



植趣 · 愈见

—— 基于感知老化干预的五感康养社区设计

汇报人：牛一菲 谭淋雯 钟心然（按首字母）
指导老师：林广思、何志森



CONTENTS

第一章 · 暮年的独白

- 01 银发困境——日渐模糊的感官世界
- 02 社区镜象——李奶奶所处的空间与人群
- 03 行动的种子——小规模社区的疗愈行动
- 04 循环的激励——“货币”兑换的服务清单
- 05 希望的愿景——自然连接的未来邻里



CONTENTS

第二章 · 设计师的回答

06
总体布局——
社区疗愈花园
地图

07
精准介入——
动线规划及选
点分析

08
设计策略——
节点技术图及
效果展示

09
可持续运营——
疗愈社区系统
逻辑图

01 银发困境——日渐模糊的感官世界

吃什么都没味，
菜都不想买了！

看不清啊……

奶奶请问
807空间
怎么走呀？

这面墙
好有趣呀！

什么307？
你再说一次

我和老朋友们
几乎每天都会遇到
这种情况……

开花了
好香啊！

哪里有味道啊？

椅子太烫了，
不坐了！

我怎么坐着不烫……



02 社区镜象——李奶奶所处的空间与人群

区位特征

功能定位与空间结构

性别



婚姻状况



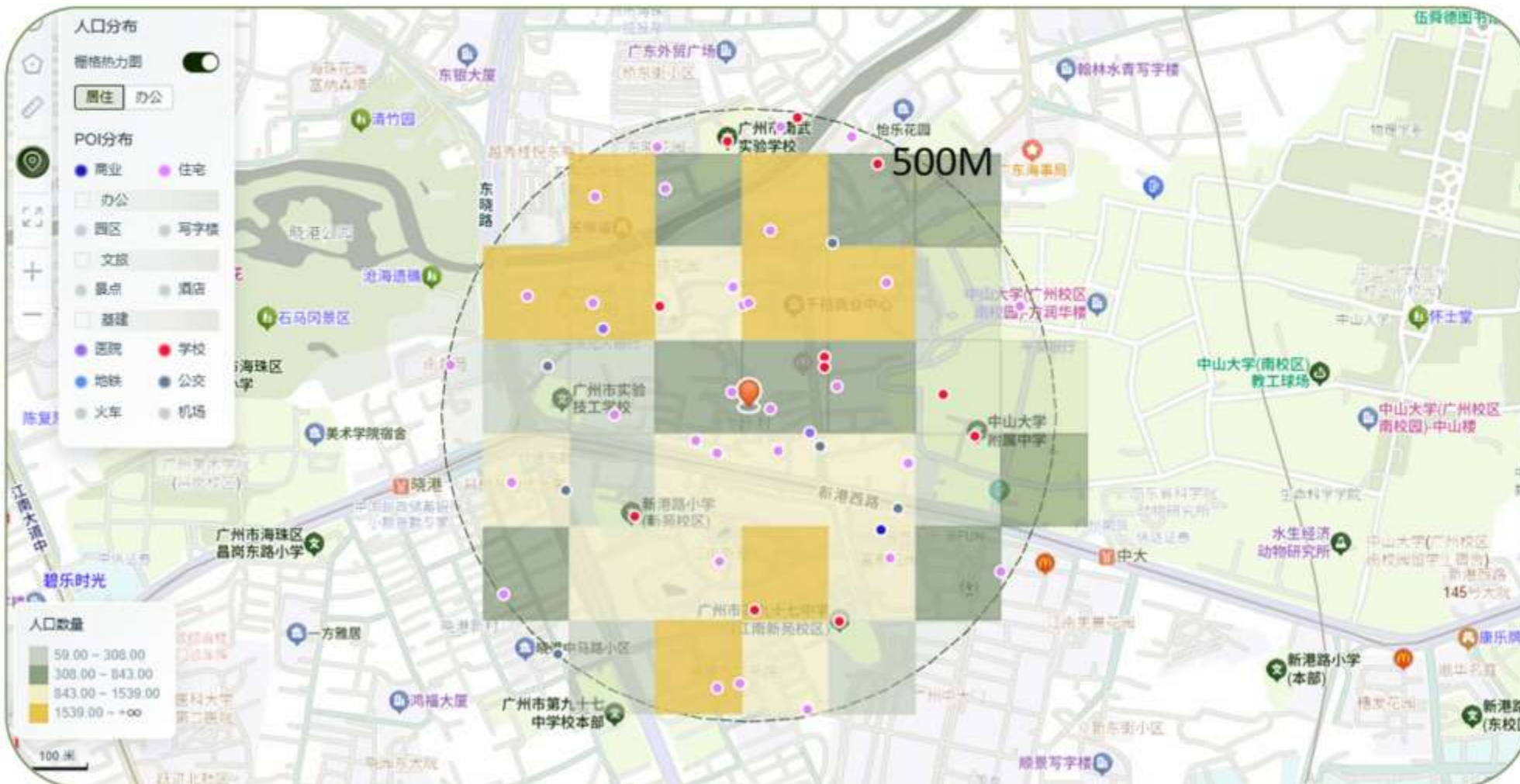
性别分布相对均衡；

年龄结构偏大，45岁以上超40%；

婚姻状况中已婚与未婚比例相近；

因人口老龄化，成年子女家庭和无孩家庭多；

整体学历偏低，本科及以上仅20.5%

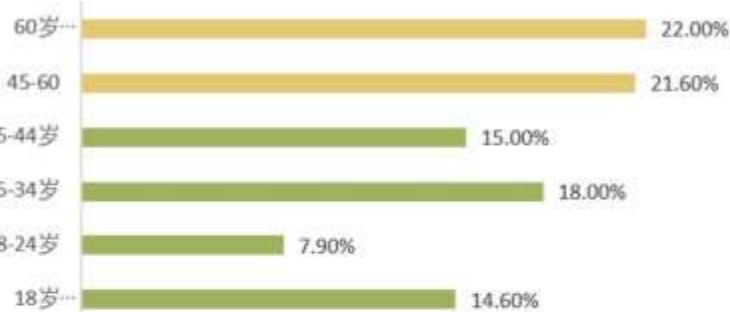


人口结构与社会特征

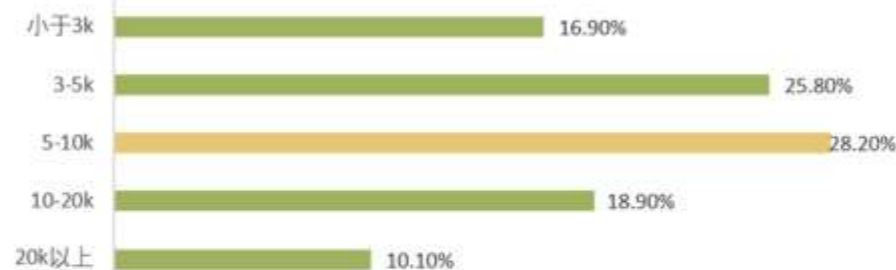
我和朋友们年龄都大了，
开始不中用了，
听不清也看不清……
以后走不动了该怎么办



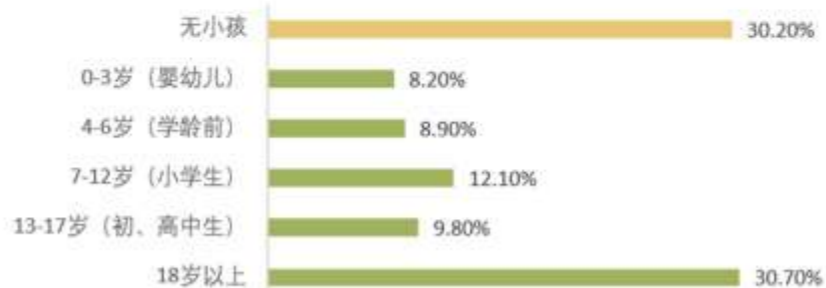
年龄



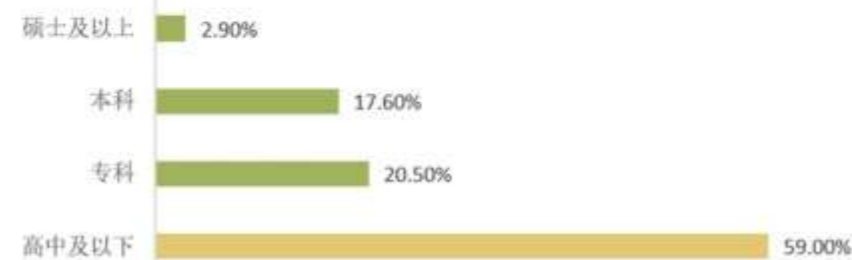
收入能力



子女年龄



学历



来跟我们一起建设
预防感知老化的五感康养花园社区吧!

白干活儿吗?
能收获什么?

怎么参与?

您是否有这样的困扰?



这是共建手册!
能解答你们的问题

反正退休没事干
感觉还挺好玩的



怡然自乐

03 行动的种子—小规模社区的疗愈行动

怡乐五感
补给手册

你知道吗?
植物可以无副作用
的疗愈感知器官!



接收
一起来种花吧!
获得五感印章

兑换

用印章换取服务
足不出户 上门理发
(跑腿买菜、维修家电.....)
持续更新中



五感种植 玩法



Step1:
在宣传栏/807创新空间/慈善书院等
派发点领取补给手册和植物种子



Step2:
每周二、四、六前往黄房子参与种植
一次可以获得3个印章
植物开花或结果额外获得1个印章



Step3:
前往街道小花园
参与五感疗愈日常活动
一次可以获得1个印章

Step4:
收集足够印章可以换取
特色周边小礼品和上门理发服务



怡乐社区地图

一起来地图探索



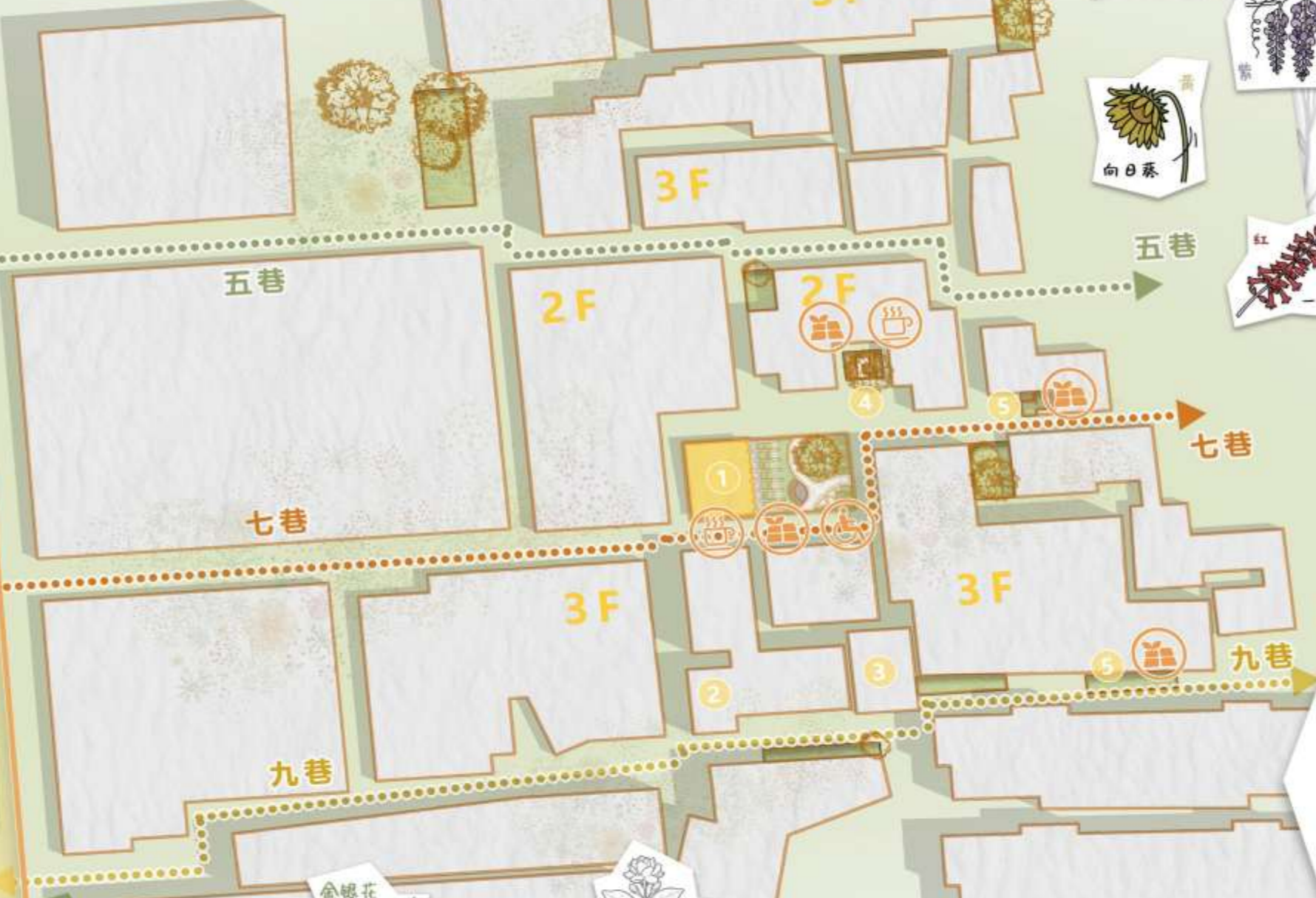
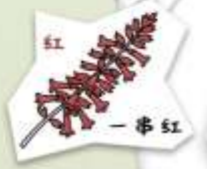
获得

植物贴纸!

撕下来~

贴在地图正确的位置上

.....五巷七巷九巷



补给地图

- 1 怡乐五感花园
- 2 807创意空间
- 3 公益书院
- 4 口袋花园
- 5 种植角



共享种植空间



无障碍适老化空间



休憩空间



约定! 要一起开心唱歌轻松聊天敞开心扉
愉快到开荒地老

怡乐五感 补给手册

藤本种植位置



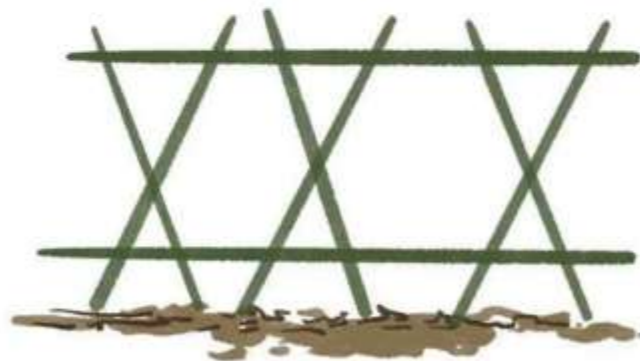
给花草一个架子
它就能向上生长



五感花园种植指南



藤本种植 三步法



Step1: 搭好架子

在种植前，务必先安装好坚固的棚架、拱门或网格等攀附物

Step2: 斜向种植

将植株与支撑物呈约45度角斜种，使茎蔓能轻松接触到支撑物，便于引导



Step3: 扶苗上架

生长初期，人工将藤蔓轻柔地绑在支撑物上，为其“指明”生长方向

种植存活
就能获得



X3

怡乐五感 补给手册

灌木种植位置



长高不容易

要好好浇水哦



五感花园种植指南



灌木种植 三步法



Step1: 挖个大坑

挖一个宽度是土球2-3倍、深度相当的坑，确保根系有宽松的生长空间

Step2: 浅种齐平

将植株放入坑中，确保根颈（树干与根交界处）与地面齐平或略高，切勿深埋



Step3: 围个水圈

用土在根部周围围一个浇水圈，浇透定根水，保证水分集中下渗

种植存活
就能获得



X2

怡乐五感 补给手册

草本种植位置



不用弯腰
就能种出小花



五感花园种植指南



草本种植 三步法



Step1: 翻松土地

深度翻土，去除杂草石块，并混入堆肥等有机质，使土壤疏松肥沃

Step2: 按距播种

根据成株大小确定合理间距进行移栽或播种，避免过密



Step3: 浇水掐尖

保持土壤湿润，生长期定期追肥，并及时摘除残花，以促进持续开花



种植存活
就能获得



XI

怡乐五感 补给手册

带有香气的植物散落在街道各地
一起来辨认收集吧!

嗅觉激活

金银花



桂花

栀子花



薰衣草



茉莉花

嗅觉导航花园

达成五种叶子收藏成就
即可获得

怡乐五感
种植印章

XI

怡乐五感
补给手册

听觉激活

静下心来，听听植物都在说什么
和大自然来场对话吧！



唰唰



悉簌



沙沙

咕嗒



绿荫聆听休憩站

每录制3种植物声音
即可获得

怡乐五感
种植印章

XI

怡乐五感 补给手册

记得这些植物都在哪里吗？
先在这里认识一下吧！

视觉激活

蓝



蓝花楹

紫



紫藤

粉



紫薇

红



一串红

黄



向日葵

植物路标识别站

每正确记录3种植物位置
即可获得

怡乐五感
种植印章

XI

植物其实可以与我们互动
摸一摸毛茸茸的植物解压吧!



碰碰香

八宝景天



含羞草



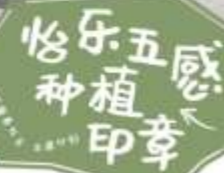
银叶菊



朝雾草

触摸互动花园

每触摸3种植物并标记位置
即可获得



到丰收的季节了?
大家一起分享一下吧!



作物品尝分享会

过节气
萝卜 1.1/斤
白菜 0.5/斤
茄子 2/斤

每分享一种自己收获的作物
即可获得

怡乐五感
种植印章



怡乐五感
补给手册

印章
兑换
规则



陪伴聊天

怡乐五感
种植印章

X10 =



跑腿买菜

怡乐五感
种植印章

X8 =



怡乐五感
种植印章

X20 =

上门理发



其他服务陆续开发中...

怡乐五感 补给 方式



这样看起来真不错

想好了
我们去设计吧

很热闹呢
比之前好玩多了





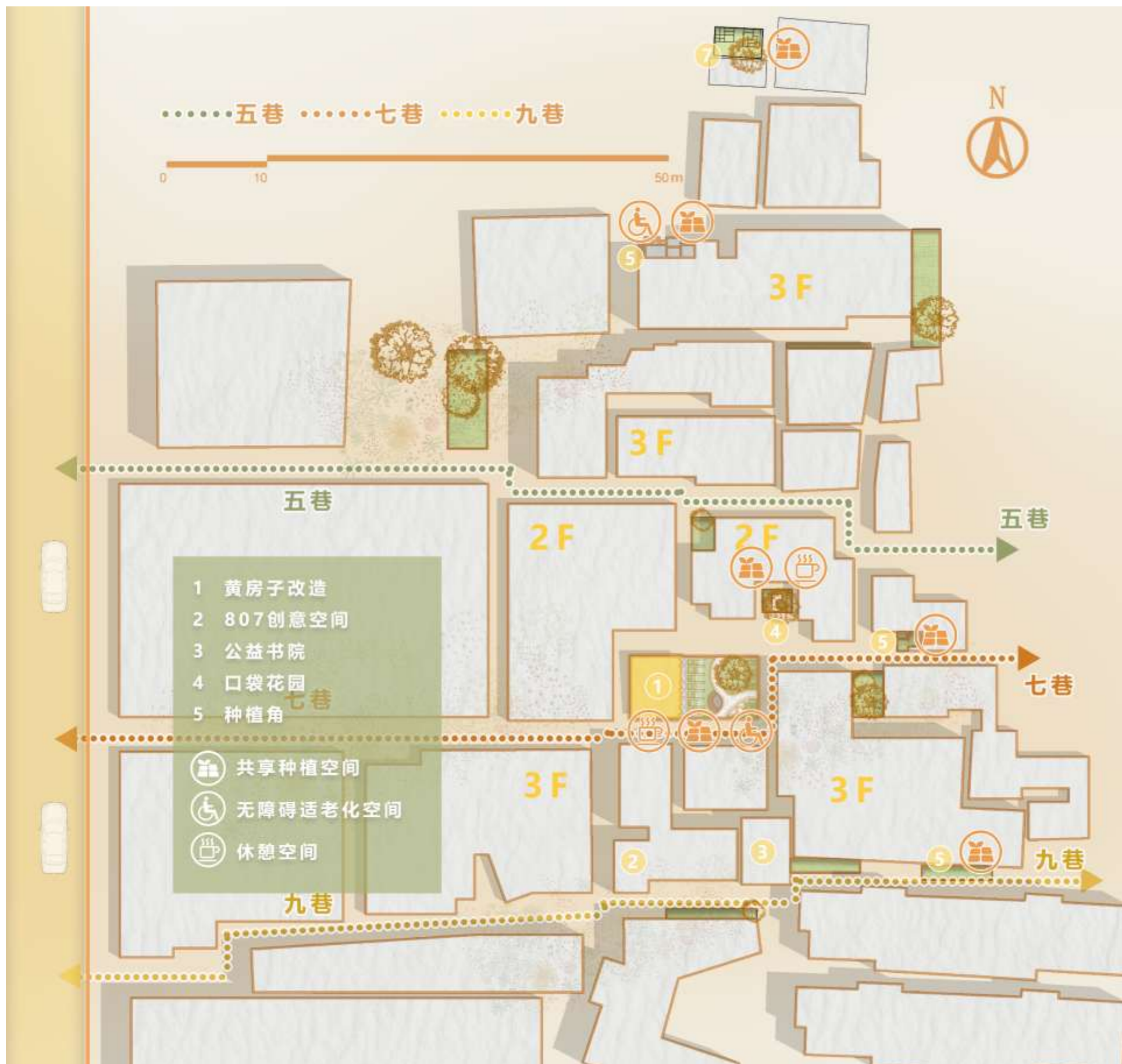
总体布局

社区疗愈花园地图

OVERALL

FRAMEWORK

01 总体布局——社区疗愈花园地图



社区疗愈花园

以周边居民参与的共享种植激活社区的空间，唤醒社区的活力

小尺度定位： 打造以社区认知健康促进和共享种植为核心的温馨客厅，成为居民日常交往的“活力源”与“知识驿站”。

中尺度定位： 串联社区关键公共节点，构建一条融入“五感体验”（视觉、听觉、嗅觉、触觉、味觉）的认知健康慢行环线，将健康理念自然嵌入居民的通勤与漫步日常。

大尺度定位： 构筑支撑项目可持续发展的社区引擎，通过建立多元共治的管理机制、激发居民深度参与、创新良性资金循环模式，确保空间活力历久弥新。



精准介入

动线规划及选点分析

PRECISION

INTERVENTIONS

02 精准介入——动线规划及选点分析

街巷人流分析



社区主要街道为横向的**五巷、七巷、九巷**，人流主要从**西侧进出**，**巷子东侧尽头多为断头路**，其余纵向街巷串联三条主巷，通向居民住宅。三条横向的主巷人流远远多于其他小巷子。

空间属性分析



调研过程中经过踩点挖掘场地现有公共空间，经过分析大致分为两类。一类是**社交空间**，指的是具有社交属性，场地内放置了长椅或花架等人为景观要素的空间；另一类是**绿地空间**，指的是场地内有保留的原始绿地或长有高大乔木的空间。

节点选择分析



根据街道活力属性和现有公共空间，选取场地内除了黄房子以外的**五个节点**作为设计场地，激活场地，引导人流前往中心的疗愈花园。设计在原则上保留节点原有属性，同时强化**社交和绿地**属性。



设计策略

节点技术图及效果展示

DESIGN

STRATEGIES

03 设计策略——节点技术图及效果展示

怡乐康养花园

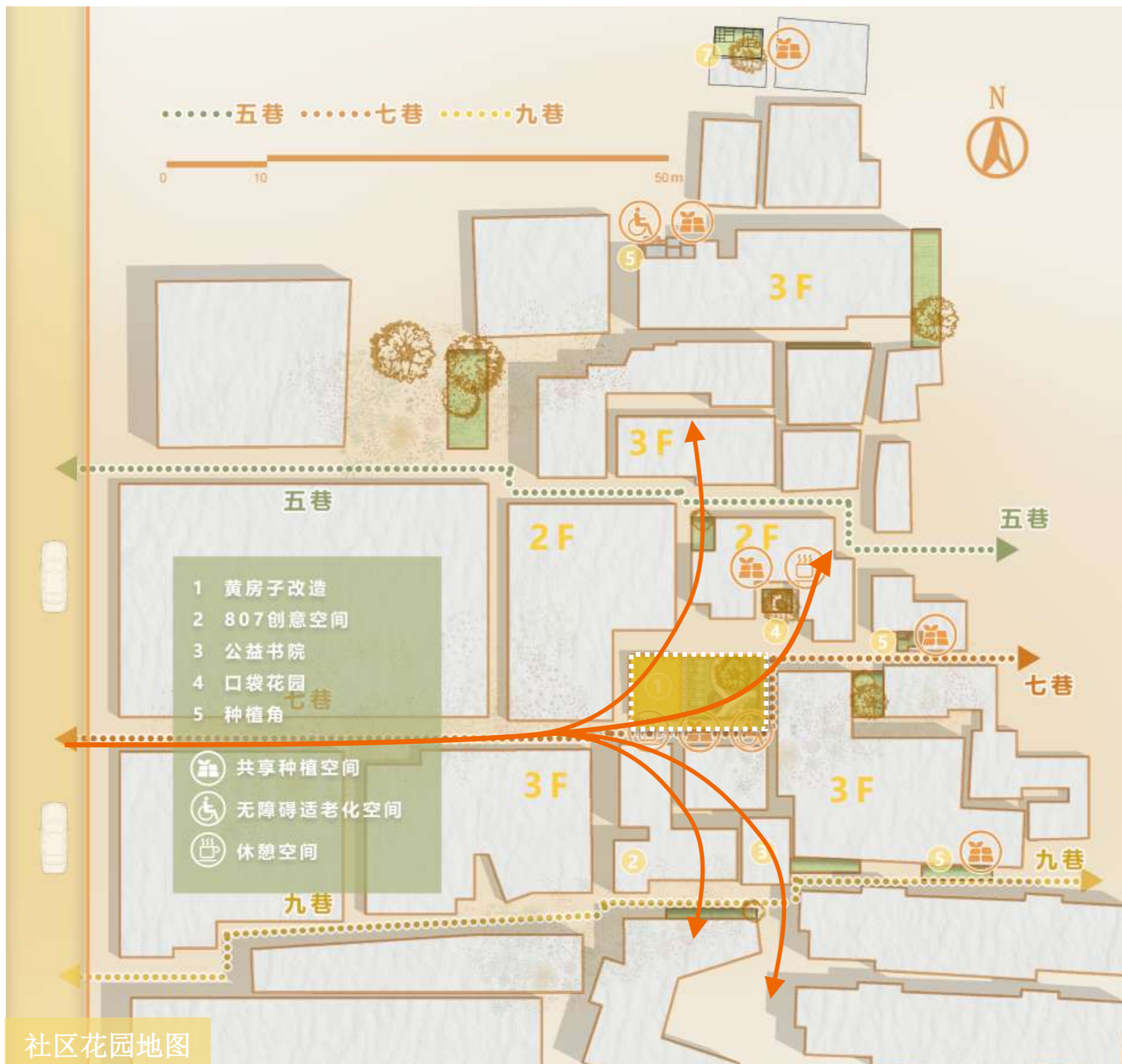
以周边居民参与的口袋花园激活被遗忘的街角，唤醒社区的活力

黄房子——社区公共活动的核心

区位分析：项目位于七巷核心，是乐怡社区的关键公共活动节点。为回应现有空间相对封闭的状态，设计采取策略性改造，对既有建筑（黄房子）进行局部拆除，以塑造更开放、包容的公共空间。

在地记忆：鉴于该建筑承载着特定的社区记忆与情感价值，改造秉持保留与更新的原则，对其具有象征意义的部分墙体和展览物品予以保留，实现新旧交融。

流线分析：设计通过优化动线，主动引导外部人流深入建筑内部，汇聚于高活力的核心区域，从而激发空间活力，促进人际互动。



社区花园地图

03 设计策略——节点技术图及效果展示

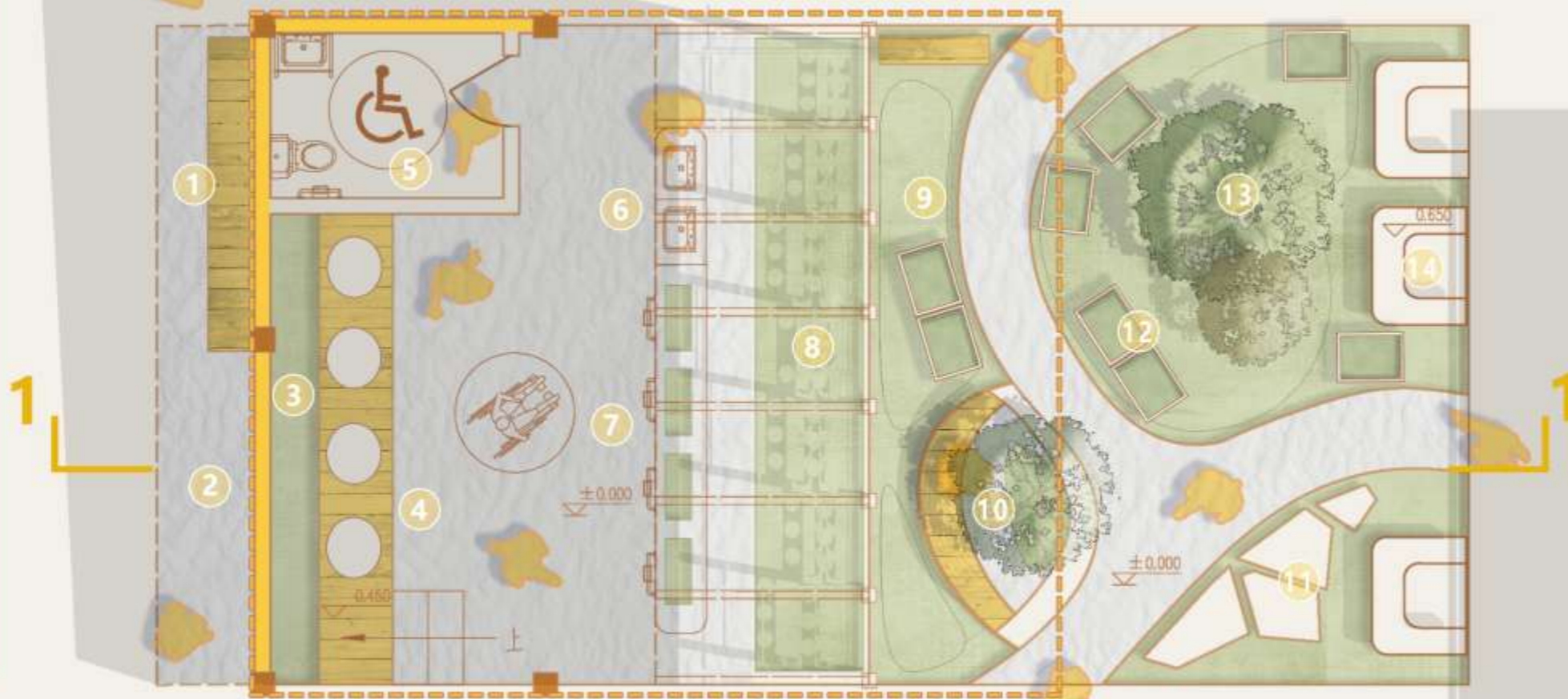
康养花园——平面图

2F
居民楼

2F
居民楼

3F
居民楼

黄房子原有范围



- 1 无障碍花箱
- 2 宣传栏区
- 3 黄房子展柜
- 4 阶梯座椅区
- 5 无障碍卫生间
- 6 无障碍洗手池
- 7 条形无障碍种植池
- 8 藤本种植花园
- 9 嗅觉疗养花园
- 10 内向型休憩花园
- 11 触觉花园
- 12 共享种植箱
- 13 视觉疗愈花园
- 14 无障碍种植箱

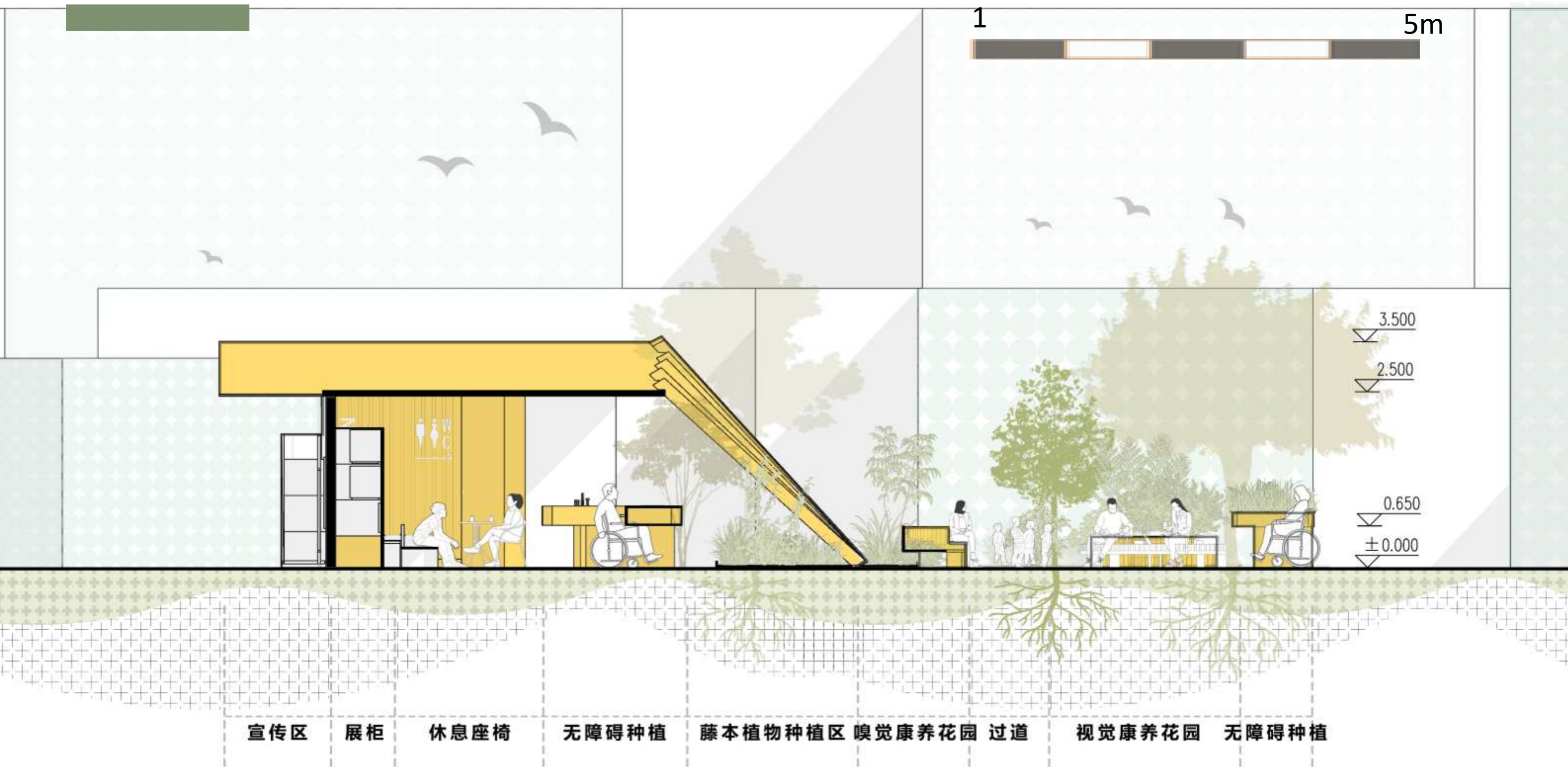
社区花园平面图

2F
807 创新空间

2F
合禾学堂

03 设计策略——节点技术图及效果展示

康养花园——剖面图



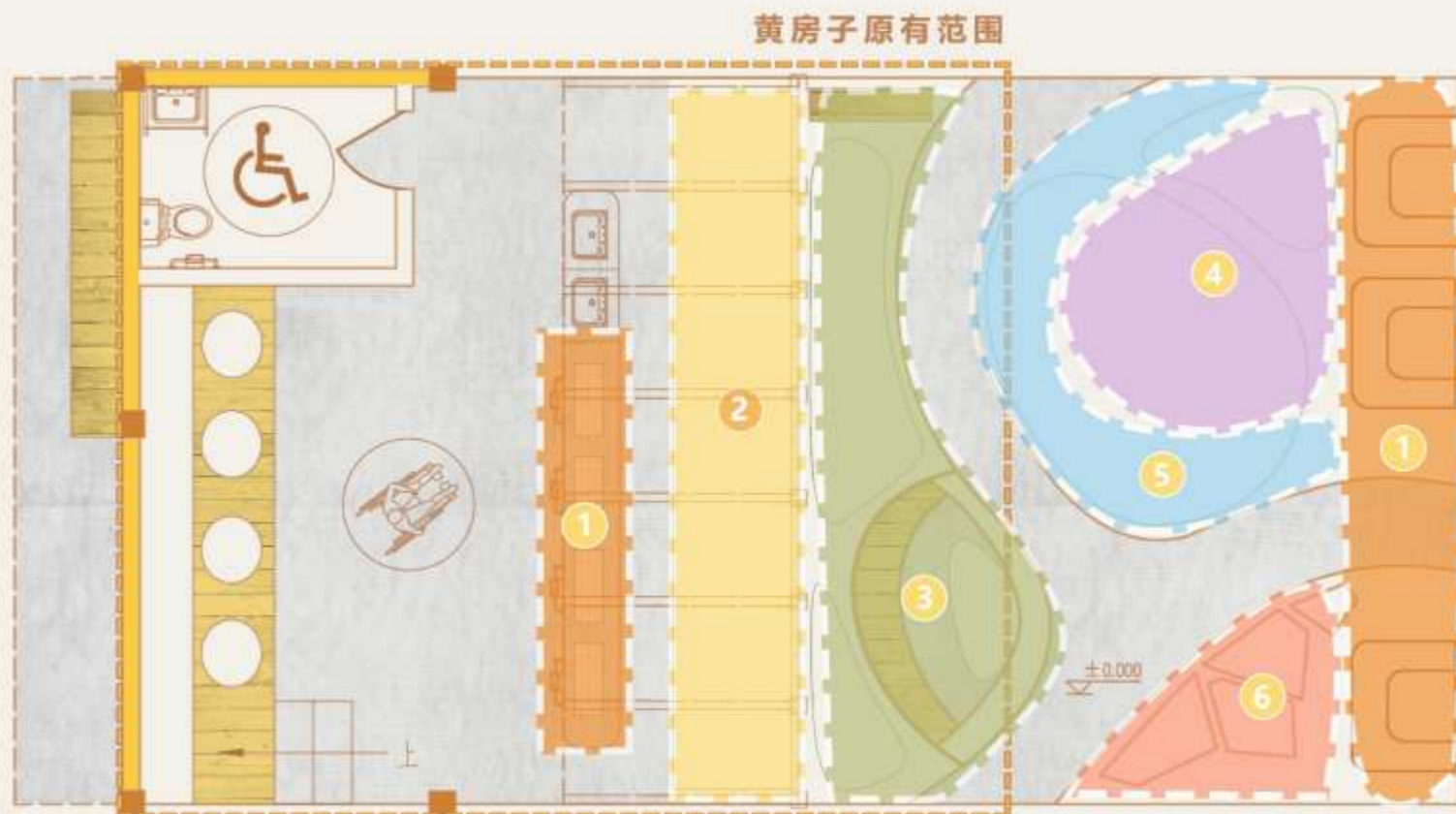
03 设计策略——节点技术图及效果展示

2F
居民楼

康养花园——种植设计



2F
居民楼



3F

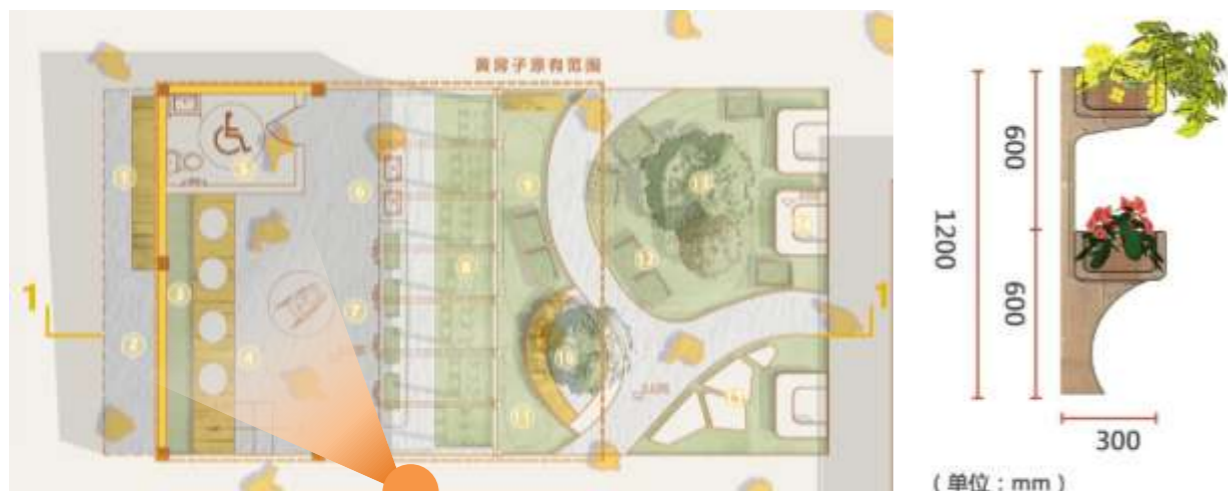
植物标识

- 1 无障碍种植花箱
- 2 藤本种植区
- 3 嗅觉康养区
- 4 视觉康养区
- 5 灌木种植区
- 6 触觉康养区

序号	区块名称	主要特点	植物种类
1	无障碍种植花箱	兼顾观赏、互动与低维护	四季海棠、百日草、彩叶草；薄荷、罗勒、紫苏（可食用，触闻有香气）；太阳花（耐旱易活）、香雪球（株型饱满，花色淡雅）
2	藤本种植区	立体绿化，营造自然荫蔽与视觉层次	蒜香藤、使君子（花量大，适应湿热气候）；爬藤忍冬、凌霄（生长迅速，覆盖力强）；炮仗花（花色鲜艳，适合广州漫长夏季）
3	嗅觉康养区	通过芳香植物舒缓情绪、唤起积极记忆	桂花、九里香、米兰（岭南传统香花植物）；薄荷、迷迭香、薰衣草（具安神醒脑功效）；白玉兰、含笑（香气清雅，易引发愉悦感）
4	视觉康养区	以色彩与形态营造舒缓视觉的景观	色叶植物： 红背桂、七彩马尾铁、花叶良姜（叶色丰富，常年有景）。 观花植物： 龙船花（花期极长）、绣球花（花色可调，观赏价值高）、蓝雪花（夏季清凉感）。 观赏草： 狼尾草（形态优美，富有野趣）。
5	灌木种植区	构建群落结构，兼顾生态与康养功能	保健抗污： 黄金榕、鹅掌柴（吸收污染物，适应性强）、海桐（抗污染，隔音）。 观花赏果： 杜鹃（花色繁多）、朱槿（广州市花，热情艳丽）、火棘（红果秋冬可观，诱鸟）。
6	触觉康养区	通过叶片、枝干质感促进感官互动	柔软质感： 银叶菊（叶片如丝绒）、绵毛水苏（叶片柔软，呈银白色）。 特殊质感： 狼尾草（叶片粗糙，花序毛茸茸）、春羽（叶片巨大，脉络清晰）。 互动质感： 碰碰香（触碰后散发苹果香气）。

03 设计策略——节点技术图及效果展示

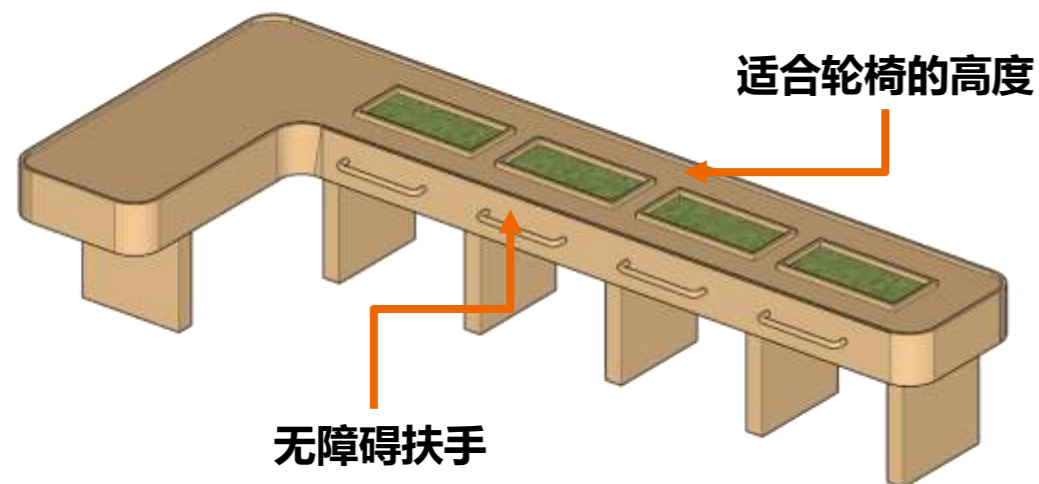
康养花园——无障碍种植



立面图



(单位：mm)



03 设计策略——节点技术图及效果展示

康养花园



产品	人数	交互方式	训练类型	空间需求
学习型植物认知训练	1-2人	触摸、观察	身体协调、专注力	小
西木植物高空攀爬	1-2人	攀爬	身体协调、专注力	小
1-2 家庭交流	1-2人	对话、观察	沟通能力、观察力、共情与同理	小

产品	人数	交互方式	训练类型	空间需求
1 西木植物高空攀爬	1-2人	攀爬	身体协调、专注力	小
家人寻找平行中轴线的物品	1-4人	观察、触摸	沟通能力、观察力、共情与同理	小
1-2 家庭交流	1-2人	对话、观察	沟通能力、观察力、共情与同理	小
1-2 家庭交流	1-2人	对话、观察	沟通能力、观察力、共情与同理	小

产品	人数	交互方式	训练类型	空间需求
1 学习型植物认知训练	1-2人	触摸、观察	身体协调、专注力	小
1-2 家庭交流	1-2人	对话、观察	沟通能力、观察力、共情与同理	小
1 学习型植物认知训练	1-2人	触摸、观察	身体协调、专注力	小
1 学习型植物认知训练	1-2人	触摸、观察	身体协调、专注力	小



道路认知记忆

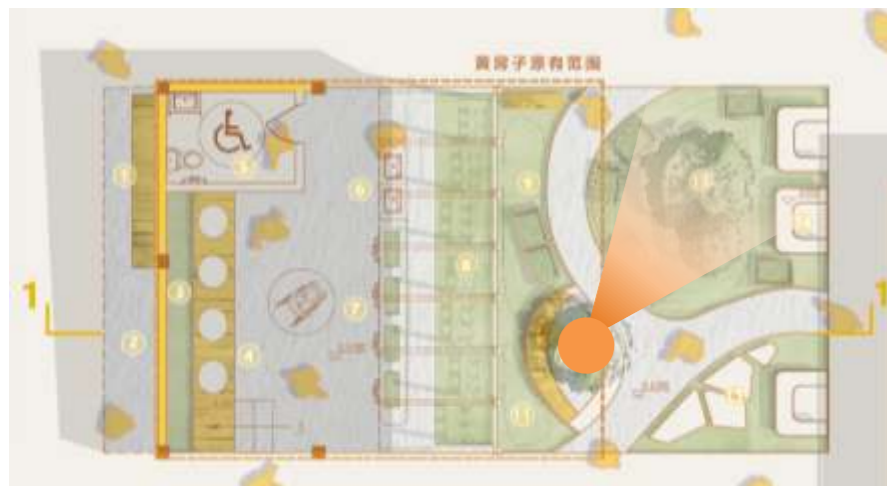


动植物舒尔特训练板



03 设计策略——节点技术图及效果展示

康养花园——共享种植



植物种植需求

1.核心：实用食用型（覆盖全部提及品种，占比超60%）

日常蔬菜类：番茄、丝瓜、水瓜、苦瓜、灵芝菜、南瓜、生菜、菜心、韭菜、土豆、葱、姜、蒜
调味香草类：薄荷、紫苏、茴香、九层塔

瓜果类：草莓、西瓜（春夏季）、柠檬、百香果

2.观赏 / 功能型（含药用、驱蚊等实用属性）

观赏类：水仙、羽衣甘蓝（兼具食用）

功能类：芦荟（药用）、猪笼草（驱蚊）、金银花（药用 + 观赏）、艾草（药用）、灯芯草（药用）、茶（可采摘饮用）

3.明确偏好：快收成品种（如番茄、生菜、菜心、葱蒜姜、草莓）

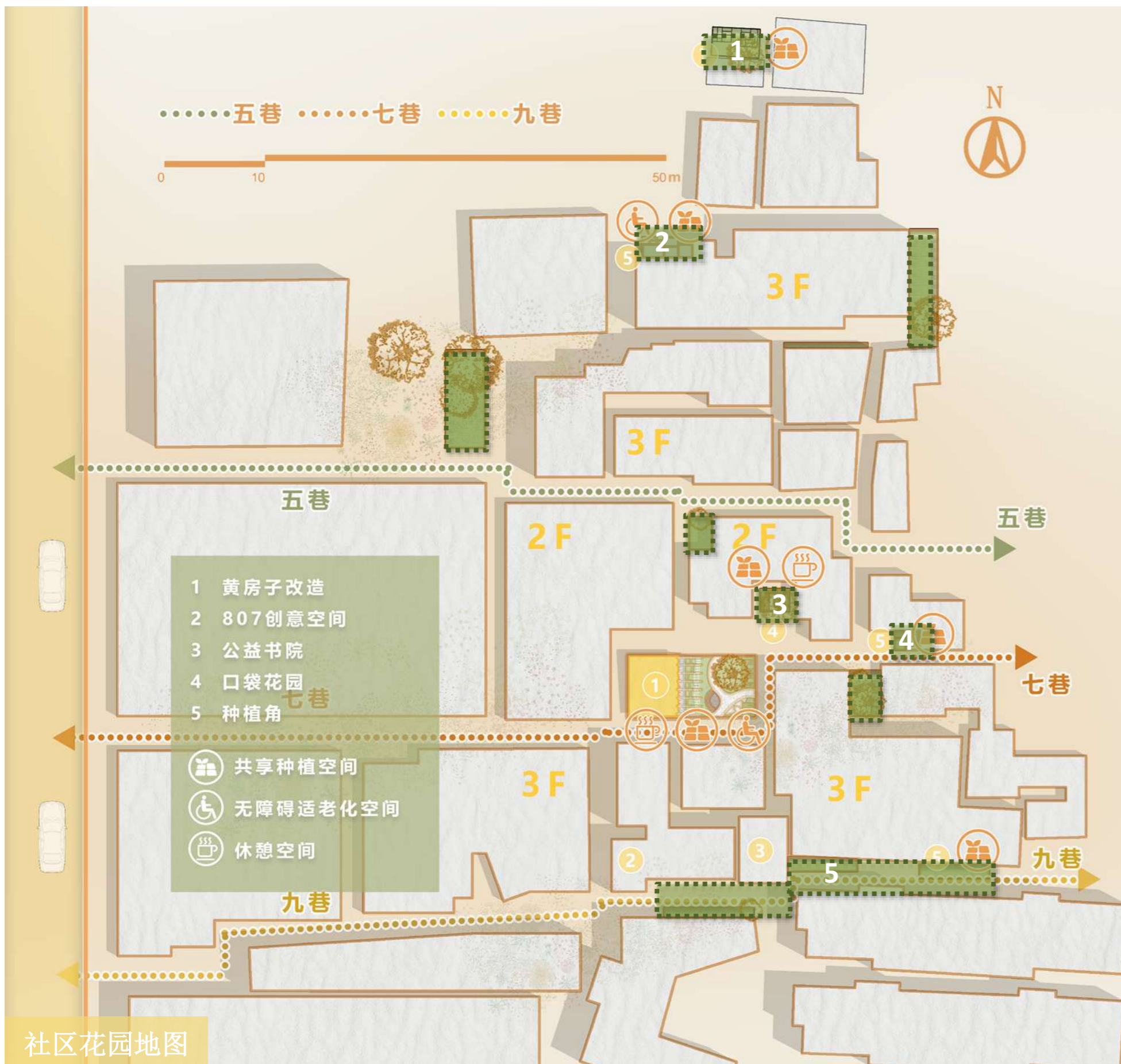


03 设计策略——节点技术图及效果展示

康养花园——可食种植



03 设计策略——节点技术图及效果展示



隙间花园

以周边居民参与的口袋花园激活被遗忘的街角，唤醒社区的活力

隙间花园与黄房子——心脏与血管

黄房子是“心脏”，是老人进行深度社交和长时间停留的场所；

隙间花园是“血管”，将疗愈花园的效益渗透到社区的各个角落，链接邻里，让疗愈触手可及。

	活动类型	停留时间	服务半径	核心功能
黄房子	偶发型、目的型：社交休憩、团体疗愈课程、工作坊、节日聚会。	长时停留（半小时以上）	社区全域，吸引有明确目的的人前来。	生产社交学习
隙间花园	深度型：种植劳作、观赏休憩。	短时停留（几分钟到一刻钟）	邻里单元（5分钟步行圈），服务最邻近的居民。	生产焕活连接

03 设计策略——节点技术图及效果展示

失落的缝隙——社区消极空间的诊断



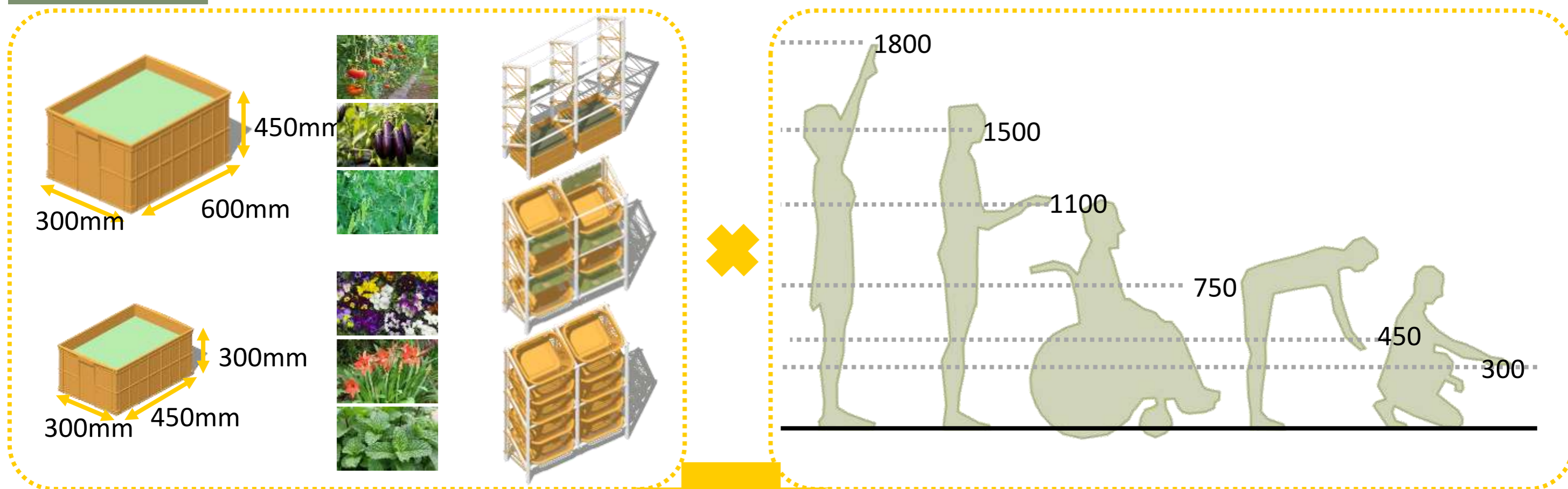
街道的“边角料”：

街角空间往往形状不规则、面积狭小，难以被纳入传统的功能规划，因而被草率地处理为停车位、垃圾堆放点，成为“看得见却用不上”的视觉补丁。

经过现场调研与评估，我们选择了其中最具有改造价值的5点进行口袋花园的改造设计。

03 设计策略——节点技术图及效果展示

隙间花园——装置设计



区间划分 (mm)	人群对应	种植盆尺寸对应
0-300	可做蹲下、弯腰动作的健康行走老人，种植盆置于地面可考虑大型盆	地面种植：300*450、450*600
300-450	所有老人（包含行动不便坐轮椅的老人）	地面种植：300*450、450*600
450-750	所有老人（包含行动不便坐轮椅的老人）	地面种植：300*450、450*600
750-900	可举起重量1.0kg（直径15cm的花盆装直径一半的立方的体积的普通园土）~3kg（直径30cm仅盆）至小臂的能直立行走的健康老人	垂直种植架：300*450、 轮椅种植台
900-1300	健康可直立行走老人	垂直种植架：300*450
1300-1600	健康可直立行走老人	垂直种植架：300*450





03 设计策略——节点技术图及效果展示

隙间花园——节点1



3F
Residential
building

2F
Residential building

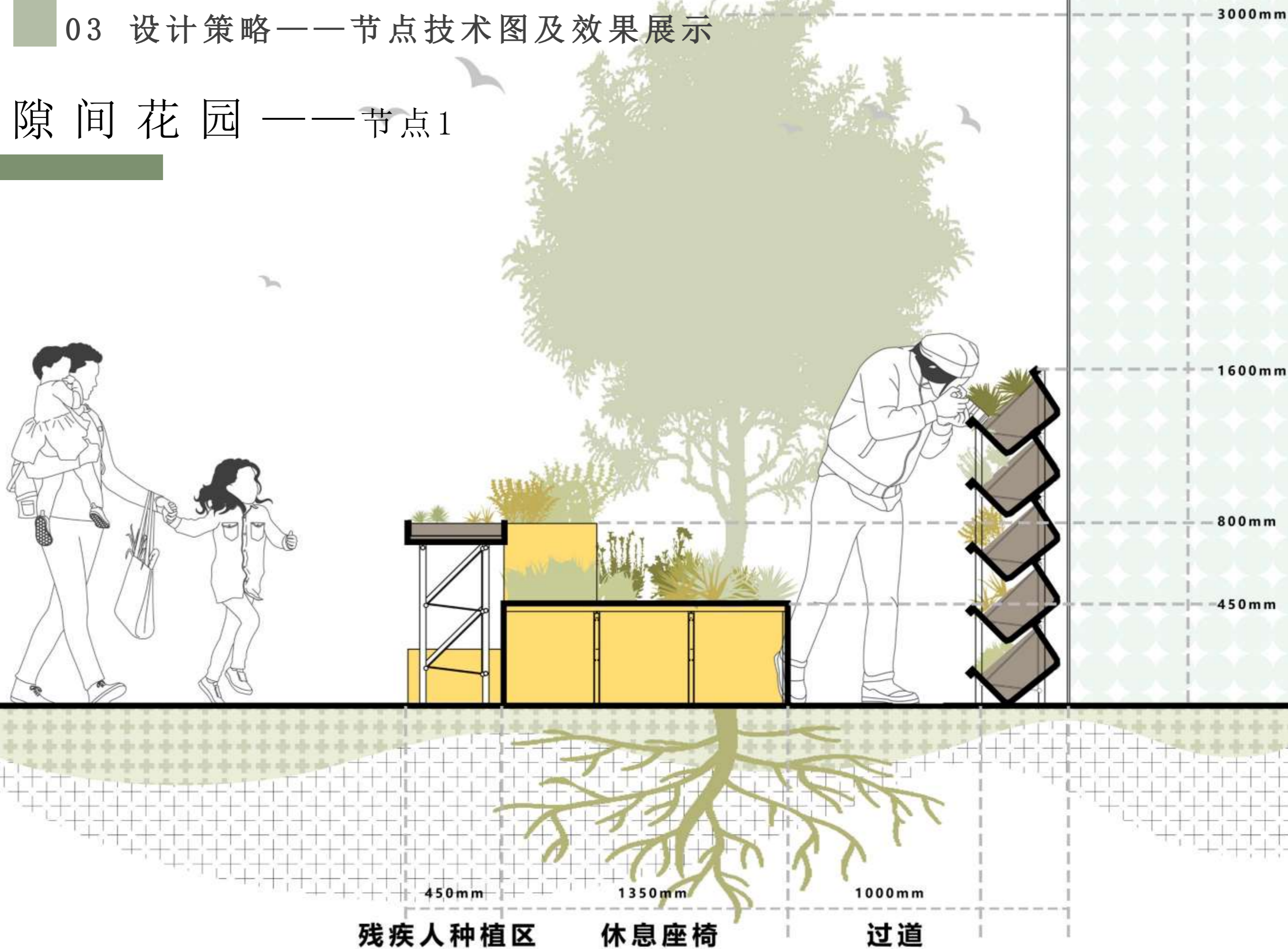
1'—┘

- 1 残疾人种植区
- 2 小种植箱 (30*45cm)
- 3 休息座椅
- 4 中种植箱 (45*60cm)
- 5 疏水防滑砂石地
- 6 垂直种植架

0 1 2 5 10M

03 设计策略——节点技术图及效果展示

隙间花园——节点1



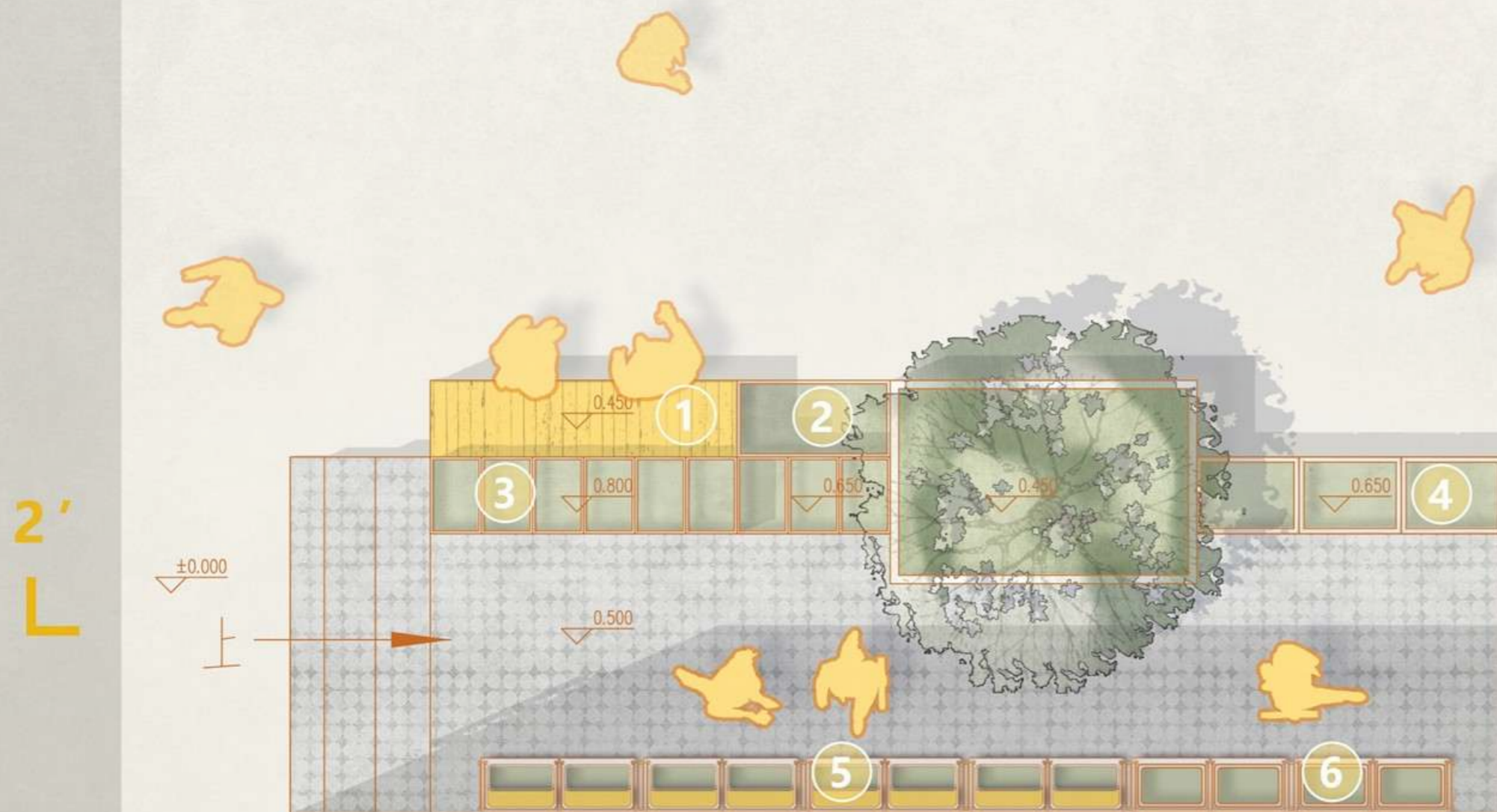




03 设计策略——节点技术图及效果展示

隙间花园——节点2

2F
Residential
building



2F
Residential building

- 1 休息座椅
- 2 残疾人种植区
- 3 小种植箱 (30*45cm)
- 4 中种植箱 (45*60cm)
- 5 垂直种植架+讲解牌
- 6 爬藤垂直种植架

0 1 2 5 10M

4500mm

03 设计策略——节点技术图及效果展示

隙间花园——节点2

2F Residential building



1800mm

中型种植箱

2000mm

树池

1350mm

小型种植箱

2700mm

1200mm

台阶



怡乐七巷
11

11号

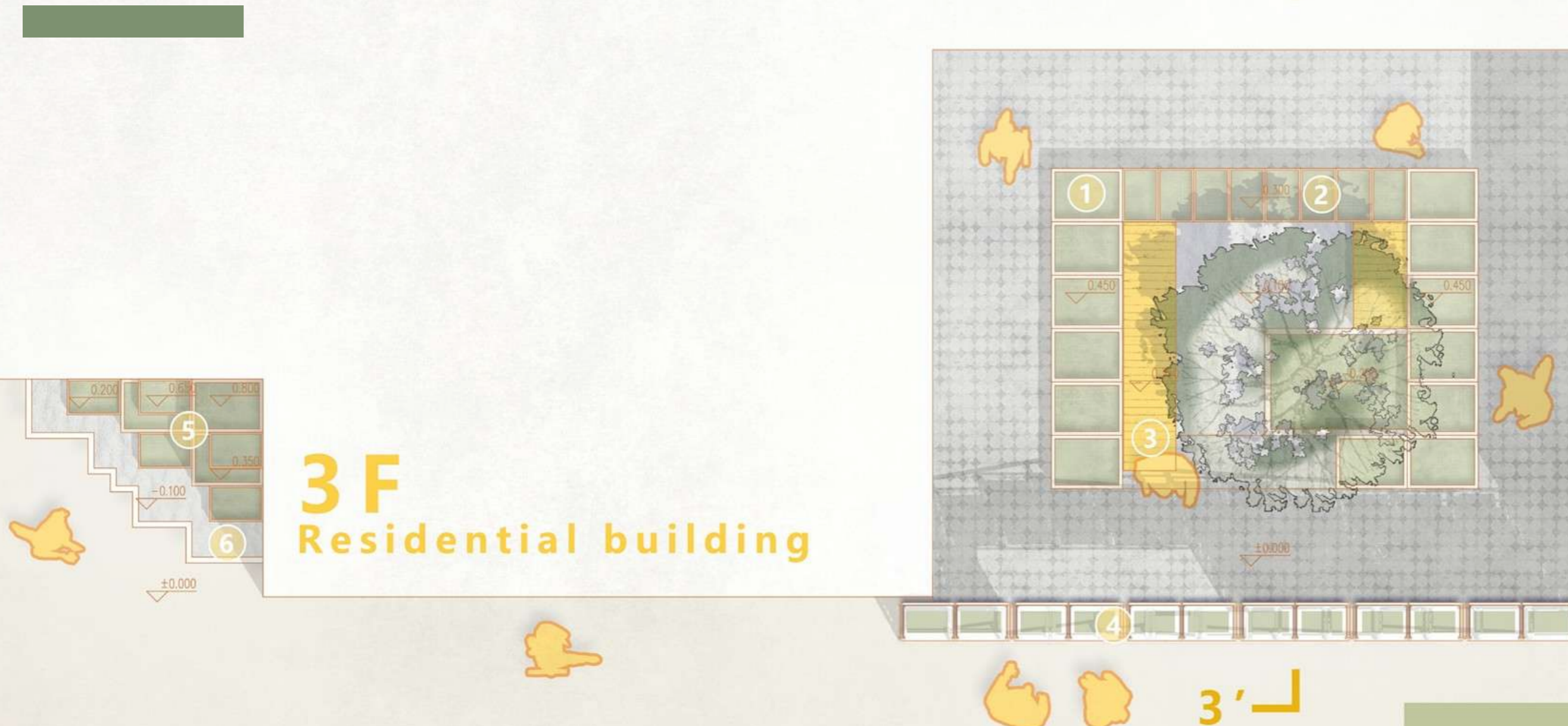
11

Toys
KI



03 设计策略——节点技术图及效果展示

隙间花园 —— 节点3



3 F
Residential building

1 F
the Yellow house

- 1 中种植箱 (45*60cm)
- 2 小种植箱 (30*45cm)
- 3 休息座椅
- 4 垂直种植架+讲解牌
- 5 种植箱景观装置
- 6 疏水防滑砂石地



隙间花园——节点3

2F
Residential building

3000mm

450mm

1200mm

450mm

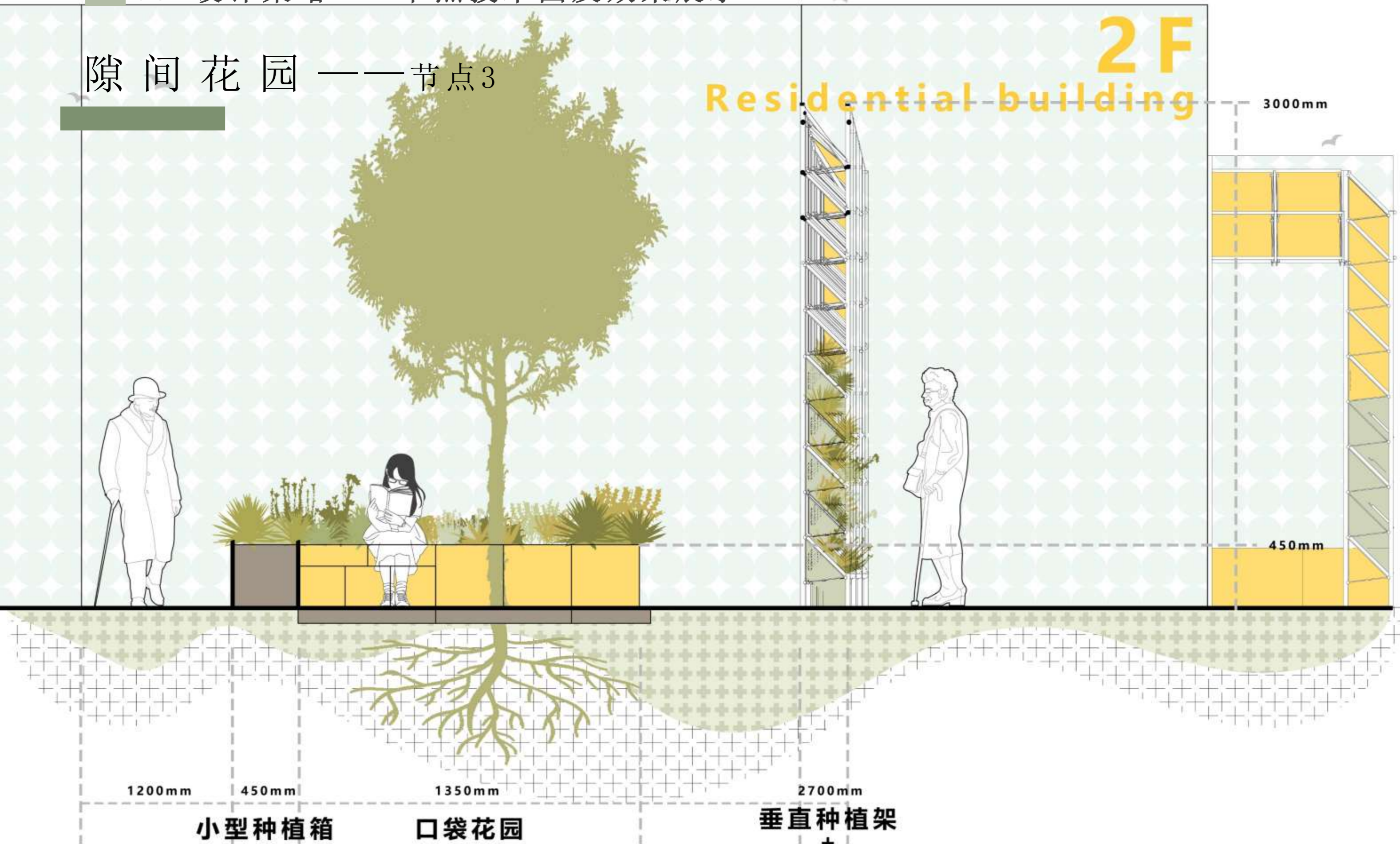
1350mm

2700mm

小型种植箱

口袋花园

垂直种植架
+
科普知识牌



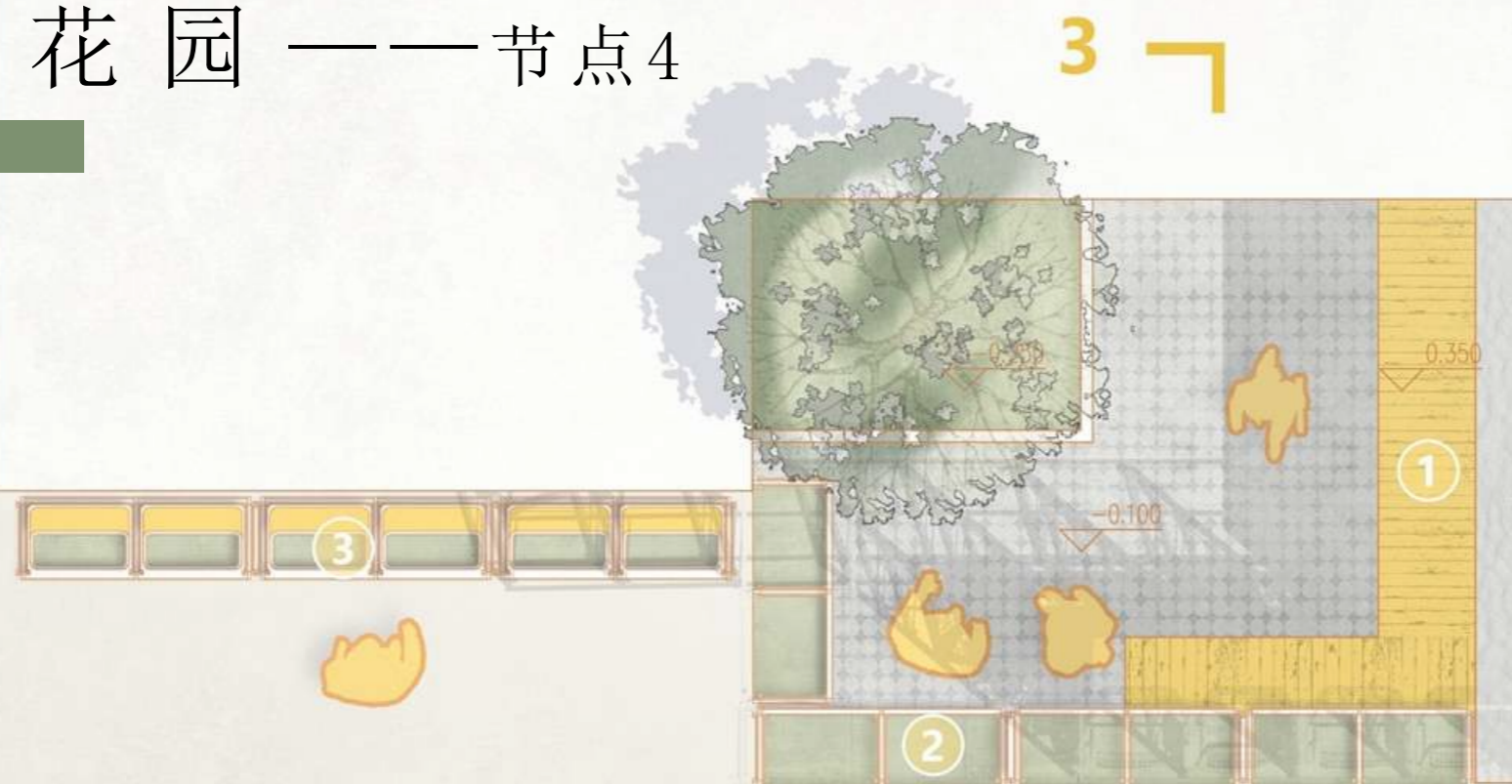




2F Residential building

03 设计策略——节点技术图及效果展示

隙间花园——节点4



3F Residential building

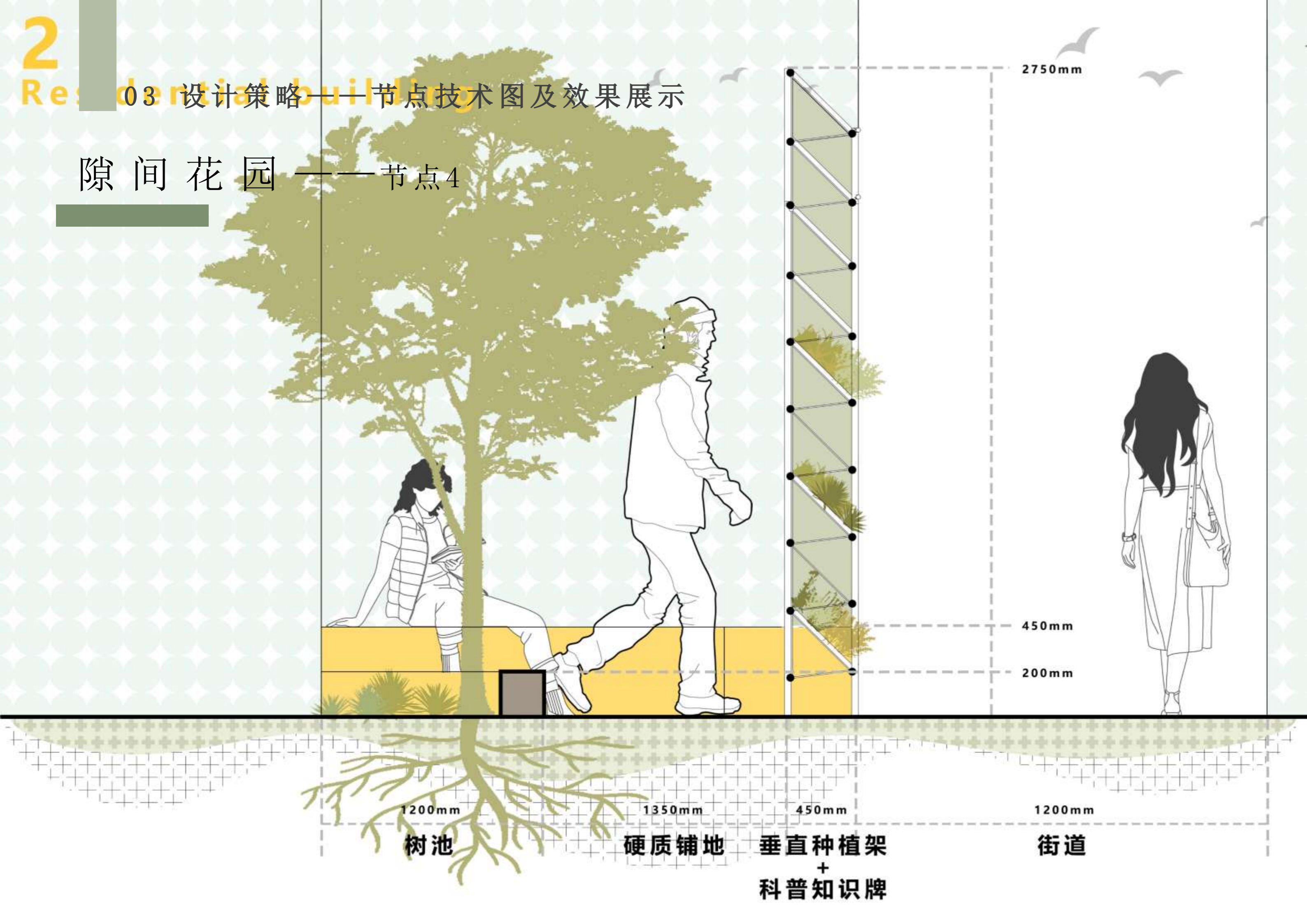


3F Residential building

- 1 休息座椅
- 2 垂直种植架+讲解牌
- 3 街道垂直种植架

0 1 2 5 10M

隙间花园——节点4



2750mm

450mm

200mm

1200mm

1350mm

450mm

1200mm

树池

硬质铺地

垂直种植架
+
科普知识牌

街道



可持续运营

疗愈社区系统逻辑图

SUSTAINABLE

OPERATIONS

04 可持续运营—疗愈社区系统逻辑图

资源输入 (Input):

社区运营的种子。它来自外部（资金、专业）和内部（居民、空间），是启动整个系统的前提。

三大转化引擎

(Core Engines):

社区运营的心脏。

五感园丁培育计划

五感印章储蓄系统

怡乐五感疗愈生活季

社区基金 (Hub):

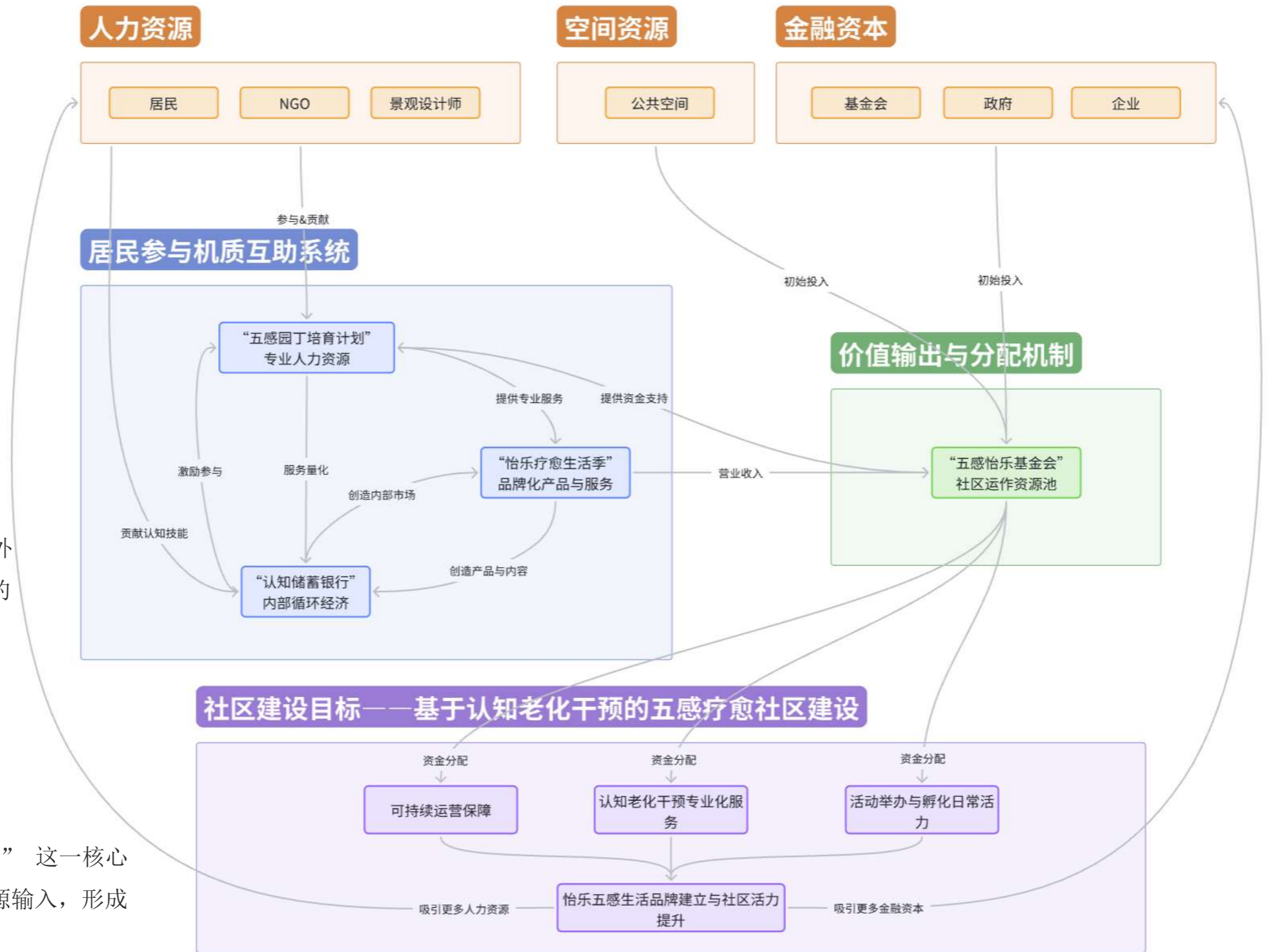
系统的枢纽和蓄水池。汇集了来自外部的资金和内部营收，并根据社区的共同决策，进行再分配。

资源输出与效果

(Output & Outcome):

系统运作的成果。

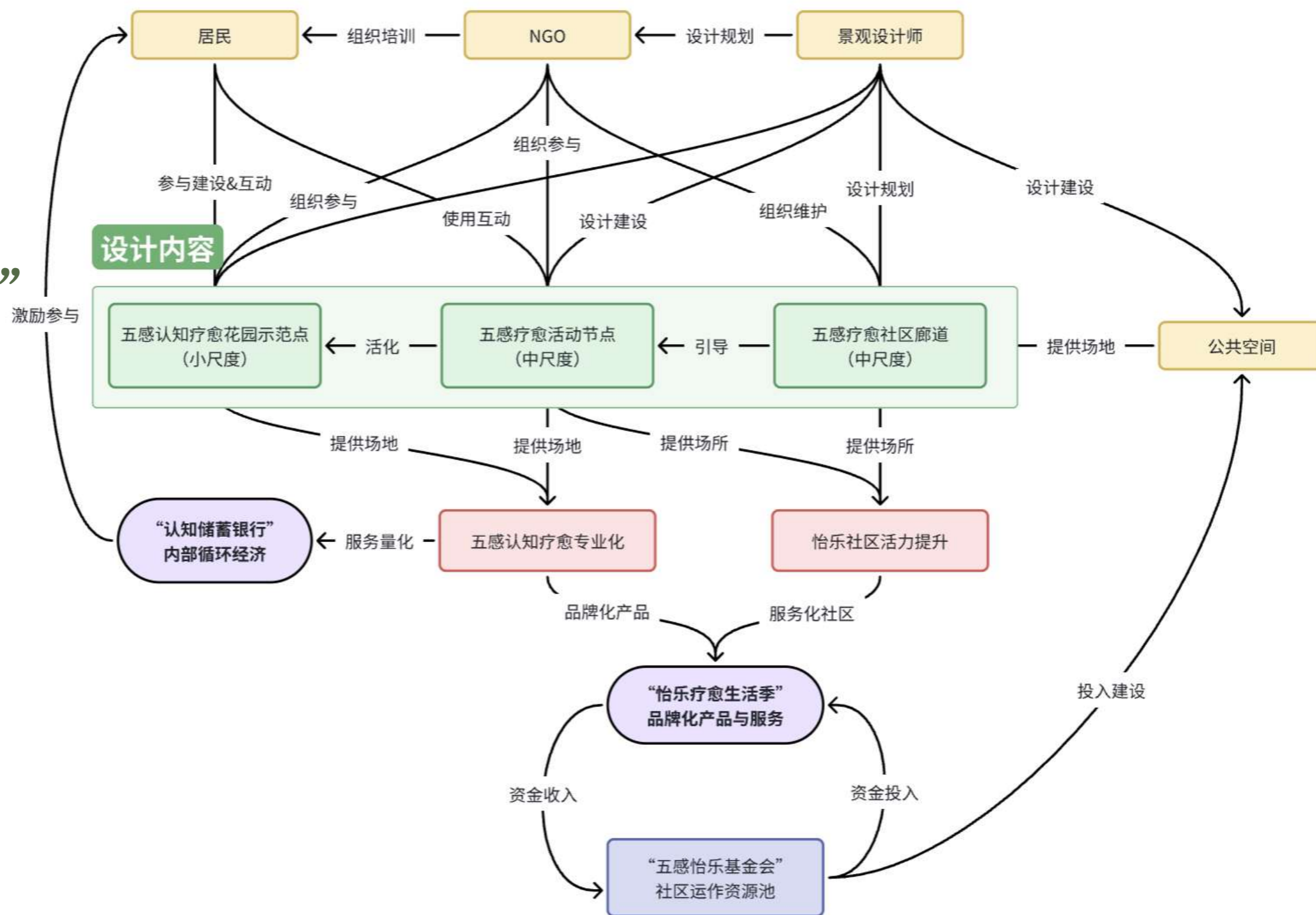
最终产出是“社区活力与品牌提升”这一核心成果，它反过来又能吸引更多的资源输入，形成增强回路。



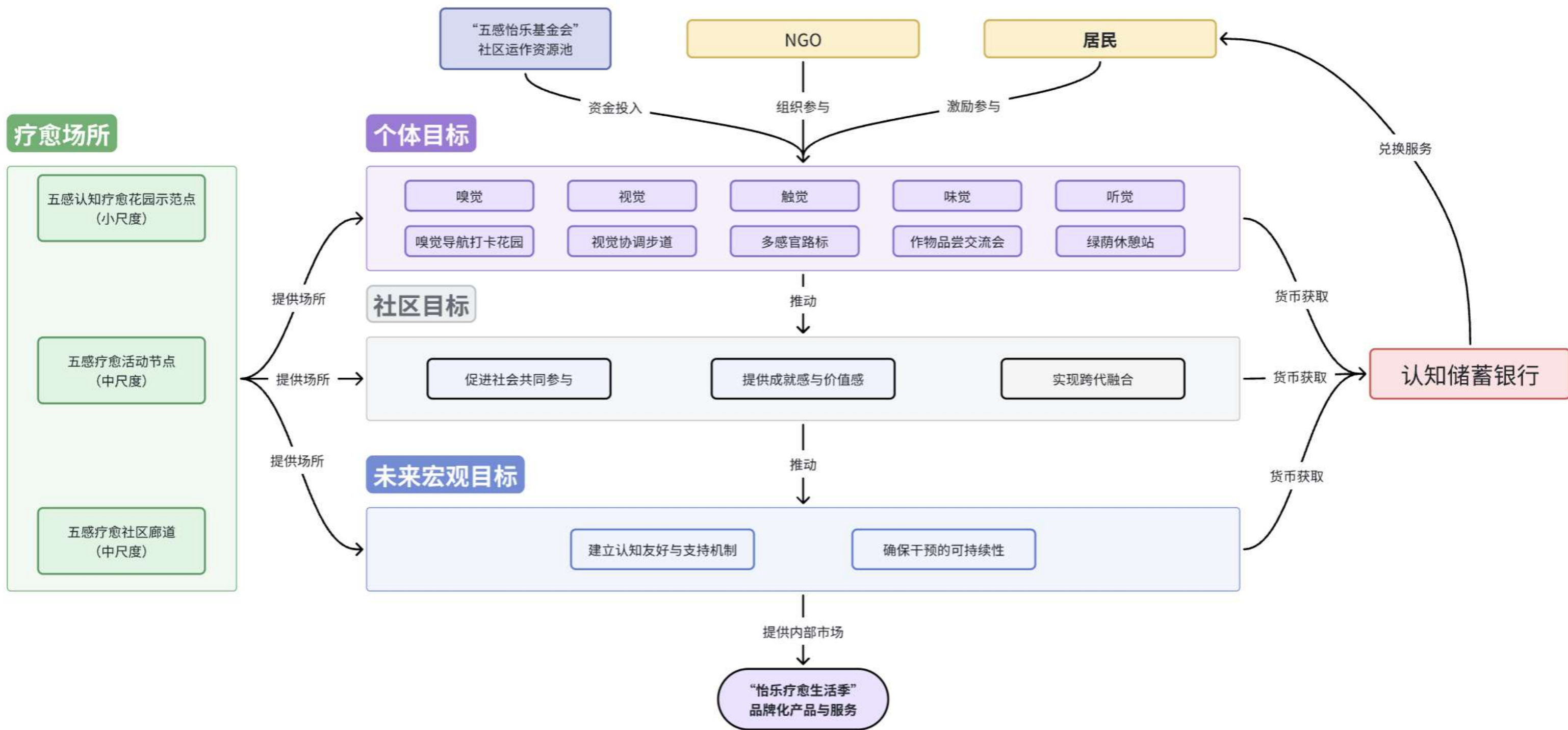
04 可持续运营—疗愈社区系统逻辑图

“五感园丁培育计划” 专业人力资源

园丁培育计划将普通居民转化为专业人力资本，他们是服务和活动的提供者。



04 可持续运营—疗愈社区系统逻辑图



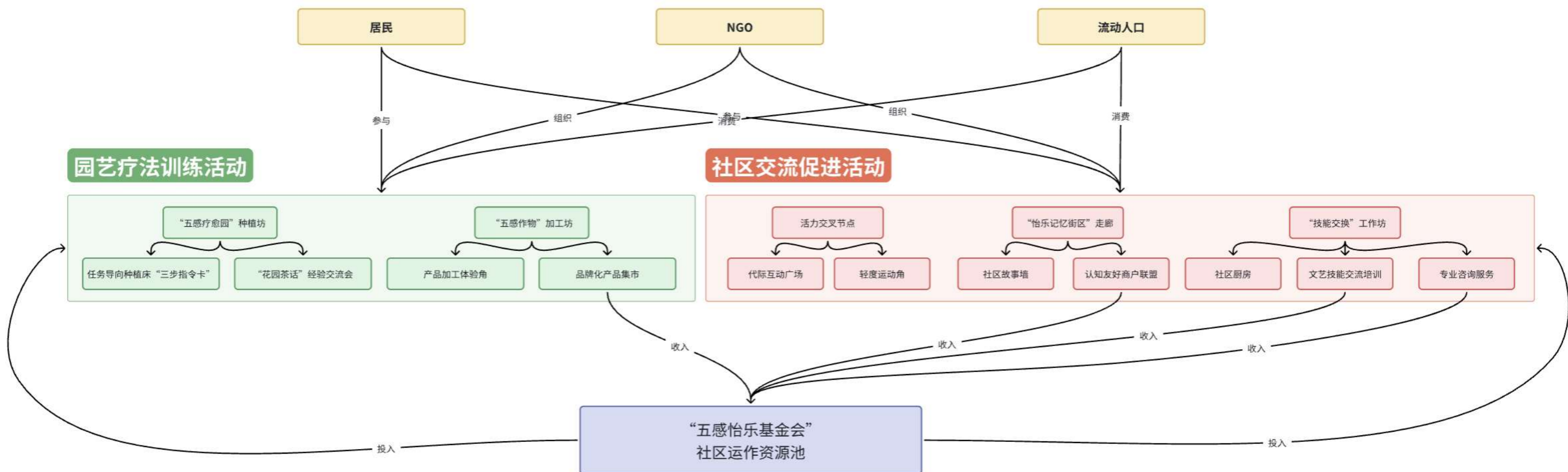
“五感印章储蓄系统” 内部循环系统

五感印章储蓄系统将居民的时间和技能量化，创造出一个内部评价与交换系统，激励参与。

04 可持续运营—疗愈社区系统逻辑图

“怡乐五感疗愈生活季” 品牌化产品与服务

怡乐五感疗愈生活季将社区文化、产品和空间打包，进行品牌化运营和变现。





END

结语

一个人的故事到
一群人的未来

Thank you

汇报人：牛一菲 谭淋雯 钟心然（按首字母）
指导老师：林广思、何志森