设计:老年人休闲交谈时,通常需要私密性较强的空间,因而本项目在荣军生活居住区设置了私密性的休闲交流空间,采用中小型植物对空间的四周进行围挡,阻隔了外部视线的穿透,并能起到良好的隔音效果,同时也可阻碍秋冬季的冷风侵袭,实现了休闲空间的封闭与阻隔,增强了此空间的私密性及安全性,为老年居人的私密性、主题性交往提供了良好的空间场所。

3.结合老年人的行动能力需求实施无障碍适老性设计。

由于老年人可能行动不便,部分人需要乘坐轮椅出行,因而本项目建筑出入口及室内外地坪交接区域,需要采取无障碍设计,不可设置台阶,高低路面衔接处应设置为3%至5%的坡行路面。本项目内部各分区之间的道路之间均未设置台阶,道路坡度均设置为5%左右,以增强老年人行走的舒适性,提升轮椅通行的便利性。同时,由于老年人体力不足,长时间行走易于疲惫,因而,在人行健身步道两侧每隔10m设置了一个座椅或其他休息设施,且各景观的边角均实施了倒角处理,主要采用木料作为设施构建材料。除此之外,主要活动区域还设计了无障碍卫生间,进一步满足了老年人的行动能力需求。

(二) 结合老年人生理需求的适老化园林景观设计

1.关注老年人触觉感官变化,合理融合互动性景观元素。由于老年人触觉感官退化,其对草地、水体、石材、玻璃等景观的感受敏感性有所下降,本项目水体设计时,为打造动静相宜的水体景观,设置了水深较浅的静水池,并在此基础上设置了喷泉水体,且喷泉景观周边设置了触摸位置,还设置了安全防护栏,老年人可近距离感受水的形态、温度及流动感,并能保障共与水景互动的安全性。植物设计时,道路两侧选用的是无毒害及无刺激性的松柏科植物,并栽种花石榴、狼尾草等具有不同触感的植物。本绿地道路采用的兼具按摩及防滑功能的鹅卵石作为铺装材料。休息座椅、亭廊则以自然朴素、触感舒适的木质材料为主,通过具有多元化触觉感受的景观元素融合,增强园林景观及老年人之间的互动性^[4]。

2.根据老年人视觉能力水平,科学选配植物颜色及形状。视觉是老年人感知园林景观的重要方式,其中,色彩是最为重要的视觉要素。不同的色彩会为老年人带来差异化的情感变化,因此,本项目中需要合理搭配景观植物的颜色,通过老年人视觉刺激,构建舒适性视觉环境,进而

通过情感激发促进老年人的身体健康。在乡荣军短期疗养区搭配栽种了多种色彩的植物,如红色的红叶乌桕、暗红色的红花继木,能够带给人热情、温暖的感受,利于促进老年人血液循环,降低其心脏压力;颜色黄绿相间的金叶女贞,能够缓解疲劳并具有降低血压的功效。同时,还搭配了枝干、叶片、花果等形状各异的植物品种,栽种了叶形不同的红叶乌桕及树冠独特的鸡蛋花,通过高低错落的乔灌木与花草搭配,营造了多彩多姿的空间,带给老年人丰富的视觉感受。

3.以老年人听力情况为依据,构建舒适且有意境的听觉环境。为增强老年人的听觉感官效果,本项目园林景观设计中,应着重加强水景及植物景观设计,设计了喷泉、小型生态湖面两类水景景观,通过流水声增强老年人的听觉体验。通过合理的植物设计,提升风吹、雨落时植物所发出的自然声音、丰富的植物品种所吸引来的鸟鸣声,提升老年人的听觉感受,进而治愈其心灵,增强养老社区室外环境的活力。本项目荣军生活居住区景观设计时,搭配应用了山茶、铁树、香樟、红叶乌桕、芭蕉等多种不同类型的植物,通过乔灌木的组合、高低错落的植物群落构建,打造了有助于听力感官增强的植物景观,为老年人提供了一个舒适且具有意境的听觉环境。

4.分析老年人嗅觉状况、选取气味强烈且无毒害植物刺激嗅觉感官。适老性养老社会的园林景观社计,要着重运用具有芳香型气味、兼具保健功能的植物品种,既能净化空气、杀灭细菌,也可通过浓郁的香味,刺激老年人的嗅觉感官,消除其疲劳之感,并提升其心情的愉悦度。本项目本荣军医疗护理康复区栽种了具有杀菌及净化空气效果植物,松科、柏科以及木立科植物,能够抑制结核杆菌的生长,且荣军生活居住区搭配栽种了米兰、山茶等具备二氧化硫、过氧化氢等有害气体清除功能的植物,以及香味浓郁、具有杀虫及保健效果的九里香、香樟、白兰以及桂花等植物。

(三) 契合老年人心理需求的适老化园林景观设计

1.设计能满足老年人安全需求及交流需求的景观。公共环境景观设计方面,需要注重于增强老年人的安全感,为老年人营造一个安全的活动交流空间,以使之内心的不安全感能够有效消除。本项目园林景观设计中,需增强公共环境的安全性,公共空间环境既要具有通达性,也不可完全封闭。道路设计方面要实现人车分离,道路选用的是防滑功能较好的火山岩洞石、火烧面花岗岩材料。荣军生活居住区的公共空间应结合老年人活动需求设计树阵、喷泉等景观植物,树阵广场采用香樟树,下层树池镶嵌木质座

椅,打造老年人休憩停留的林下空间。同时,为促进老年人的交流,本项目设置了面积较大的公共场所,老年人可在荣军活动区运动、下棋或聊天等,能够增进老年人与其他人的交往,消除其孤独感^[5]。

2.构建能增强老年人归属感及价值感的景观。为增强老年人的归属感,入口景观区要设置清晰的景观标识墙、现代中式的照明系统,着重体现以人为本的原则,保障老年人夜间出入的安全性。荣军活动区的健身场地划分为两个区域,为老年人运动、休闲提供场所。运动健身区设置了健身器材、乒乓球桌,周边还预留了用于打羽毛球、练太极等活动开展的无设施场地。同时,休息区设置了茶座,可为老年人读书、下棋以及用餐提供场所,构建了一个适合老年人活动、休息与交流的多元化空间,可通过园艺、文化活动等多类型交往活动的开展,增强老年人在养老社区生活的自信心与价值感。

四、结语

养老社区园林景观的适老性设计,需从老年居住者的需求出发注重于室外环境的舒适性、健康性、安全性,并突出园林景观的可辨识度、多元化与文化性。本文结合运用适老性居住理念,分析了河池光荣院园林景观设计工程的适老化景观设计思路,结合老年人的视、听、嗅、触等多重感官特征设计了符合老年人生理需求的园林景观,并对老年人的安全性、价值性、沟通性等多重心理需求给予高度重视,根据老年人的行动能力需求及行为需求,针对性设计了敞开性、半敞开性及私密性的空间场所,同时实施了无障碍设计,取得了较为理想的园林景观设计效果,实现了适老化、人性化设计理念在各功能分区景观设计中的有效融合,打造了一个医居、颐养、见山、乐水的舒适性适老化养老社区。

参考文献

- [1]郑瑾,吕延欣.基于介助老人需求的智慧养老社区景观设计研究——以宜兴九如康养中心景观设计为例[J].科技资讯,2022,20(17):94-96.
- [2]吴少姮.人口老龄化背景下的养老社区室外景观设计[J].美与时代(城市版),2022(1):46-48.
- [3]柳黛.基于养生理念的养老社区景观设计分析与探究[J].现代园艺,2020,43(16):83-84.
- [4]汤雨平.养老社区景观设计的适老原则及体现[J].浙江水利水电学院学报,2019,31(4):64-66,90.
- [5]黎小靖.养老社区的景观空间设计初探[J].艺术与设计(理论),2018,2(1):54-56.