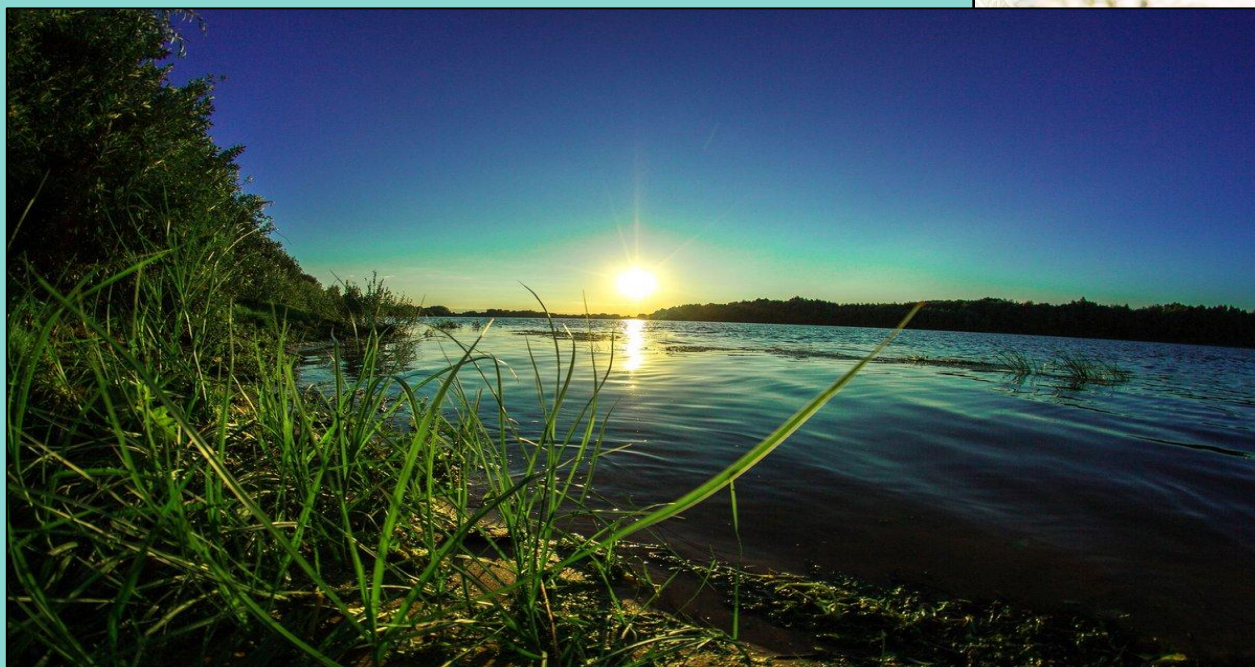


ЛЕСОПАРК - ТЕРРИТОРИЯ ЗДОРОВЬЯ



«Болезни излечивает природа, врач только помогает ей».

Гиппократ (Ἱπποκράτης, Hippocrates;

ок. 460 г. до н. э. – 370 г. до н. э.) –

древнегреческий целитель, врач

(«отец медицины»), философ.

*«...профилактика заболеваний -
очень важный компонент здравоохранения,
позволяющий людям бороться с болезнями,
и ее качество зависит от качества городской среды,
а также от физической и социальной инфраструктуры,
которую вы создаете».*

Karen K Lee (University of Alberta)

АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОЕКТА

В контексте общемировых ориентиров **устойчивого развития** мировым сообществом утверждены и приняты: обеспечение здорового образа жизни и содействие благополучию для всех в любом возрасте (**ЦУР-3**); обеспечение открытости, безопасности, жизнестойкости и устойчивости городов и населенных пунктов (**ЦУР-11**).

Профилактика болезней, оздоровительные мероприятия, реабилитация и абилитация инвалидов и людей с ОВЗ приобрели особую актуальность в начале 20 века.

Увеличилось внимание представителей сферы экологического туризма и социальных услуг к медико-экологической рекреации, как внутреннем, так и на внешнем рынке в связи с пандемией COVID-19 и её последствиями. Наличие ограничений по перемещению горожан и лимитирование передвижений во время реабилитации и абилитации усиливают **актуальность развития экологического туризма и медико-экологической рекреации в границах городов**, областей и регионов Российской Федерации. Выявилась особая значимость городских и пригородных территорий, ландшафтов ООПТ, как комфортных «зелёных островов» в системе общественного здоровья.

Необходимо научно-обоснованное формирование системы объектов **«доступной среды»** и **«территорий здоровья»**. Сформирован социальный заказ на развитие и профессиональное сопровождение оздоровительных услуг (реабилитационных и абилитационных мероприятий) для населения городов, в т.ч. для инвалидов и людей с ОВЗ в ходе экологического туризма и медико-экологической рекреации.

ПРОБЛЕМАТИКА

- существующее в Российской Федерации научно-методическое обоснование ландшафтно-экологического планирования, моделирование современных эффективных проектов развития территорий медико-экологической рекреации и реабилитации, обустройство таких территорий представлены единичными проектами и (или) далеки от современных новаций и общемировых тенденций.
- Это вынуждает нас обратиться к эколого-ландшафтному подходу и проблематике планирования пространства и проектирования современной доступной рекреационной и реабилитационной среды.
- В научном мире такое направление определено как «UrbanHealth» (урбанистическая медицина), позволяет изучать и исследовать вопросы взаимосвязи здоровья населения и городской, терапевтической и рекреационной сред комплексно.

ПРОБЛЕМА

Текущая ситуация

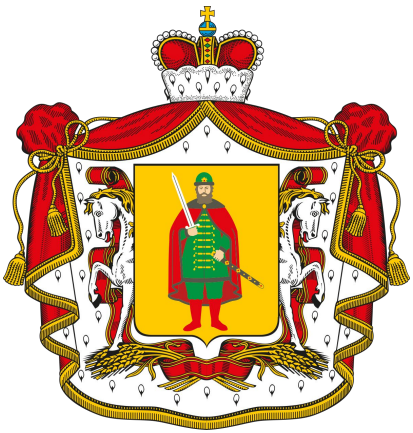
Комфортность и доступность общественных пространств населенных пунктов Рязанской области не удовлетворяет потребностям населения и современным урбанистическим стандартам UrbanHealth.

Основной зеленый массив расположен в микрорайоне Солотча, удален от территории проживания большей части населения полумиллионного областного центра и используется для отдыха выходного дня. А имеющиеся расположенные в шаговой доступности городские зеленые зоны не удовлетворяют потребностей значительной части населения города и малодоступны для пожилых граждан и инвалидов.

ЖИТЕЛИ ГОРОДОВ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ, УСЛОВНО ЗДОРОВЫЕ ЛЮДИ, ИНВАЛИДЫ, МОЛОДЕЖЬ И ДЕТИ С ОВЗ НУЖДАЮТСЯ В ПОВЫШЕНИИ КАЧЕСТВА ЖИЗНИ И ФОРМИРОВАНИИ СФЕРЫ «ЗЕЛЁНЫХ» УСЛУГ, СОЗДАНИИ АДАПТИРОВАННЫХ ДЛЯ АКТИВНОГО И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ГОРОДСКИХ ЗЕЛЁНЫХ ТЕРРИТОРИЙ, ОБУСТРОЙСТВЕ ДОСТУПНЫХ ТЕРРИТОРИЙ МЕДИКО-ЭКОЛОГИЧЕСКОЙ РЕКРЕАЦИИ И РЕАБИЛИТАЦИИ.

Экологический и водно-зелёный потенциалы города явно недостаточно используются для улучшения социально-психологического и физического состояния всех категорий горожан, медико-экологической рекреации и реабилитации, единичны или не проводятся эколого-оздоровительные мероприятия ввиду отсутствия научно проработанных эколого-оздоровительных методик, специалистов-дефектологов, обученных добровольцев, консультантов-волонтеров и адаптированных комфортных территорий.

У населения отсутствует привычка (стереотип поведения) использовать экологический потенциал города для медико-экологической рекреации и реабилитации, поддержания активного образа жизни и продления здорового активного долголетия.

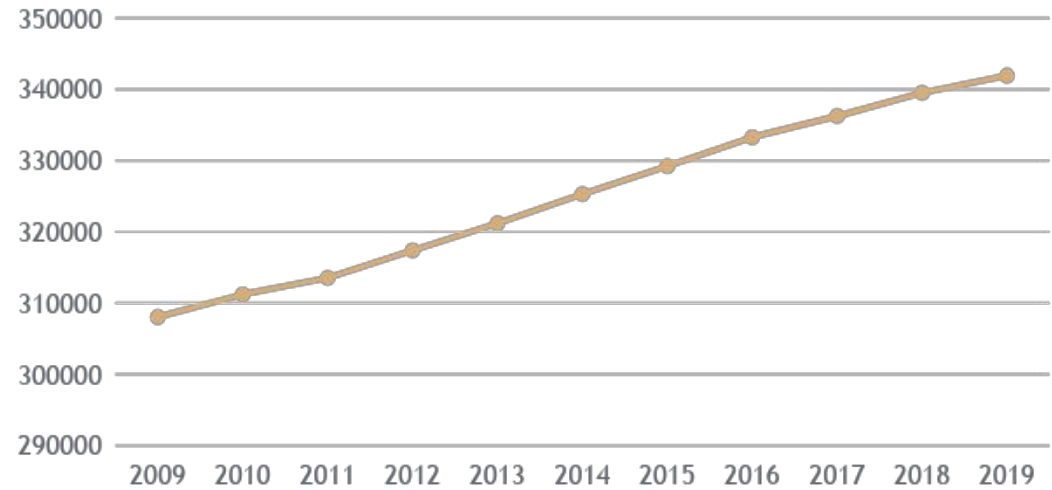


Население Рязанской области стареет:
 - на 2 месте в России по доле граждан нетрудоспособного возраста
 - на 3 - по доле граждан имеющих инвалидность.

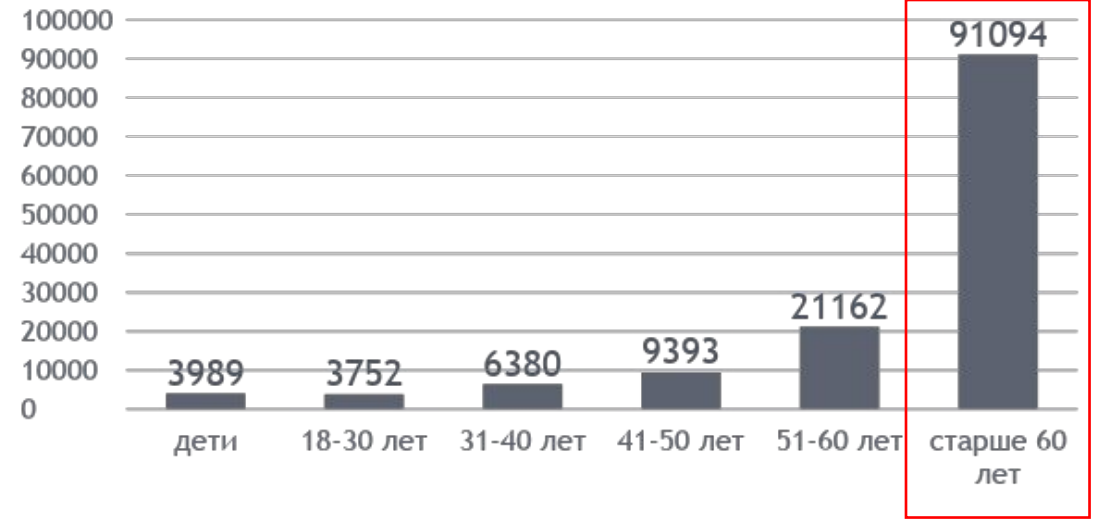


Миграция населения из сельской местности в г. Рязань, рост Рязанской агломерации

Численность граждан Рязанской области старше трудоспособного возраста



Численность инвалидов Рязанской области по возрастам



РЕАЛИЗАЦИЯ

Концептуальная модель

В рамках проекта разрабатывается научно-методическое пособие «Организация оздоровительных услуг и проведение реабилитационных и абилитационных мероприятий для населения, в т.ч. для инвалидов и людей с ОВЗ в ходе экологического туризма и медико-экологической рекреации» с участием ППС и РУМЦ РязГМУ Минздрава России.



- Население вовлекается в систему мероприятий по **формированию привычки** (стереотипа поведения) **использовать экологический потенциал** города для медико-экологической рекреации и реабилитации, поддержания **здорового активного долголетия**.
- В 2019-2021 годах проведено более 20 совместных эколого-оздоровительных мероприятий с участием учеников школ, ВУЗов, СУЗов, воспитанников дошкольных учреждений. Организовано более 10 круглых столов, мастер-классов, конференций по вопросам развития доступной среды, экотуризма в городе и области; адаптации городского ландшафта для поддержания активного долголетия и реабилитации.
- Модель «Территория здоровья» и методики **предлагаются для использования** в учреждениях здравоохранения, туризма, образования, культуры и отдыха, социального обслуживания, для развития общественных городских и муниципальных пространств регионов России. Созданы две пилотные площадки: ФГБУЗ «Геронтологический центр им. Мальшиной» и домик «Заботы и Добра» в Лесопарке - ресурсная площадка для организаций, инициативных групп и волонтеров.
- Создается информационно-навигационная **план-схема и сопровождение городских территорий**, входящих в сеть «Территории здоровья». На территории Лесопарка внедряется доступная информационно-навигационная план-схема для граждан всех возрастных групп, людей с ОВЗ и инвалидов. Оборудуется доступная экологическая тропа и маршрут для инвалидов-колясочников.

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПРОЕКТА

Задачи:

1. Разработать концептуальную модель «Территория здоровья».
2. Научно-методическое обоснование медико-экологической реабилитации.
3. Оснастить Лесопарк современной инфраструктурой медико-реабилитационного назначения.
4. Подготовить волонтеров и добровольцев для квалифицированного сопровождения медико-экологической реабилитации и рекреации.
5. Реализация медико-экологического просвещения горожан.

Содействовать повышению **качества жизни** горожан, людей с ОВЗ и инвалидов; реализация **медико-экологической реабилитации и рекреации** через создание **доступных городских территорий** для всех категорий граждан.

Разработка и реализация уникального проекта-мультиплицируемой модели «**ТЕРРИТОРИЯ ЗДОРОВЬЯ**» на базе адаптированного ландшафта с применением актуальных эколого-оздоровительных методик и профессионального сопровождения.

З д о р о в о е
д о л г о л е т и е

Создание условий для формирования у населения **привычки (стереотипа поведения)** использовать экологический потенциал города для города для медико-экологической рекреации и реабилитации, поддержания **здорового активного долголетия, ЗОЖ.**

ПОЧЕМУ МОДЕЛЬНОЙ ТЕРРИТОРИЕЙ ВЫБРАН ЛЕСОПАРК г. РЯЗАНЬ

Экспериментальная территория

Для разработки и адаптации эколого-оздоровительных методик выбрана территория Лесопарка (г. Рязань).

Налажено взаимодействие с Администрацией г. Рязани и Городской Думой, Общественной Палатой г. Рязани, МАУК «ЛЕСОПАРК»

- Лидер результатов он-лайн и очного опроса более 1000 жителей города.
- Лидер по результатам санитарно-экологического мониторинга и скрининга потенциала зелёных территорий города.
- Территория со свободным доступом для горожан и речные ворота для гостей города.
- Большой поток активных граждан различных возрастных категорий.
- Систематически эко-лектории и эко-квесты с участием команды проекта.
- Возможность семейного досуга, включая старших родственников.
- Действует центр социального обслуживания для пожилых.
- Привлечение внимания городской общественности всех возрастов к теме и результатам нашего проекта.



Домик «Заботы и добра» в Лесопарке

Действующие проекты



ЛЕСОПАРК

Домик
«Заботы и добра»

Для пожилых людей, людей с ограниченными возможностями здоровья и их родственников

11:00 - 19:00 | ежедневно в лесопарке

- помощь волонтеров;
- информация о социальном обслуживании и мерах поддержки;
- встречи и клубы по интересам;
- консультации психолога;
- консультации по подключению интернет-сервисов и организация онлайн общения в режиме самоизоляции;

АНО по предоставлению социальных услуг «Забота и Милосердие»
МАУК города Рязани «Лесопарк»

Иллюстрация пожилого мужчины и женщины, машущих руками.



Категории земель согласно публичной кадастровой карте Рязани на 13.04.21 территории планируемого осуществления проекта

- Земли поселений (земли населенных пунктов)
- Земли поселений (земли населенных пунктов). Для организации отдыха граждан и туризма (для целей не связанных со строительством)
- Земли поселений (земли населенных пунктов). Ведение сельскохозяйственного производства (пойма р. Дунайчик)
- Земли поселений (земли населенных пунктов). Для размещения разворотного круга общественного пассажирского транспорта (для целей не связанных со строительством (пристань – низкая пойма)

«Лесопарк– территория здоровья» –

уникальный проект не только для Рязанской области, но и в целом для России, стран СНГ и ЕЭС. По инициативе АНО «Забота и милосердие» и РязРО «Российское экологическое общество» он появится в уже существующей зеленой зоне Лесопарка, в долине реки Оки и её пойменных озёр (оз. Ореховое).

Доступный, комфортный и эстетически привлекательный лесопарк будет рассчитан на широкую аудиторию и оснащён специализированными объектами медико-экологической рекреации и реабилитации: площадками, параметрическими беседками и скамьями, кольцевым экологическим маршрутом и дорогой для инвалидов-колясочников.

На обновлённой «зелёной» территории с максимально сохранённым природным своеобразием пойменных ландшафтов Поочья, рязанцы и гости города смогут отдохнуть от городской суеты и издержек путешествия по воде или на автомобиле, поиграть на металлофонах и ксилофонах, услышать звуки природы и любоваться природой, заняться фотографией и изобразительным творчеством, ароматерапией и одоротерапией, скандинавской ходьбой, оздоровительной физкультурой, САП-сёрфингом и танцами, дыхательной гимнастикой. Внутри планируется обустроить шесть тематических площадок, 2 из них с параметрическими беседками, 3 – на естественном покрытии без границ, сенсорные столы, стационарные мольберты; для отдыха у воды и для сап-школы будут оборудованы сходы в озеро для инвалидов и людей с ОВЗ. Всё оборудование и оснащение устойчиво к коррозии (стеклобетонные фундаменты и основания, стальные каркасы и оснащение, ламели шпонируемой древесины и сосны, пропитанные маслом) при максимальном сохранении доступности и эстетической привлекательности для посетителей с разными возможностями здоровья.

Горожане и гости города смогут приходить в лесопарк и заниматься как самостоятельно, так и в составе организованных групп. Для них будут действовать классы и группы оздоровительной гимнастики, дыхательной гимнастики, скандинавской ходьбы, сенсорной и двигательной, эмоциональной и психологической реабилитации, сап-класс.

Полноценно территория здоровья заработает летом 2022 года.

КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН ПРОЕКТА

1 ЭТАП: ПОДГОТОВИТЕЛЬНЫЙ, (1 ИЮЛЯ - 1 СЕНТЯБРЯ 2021 ГГ.)

Технические согласования по оборудованию и обустройству территории лесопарка под реализацию проекта. Организация и проведение 3-х общегородских субботников на территории реализации проекта совместно с ДБГ и УБГ Администрации г. Рязани, министерствами Правительства Рязанской области, ОП Рязанской области и ОП г. Рязани, региональным оператором «ЭКО-ПРОНСК», коллективами крупнейших предприятий и волонтерами вузов.

2 ЭТАП: ОСНОВНОЙ, (1 АВГУСТА 2021 – 1 АВГУСТА 2022 ГГ.)

2.1. Первая очередь монтажных работ до 01.11.2021 г.

2.2. Вторая очередь монтажных работ с 01.04.2022 по 1.06.2022 гг.

2.3. Разработка и адаптация информационной системы-навигатора «ЛЕСОПАРК – территория здоровья».

2.4. Выход электронной версии НМП и печатных экземпляров.

2.5. Подготовка преподавателей-добровольцев, волонтеров и добровольцев-жителей городов – межрегиональные мастер-классы и тренинги (Владимирская область, Московская область, регион КМВ и др.).

2.6. Экскурсии-тренинги по объектам оснащения и оборудования.

3 ЭТАП: ЗАВЕРШЕНИЕ ОБУСТРОЙСТВА И ОСНАЩЕНИЯ - ОТКРЫТИЕ ПРОЕКТА

«ЛЕСОПАРК – ТЕРРИТОРИЯ ЗДОРОВЬЯ», (1 АВГУСТА – 1 ДЕКАБРЯ 2022 ГГ.)

1 АВГУСТА 2022 Г. – открытый фестиваль «ЛЕСОПАРК- ТЕРРИТОРИЯ ЗДОРОВЬЯ».

ОСНАЩЕНИЕ ПЛОЩАДОК И МАРШРУТОВ

В проекте применяются нейтральные цвета, натуральные материалы (дерево, металл, бетон), фактуры и текстуры, гармонирующие с существующими элементами оборудования территории МАУК г. Рязани Лесопарк, эстетично вписывающиеся в природную среду. Все новые элементы (навигация, малые формы, покрытие, оборудование) соответствуют общему дизайн-коду.

3 ВХОДА В ЛЕСОПАРК:

1. Пристань на р. Оке. 1 приветственный информационно-навигационный стенд - ландшафтная схема с QR-код и информацией (1,1x0,7x0,9 м).
2. оз. Ореховое.
3. Главный вход от ул. Свободы. 1 приветственный информационно-навигационный стенд - ландшафтная схема с QR -код и информацией (1,1x0,7x0,9 м).

МАРШРУТЫ:

1. ЭКОТРОПА – скандинавская ходьба, пешие прогулки, от 2 до 5 км. Комплекты скандинавской ходьбы, 5 шт. Информационный стенд с QR-код (2 м).
2. «ЗЕЛЁНО-ВОДНЫЙ доступный маршрут», от 1,5 до 3 км - ширина 1 м. Информационный стенд с QR -код (2 м), разметка штампами на асфальте, кресло-коляска инвалидная прогулочная универсальная, 2 шт.

ПЛОЩАДКИ:

- 1. ВИДЕО-ФОТО- И ИЗОПЛЕНЕРЫ.** Интересный видовой панорамный объект на границе поймы и опушки лесопарка. Информационный стенд с QR-код (2 м), 1 параметрическая скамья с земляничными грядками (2,5 x1,2x0,7м), 3 стационарных мольберта (взрослый, подросток и ребёнок), урна (0,36x0,36x0,8).
- 2. ТЕРРИТОРИЯ СПОРТА И ВОДНЫХ АКТИВНОСТЕЙ:** САП-ШКОЛА (сапы – 3 шт., 3 гидрокостюма с гидрообувью, 4 спасательных жилета, буйки ограничивающие – 200 м. Сходы в воду для инвалидов и людей с ОВЗ (1,5x3 м). Информационный стенд с QR-код (2 м).
- 3. «ЛЮБОВАНИЕ ПРИРОДОЙ»:** РЕЛАКСАЦИИ И ДЫХАТЕЛЬНОЙ ГИМНАСТИКИ, ОДОРОТЕРАПИИ. Параметрическая веранда на бетонном основании и поляна с луговым разнотравьем. (гимнастические коврики - 5 штук). Информационный стенд с QR-код навигатором (2 м), урна.
- 4. «ГОЛОС ДЕРЕВА И МЕТАЛЛА».** 1 стационарный ксилофон (горизонтальный), 1 стационарный металлофон из металла и дерева на бетонном основании, на луговом разнотравье. Информационный стенд с QR-код (2 м), 1 параметрическая скамья-круг (1,8x0,75x2м), урна.
- 5. ТАКТИЛЬНАЯ-СЕНСОРНАЯ:** 1 стационарный тактильный стол-трансформер (1,5x1м) внутри параметрической прямоугольной веранды (3x5x2,5 м), гимнастические коврики (5 шт.). Информационный стенд с QR-код (2 м), урна.

РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОЕКТА «ЛЕСОПАРК- ТЕРРИТОРИЯ ЗДОРОВЬЯ»

1. НМП «**Организация оздоровительных услуг и проведение реабилитационных и абилитационных мероприятий для населения, в т.ч. для инвалидов и людей с ОВЗ в ходе экологического туризма и медико-экологической рекреации**» с концептуальной моделью «**Территория здоровья**» в электронной и печатной формах.
2. Подготовленная и расчищенная от растительной ветоши и ТКО **комфортная территория лесопарка.**
3. Оснащенный и оборудованный **всесезонный проект «ЛЕСОПАРК – территория здоровья»** с адаптированной маршрутной информационной системой-навигатором (история территории, ландшафты, флора и фауна лесопарка, программы и планы мероприятий и акций экологического просвещения, описания маршрутов и площадок, описания практик здоровья и методики их выполнения).
4. **Группа квалифицированных волонтеров и добровольцев** (в т.ч. из числа преподавателей и жителей города) для проведения медико-экологических реабилитационных мероприятий с людьми с ОВЗ и инвалидами.
5. **Открытая «зелёная территория» - экспериментальная площадка-школа** для регулярных практик и отработки (корректировки) навыков, повышения компетентности волонтеров и добровольцев, преподавателей экологии и охраны природы, ЗОЖ, диетологов и специалистов - реабилитологов и адаптологов, дефектологов и др.
6. Снижение уровня стресса, повышение физической выносливости, восстановление здоровья и духовных сил, активизация творчества, созидательной активности и познавательного интереса - **повышение уровня экологической грамотности и приобщение к активному здоровому образу жизни.**
7. **Рост интереса** к использованию городской территории для медико-экологической рекреации и реабилитации, ЗОЖ и программам активного долголетия.

СТИЛИСТИКА ОБЪЕКТОВ ОСНАЩЕНИЯ



СТИЛИСТИКА ОБЪЕКТОВ ОСНАЩЕНИЯ



СТИЛИСТИКА ОБЪЕКТОВ ОСНАЩЕНИЯ

Открытая беседка, совмещающая проницаемые и глухие зоны, где можно спрятаться от дождя и ветра.

— Материалы конструкции и отделочные материалы: прут круглый металлический (Ø50мм), брус строганный (50x200мм), бетонное основание, фанера.





ПЛОЩАДКА НАБЛЮДЕНИЙ ЗА ПТИЦАМИ И ПРИРОДНЫМИ ЯВЛЕНИЯМИ.

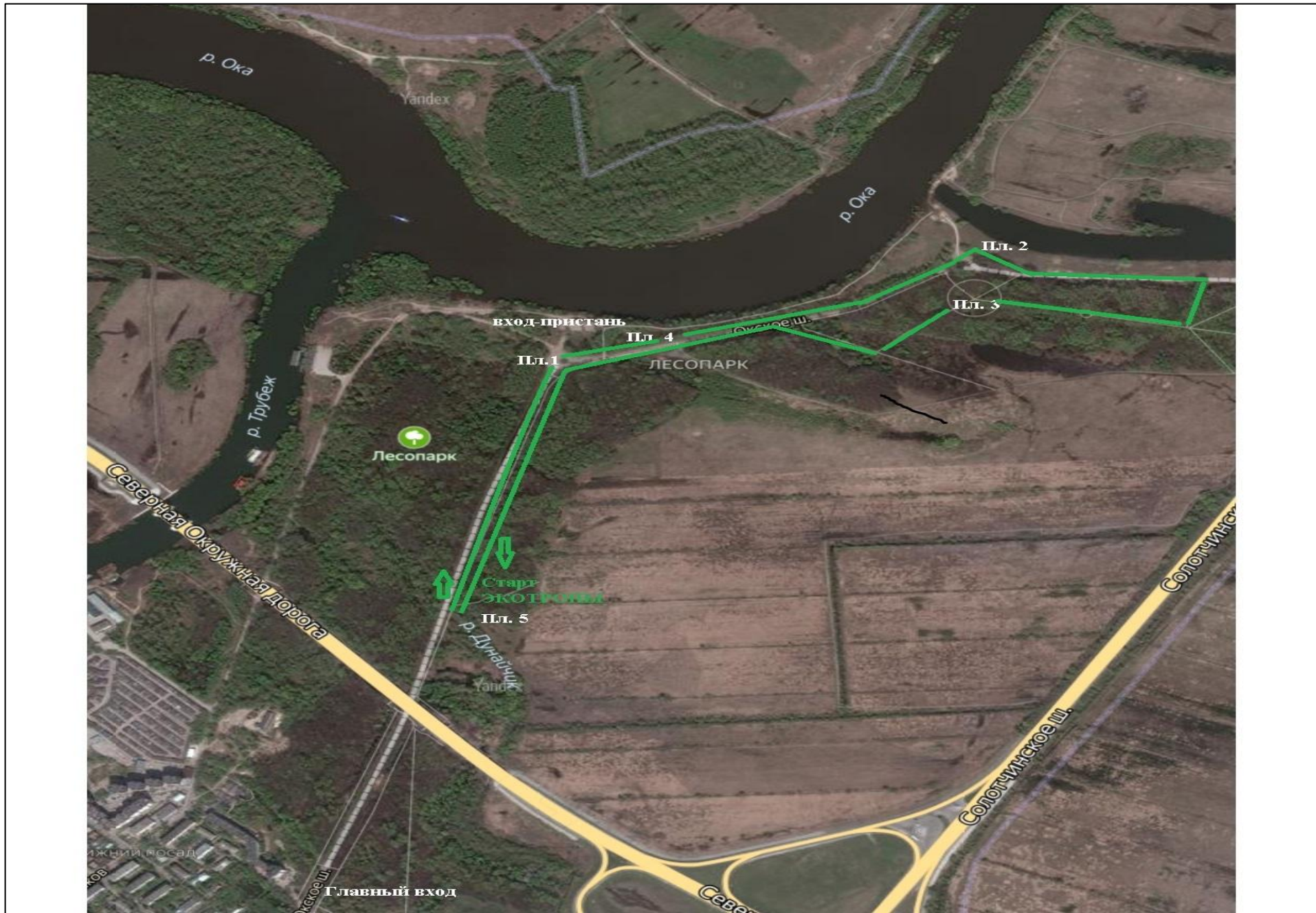
Будет установлена смотровая вышка без крыши (основание и пол – бетон, второй-третий этаж – дерево и металл, 10-12 м), возможно оснащение лифтом для инвалидов и детей с ОВЗ, информационный стенд с QR-кодом. Также в онлайн формате будет доступен электронный определитель животных и растений лесопарка для проведения уроков экопросвещения и экообразования.

СТИЛИСТИКА ОБЪЕКТОВ ОСНАЩЕНИЯ



Схемы расположения маршрутов и площадок

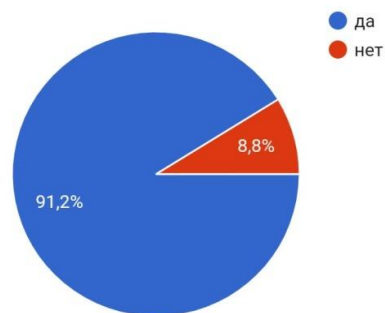




Результаты опроса жителей г. Рязани «Лесопарк-территория здоровья»

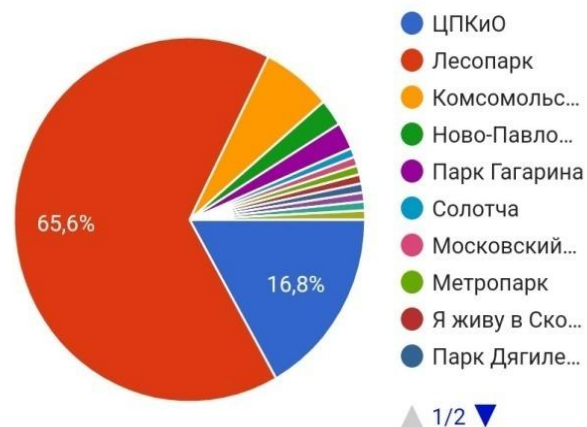
Касается ли вас и вашей семьи проблемы отсутствия в городе Рязани чистой, тихой и комфортной территории для медицинской реабилитации и экологических уроков, мастер-классов и доступных активностей?

125 ответов



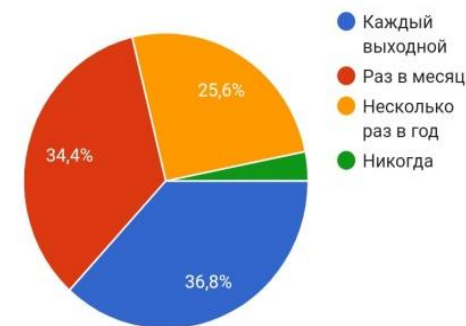
Выберите территорию возможного развития медико-экологической реабилитации и отдыха из списка:

125 ответов



Если такая территория всесезонной медико-экологической реабилитации и отдыха будет создана, как часто вы с семьей и друзьями планируете бывать на ней?

125 ответов



КОМАНДА

Партнеры

Авторы:

Виолетта Чёрная

Канд.геогр. наук, доцент
кафедры МКиСМП РязГМУ
Минздрава России,
руководитель РязРО
«Российское экологическое
общество», член Совета ОП г.
Рязани.

Алексей Кованов

Магистр социальной работы,
Директор по развитию АНО по
предоставлению социальных
услуг «ЗАБОТА И
МИЛОСЕРДИЕ»



**РОССИЙСКОЕ
ЭКОЛОГИЧЕСКОЕ
ОБЩЕСТВО**



РУМЦ РЯЗГМУ
НЕОГРАНИЧЕННЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ