

KHÔNG GIAN KIẾN TRÚC KHU Ở VỚI VẤN ĐỀ SINH HOẠT RÈN LUYỆN SỨC KHOẺ THỂ CHẤT CỘNG ĐỒNG CỦA NGƯỜI HÀ NỘI

KTS Phùng Thế Vinh
Viện Khoa học công nghệ xây dựng

Sau khi Việt Nam tiến hành công cuộc đổi mới từ 1986 đến nay, quá trình đô thị hoá đã diễn ra hết sức nhanh chóng. Đặc biệt trong 10 năm trở lại đây, chúng ta đã chứng kiến một quá trình đô thị hoá với tốc độ cao chưa từng có, nhất là ở hai thành phố lớn nhất đất nước là Hà Nội và thành phố HCM. Theo báo cáo tại hội thảo “các vấn đề ven đô và đô thị hoá” của Viện quy hoạch đô thị và phát triển nông thôn - Bộ xây dựng thì đến năm 2020 dân số Hà Nội sẽ khoảng 7,5 đến 8,5 triệu người. Quá trình đô thị hoá đi liền những ảnh hưởng tiêu cực đã làm cho sức khỏe người dân đô thị chịu nhiều ảnh hưởng theo chiều hướng bất lợi. Để khắc phục tình trạng này, các tổ chức xã hội, các nhà chuyên môn kiến trúc đô thị, các tổ chức y tế đã đề xuất các giải pháp nhằm giảm thiểu tác động tiêu cực đến sức khỏe. Ở Hà Nội mô hình khu đô thị mới (KĐT) đang phát triển rất nhanh từ khi xuất hiện (1994) và cũng đang phải nghiên cứu hoàn thiện để tốt hơn. Một trong nhiều vấn đề đang được quan tâm đó là bảo vệ và nâng cao sức khỏe người dân trên địa bàn cư trú. Trong phạm vi bài viết chỉ đặt vấn đề cụ thể cho các hoạt động rèn luyện sức khỏe thể chất (SKTC) cộng đồng trong không gian các khu ở của Hà Nội và KĐT.

Ý NGHĨA, VAI TRÒ CỦA RÈN LUYỆN SỨC KHOẺ THỂ CHẤT QUẦN CHÚNG TRONG CỘNG ĐỒNG ĐÔ THỊ

Sinh hoạt, hoạt động thể chất hàng ngày là rất quan trọng đối với sức khỏe mỗi người. Sinh thời, Chủ tịch Hồ Chí Minh đã trở thành tấm gương cho mọi người dân Việt Nam về ý thức tập thể dục rèn luyện sức khỏe hàng ngày. Người đã từng nói: “mỗi người dân yếu ớt, tức là cả nước yếu ớt. Mỗi người dân mạnh khỏe tức là cả nước mạnh khỏe...”. Đại hội đại biểu toàn quốc lần thứ VIII cũng đã nêu: “sự cường tráng về thể chất là nhu cầu của bản thân con người, đồng thời là vốn

quý để tạo ra tài sản trí tuệ và vật chất cho xã hội...”. Ngành y tế đã khẳng định: “con người hàng ngày vận động thể chất ở mức độ phù hợp sẽ giảm thiểu nguy cơ nhiều loại bệnh mãn tính như tim mạch, khớp, tiểu đường... và còi xương ở trẻ em”. Nhờ có hoạt động thể chất, người dân đô thị chống được “tress” do áp lực cuộc sống đô thị, có tinh thần thoải mái, thân hình cường tráng mạnh mẽ, sáng khoái, hạnh phúc, sẵn sàng chủ động đi đầu không ngại việc trong cuộc sống ở gia đình, cộng đồng và ngoài xã hội.

YẾU TỐ ĐẶC THÙ TRONG SINH HOẠT RÈN LUYỆN SKTC CỘNG ĐỒNG Ở ĐÔ THỊ

Hoạt động thể chất quần chúng của cộng đồng người dân đô thị được diễn ra từ 2 yếu tố cơ bản đó là: 1- các hoạt động “chủ động trực tiếp” theo ý thức tự giác cá nhân cho nâng cao sức khỏe như: tập thể dục ngoài thiên nhiên (chạy, đi bộ, tập dưỡng sinh, bơi lội, chơi thể thao quần chúng cầu lông, đá cầu, thể dục nhịp điệu...), trong không gian kiến trúc và các phòng tập (tập thể hình, khiêu vũ, xà, tạ...). 2 - là từ các hoạt động “gián tiếp” kết nối đến SKTC thông qua sự vận động cơ thể cho các sinh hoạt đời sống hàng ngày tại khu ở, được hỗ trợ bởi các giải pháp tổ chức không gian kiến trúc công cộng đô thị như: đường đi bộ, vỉa hè, đường dành cho xe đạp (để đi làm, đến điểm giao thông, đến trung tâm mua sắm, đến trường học, nhà trẻ, cầu lạc bộ...), trung tâm đi bộ mua sắm, sân vui chơi nâng cao trí lực trẻ em, không gian với địa hình cho giải trí người lớn...

SINH HOẠT RÈN LUYỆN SKTC CỘNG ĐỒNG TRONG MÔI TRƯỜNG KHU Ở HÀ NỘI

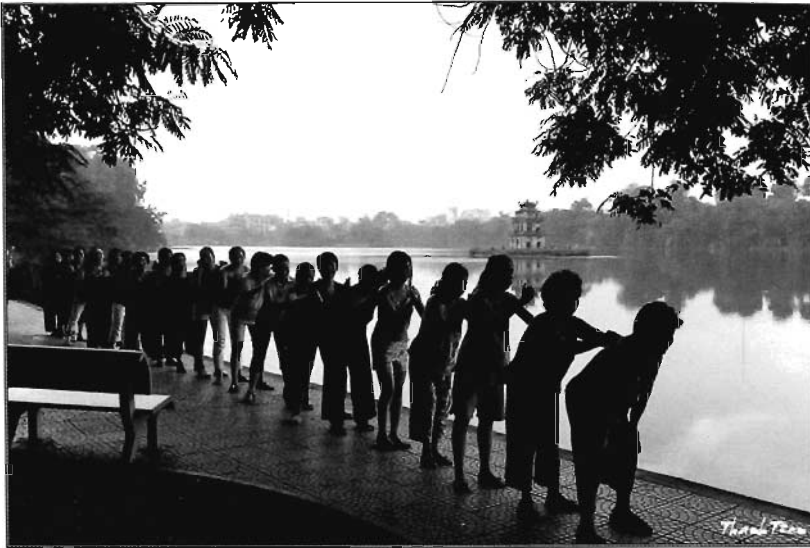
Người dân Hà Nội rất yêu thích rèn luyện SKTC, rèn luyện SKTC đã trở thành thói quen, nếp sống của một bộ phận lớn dân cư, từ lứa tuổi trẻ em đến người già. Trong những năm chiến tranh chống Mỹ cứu nước (trước 1975) phong trào “rèn



Sinh thời, Bác Hồ là tấm gương cho mọi người dân VN về ý thức tập thể dục rèn luyện sức khỏe thể chất.

luyện sức khỏe để xây dựng và bảo vệ tổ quốc” đã được người dân Hà Nội thực hiện sâu rộng từ nơi ở đến trường học, nhà máy, công xưởng... Tại các khu phố, các cháu thiếu niên nhi đồng tập trung theo các tổ đội tự quản, dưới sự hướng dẫn và quản lý của các anh chị phụ trách (thường là các Đoàn viên thanh niên do nhà trường giới thiệu về phối hợp với chính quyền khu phố) tiến hành tập thể dục tập thể vào 6h sáng hàng ngày tại vỉa hè, khu cây xanh trên các phố. Thanh niên và người lớn tập thể dục, chạy bộ, đá cầu, nhảy dây, chơi bóng bàn, đá bóng, trong công viên, vườn hoa, trên đường phố quanh khu ở từ mờ sáng đến trưa thành hình ảnh quen thuộc đẹp đẽ trong ký ức các thế hệ người Hà Nội thời đó.

Ngày nay cùng với xu thế trên thế giới, hoạt động rèn luyện SKTC đã trở thành phong cách sống văn minh, hiện đại, là “biểu hiện” cho sự hiểu biết về văn hoá, bảo vệ môi trường và quan tâm đến sự phát triển toàn diện con người. Phong trào rèn luyện SKTC cộng đồng tại nơi ở



Hồ Gươm là nơi ưa thích để sinh hoạt rèn luyện sức khỏe thể chất của người dân phố cổ.

đang được các cấp, các ngành ở Hà Nội tuyên truyền vận động và tạo điều kiện để cộng đồng tham gia. Một ví dụ sinh động cho các hoạt động này là “giải chạy Báo Hà Nội Mới” được tổ chức thường niên với sự tham gia đông đảo của người dân và khách nước ngoài. Đặc biệt, người dân Hà Nội đã được chứng kiến nhiều vị nguyên thủ các nước (Trung quốc, Úc, Pháp, Nga, Singapore, Mỹ...) khi đến thăm, làm việc và lưu lại ở Việt Nam đều dành thời gian từ sáng sớm chạy bộ để cùng hoà lẫn với người dân bản địa tập thể dục quanh Hồ Hoàn Kiếm - địa danh lịch sử và là thắng cảnh của Hà Nội, của Quốc gia.

Tuy nhiên, bên cạnh những mặt tích cực thì hoạt động rèn luyện SKTC quần chúng tại địa bàn cư trú đang gặp những vấn đề bất cập liên quan đến tổ chức không gian kiến trúc khu ở và nhận thức còn đơn giản về rèn luyện sức khỏe nhân dân. Cụ thể như:

- Qua nghiên cứu của Hội người cao tuổi, những người đã nghỉ chế độ ở Hà Nội (chiếm gần 10% số dân khu ở) sống khỏe 15 - 20 năm sau khi nghỉ hưu và ưu tiên hàng đầu của họ là sức khỏe. Họ thường sinh hoạt rèn luyện SKTC như: tập dưỡng sinh, đi bộ, tập quyền... Tuy nhiên, qua khảo sát của một tổ chức xã hội trên địa bàn Hà Nội thì có đến 36% người được hỏi ngại không muốn luyện tập do phải đi xa khỏi nơi ở mới có chỗ luyện tập, 76% trả lời có đi tập vài tháng rồi lại bỏ vì không có người hướng dẫn để tập luyện đúng phương pháp phù hợp (theo khuyến cáo của ngành y tế, rèn luyện thể chất phải đúng cách, đặc biệt với người cao tuổi, nếu tập ở tư thế sai có thể gây ra các bệnh mãn tính như viêm khớp, thoái hoá khớp, đau dây thần kinh tọa, nứt gãy xương...) nên không thấy sức khỏe thể chất tiến bộ...

- Với nhóm người trong độ tuổi lao động chiếm tỉ lệ đông nhất (theo thống kê gần đây các gia đình trẻ chiếm tới 36% các gia đình ở đô thị) vì đang ở độ tuổi có thể lực nên nhu cầu hoạt động rèn luyện SKTC của họ mạnh mẽ đa dạng và tìm đến vẻ đẹp hình thể (như: chơi thể thao trên sân, tập xà, tạ, bơi lội, chạy bộ, đạp xe, luyện tập thể hình trong phòng tập, tập thể dục nhịp điệu, võ thuật...); Tuy nhiên, số người tham gia rèn luyện SKTC không nhiều, 1 phần do thời gian eo hẹp còn chủ yếu là do địa bàn cư trú không có các công trình với thiết bị hỗ trợ và không có chuyên gia hướng dẫn để hoạt động SKTC đạt kết quả rõ ràng; mặc dù một số gia đình có mua các máy tập và dụng cụ hỗ trợ để rèn luyện thể chất ngay tại căn hộ của mình, nhưng không thể nhân rộng trong cộng đồng, khi mà theo thống kê của Quỹ dân số Liên hợp quốc (UNFPA) cho thấy 30% dân số Hà Nội phải sống trong môi trường chật chội với diện tích nhà ở dưới 3m²/người. Trong khi tại các phòng tập tư nhân có chuyên gia hướng dẫn với thiết bị hỗ trợ, muốn tham gia thì phải đóng tiền (từ 500 nghìn đến 2 triệu đồng/tháng...) nên không phổ cập.

Các đoàn thể, khối phố có tổ chức 1 năm đôi lần cho CBCNV, công đồng dân cư tham gia thi đấu “thể thao” nhưng chỉ dừng lại ở mức độ “phong trào” không đáp ứng yêu cầu của hoạt động rèn luyện SKTC, đó cũng là lý do người trẻ ở Hà Nội ngày càng có xu hướng hẹn nhau “ăn nhậu lai rai” tại các quán xá trên vỉa hè đường phố và khu ở sau khi hết giờ làm việc hơn là phải đi đâu đó tìm chỗ vừa mát tiền vừa xa để chơi thể thao hay rèn luyện SKTC.

- Trẻ em, thiếu niên ở Hà Nội có khoảng 1triệu (theo UBND-GD-TTN-ND của Quốc Hội) ngoài giờ học ở trường không có chỗ vui chơi kết hợp nâng cao



Khách nước ngoài cũng tìm đến hồ để luyện tập cùng người bản địa



Người cao tuổi thường lựa chọn cách rèn luyện thể chất nhẹ nhàng kỹ thuật, như tập quyền, dưỡng sinh, luyện khí công... những môn đòi hỏi phải có chuyên gia hướng dẫn



Để được rèn luyện thể chất có hướng dẫn với các thiết bị hỗ trợ tại các phòng tập như thế này người tham gia phải mất 500 nghìn đến 2triệu đồng/ tháng.



Sau giờ làm, thay vì phải đi xa, phải mất tiền mới có phòng tập, cây xanh công viên để rèn luyện SKTC và giao lưu, thì người ta lựa chọn gặp gỡ ở quán ăn vỉa hè trên đường về.



Thiếu sân chơi tại khu ở nên trẻ em phải đến vui chơi trên sân công trình văn hoá



Một buổi học thể dục của học sinh trên vỉa hè đường phố



Do thiếu sân, trẻ em thay vì hiếu động vui chơi thì thường mắc phải vấn nạn "nghiện" chơi điện tử, game.



Khu ở chật chội, các không gian nhỏ quanh nhà trở thành nơi để xe cho khách sử dụng dịch vụ tại tầng 1, vì vậy người dân không có chỗ để rèn luyện thể chất ngoài trời.



Công viên Thống Nhất mảng xanh lớn chưa KĐT M nào đạt tới.

trực lực, đa số các cháu phải ở trong nhà, trong khi lứa tuổi này rất hiếu động cần chạy nhảy cho vận động thể chất. Đó cũng là một trong các nguyên nhân dẫn đến tình trạng "báo động" hiện nay ở Hà Nội mà ngành Y tế, nhà trường, công luận xã hội đang nêu lên, đó là: "hiện tượng học sinh sợ môn thể dục và không hoàn thành được môn này ở trường, do thể chất kém, do sức khoẻ không được thường xuyên rèn luyện nên không học nổi...". Trong khi ở các nước tiên tiến như Pháp, Mỹ hầu hết trẻ em được làm quen với hoạt động thể chất ngay từ nhỏ một cách rất tự nhiên tại môi trường quanh nhà, 5 - 6 tuổi đã được phụ huynh cho tham gia các câu lạc bộ thể thao vui chơi có hướng dẫn, đến tuổi trung học các em đã thạo vài môn thể thao quần chúng và có sân chơi thể thao gia đình ngay tại trước nhà như cột bóng rổ, sân cầu lông, trượt pa tanh...

Còn tại các khu ở và ngay cả các khu ở mới như KĐT M Hà Nội - tuy là mô hình đô thị mới, nhưng gần như chưa có cơ sở vật chất nào đáng kể để quan tâm, khuyến khích và phối hợp giữa nơi ở với nhà trường cho rèn luyện SKTC trẻ em, thanh thiếu niên; trong khi các hàng quán với những ảnh hưởng tiêu cực với trẻ em xuất hiện ngày càng nhiều (hàng chơi điện tử, chơi game, bán đồ chơi bạo lực...).

- Vấn đề cũng như vậy đối với người khuyết tật, tàn tật. Theo thống kê của ngành y tế nước ta năm 2009 tỉ lệ người tàn tật trong khối dân cư đô thị là 5,9%, tức là trung bình cứ 100 người dân Hà Nội có 6 người tàn tật và khuyết tật. Những đối tượng này đang rất cần phải tham gia các hoạt động rèn luyện SKTC để phát huy khả năng khả năng và khắc phục giới hạn về cơ thể của mình. Ngành y tế, cộng đồng, xã hội luôn động viên khích lệ họ, nhưng để tham gia được, họ cần các không gian kiến trúc luyện tập phù hợp

tại nơi cư trú, được hướng dẫn bởi các chuyên gia chuyên ngành với các thiết bị hỗ trợ chuyên dụng.

- Trong khi đó áp lực đô thị hoá nhanh (theo đánh giá của các chuyên gia thì Hà Nội có tỷ lệ là trên 40%) với thời gian quá ngắn (15 năm) đã đặt người dân Hà Nội phải đối mặt với vấn đề không có môi trường thiên nhiên để sinh hoạt. Theo số liệu của Hiệp hội đô thị, chỉ tiêu diện tích cây xanh trên đầu người của Hà Nội hiện nay dưới 1,5m²/ng, chỉ bằng 1/15 - 1/20 các thành phố có chất lượng sống tốt trên thế giới. Chỉ tính qua 10 năm sau đổi mới (từ 1986 đến 1996) diện tích cây xanh ở Hà Nội giảm 12%, diện tích mặt nước ao hồ giảm 64,5% và ngược lại diện tích xây dựng nhà tầng 22,4% (số liệu tại đề tài khoa học do GS Phạm Ngọc Đăng chủ tịch Hội xây dựng làm chủ nhiệm). Công viên vui chơi giải trí rất ít, diện tích các công viên chức năng cũng rất hẹp (0,5 - 4ha), chỉ có tác dụng thư giãn ngắm cảnh không đáp ứng cho các hoạt động rèn luyện SKTC cộng đồng. Các công viên được tổ chức theo tầng bậc trước đây (cấp thành phố, quận, huyện) như công viên Thống Nhất, công viên Bách thảo, Công viên Thủ Lệ, Đống Đa, Nghĩa Đô, Thanh Nhàn...) đến nay đã trở nên "nhỏ bé" trước sự "bùng nổ" dân số và mở rộng diện tích ở tại Hà Nội, đồng thời phải mua vé vào cửa, nên không đáp ứng đủ và gây trở ngại thực sự cho hoạt động rèn luyện SKTC của người dân.

- Tại các khu ở cũ và mới ở Hà Nội, các không gian công cộng - nơi thuận lợi và hỗ trợ cho hoạt động rèn luyện SKTC thông qua đi bộ và đi xe đạp đang ngày càng bị thu hẹp, vỉa hè bị lấn chiếm, chia cắt bởi các hộ kinh doanh "cát cứ". Các tuyến đường trước dành cho đi bộ và đi xe đạp trong các khu ở đã trở thành đường cho xe máy, thậm chí cả ô tô nên không an toàn không khuyến khích người dân. Vì vậy đã dẫn đến giảm đi đáng kể các hoạt động thể chất có được rất "tự nhiên" thông qua vận động cơ thể do đi bộ và đi xe đạp hàng ngày. Cũng như vậy việc chuyển từ đi bộ, xe đạp sang đi xe máy, ô tô ngay từ cửa nhà trong khu ở của đại bộ phận người dân cũng là không tốt dưới quan điểm vận động cơ thể thuận lợi cho sức khoẻ.

Mới đây, nhà nghiên cứu đô thị Stephanie Geertman người Canada sau khi khảo sát và nghiên cứu về xu hướng phát triển đô thị Hà Nội đã chỉ ra một sự thực khác với ước mơ của người dân và các chuyên gia về một Hà Nội với thiên nhiên cây xanh hồ nước, có kiến trúc - văn hoá đặc sắc, cuộc sống người dân sôi động mạnh khoẻ hạnh phúc... Đó là nghiên cứu sau khi đã nêu lên các vấn đề như phân cực giàu nghèo, sự thay thế các công trình mang tính văn hoá đặc thù,

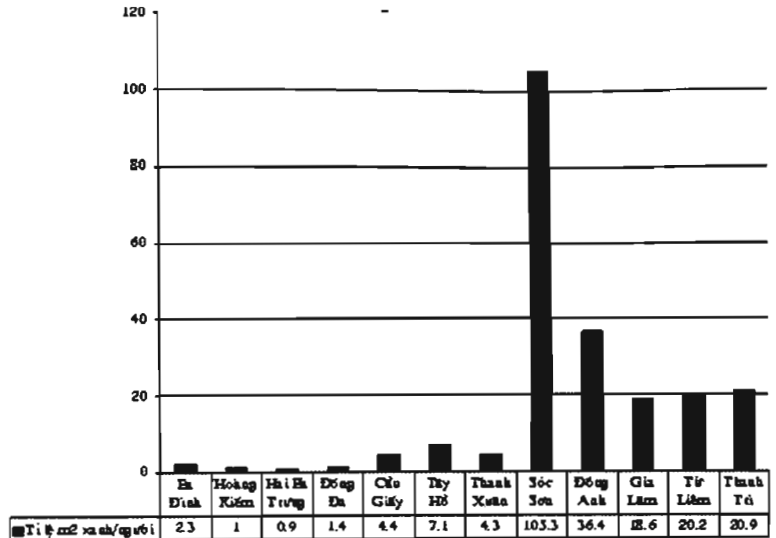
phát triển giao thông chỉ dành cho ô tô, vấn đề ảnh hưởng không tốt đến các hoạt động rèn luyện SKTC cộng đồng (như sự biến mất của các đường đi bộ, đi xe đạp, các khoảng trống, sân chơi thiếu nhi, các không gian công cộng trong các khu ở, sự quan niệm đơn giản về rèn luyện sức khỏe thể chất chỉ là tập thể dục buổi sáng) đã kết luận: "rất nhiều xu hướng phát triển đô thị ở Hà Nội theo quan điểm của chúng tôi không hỗ trợ cho sức khỏe và hạnh phúc của người dân trong thành phố." Điều này đã làm cho chúng ta thực sự phải suy nghĩ...

TỔ CHỨC KHÔNG GIAN KIẾN TRÚC KĐT M VỚI SINH HOẠT RÈN LUYỆN SKTC CỘNG ĐỒNG

Đến hôm nay số lượng các KĐT M ở Hà Nội đã gần đến con số 80, tuy nhiên nhiều khu vẫn chỉ được coi là đáp án tức thời cho nhu cầu tăng quỹ đất nhà ở. Mô hình KĐT M mới xuất hiện từ năm 1994, song đã có nhiều vấn đề bất cập cần hoàn thiện, trong đó vấn đề tạo điều kiện để hỗ trợ nâng cao sức khỏe (NCSK) cộng đồng theo tinh thần Nâng cao sức khỏe của tổ chức y tế thế giới (WHO): đó là tạo khả năng và hỗ trợ cho người dân kiểm soát và nâng cao sức khỏe của mình một cách chủ động và cũng là điểm khác biệt với chăm sóc y tế - coi con người là đối tượng tiếp nhận sự chăm sóc một cách thụ động thông qua xử lý lâm sàng là chủ yếu).

Dưới góc nhìn hoạt động rèn luyện SKTC, các KĐT M Hà Nội tuy là mô hình đô thị mới, nhưng gần như chưa có cơ sở vật chất kiến trúc nào đáng kể để quan tâm đến NCSK thông qua các hoạt động thể chất tự giác quần chúng tại cộng đồng (thiếu trầm trọng các sân chơi cho thiếu nhi, không có hệ thống các phòng tập trong nhà với thiết bị hỗ trợ và quan trọng là thiếu sự hướng dẫn trong tập luyện). Vấn đề này còn là do quan niệm đơn giản về chất lượng sức khỏe nhân dân (các khu chỉ cần có cây xanh và trạm y tế là đủ, mặc dù trên thực tế phần lớn các KĐT M cũng không có công trình y tế cấp cơ sở này và diện tích cây xanh thì rất thiếu), hiệu quả đúng về công tác NCSK cộng đồng (WHO đã định nghĩa: "NCSK cộng đồng đó là sự phối hợp liên ngành, giáo dục sức khỏe, thay đổi hành vi, chủ động tự giác kiểm soát sức khỏe bản thân, rèn luyện kỹ năng sống, sự hỗ trợ của môi trường tự nhiên, môi trường vật lý và chính sách quản lý cho sức khỏe").

Diện tích cây xanh và không gian công cộng của các khu ở KĐT M (là nơi thuận lợi cho người dân thực hiện rèn luyện thể chất) thường có chỉ tiêu m²/ng rất thấp, trung bình chỉ tiêu này sau khi đã gộp cả diện tích cây xanh đường phố, cây xanh cách ly (không cùng chức năng) cũng chỉ cố gắng đạt theo TCVN: 4m²/ng, nhưng



Biểu đồ phân bố diện tích cây xanh trên địa bàn HN trước khi mở rộng

Bảng chỉ tiêu đất công cộng cây xanh tại một số KĐT M ở Hà Nội.

KĐT M	CHỈ TIÊU ĐẤT			
	Công cộng		Cây xanh	
	m ² /ng	Tỷ lệ	m ² /ng	Tỷ lệ
Linh Đàm	1,3		19,4	
Định Công	1,9		0,7	
Trung Hòa - Nhân Chính	2,1		0,9	
Trung Yên	1,1		0,8	
Mỹ Đình II	2,3		1,8	
Pháp Vân	3,4		2,0	
Việt Hưng	2,8		2,1	
Ciputrag.đi	2,0		4,3	
Chỉ tiêu TB	2,1	7,1%	4,0	13,4%
TCVN với đô thị III	1,5-2	6,4%	3-4	12,7%

(trích nguồn: luận án TS Vương Hải Long).

thường không đạt, chỉ được 1,5 - 2,5m²/ng và còn bị chia nhỏ, thiếu tiện nghi, đơn điệu và không an toàn. Cũng bất cập như vậy đó là sự trùng lặp các không gian cho đi bộ, xe đạp, xe máy, bãi đỗ ô tô, các tuyến đường thì thiếu tiện nghi, ô nhiễm, cảnh quan nhếch nhác bởi chất lượng thiết kế đô thị kém nên chóng xuống cấp (via hè, tiểu cảnh, bồn hoa, ghế đá, tường rào, thêm bậc, đèn chiếu sáng...) cùng hệ quả của sự quản lý đô thị bị buông lỏng, đó là hàng quán trên vỉa hè, rác thải, các hộ dân coi nói lấn chiếm đất công cộng...

Tất cả các ảnh hưởng trên cho người ta cảm giác KĐT M hình như không khuyến khích người dân đi bộ, đi xe đạp trong khu ở. Trong khi chúng ta đã biết một trong các tiêu chí quan trọng của Đô thị Sinh thái - xu thế phát triển đô thị tiên tiến hiện nay trên thế giới, đó là người dân đi bộ và xe đạp trong không gian khu ở.

Đồng thời thiết kế kiến trúc nhà ở cao tầng KĐT M từ đơn chức năng giai đoạn đầu đến nay đã chuyển sang đa năng hỗn hợp với các tầng thấp "tiếp đất" khai

thác cho dịch vụ công cộng tại chỗ (siêu thị, nhà hàng, văn phòng kèm bãi đỗ xe cho khách...) tuy đem lại sự tiện ích cho đời sống nhưng đã dẫn đến không còn diện tích cây xanh thâm cỏ, khoảng trống quanh nhà cho các hoạt động thể chất của người già và vui chơi của trẻ em. Thiết kế kiến trúc các công trình nhà ở cao tầng còn "rẻ rãi" (từ chung cư cao cấp đến nhà ở chính sách, xã hội...), nhiều căn hộ chỉ có 1 ban công (hoặc loggia) nhỏ và mỏng, thậm chí không có, đã hạn chế rất nhiều cho các hoạt động thể chất tại nhà gia đình, đặc biệt là với người già, phụ nữ mang thai và người tàn tật.

KẾT LUẬN

Vấn đề rèn luyện SKTC cộng đồng tại địa bàn cư trú và đặc biệt là KĐT M đã đến lúc cần phải được nghiên cứu xem xét nghiêm túc trong tổng thể các hoạt động phối hợp cho Nâng cao sức khỏe cộng đồng, giáo dục sức khỏe nhân dân với quá trình đô thị hoá ở Hà Nội. Đó như là một sự tiếp nối truyền thống yêu

thích tập thể dục của người Hà Nội và là một trong những yếu tố quan trọng cho NCSK cộng đồng theo thông điệp của Tổ chức y tế thế giới tại Hiến chương Ottawa năm 1986 (kêu gọi các quốc gia thực hiện việc NCSK, nhấn mạnh đến việc tạo ra một môi trường thuận lợi cho các nỗ lực chăm sóc sức khỏe của cá nhân). Nếu như chăm sóc sức khỏe (CSSK) cho nhân dân là công tác quản lý nhà nước về sức khỏe do ngành y tế đảm nhiệm (thực hiện trên 3 tiêu chí: chất lượng dịch vụ y tế; bảo hiểm y tế và chi phí/ng/năm) thì NCSK cộng đồng là sự chủ động "yểm trợ" của toàn xã hội, liên ngành và từng cá nhân cho kiểm soát và nâng cao chất lượng sức khỏe con người. Chính vì vậy, giải pháp tổ chức không gian kiến trúc khu ở đô thị và KĐTMT cần phải được nghiên cứu thoả mãn các nhu cầu NCSK của cộng đồng, trong đó có nhu cầu sinh hoạt rèn luyện SKTC, nhằm thiết lập khu ở có chất lượng, góp phần xây dựng đô thị ở Hà Nội phát triển bền vững. ■

Nhà vệ sinh nổi trên sông

Đồ án "Nhà vệ sinh nổi trên sông" đã xuất sắc vượt qua 40 đồ án khác để giành giải vàng giai đoạn nghiên cứu giải thưởng "Holcim Prize 2010" do nhóm sinh viên ĐH Kiến trúc TP.HCM: Trần Vũ Linh, Nguyễn Du Phương Trang, Nguyễn Hoàng Anh và Nguyễn Hùng Giang thực hiện. Ngoài phần thưởng 50 triệu đồng, đồ án được cấp 150 triệu đồng để ứng dụng vào thực tế. Sau sáu tháng, nếu hiệu quả triển khai tốt, mô hình sẽ được hỗ trợ nhân rộng.

Để hoàn thành đồ án này, bốn bạn trẻ làm việc cật lực suốt sáu tháng. Trần Vũ Linh cho biết: "Toilet được xây trên bề nước nhưng không sử dụng giọt nước nào để xử lý chất thải". Khó nhất là xử lý phân bằng tro. Sở dĩ chọn tro vì tro có tính khử mùi, hút nước. Khi phân trở nên khô thì vi khuẩn sẽ không phát triển được.

Theo Vũ Linh, ưu điểm nổi bật trong xử lý chất thải của toilet nổi là mô hình liên kết khép kín: nhà sản xuất tro - nhà vệ sinh - nhà vườn. Mỗi tuần tro được chuyển tới toilet nổi để ủ phân. Sau một tháng, số phân đó được chuyển đến Hợp tác xã dâu Hạ Châu để được xử lý rắc nấm trichoderma có tính năng đối kháng với các nấm bệnh.

Trong quá trình nghiên cứu, nhóm được sự "tiếp sức" nhiệt tình bởi kiến trúc sư Nguyễn Văn Tất - Phó chủ tịch Hội Kiến trúc sư VN, TS Nguyễn Du Sanh (quyển trưởng khoa sinh học, ĐH KHTN TP.HCM), Th.S Phùng Thị Bích Hằng và Th.S Nguyễn Kim Nguyệt (khoa nông nghiệp và sinh học ứng dụng, ĐH Cần Thơ).

Theo tính toán, nếu toilet hoạt động hết công suất thì sau khi chi những khoản như mua tro, tiền điện, thuê nhân công... và thu về tiền bán phân, tiền lượt khách đi thì toilet nổi sinh lợi 3 triệu đồng/tháng. "Quan trọng là cách vận động và hướng bà con sử dụng toilet nổi. Ban đầu chúng mình sẽ hướng đến những người dân dùng xuồng nhỏ" - Nguyễn Hùng Giang nói.

Vũ Linh



Mô hình nhà vệ sinh nổi trong đồ án của các sinh viên - Ảnh do nhóm tác giả cung cấp.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

1. Một số dự án khu đô thị mới trên địa bàn Hà Nội.
2. Một số thiết kế kiến trúc nhà ở cao tầng tại dự án Mễ Trì, Trung Hoà, Cổ Nhuế, Trung Yên, Sài Đồng...
3. Định hướng quy hoạch tổng thể phát triển đô thị VN đến năm 2020; Bộ xây dựng.
4. Một số vấn đề phát triển đô thị mới ở VN; Trần Trọng Hanh.
5. Cuộc sống giữa những công trình kiến trúc: sử dụng không gian công cộng; Jan Gehl
6. Toàn cầu hoá với kiến trúc và biểu hiện văn hoá đô thị mới ở HN; Nguyễn Quốc Thông.
7. Xu hướng phát triển Hà Nội; Stephanie Geertman.
8. Bài viết nghiên cứu " Nâng cao sức khỏe" của Bs Trương Trọng Hoàng; Trung tâm truyền thông giáo dục sức khỏe.
9. Quá trình phát triển của Nâng Cao Sức Khỏe; Bs Phùng Đức Nhật; Viện vệ sinh y tế công cộng.
10. Đại cương về Nâng cao sức khỏe; Bs Đỗ Hồng Ngọc.
11. Các tài liệu liên quan đến định nghĩa, ý thức luận, nội dung và phương pháp thực hiện Nâng cao sức khỏe của tổ chức y tế thế giới WHO và Bộ y tế.