

Arnika

Tohle město není pro starý?



2023

**PROČ A JAK MYSLET PŘI PLÁNOVÁNÍ
MĚSTA V DOBĚ KLIMATICKÉ KRIZE NA
SENIORKY A SENIORY**

Obsah

1

Úvod

Změny klimatu	1
Pražští senioři	2
Dopady změn klimatu na seniory	3
Městské politiky	4
Proč se tématu věnovat?	6

2

Naše projekty a zjištění

Projekty a metodika	7
Potřeby seniorů	8

3

Příklady dobré praxe

Český Brod - strategické plánování	9
Kroměříž - Rada seniorů	10

4

Doporučení

Jak seniory zapojovat	11
Doporučené politiky	12

5

Závěr

Závěr	16
Poznámky pod čarou	17



Změny klimatu

Klimatická krize je komplexním problémem, který nezahrnuje pouze globální oteplování. S růstem průměrné teploty se prohlubují extrémy jak v nízkých, tak vysokých teplotách.¹ Takové posuny k extrémě mohou mít velmi vážné dopady, které můžeme na mnoha místech planety pozorovat již dnes – vlny veder, sucha, přívalové deště a mnoho dalších. Tyto faktory jsou navíc mezi sebou provázány řadou pozitivních zpětných vazeb, které dále posilují negativní dopady a roztáčejí tak celý systém k rychlejšímu oteplení a stále větší extrémě. Kromě vážných environmentálních dopadů, mají změny klimatu dopady také socioekonomické.

Změny klimatu specificky dopadají na města, která jsou zároveň vůči nim nejzranitelnější, očekávají se především nárůst počtu dní s extrémními teplotami a extrémní srážky.² Tyto dopady jsou umocněny městským tepelným ostrovem (relativní oteplení měst vůči okolnímu venkovu), který je tvořen především nevhodnými povrchy ve městě (povrchy mající nízké albedo – odrazivost – pohlcují tepelné záření), nárůstem extrémních teplot, odpadním teplem (z domácností, průmyslu atd.), cyklením tepelného záření, akumulací v budovách a zhoršeným prouděním vzduchu ve městě.³ **Konkrétně Praha a její centrum patří mezi nejteplejší oblasti v České republice a bude se dále oteplovat.**⁴ Dopady klimatické krize nás zasáhnou všechny, na zranitelné skupiny obyvatel, které nemají tak velké možnosti se na dopady změn klimatu adaptovat, budou ale působit výrazně intenzivněji.⁵



Pražští senioři

S rostoucím trendem urbanizace se města stávají místy, ve kterých bude přebývat většina obyvatelstva, zároveň jsou města nejvíce zranitelná vůči dopadům změn klimatu. Prognózy naznačují, že do roku 2050 budou více než dvě třetiny obyvatel sídlit právě ve městech.⁶ V kontextu Prahy se očekává nárůst obyvatel o 31 % do roku 2050, přičemž tento nárůst bude zvláště patrný u dětí a seniorů.⁷ Stárnutí populace je ale celosvětový trend, kdy nejrychleji rostoucí skupinou obyvatel je právě populace nad 65 let.⁸

Podle odhadů Českého statistického úřadu se počet obyvatel starších 65 let do roku 2050 zvýší z 2,2 milionu na 3,4 milionu, což znamená, že **senioři budou tvořit 30% celkové populace**.⁹ V případě Prahy to konkrétně znamená nárůst počtu obyvatel starších 65 let z nynějších 225 tisíc na téměř 300 tisíc. Tento demografický posun není omezen jen na naši lokalitu, ale podobný vzor lze pozorovat i ve velkých městech po celém světě. Světová zdravotnická organizace (WHO) tuto proměnu spojuje s klíčovými silami, které formují strukturu společnosti v 21. století, a to především s pokračující urbanizací a stárnutím populace.



Dopady změn klimatu na seniory

Senioři patří k nejzranitelnějším skupinám postiženým projevy klimatické změny ve městě. Letní vlny veder mají největší dopad právě na tuto rizikovou skupinu. Prognózy Světové zdravotnické organizace uvádějí, že **do roku 2030 budou vlny veder významným zdrojem nadúmrtnosti v seniorské skupině.**¹⁰

Jak si můžeme přečíst na webových stránkách organizace Human rights watch **během nebývale dlouhé vlny veder v roce 2022 zemřely v 21 zemích Evropy tisíce lidí.** Postiženi byli zejména **starší lidé** a osoby se základními zdravotními potížemi, jako jsou respirační a kardiovaskulární onemocnění. Údaje ze Španělska a Portugalska ukazují, že většina zemřelých byla starší 65 let.¹¹

Dřívější údaje rovněž ukazují neúměrný dopad vln veder na starší lidi. **V roce 2021 zemřelo ve Spojeném království 90 % osob starších 65 let na následky veder.**¹² Podobně když v roce 2003 zažila Francie nejsmrtelnější vlnu veder, zemřelo za dva týdny oproti očekávanému průměru 15 000 osob, indikátory úmrtnosti se tak zdvojnásobily. Rozložení úmrtí přitom nebylo nahodilé, ale bylo koncentrováno právě do městských aglomerací,¹³ což Urban a jeho spoluautoři potvrzují i v českém kontextu.¹⁴ Individuální fyziologické faktory stáří, jako je zvýšené riziko chronických onemocnění nebo kardiovaskulární choroby, stejně jako sociálně determinovaná rizika osamělosti a sociální exkluze, dále neúměrně zvyšují rizika s vedrem spojených zdravotních komplikací starších osob.¹⁵



Vlny veder způsobované klimatickou změnou přitom nejsou zdaleka jediným z problémů, kterým musí města do budoucna čelit adekvátním přizpůsobením městského plánování a rozvoje, včetně zapojování veřejnosti a zranitelných skupin. Výkyvy počasí jako přivalové deště nebo sucha spojená s tepelnou akumulací v městských tepelných ostrovech a reakce na ně skrze vhodná opatření z oblasti adaptace i mitigace, dostupnost dopravy i bydlení pro všechny skupiny obyvatel, a také adekvátní nástroje vzdělávání a participace, jsou jedny z dalších výzev pro Prahu i další města.

Městské politiky

Skupina obyvatel Prahy ve věku 60 – 65+ patří mezi ty nejopomíjenější a zároveň nejzranitelnější v souvislosti s otázkami plánování a rozvoje města, dostupnosti bydlení i dopravní obslužnosti, a také dopadů klimatické změny na urbanizované oblasti.

V Praze se nacházíme v situaci, kdy se řídící i odborné instituce zabývají potřebami nejstarší části populace jen okrajově. **Ve strategických dokumentech města se sice dočteme o přizpůsobování města těmto potřebám, nicméně dlouhodobá praxe ukazuje, že implementace většiny strategických dokumentů je pro Prahu velmi bolestivá a náročná.** Například ve **strategii adaptace hlavního města Prahy** na změny klimatu je jediná doporučená politika vztažená k seniorům informování o individuálních reakcích na extrémní situace a možnosti zmírňování jejich negativních důsledků.¹⁶



V samotném **Pražském klimatickém plánu** pak není navržena politika žádná.¹⁷ Prakticky vůbec potřeby seniorů nezohledňuje také připravovaný **Metropolitní plán** a debata o rozvoji je z většiny vedena s ohledem na ekonomicky aktivní třídu, typicky s potenciálem dalšího kariérního růstu a životní perspektivy.

Dalším tématem je participace občanů, která je často utvářena skrze prostředí moderních technologií a související interaktivity, jež vyžaduje specifické znalosti a dovednosti. Senioři jsou v kontextu městských programů k zapojování obyvatel, ale v důsledku také toho, pro koho jsou projekty výstavby a rozvoje města včetně plánování veřejných prostor určeny, tou nejčastěji opomíjenou skupinou.

Často za to může nedostatek kapacit pro metodické formování komunikace a vzdělávání této cílové skupiny, někdy jen prostý fakt, že principy městského rozvoje jsou samy o sobě vytvářeny pomocí moderních technologií, a jejich zpřístupnění vyžaduje další dodatečné náklady. Samostatnou kapitolou je pak ekonomický potenciál této skupiny, a snížené schopnosti stávat se relevantní cílovou skupinou v segmentu, který je primárně dominovaný soukromým trhem.



Proč se tématu věnovat?

Je důležité se zaměřit na situaci seniorů v kontextu klimatické krize z několika důvodů.

- Senioři jsou často zranitelnější než mladší populace a mohou být **více ohroženi dopady změny klimatu**, jako jsou extrémní teploty, povodně nebo nedostatek pitné vody.
- Senioři často **žijí v městských oblastech**, kde mohou být vystaveni vyšším koncentracím znečištění ovzduší a horku, což může negativně ovlivnit jejich zdraví.
- Senioři mají často **omezené finanční prostředky a zdroje**, což je může činit méně schopnými přizpůsobit se změně klimatu nebo se chránit před jejími dopady.

Z těchto důvodů je důležité věnovat zvláštní pozornost situaci seniorů v kontextu klimatické krize a vypracovat opatření, která by jim pomohla lépe se přizpůsobit a chránit před jejími dopady.



Projekty a metodika

V policy paperu vycházíme z poznatků, které jsme získali během několika projektů (probíhajících od roku 2018 do roku 2023), jež se věnovali seniorům a změnám klimatu ve městě. V projektech jsme zkoumali, **jak se seniorům v hlavním městě Praze žije**,¹⁸ **jak se vyrovnávají s vlnami veder** způsobenými klimatickou změnou,¹⁹ a **jaké mají ve městě potřeby vzhledem k adaptacím na změny klimatu a v zapojování se do politik územního rozvoje.**

Cílovou skupinou pro nás byli lidé ve věku od 55 let, tato hranice bývá často uváděna jako bod, ve kterém si mladší část skupiny 55+ výrazněji uvědomuje stávající i budoucí životní perspektivy a aktivně jim začíná přizpůsobovat svůj sociální i prostorový způsob života, motivací bylo také získání širší perspektivy. **Z povahy naší organizace se nám do projektů podařilo zapojit zejména aktivní Pražany, kteří se zajímají o územní rozvoj Prahy, jsou osobně angažovaní v pražských spolcích, či jsou sdružení v některé ze seniorských organizací (Elpida, Život 90).**

Jako metody výzkumu jsme zvolili **kvantitativní formát papírového dotazníku** s důrazem na osobní rovinu zkoumaného problému – otázky jsme ponechali povětšinou otevřené, aby dotazovaní senioři měli prostor pro formulaci konkrétních postřehů a problémů, dále osobní setkání v **ohniskových skupinách** (focus groups) a **participační procházky.**



Potřeby seniorů

Z našich zjištění vyplývá, že senioři v Praze si přejí město, které by reflektovalo jejich konkrétní potřeby a přispívalo k aktivnímu a kvalitnímu stárnutí. Jedním z klíčových problémů, kterými se starší obyvatelé města potýkají, je **pociťovaná samota**. Studie Kalifornské univerzity v San Franciscu, potvrdila, že až 43 % seniorů ve věku 60+ ji uvádí jako denní realitu.²⁰ **Komunitní plánování** a uzpůsobení lokality ke komunitnímu životu a dostupnosti služeb se jeví jako vhodná strategie pro řešení tohoto problému. Důraz byl u dotazovaných kladen nejen na **zlepšení dopravní infrastruktury**, ale také na vytváření **míst oddechu, zelených ploch a komunitních prostor**, které by podporovaly sociální interakce.

Respondenti v našich výzkumech **vysoce hodnotili veřejnou dopravu** v hlavním městě Praze (žádná jiná oblast nezaznamenala ve výzkumu tolik pozitivních hodnocení), zároveň je ale vznášen požadavek na **větší bezbariérovost**, ať už u samotných dopravních prostředků, anebo např. u nástupních ostrůvků, míst k sezení, anebo **infrastruktury pro pěší či cyklistickou dopravu**. **Největším problémem je pro seniory individuální automobilová doprava, a to především kvůli prachu, hluku a nadměrné přítomnosti vozidel.**

Jako výrazný problém se u konkrétních skupin ukazuje celkové možnosti života v metropoli z hlediska **ekonomické dostupnosti**, jež se odráží v **nedostupném bydlení** i přístupu ke **službám a kultuře**.



Senioři zároveň vyjádřili **obavy z nové výstavby a úbytku zelených ploch**, jejichž dostupnost je pro ně z hlediska komunitního a zdravotního velmi důležitá.

Neposledně v našich projektech zaznívalo **přání o větší zapojení se do územního rozvoje Prahy, dostupnější participaci a pocit, že Prahu mohou spoluvytvářet místní obyvatelé se svými specifickými potřebami a nikoli pouze odborníci a úředníci, kteří nemají přímý vztah k místu a chybí jim životní zkušenost ze života v daném území.**

Příklady dobré praxe

Český Brod²¹

Při tvorbě strategického plánu rozvoje se zastupitelé Českého Brodu rozhodli pro široké zapojení veřejnosti do procesu tvorby samotné strategie. Co bylo specifické na této participaci byla snaha o zapojení co nejširšího množství obyvatel včetně seniorů.

V zapojování veřejnosti proto autoři strategie doporučují využívat kombinaci nástrojů online i offline. Důležité ale je výsledky získané online prezentovat i offline a naopak, aby vždy mohli být všichni zapojení v obraze. Zároveň je třeba myslet na to, kde mohu konkrétní skupinu obyvatel zastihnout a jaký nástroj pro ni bude atraktivní, pro starší generace doporučují papírový dotazník.

Jako online nástroje využili například: online dotazník, pocitové mapování, virtuální setkání, připomínkování dokumentů.

Z offline nástrojů využili: setkání nad mapou, papírový dotazník, komentované procházky, rozhovory, pracovní skupiny.



Kroměříž – Rada seniorů²²

S netradičním zapojením seniorů přišlo město Kroměříž už v roce 2014, kdy poprvé zřídilo radu seniorů přinášející pozitivní příklad zapojení seniorů do městského plánování. Tato rada, fungující jako **poradní orgán pro otázky týkající se seniorů a osob se zdravotním postižením** měla zhruba deset členů a scházela se pravidelně čtyřikrát do roka až do roku 2018. Její aktivní členové představovali důležitý hlas starší generace v procesu rozhodování o městských záležitostech.

Během své existence Rada seniorů představila konkrétní podněty a návrhy, které vedly k **usnadnění života seniorů v Kroměříži**. Například se angažovala v otázkách městské dopravy, navrhovala opravy chodníků, zřizování nových přechodů pro chodce, žádala o zastřešení zastávky MHD, a podporovala instalaci laviček a kontejnerů. Její práce ukazuje, že zapojení seniorů může být klíčové pro identifikaci a řešení konkrétních potřeb starší populace v městském prostředí.

Nově se rada znovu schází od roku 2023, kdy navázala například na řešení přechodů pro chodce.²³



Jak seniory zapojovat

Nemusíme na to být sami: V projektech se nám osvědčilo spolupracovat s odborníky a odbornicemi na práci se seniory, ať už jde o **andragogiky, sociology věnující se stárnutí, nebo pracovníky v organizacích věnujících se seniorům.**

Facilitace je základ: Pro opravdu úspěšnou participaci je vždy potřeba **zkušeného facilitátora**, který zúčastněné provede programem a zároveň zaručí, že všichni, kteří chtějí, dostanou dostatek prostoru.

Vhodné nástroje: Jako vhodné nástroje se osvědčují klasické **papírové dotazníky**, ideálně ale v doprovodu některé osobní aktivity. Facilitované **ohniskové skupiny** (focus groups), **komentované procházky** a **workshopy** plní hned dvě funkce. Kromě důležitých dat, která z nich získáme, plní i funkci sociální a mnoho seniorů je navštěvuje i z důvodu setkání se se sousedy a podobně nalazenými lidmi. Jak vyplývá z literatury, není třeba se bránit ani **novým technologiím**,²⁴ je ale důležité seniorům vysvětlit jejich přidanou hodnotu oproti tradičním formám zapojení a pomoci jim s jejich používáním.

Jak seniory oslovit: Osvědčuje se spolupráce s **místními spolky**, které ať už seniory přímo sdružují, nebo se k nim mohou dostat skrz komunitní akce, anebo **spolupráce s profesionálními organizacemi** jako jsou Elpida, Život 90, a další. Dalším vhodným nástrojem jsou informace v **lokálním periodiku**, zkušenosti z Českého Brodu také poukazují na význam klasické “**šeptandy**”, kdy se mezi sebou občané informovali sami, šeptanda se dá podnitit např. komunitními akcemi či umístěním informačních tabulí ve veřejném prostoru.



Vhodné prostory: Při plánování události pro seniory je důležité myslet na bezbariérovost prostor a dostupnost veřejných toalet. Také je potřeba myslet na časové možnosti cílové skupiny, například v letních měsících nesměřovat události mezi 11 – 15 hodinu, kdy bývá město nejvíce rozpálené a zároveň neplánovat akce na pozdní večerní hodiny, kdy někteří senioři uvádí, že se bojí vycházet.²⁵

Doporučené politiky^{26, 27}

Živé susedství: Pro seniory je důležité okolí jejich domova, v našich projektech jsme zaznamenali jakýsi **lokální patriotismus**, důležitost **aktivního susedství** a integraci do komunitního života. Klíčovým prvkem je rozvoj tzv. **patnáctiminutových měst**, které zajistí dostupnost běžných a specializovaných služeb v bezprostřední blízkosti domova seniorů.

Paralelně s tím by mělo probíhat **komunitní plánování**, které vytváří prostředí přizpůsobené potřebám seniorů a posiluje sociální interakce. Důraz by měl být kladen na **finančně dostupné bydlení** v bezprostřední blízkosti klíčových služeb, aby se seniorům usnadnil každodenní život. Zároveň je nezbytné podporovat **finančně dostupné služby**, které umožní starším obyvatelům setrvat ve svém domácím prostředí co nejdéle. Významnou roli hraje také **informovanost seniorů** o dostupných službách a aktivitách, které podporují "stárnutí v místě". Aktivní zapojení seniorů do komunitních projektů, zprostředkovaného zkušeným facilitátorem, může posílit pocit sounáležitosti a zabránit pocitu osamocení.



Participace: Zajištění aktivní a efektivní participace seniorů v procesu územního rozvoje je **klíčovým prvkem inkluzivní politiky**. Seniori, kteří se účastnili našich projektů si z většiny přejí být **informováni** o tom, co se v jejich okolí chystá a část si i přeje být **zahrnuta do rozhodování o vývoji**. Bylo zdůrazněno, že lokální územní rozvoj by měli ovlivňovat převážně místní obyvatelé, kteří budou území využívat a ne jen “někdo od stolu”. Pro zapojení cílové skupiny seniorů se mohou využít výše zmíněná doporučení.

Zeleň: Zelené prvky, jako jsou **parky, stromy a hřiště**, jsou klíčovými aspekty příjemného prostředí pro seniory. Veřejná prostranství s dostatkem zeleně byla označována jako přátelská a pohodlná pro seniory. V našich i světových průzkumech byla zeď ve městě zmiňována jako **zásadní prvek**. Respondenti zdůrazňovali potřebu **udržování a rozšiřování zelených ploch, včetně parků**. Oceňované byly také iniciativy, které **zapojují obyvatele do péče o zelené plochy**, jako jsou veřejně přístupné ozeleněné **vnitrobloky**, které mohou být otevřeny seniorům a rodinám s dětmi. Zelené plochy nejsou pouze estetickým prvkem, ale plní **důležité sociální funkce**, například jako místo odpočinku, setkávání a mezigenerační výměny.

Vodní zdroje: Pozitivně vnímány jsou také vodní prvky ve veřejném prostoru. V našich průzkumech seniori zmiňovali vodní prvky společně se zelenými plochami jako přidanou hodnotu, ale také samostatně stojící vodní prvky jako **mlžitka a pítka**, která mohou pomoci zvládat vlny veder ve městě.



Místa pro odpočinek: Pro seniory je klíčové, aby město poskytovalo dostatek míst k odpočinku, zejména v kontextu často snížené pohyblivosti. Místa odpočinku byla v našich průzkumech často **spojena s tématem zeleně**, zejména **parky s lavičkami**, jsou vnímána jako příjemná místa s důležitými sociálními funkcemi. Senioři zdůrazňují potřebu, aby taková místa byla **klidná, čistá a bezpečná**.

Dostupná městská hromadná doprava: Veřejná doprava v Praze byla **nejpozitivněji hodnoceným bodem** v našich výzkumech. Pro seniory je velmi podstatná její **finanční dostupnost, stálost cen, bezbariérovost a dostatek invalidních míst k sezení**. Jako podnět pro zlepšení byla **dostupnost míst k sezení na všech Pražských zastávkách MHD, bezbariérovost nástupních ostrůvků** či případně **speciální dopravní služby pro seniory**.

Infrastruktura pro pěší a cyklisty: Kvalitní infrastruktura pro pěší a cyklisty se ukázala pro seniory velmi podstatná, **podporuje zdravý pohyb** seniorů a příjemné městské prostředí. Respondenti zdůrazňují potřebu **rozšiřování pěších zón a důsledné oddělení prostor pro pěší a cyklisty**. Kvalita chodníků a pěších stezek má zásadní vliv na pohyb seniorů, doporučuje se klást důraz zejména na **rovný, neklouzavý povrch, dostatečnou šířku pro invalidní vozíky, snížené obrubníky, volný průchod kolem překážek a dostatečně dlouhou světelnou signalizaci na přechodech**.



Omezení individuální automobilové dopravy: Co senioři v našich průzkumech vnímali v Praze jako **největší problém bylo množství individuální automobilové dopravy** a prostor, který ve městě zabírá. Problematicky vnímají senioři zejména **prach, hluk, vysokou koncentraci aut v ulicích a časté parkování aut na chodnicích**. Prioritou by proto měla být opatření, která zmírní dopady individuální automobilové dopravy zejména na starší generaci obyvatel, jako je **podpora městské hromadné dopravy, rozšiřování pěších zón, P+R parkoviště, či omezení vjezdu aut do širšího centra**.

Bezbariérovost: Důležitost bezbariérového přístupu je nezastupitelná, zejména pro seniory s omezenou pohyblivostí. Často zmiňovanými bariérami jsou **vysoké schody, chybějící eskalátory** nebo **nedostatečně přístupné lavičky**. **Doporučujeme aplikovat dostatečnou bezbariérovost, zejména na úřadech a ve veřejných prostranstvích, právě tato místa by měla sloužit jako demonstrace stavu bezbariérových politik měst a mohou motivovat i ostatní aktéry**. Zlepšení bezbariérovosti může zahrnovat **instalace výtahů, eskalátorů, ramp, širokých dveří, vhodných schodů** (ne příliš vysoké nebo strmé) **s bezpečným zábradlím, protiskluzových podlah, pohodlných míst k odpočinku, jasných značení a veřejných toalet s bezbariérovým přístupem**.



Závěr

Čelíme bezprecedentní **klimatické krizi**,²⁸ města jsou místy, která budou k dopadům změn klimatu **nejvíce zranitelná**.²⁹ Svět se **urbanizuje**, do roku 2050 budou ve městech bydlet dvě třetiny populace.³⁰ A **populace stárne**, nejrychleji rostoucí skupinou obyvatel je populace nad 65 let.³¹ S těmito globálními megatrendy budeme muset počítat i při plánování Prahy.

V policy paperu zdůrazňujeme potřebu zaměřit se na potřeby seniorek a seniorů v kontextu těchto změn. **Zjistili jsme, že senioři v Praze čelí konkrétním výzvám spojeným s extrémními teplotami a dalšími dopady klimatické krize.** Města jako Praha musí přizpůsobit své plánování tak, aby lépe chránilo tuto zranitelnou skupinu. Zjistili jsme, že existuje **nedostatek politik a strategií**, které by se specificky zaměřovaly na potřeby seniorů v oblasti městského plánování. Tato skupina obyvatel je často **opomíjena v strategických dokumentech a městských plánech** a je **nedostatečně zahrnována do městských participací**.

Na základě našich projektů předkládáme konkrétní doporučení. Senioři by měli být **aktivně zapojeni** do procesu městského plánování a strategických rozhodnutí. Kombinace **online a offline** nástrojů participace, **spolupráce s odborníky** na práci se seniory, **profesionální facilitace** a důraz na **bezbariérovost** prostoru jsou klíčovými prvky úspěšné participace.



Doporučené politiky ve městě jsou **budování živých a inkluzivních komunit**, ve kterých je dodržován princip **patnáctiminutových měst** s důrazem na finančně **dostupné bydlení v blízkosti klíčových služeb**. Dále různorodé **zelené a vodní prvky, dostupná místa k odpočinku a bezbariérovost** (zejména úřadů a veřejných prostranství). A neposledně **dostupná a bezbariérová veřejná doprava, podpora pěších a cyklistů**.

Věříme, že naše doporučení mohou přispět k tvorbě inkluzivních politik, které zohlední potřeby seniorů a povedou ke zlepšení jejich života v hlavním městě Praze v době klimatické krize.

1. <https://chmibrno.org/blog/2021/08/11/proc-je-rozdil-v-prumerne-teplote-v-radu-desetin-stupne-ci-jednotek-stupnu-dulezity/>
2. <https://www.klimatickazmena.cz/cs/adaptace/mesta/>
3. Marek V. Michal a kol., 2022. Klimatická změna - příčiny, dopady a adaptace. Academia, Prague.
4. https://adaptacepraha.cz/wp-content/uploads/2019/08/analyticka_strategie_adaptace.pdf
5. https://www.niehs.nih.gov/research/programs/climatechange/health_impacts/vulnerable_people/index.cfm
6. <https://www.un.org/development/desa/pd/content/urbanization-0>
7. https://www.praha.eu/jnp/cz/o_meste/magistrat/tiskovy_servis/tiskove_zpravy/skoly_a_skoly_v_kazde_nove_ctvrti_za.html
8. <https://www.un.org/en/global-issues/ageing>
9. <https://www.czso.cz/csu/czso/pocet-senioru-v-pristich-desetiletich-vyrazne-vzroste>
10. https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/134014/9789241507691_eng.pdf;jsessionid=3FFB32C6DBB9C5C0399E6C9F8D8E7990?sequence=1
11. <https://www.hrw.org/news/2022/08/12/europe-heatwaves-disastrous-older-people-people-disabilities>
12. <https://www.hrw.org/news/2022/08/12/europe-heatwaves-disastrous-older-people-people-disabilities>
13. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/16506977/>
14. <https://doi.org/10.3390/ijerph13030284>
15. https://www.re-searchgate.net/publication/257492649_Growing_Old_in_a_Changing_Climate_meeting_the_challenges_of_an_ageing_population_and_climate_change
16. <https://iprpraha.cz/assets/files/files/6f6b319475668e33d37aac192560ac6d.pdf>
17. https://klima.praha.eu/data/Dokumenty/Dokumenty%202023/klimaplan_cz_2301_09_online.pdf



18. <https://arnika.org/jak-se-zije-seniorum-v-praze>
19. <https://arnika.org/zachran-souseda-sousedku-pred-vedrem>
20. <https://www.theguardian.com/sustainable-business/2016/dec/07/age-friendly-cities-loneliness-older-people-housing-planned-community-serenbe-atlanta-lyft>
21. příklad dobré praxe čerpáme z příspěvku Vojtěcha Černého na konferenci Jak naplánovat rozvoj města od organizace Agora
22. https://kromerizsky.denik.cz/zpravy_region/kromeriz-chce-znovu-obnovit-radu-senioru-hleda-zajemce-20221130.html
23. <https://www.regionalniovinky.cz/zpravy/regiony/v-kromerizi-se-po-letech-opet-sesla-rada-senioru/>
24. <https://zenodo.org/records/5997055#.YgEwMerLdD8>
25. <https://www.mestoseniorum.cz/cz/pruvodce#mesto-bez-barier>
26. <https://www.mestoseniorum.cz/cz/pruvodce#mesto-bez-barier>
27. <https://arnika.org/praha/nase-temata/mesto-a-klima/seniori-ve-meste>
28. <https://www.ipcc.ch/report/ar6/syr/resources/spm-headline-statements>
29. <https://news.un.org/en/story/2019/09/1046662>
30. <https://www.un.org/development/desa/pd/content/urbanization-0>
31. <https://www.un.org/en/global-issues/ageing>

Autorka: Mgr. Valentýna Heřmánková

Vznik policy paperu finančně podpořilo hlavní město Praha v rámci projektu “Územní plánování v kontextu klimatické změny pro pražské seniory”, č. DOT/54/12/022133/2022

