

طراحی فضاها و مکان‌های سالم

طراحی برای سلامت، تندرستی و پایداری

مؤلفان: اندروال داننبرگ، هُوارد فرومکین، ریچارد جی جکسون

مترجمان: دکتر مریم طباطبائیان، مهندس سهیلا غفور، مهندس پردیس معین‌زاده

- عنوان و نام پدیدآور : طراحی فضاها و مکان‌های سالم: طراحی برای سلامت، تندرستی و پایداری / ویراستاران اندروال داننبرگ، هوارد فرومکین، ریچارد جی جکسون؛ مترجمان مریم طباطبائیان، سهیلا غفور، پردیس معین‌زاده. مشخصات نشر : تهران: دانشگاه هنر، ۱۳۹۵.
- مشخصات ظاهری : ۴۶۷ص.
- شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۶۵۱۳-۱۲-۶
- وضعیت فهرست‌نویسی : فپا
- یادداشت : عنوان اصلی : Making healthy places : designing and building for health, well-being, and sustainability, 2011.
- موضوع : شهرها و شهرستان‌ها - توسعه - جنبه‌های بهداشتی
- موضوع : شهرسازی - سیاست شهر، بهداشت شهر
- موضوع : توسعه پایدار
- موضوع : بهداشت شهری - سیاست دولت
- شناسه افزوده : داننبرگ، اندرو ال، فرومکین، هوارد، ویراستار؛ جی جکسون ریچارد - ۱۹۴۵ م، ویراستار
- شناسه افزوده : Dannenberg, Andrew L, Frumkin, Howard, Jackson, Richard j
- شناسه افزوده : طباطبائیان، مریم، ۱۳۲۹ -، مترجم
- شناسه افزوده : غفور، سهیلا؛ معین‌زاده، پردیس، مترجم
- شناسه افزوده : دانشگاه هنر
- رده بندی کنگره : HT۳۷۱/ط۴ ۱۳۹۵
- رده بندی دیویی : ۳۰۷/۷۶
- شماره کتابشناسی ملی : ۴۲۰۳۱۶۶



کلیه حقوق این اثر برای دانشگاه هنر محفوظ است.
نشانی: تهران، خیابان حافظ، خیابان سرهنگ سخایی، بین تقاطع سی تیر و فردوسی،
شماره ۵۸، دانشگاه هنر، تلفن: ۶۶۷۲۵۶۸۲
artunipub@art.ac.ir

طراحی مکان‌ها و فضاها سالم - طراحی برای سلامت، تندرستی و پایداری
نویسندگان: اندروال داننبرگ، هوارد فرومکین، ریچارد جی جکسون
مترجمان: مریم طباطبائیان، سهیلا غفور، پردیس معین‌زاده

چاپ اول: ۱۳۹۵

صفحه‌آرایی و طراحی جلد: مهدیه روستائی

چاپ و صحافی: دانشگاه هنر

شمارگان: ۱۰۰۰ جلد

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۶۵۱۳-۱۲-۶

قیمت: ۲۴۰۰۰۰ ریال

به نام خالق زیبایی‌ها

آنگاه که عطر دل‌انگیز رسالت، شمیم جان حضرت ختمی مرتبت محمد مصطفی (ص) را آکنده نمود و کلام حق در آیه شریفه «علم الانسان مالم يعلم» تجلی یافت علم و آموختن، پیمودن و شدن، تدبر، تفکر و تأمل بر رازهای آفرینش، مقدس‌ترین جلوه حیات انسانی گردید. ذهن کنجکاو، نگاه پرسشگر، دست سازنده در پرتو هدایت تکوینی و تشریعی، انسان را با راز و رمزها آشنا نمود و در کند و کاوهای مصرانه و مجدانه‌اش، پاره‌هایی از حقیقت هستی را بر او آشکار نمود و در این میان هنر آفرینی و هنرمندی از ممیزه‌های او گردید.

نیرویی که به انسان توان بازنمایی و فرانمایی عالم هستی و ابداع کیفیت‌های گوناگون فرمی را بخشیده است و از این راه به او امکان تسری و اشاعه احساسات و عواطف را داده است. در سایه جلوه‌های مستانه و هنرمندی این روح بی‌تاب است که هنر و سخن‌های جاودانه همچنان در سراچه ترکیب انسان و طبیعت هر روز بشکلی جان می‌گیرد و نور می‌پاشد.

جرعه‌ای ریخت ساقی الست	بر سر آن شوره خاک زیر دست
جوش کرد آن خاک و ما زان جوششیم	قطره‌ای دیگر که بس بی کوششیم

به مدد شهود و تخیل انسان از داده‌های خام دریافت شده در مراحل احساس و ادراک، به آگاهی از این داده‌ها نائل می‌شود و در این زمان است که خود را نمایان می‌سازد آنگاه که عرصه خود جوش و گسترده بیان و اشاعه عواطف به محدوده آموزش و پژوهش راه می‌یابد، به زیور توصیف، تأویل و ارزیابی نیز آراسته می‌گردد و لذا امکان نگاهی نقادانه به مقوله هنر فراهم می‌آید و تأثیر این نگاه در کنار نوع هنری که خلق می‌شود، به حدی است که به گفته افلاطون و تولستوی می‌تواند براینکه چگونه انسانی باشیم (یا بشویم) تأثیر گذارد. از این دیدگاه تأثیرات اخلاقی هنر حتمی و اجتناب‌ناپذیر است، گرچه در بسیاری از موارد، این تأثیرات بطئی، ظریف و غیر مستقیم صورت می‌پذیرد.

دانشگاه هنر به عنوان بزرگترین مرکز آموزش عالی هنر در ایران، آموزش و پژوهش هنر را مضمون اصلی فعالیت‌های خویش قرار داده است و با سابقه‌ای نسبتاً طولانی و با هدف اعتلای هنر ایران و احیاء ارزش‌های دیرینه - علیرغم دشواری‌های بسیار - طی طریق می‌نماید. بدیهی است که تألیف، ترجمه و نشر آثار علمی در حوزه‌ی مباحث هنر می‌تواند یکی از اقدامات اصلی در راستای تحقق اهداف متعالی دانشگاه باشد.

انتشار کتاب حاضر، نمودی از فعالیت‌های این معاونت برای تحقق اهداف یاد شده است که بدین وسیله تقدیم حضور می‌گردد.

ومن...التوفیق

دکتر پروین پرتوی

معاون پژوهشی دانشگاه هنر

We dedicate this book to Kate, Joanne, and Joan, and to our children, Ned, Alice, Gabe, Amara, Brendan, Devin, and Galen, and to their children, and to their children`s children.

We do not inherit the Earth from our Ancestors, we borrow it from our children.

– Ancient proverb

فهرست مطالب

الف	 مقدمه
پ	 درباره نویسندگان
ت	 مقدمه مولفان
۱	 پیشگفتار

بخش اول: مقدمه

۹	 ۱. مقدمه‌ای بر مکان‌های سالم هووارد فرامکین، آرتور ام. وندل، رایین فران آبرامز و امیل مالیزیا
---	--

بخش دوم: طراحی جامعه با هدف افزایش سطح سلامت جامعه

۴۵	 ۲. طراحی برای جامعه با فعالیت‌های فیزیکی جیمز اف. سالیس، ریچل ای. میلستین و جردان ای. کارلسون
۶۳	 ۳. محیط‌های غذایی کارولین کانوسکیو و کارن گلانز
۷۹	 ۴. طراحی برای کیفیت هوای جامعه جانانان ام. سامت
۹۵	 ۵. محیط ساخته‌شده و آسیب‌دیدگی‌ها دیوید ای. اسلیت، ربکا بی. نامن و رز آنه رود
۱۱۱	 ۶. طراحی جامعه برای کیفیت و کمیت آب لوریان سی بیکر
۱۲۹	 ۷. سلامت روانی و محیط ساخته‌شده ویلیام سی. سولیوان و چون ین چانگ
۱۴۱	 ۸. سرمایه اجتماعی و طراحی بافت شهری کیتلین ایچر و ایچیرو کاواچی
۱۵۵	 ۹. جمعیت‌های آسیب‌پذیر و محیط ساخته‌شده کریس اس. کوچتیتزکی

بخش سوم: آسیب‌شناسی و بهبود محیط‌زیست

۱۷۵	 ۱۰. حمل و نقل و کاربری زمین رید اوینگ، گیل میکینز، گریس بجارسون و هالی هیلتون
۱۹۹	 ۱۱. خانه‌های سالم جیمز کریگر و دیوید ای. جیکوبز

- ۲۱۹ ۱۲. محیط کار سالم
 دونا اس. هیدل، ال. کیسی چسوود، متیو گیلن،
 پاول اسکولت، گرگوری واگنر، کنث ام. والینگفورد و لیز یورک
- ۲۳۷ ۱۳. محیط‌های بهداشت و درمان سالم
 کریگ زیمرینگ و جنیفر دوبس
- ۲۵۱ ۱۴. مدارس سالم
 هاوارد فرامکین و جارد فکس
- ۲۶۵ ۱۵. تماس با طبیعت
 هاوارد فرامکین و جارد فکس
- ۲۸۳ ۱۶. مقاومت در برابر بلایای طبیعی
 تیموتی بیتلی

بخش چهارم: راهکارهایی برای مکان‌های سالم

- ۳۰۳ ۱۷. انتخاب‌های رفتاری و محیط ساخته‌شده
 مارگارت اسنایدر
- ۳۱۵ ۱۸. سیاست‌ها و قوانین لازم‌الاجرا برای مکان‌های سالم
 لیزا ام. فلدستاین
- ۳۳۵ ۱۹. تعهدات اجتماعی در طراحی و برنامه‌ریزی
 مانال جی. آبوالاتا، لی ارسویلو و لری کوهن
- ۳۵۳ ۲۰. اندازه‌گیری، ارزیابی و تصدیق مکان‌های سالم
 اندرو ال. داننبرگ و آرتور ام. وندل

بخش پنجم: چشم‌انداز به آینده

- ۳۷۵ ۲۱. تعلیم نسل‌های آینده برای توسعه مکان‌های سالم
 نیشا دی بوچوی و متیو جی. تروبریج
- ۳۹۱ ۲۲. تحقیق در خصوص مکان‌های سالم: فرصت‌های پدیدار شده
 ریچارد ج. جکسون، آرتور م. وندل، اندرو ل. داننبرگ
- ۴۱۱ ۲۳. سلامت شهری در کشورهای با درآمد کم و متوسط
 جنیفر سی جانسون و ساندرو گالا
- ۴۲۹ ۲۴. محیط‌های ساخته‌شده آتی
 آنتونی جی کاپون و سوزان م. تامپسون

۴۴۳ **واژه‌نامه**

۴۵۴ **همکاران**

۴۵۵ **تقدیر و تشکر**

مقدمه

در رابطه با تاثیر متقابل محیط و انسان، مطالعات گسترده‌ای صورت گرفته است. خصوصاً در کشور ایالات متحده امریکا، همراه با پیشرفت تکنولوژی این مساله دغدغه بسیاری از پژوهشگران از جمله مؤلفان کتاب حاضر اندروال دانبرگ، هوارد فرامکین و ریچارد جی جکسون شده است. مؤلفان کتاب «طراحی فضاها و مکان‌های سالم» هر سه پزشک هستند که در زمینه تاثیر آلودگی آب و هوا و محیط‌های ساخته شده بر سلامت، محیط‌های آلوده به مواد مضر و پرخطر و سایر مواد سمی دیگر پژوهش می‌نمایند، اما تمرکز اصلی آنان بر داروهای پیشگیری از بیماری و سلامت عمومی است. این پژوهشگران در طی مطالعات خود به این نتیجه رسیدند که درصد بالایی از آلودگی‌های محیط‌زیست به دلیل مصرف انرژی در ساختمان‌ها و وسایل حمل و نقل ایجاد می‌گردند که تاثیر عمیقی بر سلامت جسمی، روانی، اجتماعی، محیطی و اقتصادی انسان دارد. بنابراین در فرآیند ساخت و ساز و استفاده از محیط، وظیفه ما حفاظت و مراقبت از محیطی است که در آن به سر می‌بریم.

هدف از ترجمه این کتاب اندیشه‌ای دوباره در مورد طراحی و ساخت محیط اطراف خود، خانه‌ها، ادارات، محلات، مناطق و سیستم‌های حمل و نقل است - اینکه دریابیم فضاها و مکان‌هایی که ایجاد می‌کنیم چگونه و تا چه حد بر سلامت روحی و جسمی ما موثر است - اینکه برداشتن موانع محیطی برای پیاده‌روی، دوچرخه‌سواری، بازی و دسترسی به فضاهای سبز و باز تا چه حد بر سلامت موثر است، و بالاخره اینکه مسایل و تهدیدات سلامتی ناشی از محیط‌زیست ناکارآمد تنها با علم پزشکی قابل حل نیستند، بلکه با طراحی صحیح و ایجاد فرصت‌های ساده برای فعالیت‌های فیزیکی و سلامت روان میسر می‌گردد. مؤلفان این کتاب اعتقاد دارند که افراد متخصص در رشته‌های شهرسازی، طراحی شهری و معماری بر این باور نیستند که حرفه آنان باید سلامت محور باشد - که همان قدر که سلامت به مراقبت‌های پزشکی وابسته است، به برنامه‌ریزی درست، حمل و نقل، خانه‌سازی و انرژی و دیگر رشته‌های سلامت محور نیز وابسته است. از دیدگاه آنان واقعیت تلخ این است که مالیات شهروندان صرف توسعه همان بافت شهری می‌شود که با قطع درختان و ساخت و ساز بی‌رویه، بیماری‌های ناشی از عوارض محیط‌زیست را به ارمغان می‌آورد.

اگر تفکر معماران و شهرسازان، با توجه به شناخت معضلات فعلی زندگی شهری تغییر یابد، و به جای هزینه برای بزرگراه‌های و اتکا به اتومبیل، طراحی‌ها به طرف پیشگیری از بیماری‌ها سوق داده شود، به طور قطع زندگی مردم، اقتصادی‌تر و ماندگارتر خواهد بود.

کتاب حاضر، نه تنها به چالش‌هایی در مورد تاثیرگذاری محیط‌های ساخته شده بر زندگی افراد می‌پردازد، بلکه تصویری از جوامع پایدار در ایالات متحده امریکا را نیز نشان می‌دهد. جوامعی که مردم می‌توانند پیاده به مغازه‌ها، مدارس، خانه دوستان و ایستگاه‌های حمل و نقل رفت و آمد کنند، به راحتی با همسایگان‌شان تعامل کنند و از درختان و ویژگی‌های طبیعت لذت ببرند. جایی که هوا پاک است و فرزندان و سالمندان بدون دغدغه به پارک‌ها و فضاهای بازی و مکان‌هایی برای پیاده‌روی و دوچرخه‌سواری دسترسی پیدا می‌کنند. برای رسیدن به این جوامع، وظیفه داریم از آب و هوا حفاظت کنیم، به طراحی سیستم‌های حمل و نقل سالم و ایمن بیاندیشیم و آسیبی که به تالاب‌ها، جنگل‌ها، اقیانوس‌ها و اتمسفر زده‌ایم با طراحی سلامت محور جبران کنیم.

در ترجمه این کتاب نهایت دقت صورت گرفته تا ترجمه فارسی با امانت‌داری صورت گیرد، با وجود این امکان دارد در تمام مراحل از ترجمه تا چاپ، کاستی‌هایی وجود داشته باشد که پیشنهادات خوانندگان عزیز در ارتقای کیفیت ویرایش‌های بعدی مسلماً موثر خواهد بود، که پیشاپیش در این مورد سپاسگزار هستیم.

مترجمان وظیفه خود می‌دانند از سرکارخانم دکتر پروین پرتوی معاون محترم پژوهشی دانشگاه هنر، جناب آقای دکتر مریدی مدیر محترم اداره انتشارات دانشگاه که در امر چاپ و نشر کتاب ما را یاری دادند سپاسگزاری نمایند. همچنین تشکر ویژه خود را خدمت سرکار خانم فریبا حیدری که با دقت ویژه امر ویراستاری و نمونه‌خوانی کتاب را به عهده گرفتند تقدیم نمایند. بدیهی است بدون همکاری صمیمانه این عزیزان چاپ کتاب حاضر ممکن نبود.

مریم طباطبائیان

سهیلا غفور

پرديس معين‌زاده

درباره نویسندگان

اندروال. دننبرگ^۱ به عنوان مشاور، و پیش از آن رهبر، گروه خلق جامعه سالم در مرکز ملی سلامت محیطی مجمع پیشگیری و کنترل بیماری‌های آتلانتا (CDC) فعالیت می‌کند. همچنین وی در انتصابات اعضای هیأت علمی بخش‌های علوم سلامت محیطی و شغلی و برنامه‌ریزی و طراحی شهری دانشگاه واشنگتن سیاتل نیز همکاری می‌کند.

هاوارد فرامکین^۲ رئیس مدرسه سلامت عمومی دانشگاه واشنگتن است. پیش از آن به مدیر مرکز ملی سلامت عمومی در برابر بیماری‌ها و مواد سمی در CDC فعالیت می‌کرد؛ جایی که برنامه‌هایی برای تغییرات آب و هوایی و محیط ساخته شده بنیان نهاد. وی و لاورنس فرانک و ریچارد جکسون مؤلفان پراکنده‌ی شهری و سلامت عمومی در نشریه آیلند ۲۰۰۴ هستند.

ریچارد جی. جکسون^۳ کرسی استادی بخش علوم سلامت عمومی دانشگاه کالیفرنیا لس‌آنجلس را دارد. پزشک متخصص اطفال است و پیش از آن مدیر مرکز ملی سلامت عمومی در CDC و عضو هیأت ریسه سلامت عمومی ایالت کالیفرنیا بود.

1. Andrew L. Dannenberg

2. Howard Frumkin

3. Richard J. Jackson

مقدمه مؤلفان

تألیف این کتاب، الهام، فداکاری و سپاس فراوانی به همراه داشت. از تمامی نویسندگان فصل‌های مختلف کتاب سپاسگزاریم. از زمان تألیف کتاب پراکندگی شهری و سلامت عمومی در سال ۲۰۰۴، دانش در زمینه سلامت عمومی و محیط ساخته شده به مراتب افزایش یافته است و برای هر مولفی به روز بودن در تمام موضوعات عدیده‌ای که در هر فصل به آن پرداخته شده، دشوار است. مؤلفانی، یک تیم رویایی و متخصص در موضوعات مختلف، که به کار گرفته‌ایم سختکوش، دانشگاهی و پاسخگوی پیشنهادات بودند و آنان منجر به تحقق این کتاب شدند.

همچنین از کسانی که در خلق این کتاب همکاری کردند، تشکر می‌کنیم. فیل گست^۱، علاوه بر مدیریت، هماهنگی فصل‌های مختلف، انتخاب تصاویر و کسب مجوز برای انتشار کتاب را نیز بر عهده داشت؛ هر بار که تصویر مناسبی می‌یافت، تقاضای گزینه‌های بیشتری می‌کردیم، صبرش ستودنی است. باربارا رایت^۲ در تألیف و ویرایش زیرنویس‌ها و واژه‌نامه کمک کرد. استفن نیشاپرایس^۳ نظرات مفیدی، گاه با ضرب الاجل‌های بسیار کوتاه، در خصوص تمام فصل‌های کتاب ارائه کرد. دیگر دانشجویان دانشگاه واشنگتن از جمله ارین ابوریش^۴، مریسا باکر^۵، کاتلین چاپمن^۶، استفانی پن^۷ و جارد المر^۸ نیز نظرات مفیدی در خصوص تعدادی از فصل‌های کتاب داشتند. تامانا رحمان^۹ و ریچل کوشینگ^{۱۰} در چندین فصل با دیک جیکسون^{۱۱} همکاری کردند. اریک اندرسون^{۱۲}، دان بردن^{۱۳}، میکائیل کالویل اندرسن^{۱۴}، ریچارد دردل^{۱۵}، نیکول فردمن^{۱۶}، مارین گرشام^{۱۷}، کیت کلر^{۱۸}، فرانس لوئنهرز^{۱۹}، ملیسا مک‌ردی^{۲۰}، رایین مور^{۲۱}،

-
1. Phil Gast
 2. Barbara Wright
 3. Stephanie kneeshaw-Price
 4. Erin Abu-Rish
 5. Marissa Baker
 6. Caitlin Chapman
 7. Stefani Penn
 8. Jared Ulmer
 9. Tamanna Rahman
 10. Rachel cushing
 11. Dick Jackson
 12. Eric Anderson
 13. Dan Burden
 14. Mikael Colville-Andersen
 15. Richard Drdul
 16. Nicole Freedman
 17. Maureen Gresham
 18. Kit Keller
 19. Franze Loewenherz
 20. Malisa Mccreey
 21. Robin Moore

گرگ ریزمن^۱ و آماندا ونهوزیر^۲ در یافتن عکس‌های مناسب ما را یاری کردند. راجیو بهاتیا^۳ بخش‌های مرتبط با کارش را برای اطمینان از صحت آنها بازبینی کرد. و در آخر، از هیدر بویر^۴، کورتنی لیکس^۵ و شاریس سیمونین^۶ در نشریه آیلند برای همکاری در مراحل مختلف انتشار این کتاب سپاسگزاریم.

همچنین از تمامی رهبران فکری که در طول دهه‌های گذشته در تعریف، تنظیم و مطالعه ارتباط سلامت و محیط ساخته شده ما را یاری کردند، سپاسگزاریم. محققان و شاغلان حوزه سلامت عمومی، برنامه‌ریزان، معماران، سیاست‌مداران منتخب، دانشگاهیان، توسعه‌دهندگان و مدافعان متعددی که نام آنها در این مقال نمی‌گنجد. بسیاری از این افراد، دوست و همکار شده‌اند، آن‌ها آموخته‌اند و الهام‌بخش ما بوده‌اند و ما از آنان سپاسگزاریم. در آخر، دیک جکسون و هاوی فرامکین^۷ می‌خواهند از صبر، سخت‌کوشی و ذکاوت انی دنبرگ^۸ تقدیر و تشکر کنند.

1. Greg Raisman
2. Amanda Vanhoozier
3. Rajiv Bhatia
4. Heather Boyer
5. Courtney Lix
6. Sharis Simonian
7. Howie Frumkin
8. Dannenberg