



Esteettömyyskartoitus luontolähtöisen toiminnan kehittämisessä

Luonto-ESKEH-menetelmän pilotointi luontoreitillä

Opinnäytetyö, AMK

Joulukuu 2022

Kuntoutuksen ohjaajan tutkinto-ohjelma

Kotiaho, Johanna

Esteettömyyskartoitus luontolähtöisen toiminnan kehittämisessä - Luonto-ESKEH-menettelmän pilotointi luontoreitillä

Jyväskylä: Jyväskylän ammattikorkeakoulu. **Joulukuu 2022**, 26 sivua

Kuntoutuksen ohjaajan tutkinto-ohjelma. Opinnäytetyö AMK.

Julkaisun kieli: suomi

Julkaisulupa avoimessa verkossa: kyllä

Tiivistelmä

Esteettömyyden merkitys yhteiskunnassa on jatkuvasti ajankohtainen aihe. Se on huomioitu hyvin esimerkiksi julkisessa rakentamisessa jopa lainsäädännön tasolla. Silti yhteinen ympäristömme on monilta saavutamattomissa. Ihmisillä on erilaisia toimintarajoitteita elämänsä aikana. Asennemuutoksella ja ympäristöä muokkaamalla on mahdollista lisätä yhdenvertaisuutta itsenäiseen elämään kaikissa arjen ympäristöissä. Luonto on olennainen osa suomalaisten arkiympäristöä.

Opinnäytetyön yhteistyötahona toimi Kalajoen matkailuyhdistys, joka oli kiinnostunut kehittämään esteettöntä matkailua paikkakunnalla. Tavoitteena oli tehdä esteettömyyskartoitus lähinnä fyysisen esteettömyyden osalta yhdestä luontoreitistä ja tehdä tulosten perusteella toimenpide-ehdotuksia esteettömyyden parantamiseksi. Tarkoituksena oli lisäksi pohtia, tulisiko kaikki luontoreitit kartoittaa tällä menetelmällä.

Valitun luontoreitin esteettömyyttä kartoitettiin Luonto-ESKEH-menettelmällä (Esteettömän luontoreitin kartoituslomakkeet n.d.). Menetelmään sisältyivät lomakkeiden lisäksi havainnointi ja valokuvaaminen. Kartoitustyö tehtiin syys-lokakuussa 2022. Aineisto muodostui lomakkeisiin kootun tiedon lisäksi laajasta havainnointi- ja valokuva-aineistosta. Työssä kerätyt tulokset analysoitiin hyödyntäen Luonto-ESKEH-menettelmän teemoja eli teorialähtöisellä sisällön analyysillä. Saatujen tulosten pohjalta laadittiin kehittämissuositukset parantamaan reitin laatua ja turvallisuutta sekä lisäämään esteettömyyttä ja saavutettavuutta. Opinnäytetyö sisältää teoriaosan ja tulosten pohjalta syntyneen kuvailevan raportin. Raportissa esitetään kehittämissuositukset työn tilaajalle.

Tulosten pohjalta havaittiin, että varsin pienillä toimenpiteillä ympäristön muokkaamisessa ja viestinnän tehostamisella voidaan saada aikaan huomattavasti esteettömyyttä parantavia vaikutuksia kyseisessä kohteessa. Tiedon saavutettavuuden lisääminen sekä ympäristön muokkaaminen tulisi hyödyntää ympäristösuunnittelussa, jonka avulla yhdenvertainen luontokokemus olisi mahdollista.

Avainsanat (asiasanat)

ESKEH, esteettömyys, esteettömyyskartoitus, kuntoutuminen, kuntoutus, liikuntarajoitteet, luonnon hyvinvointivaikutukset, luontolähtöiset menetelmät, saavutettavuus, toimintarajoitteet, vammaisten asema

Muut tiedot

Liitteenä esteettömyyskartoitusraportti, 23 sivua

Kotiaho, Johanna

Accessibility analysis in the development of nature-based activities – Nature-ESKEH method piloting on the nature trail

Jyväskylä: JAMK University of Applied Sciences, December 2022, 26 pages

Degree Programme in Rehabilitation counsellor. Bachelor's thesis.

Permission for open access publication: Yes

Language of publication: Finnish

Abstract

The importance of accessibility in society continues to be a topical issue. It is well taken into account, for example, in public buildings, even at the level of legislation. Yet our shared environment is still out of reach for many. People have various disabilities throughout their lives. A change of attitude and modification of the environment could increase the conditions for independent living in all surroundings in people's lives. Nature is an essential part of the everyday environment of Finns.

The collaborator of the thesis was Kalajoki Tourism Association, which was interested in developing accessible tourism in the locality. The aim was to carry out an accessibility mapping of one nature trail and to make suggestions for action to improve accessibility based on the results. The aim was also to consider whether all nature trails should be mapped using this method.

The accessibility of the selected nature trail was mapped using the nature-ESKEH method. The method included observation and photography in addition to questionnaires. The survey was carried out between September and October 2022. In addition to the information gathered in forms, the data consisted of extensive observation and photographic material. The results collected in the work were analyzed using the themes of the Nature-ESKEH method, i.e. with theory-based content analysis. On the basis of the results obtained, proposals to improve the quality and safety of the trail and to increase the accessibility. The thesis includes a theoretical part and a descriptive report based on the results. The report presents development proposals to the client.

The results showed that small changes in shaping the environment and in enhancing information can make a significant difference to the accessibility of the nature environment analyzed. Making information more accessible and including accessibility in environmental planning would enhance equality and justice in enabling the nature experience.

Keywords/tags (subjects)

Accessibility, accessibility assessment, accessibility to digital information, disability, ESKEH, mobility impairments, rehabilitation, status of people with disabilities, usability, well-being effects of nature

Miscellaneous

Attached accessibility analysis report, 23 pages

Sisältö

1	Johdanto	2
2	Esteettömyys ja luontokuntoutumisympäristö	3
2.1	Esteettömyyden yleiset lähtökohdat	3
2.1.1	Lainsäädäntö rakennetussa ympäristössä	3
2.1.2	Esteettömyys luontoympäristössä	5
2.2	Luonto kuntoutumisympäristönä	7
2.2.1	Luontolähtöiset menetelmät	7
2.2.2	Esteettömyys kuntoutumisen osana	9
2.3	Yhteistyötahon esittely ja valitun kohteen perustelut	10
3	Kehittämistyön tarkoitus, tavoitteet ja tutkimustehtävät	11
4	Opinnäytetyön toteutus.....	12
4.1	Kehittämistoiminnan perusteet ja rajaus.....	12
4.2	Aineiston keruu ja kuvaus	13
4.2.1	Esteettömyyskartoitukseen menetelmän kuvaus	13
4.2.2	Havainnointi- ja valokuva-aineiston keruu	16
4.2.3	Aineiston analyysi	16
5	Tulokset.....	17
5.1	Ennakkotiedot ja tiedon saavutettavuus	17
5.2	Fyysinen esteettömyys.....	18
5.3	Esteettömyyskartoituksen merkitys	18
5.4	Johtopäätökset.....	19
6	Pohdinta.....	20
6.1	Luotettavuus ja eettisyys	20
6.2	Jatkotutkimusehdotuksia	21
6.3	Hyödynnettävyys kuntoutuksen ohjauksessa	22
	Lähteet	23
	Liitteet	1
	Liite 1. Esteettömyyskartoitusraportti	1

1 Johdanto

Esteettömyys on laaja käsite, joka sisältää fyysisen esteettömyyden lisäksi sosiaalisen, psyykkisen ja kognitiivisen esteettömyyden. Näillä viitataan useimmiten saavutettavuuteen. Sosiaalista ja kognitiivista esteettömyyttä voi edistää kommunikaation avulla, esimerkiksi selkokieltä käyttämällä. Selkokielessä käytetään helppoa suomen kieltä, jolloin se on ymmärrettävää ihmisille, joilla on ymmärtämisen vaikeuksia. Tekstin selkeyttä ja luettavuutta voi parantaa käyttämällä selkeää isoa fonttia tai huomioimalla kontrastit kirjoitetun tekstin ja taustan välillä. Psyykkisen esteettömyyden edistämiseksi voidaan tehdä yksilöllisiä ratkaisuja tai laajemmin pyrkiä muuttamaan asenteita. Fyysiseen esteettömyyteen liittyy rakennettu ympäristö. (Esteettömyys ihmisoikeutena 2015.)

Esteettömyys on kansainvälisesti ja valtakunnallisesti tärkeä ja ajankohtainen aihe. Se on määritelty ihmisoikeusnäkökulmasta vammaisen henkilön itsenäisen elämän edellytykseksi (27/2016). Toimenpiteitä tulee tehdä, jotta esteet tunnistetaan ja voidaan poistaa. Suomi on ratifioinut YK:n yleissopimuksen vammaisten henkilöiden oikeuksista. Sopimuksessa on säädetty esteettömyydestä ja saavutettavuudesta. Sen puitteissa veloitetaan yleisölle avointen tilojen kehittämistä esteettömiksi. Vammaissopimuksen mukaisesti syrjintää tulee ehkäistä ja yhdenvertaisuutta edistää. (27/2016.) Liikuntalakiin on kirjattu velvoite, että toiminnan lähtökohtina on huomioida yhdenvertaisuus ja tasa-arvo 390/2015). Mahdollisuus luonnossa liikkumiseen kuuluu kaikille.

Suomessa erityisesti Invalidiliitto on tehnyt työtä esteettömyyden edistämiseksi. Invalidiliiton tehtävänä on kehittää vammaisten ja toimintarajoitteisten ihmisten elämää yhdenvertaisempaan suuntaan sekä lisätä heidän mahdollisuuttaan osallistua ja liikkua täysipainoisesti (Invalidiliiton strategia 2019-22 n.d.). Invalidiliiton esteettömyyskeskus (ESKE) keskittyy edistämään ja kehittämään esteettömyyttä. ESKEssä on kehitetty vuosina 2007-2009 rakennetun ympäristön esteettömyyskartoitusmenetelmä (ESKEH). Siihen pohjautuva luontoreittien esteettömyyskartoitusmenetelmä kehitettiin 2014. (Esteettömyyskeskus ESKE n.d.)

Luontokohteiden ja -reittien esteettömyydestä löytyy tietoa hyvin niukasti. Toimintakykyrajoitteiselle ihmiselle on tärkeää, että luontokohteesta on saatavissa tietoa ennakkoon. Näin voidaan arvioida yksilöllisesti reitin soveltuvuus. Liikuntarajoitteisen on haastavaa lähteä paikan päälle katsomaan, pystyykö hän liikkumaan siellä apuvälineiden kanssa tai ilman avustajaa.

Toimintarajoitteen korjaamisen ei tulisi olla lähtökohta, vaan sen, voiko ympäristöä ja asenteita muokkaamalla parantaa toimintakykyä. Asennemuutoksessa toimintarajoitelähtöisestä näkemyksestä ja erityisjärjestelyistä siirryttäisiin toimintakyky- ja voimavaralähtöiseen näkökulmaan sekä esteettömyyden näkemiseen uutena normaalina erityisratkaisujen sijaan. Esteettömyys on yksi tärkeä osatekijä luonnon mahdollistamiseksi kuntoutuskäyttöön. Esteettömyyden huomioiminen kaikessa ympäristössä yksinkertaisesti edistäisi toimintakykyä. Kuten yleissopimuksessa vammaisten henkilöiden oikeuksista (27/2016) on todettu, tulee tehdä toimenpiteitä, jotta esteet tunnistetaan ja voidaan poistaa. Tämä koskee niin asenteiden muuttamista kuin käytännöntasolla on luontokohteiden esteettömyyskartoitusten ensisijainen tarkoitus.

Tässä opinnäytetyössä tarkastelun kohteena oli Vihaslahden pengerialue – Särkkäin lankkupaluun luontoreitin esteettömyys. Työ rajattiin koskemaan fyysistä esteettömyyttä. Esteettömyyskartoitus tehtiin Luonto-ESKEH-menetelmällä, havainnoimalla ja valokuvaamalla. Tulosten pohjalta laadittiin kehittämissuhteita kyseiselle luontoreitille. Yleisesti pohdittiin luontokohteiden esteettömyyskartoitusten tarvetta sekä kyseisen menetelmän kokemusten pohjalta. Työssä pyrittiin selvittämään, voiko luontokohteiden esteettömyyskartoituksia tekemällä lisätä kansalaisten mahdollisuutta yhdenvertaiseen luontokokemukseen. Opinnäytetyön yhteistyötahona toimi Kalajoen matkailuyhdistys.

Teoriaosan tiedonhaku tehtiin Googlescholarista, JanetFinnasta, kirjallisuudesta ja asiantuntijajärjestöjen sivustoilta. Teoreettisina lähtökohtina tälle opinnäytetyölle toimivat esteettömyys sekä luonnon hyvinvointia lisäävät tekijät. Lähteinä oli lakeja, jotka koskevat esteettömyyttä. Osassa lähteistä käsiteltiin esteettömyyden yhteiskunnallista merkityksestä. Lisäksi teoriaosaan sisältyi lähdemateriaalia luonnon hyvinvointivaikutuksista ja luontolähtöisten menetelmien käyttämisestä kuntoutumisen tukena.

2 Esteettömyys ja luontokuntoutumisympäristö

2.1 Esteettömyyden yleiset lähtökohdat

2.1.1 Lainsäädäntö rakennetussa ympäristössä

Esteettömyys voidaan määritellä laajasti tarkoittamaan syrjinnän kieltämistä ja yhdenvertaisuuden edistämistä. Esteettömyyteen pyritään vaikuttamaan yhteiskunnallisella tasolla lainsäädännöllä ja

eri asetuksilla ja suosituksilla. Suomen *perustuslain yhdenvertaisuuslaki* (L1325/2014) kieltää syrjinnän ja velvoittaa yhdenvertaiseen kohteluun sekä jopa kohtuullisiin mukautuksiin vammaisten ihmisten yhdenvertaisuuden toteuttamiseksi. Kansainvälisesti Suomea sitoo YK:n *yleissopimus vammaisten henkilöiden oikeuksista* (27/2016). Sopimuksessa on säädetty esteettömyydestä ja saavutettavuudesta. Suomi on ratifioinut sopimuksen vuonna 2016. Sopimuksen puitteissa veloitetaan yleisölle avointen tilojen kehittämistä esteettömyyden osalta. Sopimuksen mukaan tulee tehdä tarvittavia toimenpiteitä, jotta esteet tunnistetaan ja ne voidaan poistaa. Vammaissopimuksen mukaisesti tulee syrjintää ehkäistä ja edistää yhdenvertaisuutta. Esteettömyys on määritelty ihmisoikeusnäkökulmasta vammaisen henkilön itsenäisen elämän edellytykseksi. (27/2016.)

Suomessa on meneillään vammaispalvelulain uudistus, jonka päätehtävänä on varmistaa eri tavoin vammaisille ihmisille yhdenvertaiset ja yksilölliset sosiaalipalvelut (HE 191/2022 vp). Siinä korostuu vammaisen ihmisen itsenäisen elämän ja osallisuuden tukeminen. Muutenkin uudistuksen tavoitteet ovat monelta osin samansuuntaisia kuin mitä on esteettömyyden yhteiskunnallinen merkitys. (mt.)

Maankäyttö- ja rakennuslaissa (L1999/132) säädetään rakennetun ympäristön suunnittelussa eri väestöryhmien huomioiminen, jotta rakennettu ympäristö olisi turvallinen ja soveltuisi mahdollisimman monelle käyttäjälle. Valtioneuvoston *asetuksessa rakennuksen esteettömyydestä* (241/2017) on määritelty tarkasti vähimmäisvaatimukset, jotta rakennus toteuttaa teknisesti esteettömyyden vaatimukset. *Liikuntalakiin* on kirjattu velvoite, että toiminnan lähtökohtina on huomioida yhdenvertaisuus ja tasa-arvo (L390/2015). Mahdollisuus myös luonnossa liikkumiseen kuuluu kaikille.

Esteettömyyteen vaikuttavat suuresti *kulttuuri ja asenteet*. Sitä tulisi katsoa uutena normaalina sen sijaan, että sitä pidettäisiin erityisjärjestelynä jollekin tietylle ihmisryhmälle. (Esteettömyys n.d.). Erityisen tärkeää esteettömyys on liikuntarajoitteisille, aistirajoitteisille tai muuten toimintarajoitteisille. Ulkotilojen kohdalla esteettömyys on huomioitu suunnittelu-, rakennus- ja kunnossapitovaiheessa. (Ulkoalue n.d.) Esteettömyydellä tavoitellaan sitä, että kaikki pystyisivät yhtäläisesti käyttämään samoja kohteita riippumatta heidän toimintarajoitteistaan. Esteettömyys on tiedotettu tärkeäksi yhtäläisyyttä ja yhdenvertaisuutta huomioivaksi tekijäksi yhteiskunnassa. Zhang,

Poulsen, Lygum, Corazon, Gramkow ja Stigsdotter (2017) osoittavat kuinka tärkeää eri tavoin rajoitteisten ihmisten on päästä yhteyteen luonnon kanssa ja toteavat tämän koskevan suurta joukkoa ihmisiä.

Esteettömyyteen liittyy kiinteästi *käytettävyys ja saavutettavuus*. Esteettömyyden käsite pitää sisällään kaikille ihmisille sopivat tilat ja ympäristöt, palveluiden tai tavaroiden käytettävyyden sekä tiedon saavutettavuuden. Esteitä ympäristössä ja yhteiskunnassa voivat olla fyysisten esteiden lisäksi aisti-, kommunikaatio- tai sosiaaliset esteet. Esteettömyydellä mahdollistetaan ihmisen itsenäinen elämä ja asuminen, liikkuminen eri toimintaympäristöissä ja osallisuus eri yhteisöissä ja yhteiskunnassa. (Esteettömyys n.d.)

Suomessa Invalidiliitto ja sen alainen *esteettömyyskeskus ESKE* on esteettömyyden edistämiseksi toimiva taho. Esteettömyys on erityisesti ihmisten erilaisten toimintakyvyn ongelmien huomiointia rakentamisessa. *Uuden rakentamisessa* pyritään kohti esteettömyyttä, turvallisuutta ja laatua jo kohteita suunniteltaessa. (Esteettömyys N.d.) Esteettömyyttä säätelee Maankäyttö- ja rakennuslaki (L1999/132), johon pohjautuu Invalidiliiton kehittämä esteettömyyskartoitusmenetelmä.

Esteettömyyden etiikkaa pohditaan tässä opinnäytetyössä lähinnä oikeudenmukaisuuden ja yhdenvertaisuuden näkökulmasta. Esteettömyyden etiikka sisältääkin monia ulottuvuuksia ja se on tärkeää Huovisen ja Jutilan (2015) mukaan sekä taloudelliselta näkökannalta että ihmisoikeuksien puolesta. Esteettömyys tuo siis lisäarvoa sekä matkailulle että tasavertaisuuden ja ihmisoikeuksien toteutumiseksi. Esteettömyyden eettisyyttä käsittelee Richter ja Richter (1999) yhtenä *matkailijoiden esteettömyyden* tärkeänä tekijänä, erityisesti ulkomailla matkustavien liikuntarajoitteisten esteettömyyden kannalta. Matkustajien terveys ja turvallisuus sekä kohteiden saavutettavuus oikeudenmukaisuuden ja yhdenvertaisuuden näkökulmasta ovat eettisiä kysymyksiä esteettömyydessä (mt).

2.1.2 Esteettömyys luontoympäristössä

Tässä opinnäytetyössä keskitytään luontoympäristön fyysiseen esteettömyyteen, johon liittyy luontokohteen tai -reitin käytettävyys ja saavutettavuus niistä olevan tiedon saannin osalta. *Fyysinen esteettömyys* ja siitä helposti saatava tieto jo itsessään lisäävät kohteiden houkutelavuutta ja

sitä kautta käyttöä. On lisäksi tätä päivää, että tieto on saavutettavissa ja sitä voidaan hyödyntää käytännössä. Kattava tieto luontokohteiden esteettömyydestä helpottaa niiden saavutettavuutta ja käytettävyyttä. Tämä pätee sekä yksilöiden itsehoitoon että kuntoutumista edistävien ryhmien ammatilliseen käyttöön.

Esteettömillä luontoreiteillä on yleisiä vaatimuksia, jotta niitä voidaan kutsua esteettömiksi. Niiden määrittely on kuitenkin väljempää kuin rakennettujen kohteiden, koska luontoa on mahdotonta mitata täsmällisesti ja siihen vaikuttavat olosuhteet sekä ajankohta enemmän kuin rakennuksiin. Yleisesti ottaen esteettömiksi luokitelluilla reiteillä tulisi voida kulkea kelaten pyörätuolilla, kun taas vaativalla esteettömällä reitillä tarvitsee useimmiten avustajan ja luonnossa liikkumista helpottavan apuvälineen. Esteettömässä luontokohteessa on tyypillisesti esteetön käymälä ja tulente-kopaikka. (Esteettömyys luontokohteilla n.d.)

Suomessa luonto- ja retkeilypalveluja tuottaa ja ylläpitää pääsääntöisesti *Metsähallituksen luontopalvelut*. Palvelujen tarkoituksena on, että mahdollisimman moni pääsee nauttimaan luonnosta turvallisesti ja luontoa häiritsemättä. (Luontopalvelut – elinvoimaa luonnolle ja ihmisille n.d.) Esteettömiä luontokohteita voi hakea Metsähallituksen luontopalveluiden ylläpitämältä Luontoon.fi-sivustolta. Sivuilta löytyvä kuvaus kohteesta auttaa arviomaan kohteen soveltuvuutta omiin tarpeisiin, omat toimintarajoitteet huomioiden. (Esteettömyys luontokohteilla n.d.) Kuvaukset kohteista ovat aina riippuvaisia sääolosuhteista ja siksi suuntaa antavia. Ne antavat yleispätevää tietoa kohteista vain kesäolosuhteissa, eikä niitä ei ole testattu erityisryhmien toimesta. (Luonto-ESKEH – opas kartoittajalle n.d.)

Suomessa on voimassa *jokamiehen oikeudet*, jotka antavat jokaiselle oikeuden kulkea maastossa ja vesistöissä ilman maanomistajan lupaa. Nämä oikeudet pohjautuvat suomen lainsäädäntöön ja useaan eri lakiin, kuten perustuslaki ja sen liikkumisenvapauden oikeus, yhdenvertaisuusperiaate ja laillisuusperiaate. Näistä poikkeaa jotkin säännöt koskien luonnonsuojelualueita ja kansallispuistoja. (Jokamiehen oikeudet ja -velvollisuudet n.d.)

Jokamiehen oikeuksista poiketen vammaisen henkilö ja tämän saattaja voivat liikkua luontokohteissa myös moottorikäyttöisellä ajoneuvolla Maastoliikennelain (L1710/1995) 4 §:n mukaisesti. ”Moottorikäyttöisellä ajoneuvolla ei saa liikkua eikä sitä saa pysäyttää tai pysäköidä maastossa

maa-alueella ilman maan omistajan tai haltijan lupaa. Henkilö, jonka liikuntakyky on iän, vamman tai sairauden vuoksi rajoittunut, voi hakea moottorikäyttöisellä ajoneuvolla maastossa liikkumiseen erityislupaa alueelliselta ELY-keskukselta. Vaikeasti liikuntavammaisen henkilön ja hänen saattajansa liikkumiseen maastossa moottorikäyttöisellä ajoneuvolla ei sen sijaan tarvita maanomistajan tai ELY-keskuksen lupaa.” (L1710/1995.)

2.2 Luonto kuntoutumisympäristönä

2.2.1 Luontolähtöiset menetelmät

Luontolähtöisen ja eläinavusteisen toiminnan menetelmät perustuvat luonnon hyvinvointia parantaviin ja terveyttä edistäviin tekijöihin. Ympäristön merkitystä kuntoutumiseen on tutkittu erilaisien asiakasryhmien osalta. Kokonaisvaltaisia positiivisia vaikutuksia on osoitettu mm. ADHD-oireisten, muistisairaiden ja mielenterveysongelmien hoidossa. Luontoelementtien on osoitettu sisältävän kuntoutumista edistäviä tekijöitä (Salovuori 2014.) Vuonna 2022 Suomessa on laadittu aloite luontolähtöisten menetelmien valtakunnallisesta käyttöönottamisesta osaksi hyvinvoinnin edistämistä ja sote-palveluja. Aloitteessa todetaan luontolähtöisten menetelmien edistävän terveyttä -ja hyvinvointia ja perustuvan tutkimuksiin. (Luontolähtöiset menetelmät osaksi hyvinvoinnin edistämistä ja sote-palveluja n.d.)

Tutkimuksissa on pystytty tunnistamaan useita terveysvaikutuksia, joita ihminen saa luontoympäristössä oleilusta. Luonnon on todettu parantavan sekä fyysistä että psyykkistä terveyttä. Terveyttä edistävästä tekijöistä on havaittu sydän- ja verenkiertoelimistön vahvistumista, verenkierron voimistumista, hormonaalisten ja metabolisten arvojen paranemista, immuunivasteen paranemista ja tulehdusarvojen laskua. Fyysisen voiminnan paranemisen lisäksi, ihmisen henkisen hyvinvoinnin on osoitettu lisääntyvän merkittävästi, kun ahdistuneisuus ja masentuneisuus lievittyvät luonnossa. (Wen, Yan, Pan ja Liu 2019, 2-4; 17-19.)

Luonnon on osoitettu tuovan hyötyä erilaisiin fyysisiin, psyykkisiin ja sosiaalisiin ongelmatilanteisiin. Luontoympäristöä on hyödynnetty mm. osallisuutta vahvistavassa toiminnassa, lasten ja nuorten työpajoissa, fyysisen kuntoutumisen edistämässä, terveystulosten parantamisessa ja psyykkisen hyvinvoinnin lisäämisessä. (ks. Berger ja McLeod 2006; Vihreää hyvinvointia 2013.)

Luontoympäristön on tutkimuksissa koettu edistävän sosiaalista hyvinvointia ja itsensä hyväksymistä. Vaikuttaa, että luonnossa suhtaudutaan itseen ja toisiin lempeämmin. Yhdessäolo koetaan tärkeäksi osaksi luonnossa liikkumista. (Shin, Kwon, Hammitt & Kim. 2005.) Salosen (2020) mukaan luonto, ja erityisesti sen jakaminen muiden kanssa, koetaan merkitykselliseksi. Tutkimuksessa on noussut esiin myös, että osa koki luontoelementin jopa tervehdyttävänä. Elvyttävänä vaikutuksena koetaan välittömiä mielihyvän tunteita, joiden aikaansaavaksi tekijäksi koetaan luonnon hyväksyvä läsnäolo. (Salonen 2020.)

Luonnon laajat fyysiset ja psykososiaaliset hyvinvointivaikutukset ovat olleet erityisen ajankohtaisia Covid-pandemian aikana, koska se lukitsi ihmiset ympäri maailmaa sisätiloihin ja eristykseen muista ihmisistä. Tutkimusten mukaan luontokontakti Covid-pandemian aikana näyttäisi alentavan mielenterveys- ja käytösongelmia. Luonnon todettiin auttavan masennuksen, ahdistuksen ja stressin lieventymisessä ja siitä saatiin iloa ja tyytyväisyyttä elämään. Luonnossa liikuttaessa fyysinen aktiivisuus pysyi parempana ja univaikeuksista kärsittiin vähemmän. (Labib, Browning, Rigolon, Helbich & James. 2022.) Suomalaistutkimuksen mukaan (Korkman, Greene & Hantula. 2020) ihmisten luonnossa käyntien määrä on kasvanut pandemian aikana. Lähiviheralueiden käyntimäärät kasvoivat kaupungeissa ja kansallispuistojen kävijämäärät kasvoivat 23 prosenttia vuodesta 2019 vuoteen 2020. Luonnossa käymisen koettiin auttavan käsittelemään vaikeita asioita ja siten pääsemään eroon mieltä ahdistavista asioista. Luonnosta saatiin myös itsensä hyväksymisen kokemuksia. Lisäksi luontokokemukset ovat tuoneet eniten hyötyä ilmastonmuutokseen liittyvien tunteiden käsittelyssä. (Korkman ym. 2020; Labib ym. 2022; Tyrväinen 2021.)

Tutkimusten mukaan näyttää siltä, että metsästä saatavat terveyshyödyt saadaan säännöllisen käytön myötä. Lisää tietoa tarvittaisiin vielä käyntien keston ja määrän vaikutuksesta terveyshyötyjen osalta. Tähän mennessä saatujen tulosten pohjalta olisi kuitenkin jo nyt nähtävissä, että metsää voitaisiin hyödyntää kansanterveyden edistämiseksi, kuten sairauksien hoidossa ja ennaltaehkäisyssä sekä kuntoutuksessa. (Tyrväinen, Lanki, Sipilä ja Komulainen 2018.) Tämän takia onkin ensiarvoisen tärkeää, että luontokohteet olisivat laadukkaita ja helposti saavutettavia. Laadukkuuteen sisältyy kohteen turvallisuus, siisteys ja luontokohteen luonnontilaisuus ja siitä saatava luontokokemus. Saavutettavuutta on kohteesta olevan tiedon paikkansapitävyys ja tiedonsaanti.

Luontoympäristön luontotyyppi ja ihmisen oma luontosuhde vaikuttavat luonnosta saatuihin kokemuksiin. Luontokokemus riippuu myös paljon siitä, onko se luonnon tarkkailua vai sisältykö luontokohteessa käyntiin jotain aktiviteettia, käydäänkö siellä usein tai kuinka pitkä aika siellä vieteen, käydäänkö siellä yhdessä vai yksin. On kuitenkin todettu, että luonnossa on vähemmän melua ja ilmansaasteita, jotka vaikuttavat positiivisesti terveyteen vailla yksilökohtaisia eroja. Useimmat kokevat luonnon edistävän stressinhallintaa ja lisäävän rentoutumiseen liittyviä tunteita. (Tyrväinen ja muut 2018.)

2.2.2 Esteettömyys kuntoutumisen osana

Suurimmalla osalla ihmisistä esiintyy erilaisia toimintakyvyn rajoitteita elämänsä aikana. Rajoitteet voivat ilmetä fyysisinä, psyykkisinä tai sosiaalisina vaikeuksina selviytyä jokapäiväisen elämän toiminnoista. Väestö ikääntyy ja ikäihmisten kuntoutuminen itsenäisesti toimeentuleviksi on edellytys sille, että hyvinvointi säilyy. Hoitaminen hoitolaitoksissa on kuormittavaa yhteiskunnalle. Se myös lamauttaa ihmisen toimintakykyä ja osallisuutta ja toimijuutta omassa elämässään. Nuorten syrjäytyminen on ongelmana yhteiskunnassamme ja sen suhteen on tehtävä kuntoutumista edistäviä tukitoimia. Mielenterveys- ja päihdeongelmat ovat suuri menoerä yhteiskunnan sosiaali- ja terveydenhuoltopalveluissa. Useat mielenterveys- ja päihdeongelmaiset ovat työikäisiä ja heidän olisi mahdollista palata työelämään kuntoutumisen jälkeen. Fyysisen toimintakyvyn parantuessa kuntoutumisen avulla monet työikäiset ihmiset pääsevät palamaan työelämään ja muidenkin osalta kuntoutumisen kautta itsenäinen elämä vahvistuu ja siten palveluiden tarve vähenee. Toimintakyvyn tukeminen ennaltaehkäisee sairauksia ja tuen tarvetta sekä lisää hyvinvointia. Tämä säästää kustannuksia sosiaali- ja terveydenhuollossa pienentyneinä terveys- ja sosiaalipalvelujen tarpeena. (Autti-Rämö, Salminen, Rajavaara ja Melkas 2022, luku Kuntoutumisen tarve.)

Toimintakykyyn ja toimintarajoitteisiin vaikuttavat terveys sekä yksilö- ja ympäristötekijät. Toimintarajoitteen voi ajatella olevan sairauden tai vamman ja ympäristötekijöiden välinen ristiriita. Liikunnan rajoitteita on monia erilaisia ja niiden vaikutus elämässä osallistumiseen ja toimimiseen on yksilöllistä. Liikuntarajoite itsessään ei ole este, vaan esteethän ovat olemassa jo ennestään. Voisikin ajatella, että poistamalla esteet ympäristöä muokkaamalla myös liikunta- tai toimintarajoite poistuu, koska sen jälkeen osallistuminen ja toimiminen onnistuu. Jos yhteiskunnan asenteita saataisiin muokattua, niin esteettömyys voisi olla tulevaisuuden normaali. Esteettömyyden voisi

huomioida kaikessa ympäristössä ja uuden rakentamisessa. Ympäristön muokkaaminen ja rakentaminen esteettömäksi poistaisi monia toimintarajoitteita ja siten lisäisi yhdenvertaista mahdollisuutta osallistumiseen. (Vammaissopimus ja ICF 2021.)

2.3 Yhteistyötahon esittely ja valitun kohteen perustelut

Kalajoen matkailuyhdistys kiinnostui opinnäytetyön aiheesta luontokohteen kartoittamisesta. Yhtenä yhdistyksen teemoista on esteetön matkailu, jolla tavoitellaan laadukasta ja yhdenvertaista matkailukokemusta kaikille ihmisille.

Kalajoen matkailuyhdistys ylläpitää Visit Kalajoki -sivustoa, josta löytyy tietoa myös paikkakunnalla olevista luontokohteista. Kalajoelta ei löytynyt yhtään esteetöntä luontoreittiä Luontoon.fi-sivuston mukaan. Sinne pitäisi olla koottu tieto kaikista Suomen esteettömistä luontoreiteistä. Visit Kalajoen -sivustolta löytyi luontoreittejä kuvailuineen, mutta ei mainintaan esteettömistä reiteistä. Tavoitteena oli tutkia yksi paikallinen luontoreitti esteettömyyden osalta ja pohtia tarvetta luontoreittien kartoittamiseen. Tarve opinnäytetyölle nousi yhdenvertaisuuden edistämisestä yhteiskunnallisella tasolla, luontokohteiden käyttämisen kehittämistä kuntoutumisympäristönä, luontolähtöisten menetelmien käyttämisen lisäämisestä palvelutuottajien näkökulmasta sekä luontoliikunnan kynnyksen madaltamisesta yksilötasolla.

Kohteeksi valikoitui Kalajoen hiekkasärkkien lankkupolku ja siihen yhdistyvä Vihaslahden pengerpolku. Hiekkasärkillä vierailee jopa 2 miljoonaa kävijää vuodessa. Hiekkasärkkien yhteydessä on monia liikuntapalveluja ja luontoreittejä. Vihaslahden pengerpolut on kävijälaskuri, joka näyttää reitillä vierailleenviimeisen vuoden aikana arkisin joitain kymmeniä ja viikonloppuisin 300-400 kävijää päivässä. (Kalajoki on matkailukaupunki n.d.)

Kalajoella on monia luontokohteita, joilla on kuntoutumista edistäviä tekijöitä luonnon hyvinvointivaikutusten muodossa. Näistä useista kohteista valittiin Kalajoen hiekkasärkkien lankkupolku sen sijainnin ja yleisen käytettävyyden johdosta sekä siihen yhdistyvä luonnonsuojelualueella kulkeva Vihaslahden pengerpolku. Niitä ympäröivällä luonnolla on omat erityiset ominaispiirteet.

Särkkien lankkupolun esitiedoissa kerrotaan lankkupolun olevan yli 2 km pitkä ja sen kulkevan Hiekkasärkkien rantamaisemissa, josta se jatkuu sorastettuna pengerpolut Vihaslahteen saakka.

Reittiä voi kulkea joko jalan tai pyörällä, mutta polku soveltuu kuljettavaksi myös lastenrattaiden ja pyörätuolin kanssa. Matkalla on levähdyspenkkejä, opasteita ja roskiksia. Polun varrella Vihas-Keihäslahden luonnonsuojelualueella on lisäksi ”Kirkolta Kallaan” -kulttuuripolku. Hiekkasärkiltä lähtevän polun päässä Vihaslahdella on lintutorni, tulentekopaikat ulkona ja katoksen alla, opastuskatos sekä kuivakäymälä. Vihaslahdella on mahdollista nähdä monia eri lintulajeja ruokailemassa ja pesimässä. Kesäisin matkan varrella voi bongata myös alueella laiduntavia lampaita. (Lankkupolku n.d.)

Esteettömyyskartoituksella tunnistettiin kohteen esteitä ja laadittiin suosituksia muutoksista, joita kohteeseen tulisi tehdä, jotta se olisi esteetön. Tuotoksena esteettömyyskartoitusraportin lisäksi tehtiin kuvailu reitistä, josta voidaan tehdä yksilöllisesti arvio sen soveltuvuudesta kullekin käyttäjälle. Lisäksi arvioitiin kartoitusten tarpeellisuutta kaikkiin luontokohteisiin.

3 Kehittämistyön tarkoitus, tavoitteet ja tutkimustehtävät

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli edistää esteettömyyden toteutumista luontoympäristöissä ja pilotoida esteettömyyden kartoitusta valitussa kohteessa. Tarkoituksena oli edistää luonnossa liikkumisen saavutettavuutta ja palvelujen käytettävyyttä yhdenvertaisuuden toteuttamiseksi.

Tavoitteena oli tuottaa esteettömyyskartoituksen tilaajalle, Kalajoki matkailuyhdistykselle, valitusta kohteesta esteettömyyskartoitus. Työn tavoitteena oli esitellä esimerkki siitä, kuinka luontoympäristöä voi arvioida esteettömyyden osalta.

Esteettömyyskartoitus tehtiin yhdestä luontokohteesta ja saatujen tulosten perusteella pohdittiin laajemmin tarvetta kaikkien luontokohteiden kartoittamiseksi.

Konkreettisina tutkimustehtävinä oli toteuttaa esteettömyyskartoitus Vihaslahden pengerialueen – Särkkäin lankkupolun reitille Luonto-ESKEH-menetelmällä, havainnoimalla ja valokuvaamalla. Toisena tehtävänä oli tulosten pohjalta laatia toimenpide-ehdotuksia kyseisen kohteen esteettömyyden kehittämiseksi. Näistä tehtiin raportti ja reitin kuvailu.

4 Opinnäytetyön toteutus

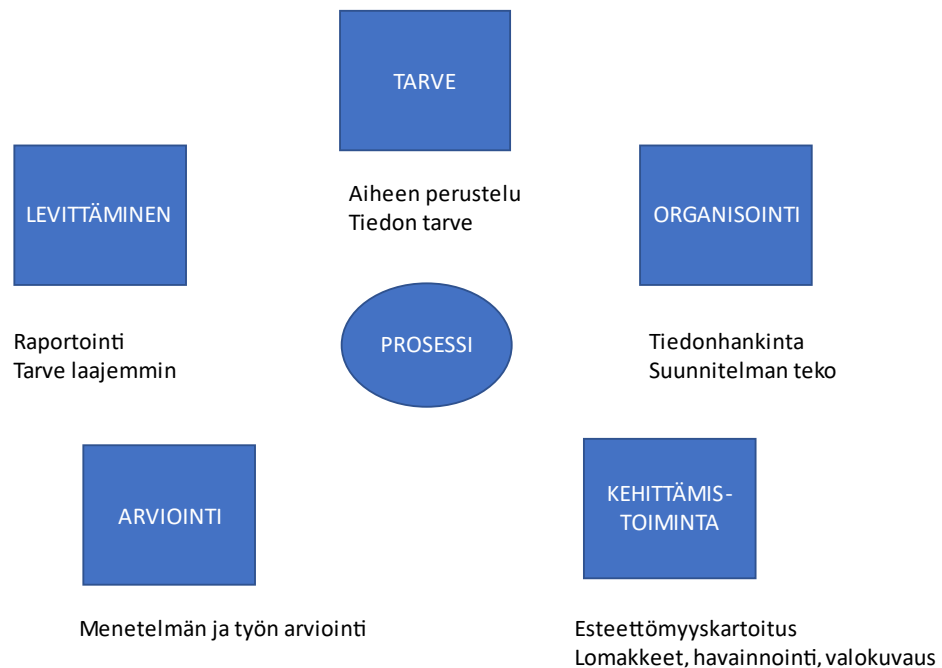
4.1 Kehittämistoiminnan perusteet ja rajaus

Tässä kehittämistyössä tarkasteltiin esteettömyyden ilmiötä teoriassa, pilotoitiin menetelmää käytännössä ja pohdittiin niiden pohjalta kehittämiskohteita. Tutkimuksellisessa kehittämistyössä edetään tutkimuksellisesta kysymyksenasettelusta ja menetelmistä kohti konkreettista kehittämistoimintaa (Toikko ja Rantanen 2009, 16).

Lähtökohtina tässä työssä olivat käytännön ongelmat ja kysymykset, joiden pohjalta tuotettiin tietoa käytännön toimintaympäristössä. Pääpaino oli kehittämistoiminnassa, jossa hyödynnettiin tutkimuksellisia periaatteita. (Toikko ja Rantanen 2009, 19.) Tämän kehittämistyön tarkoituksena oli siis selvittää esteettömyyttä ilmiönä ja sen laajempaa vaikutusta koko yhteiskuntaan sekä kehittää luonnon saavutettavuutta yleisesti.

Tavoitteena ei ollut ratkaista ainoastaan yksittäistä konkreettista ongelmaa, esimerkiksi reitin fyysisistä liikkumista haittaavaa esteettä, vaan tuottaa tietoa myös laajempaan keskusteluun (Toikko ja Rantanen 2009). Käytännön tasolla tässä työssä kartoitettiin fyysisiä esteitä luontokohteessa sekä vaadittavia toimenpiteitä esteiden purkamiseksi. Lisäksi pohdittiin esteettömyyskartoitusten tarvetta muiden luontoreittien ja -kohteiden osalta.

Kehittämistyön prosessi koostui viidestä keskeisestä tehtävästä, jotka Toikkoa ja Rantasta (2009, 56-63) mukailten olivat kehittämistyön tarpeen perustelu, toiminnan organisointi, varsinainen kehittämistoiminta, toiminnan arviointi ja kehittämistehtävän tulosten levittäminen. Työn perusteluna oli tarve lisätä tietoa. Organisointi tiedon keräämiseksi suoritettiin perusteellisesti ennen kuin tutkimustyön toteutus eli esteettömyyskartoitus aloitettiin. Työ tehtiin itsenäisesti, joten siltä osin ei erityistä työryhmän organisointia tapahtunut. Varsinainen kehittämistyö oli esteettömyyskartoituksen tekeminen käytännössä. Kehittämistyön tarkoituksena oli tuottaa raportti, jonka tuloksia Kalajoki matkailuyhdistys voi hyödyntää palvelujensa parantamisessa. Tulosten pohjalta tehdyt toimenpide-ehdotukset ovat työn tärkeitä tehtäviä. Tulosten levittämistä ei varsinaisesti tapahtunut, mutta kehittämistehtävästä saatujen kokemusten perusteella arvioitiin sen tarpeellisuutta laajemmin. (Kuva 1.) Lopuksi arvioitiin työn tarkoituksenmukaisuus, prosessi sekä tulosten luotettavuus ja käytettävyys.



Kuva 1 Kehittämistyön prosessi

4.2 Aineiston keruu ja kuvaus

Aineistonkeruumenetelmänä käytettiin Luonto-ESKEH esteettömyyskartoitusmenetelmää. Lisäksi reitti havainnoitiin ja valokuvattiin. Esteettömyyskartoitukset tehtiin syys-lokakuun 2022 aikana. Kohteet mitattiin, havainnoitiin ja niitä valokuvattiin. Luontokohteet kartoitettiin sulan maan aikana ohjeiden mukaisesti (Luonto-ESKEH - opas kartoittajalle 2014). Tiedot tallennettiin jokaisen kohteen kohdalta erillisiin kohdekartoituskaavakkeisiin. Kaavakkeet sovellettiin vastaamaan tutkimuksen tarpeita. Kohteiden saavutettavuutta ja käytettävyyttä käsiteltiin osana esteettömyyttä. Saavutettavuuteen ja käytettävyyteen liittyy erityisesti vuodenaikojen vaihtelu ja kohteista olemassa olevan tiedon ajantasaisuus ja tiedon saatavuus (Matila, Arnkil ja Saaristo 2016), jotka myös huomioidaan opinnäytetyön toteutuksessa eli kohteiden kartoituksessa.

4.2.1 Esteettömyyskartoitusmenetelmän kuvaus

Menetelmänä kehittämistyössä käytettiin luontokohteiden esteettömyyskartoitusmenetelmää Luonto-ESKEHiä. Rakennetun ympäristön esteettömyyskartoitusmenetelmä (ESKEH) on kehitetty Invalidiliiton esteettömyyskeskuksen (ESKE) toimesta. ESKE:n tarkoituksena on edistää laaja-alaisesti esteettömyyttä yhteiskunnassa. Rakennetun ympäristön esteettömyyskartoitusmenetelmä

ESKEH kehitettiin vuosina 2007—2009 valtakunnallisena projektina ja sitä päivitettiin 2018. Luontoreittien kartoittamiseen kehitettiin Invalidiliitolla oma menetelmä Luonto-ESKEH vuonna 2014 Helsingin kaupungin toimeksiantona. Sitä on päivitetty 2018—2020 Vammaisurheilu- ja liikunta, VAU ry:n (nykyinen Paralympiakomitea) ja Metsähallituksen kanssa yhteistyössä. Kriteerit kartoituksessa määräytyvät esteettömyysmääräyksiin, osa ohjeistuksiin ja suosituksiin, jotta ne täyttävät esteettömyyden kriteerit. Osan kriteereistä tulee täytyä, jotta ne täyttävät lain vaatimukset rakennetun ympäristön osalta, osa on ohjeita ja suosituksia. Luontokohteisiin ei ole olemassa lain-säädännöllisiä määräyksiä esteettömyyden osalta. (Esteettömyys n.d.; L1999/132.)

Luontoreittien esteettömyyskartoituksia on esteettömän luontoreitin ja vaativan esteettömän luontoreitin kartoittamiseen. Esteetön luontoreitti on usein rakennettu reitti, kun taas vaativa esteetön reitti on luonnonmukaisempi ja vaatii useimmiten apuvälineitä tai avustajan mukaan. Esteettömän luontoreitin kartoituskriteerit käsittävät 21 kartoituslomaketta. (Kuva 1) Vaativan esteettömän luontoreitin kartoituskriteerejä on 14 lomakkeen verran. (Luonto-ESKEH – opas kartoittajalle n.d.) Kartoituksen tekemistä varten tarvittiin lomakkeiden lisäksi kynä, rullamitta, digitaalinen kaltevuusmittari, askelmittari, sähköinen karttapohja ja kamera.

Lomakkeiden avulla kartoitetaan

- kohteesta saatava ennakkotieto (kohteiden verkkosivut ja painetut esitteet)
- opastus (reitille ja reitillä, muut kyltit)
- ohitus-, levähdys- ja kääntöpaikat
- pintamateriaalit
- reitin varrella olevat kohteet ja rakennelmat (taukopaikat, laavut, näköalatasanteet ja lintu-tornit)

Kartoituslomakkeeseen rastitetaan vaihtoehdoista K = kyllä, E = ei ja Ek = ei koske kyseistä reittiä tai kohdetta sen mukaan, onko kohta siltä osin esteetön. Jos rasti tulee kohtaan ei eli lomakkeessa oleva kriteeri ei täyty, tulee merkitä, miten se poikkeaa kriteeristä (kuva 1). Tätä tietoa hyödynnetään tulosten analysoinnissa ja toimenpide-ehdotuksien tekemisessä. Luonto-ESKEH-kartoitusopas ja -kartoituslomakkeet ovat vapaasti noudettavissa osoitteesta www.invalidiliitto.fi/luontoreittien-esteettomyyskartoitus. (Esteettömän luontoreitin kartoituslomakkeet n.d.)

1 Ennakkoinformaatio					
Kohde/sijainti: _____					
	Kriteeri	Mitta	K	E	Ek
Esitteet					
Onko reitistä / kohteesta olemassa painettuja esitteitä?	esimerkiksi arial 12pt		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Onko esitteessä käytetty helppolukuista kirjasinta?			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Onko esitteessä hyvä kontrasti tekstin ja symbolin välillä?			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Onko esitteet saatavilla suomenkielen lisäksi					
• selkokielellä?			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• muu, mikä?			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Onko esitteessä tieto reiteille saapumisesta					
• tekstinä?			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• karttana?			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Onko esitteessä tieto reitin esteettömyydestä					
• tekstinä?			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• karttaan merkittynä?			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• jos vain osa reitistä on esteetön, niin onko nämä kohdat merkitty karttaan ISA-symbolilla?			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Onko esitteessä tieto reittien pituudesta					
• tekstinä?			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• karttana?			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Onko esitteessä tieto reittien tyypeistä?					
• rengasreitti?			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• nauhareitti?			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Jos reitille on järjestetty esteetön oikotie paluuta varten, niin kerrotaanko se esitteessä?			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Onko esteettömät kohteet merkitty karttaan ISA-symbolilla?			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Onko esitteessä kuvailtu luontoreitillä olevia kohteita (esimerkiksi taukopaikat, lintutorni, laavu, kota, uimaranta)?			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• onko esitteessä tieto kohteiden sijainnista?			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• onko esitteessä tieto kohteiden ja pysäköintipaikan välisestä etäisyydestä?			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• onko esitteessä tieto kohteiden ennakkovarauksesta?			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• onko esitteessä tieto kohteiden rajoitetusta käyttöajasta?			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• onko esitteessä tieto kohteiden maksullisuudesta?			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• onko esitteessä tieto kohteiden lainattavista / vuokrattavista tavaroista (esimerkiksi suihkupyörätuoli)?			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Onko esitteessä tieto esteettömästä puuceesta / wc:stä?			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Onko esitteessä tieto laitteiden ja apuvälineiden latausmahdollisuudesta reitillä / kohteessa?			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Onko esitteessä tieto					
• reitin jätehuoltokäytännöstä?			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• kohteiden jätehuoltokäytännöstä?			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Onko esitteessä tieto					
• reittien talvikunnossapidosta?			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
• kohteiden talvikunnossapidosta?			<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Kuva 2 Esimerkki kartoituslomakkeesta: Ennakkotietolomake (Esteettömän luontoreitin kartoituslomakkeet n.d.)

ESKEH-esteettömyyskartoitusmenetelmistä ei löytynyt niiden luotettavuutta arvioivaa tutkimusta, sen sijaan ESKEH-esteettömyyskartoitusmenetelmiä oli käytetty monissa esteettömyyttä arvioivissa tutkimuksissa tai kehittämistehtävissä.

4.2.2 Havainnointi- ja valokuva-aineiston keruu

Esteettömyyskartoitukseen kuului lomakkeiden täyttämisen lisäksi havainnointi ja valokuvaus. Käytännössä havainnoitiin ympäristöä kaikin aistein sekä arvioitiin ennakkotietojen paikkansapitävyttä vertailemalla niitä todellisuuteen. Havaintoja tehtiin katsellen, kuunnellen, haistellen, tunustellen. Havainnot kirjattiin ylös sekä valokuvattiin. Erityisesti luontokohteessa havainnointiin vaikutti ajankohta ja olosuhteet, jossa havainnot tehtiin. Havainnointi oli tietoista tarkkailua ja poikkesi huomattavasti normaalista ympäristön katselusta. Havainnoitsija tekee havaintoja aina subjektiivisesti, mutta tavoitteena oli saada aikaan mahdollisimman objektiivisia havaintoja. (Havainnointi aineistonkeruumenetelmänä 2022.) Havaintoja hyödynnettiin kartoitustulosten rinnalla toimenpide-ehdotuksien tekemisessä. Valokuvia käytettiin havainnoin muistiinpanojen tukena. Niistä voitiin tarkistaa yksityiskohtia ja vertailla kirjoitetun tiedon ja valokuvan yhteneväisyyttä. Valokuvia otettiin yhteensä 221 kpl. Valokuvista valittiin parhaiten olosuhdetta tai mittaustulosta kuvaavat. Niistä käytettiin 18 kpl esteettömyyskartoitusraportissa kuvaamaan olennaisia kohtia ja havaintoja reitiltä.

4.2.3 Aineiston analyysi

Aineistoon kuului Luonto-ESKEH-kartoituslomake, muu havainnointi ja valokuvaus. Esteettömyyskartoituksen tulokset analysoitiin Luonto-ESKEH – opas kartoittajalle (2014) ohjeistuksen mukaan. Tulokset kirjattiin lomakkeisiin, joissa verrattiin reitin ominaisuuksia ja esteettömyyden vaatimuksia toisiinsa. Analysointi tapahtui kehittämistyössä kerätyn aineiston pohjalta käyttäen laadullisia menetelmiä. Sisällön analyysissa kuvattiin analysoitavan materiaali sisältöä. Tulokset teemoiteltiin paikantamalla kartoituslomakkeista kehittämistyön kysymysten kannalta olennaiset aiheet.

Tuloksista laadittiin kirjallinen raportti toimeksiantajalle (ks. liite 1). Raportti sisälsi kartoituslomakkeiden tulokset, niistä ilmi tulleet toimenpide-ehdotukset ja reitin kuvailun. Tarkoituksena oli antaa selkeää tietoa reitin esteettömyydestä. Näin raporttia voisi hyödyntää tuotettaessa materiaalia

reitistä ja löytää siitä tärkeimmät seikat, joita parantamalla esteettömyys lisääntyisi. Mitattuja tietoja lisättiin, jotta niiden perusteella voi päätellä soveltuuko reitti käyttäjäkohtaisesti. Jos esimerkiksi reitin pituuskaltevuus oli enemmän kuin kahdeksan prosenttia, kirjattiin raporttiin, että ”pituuskaltevuus on 15 prosenttia”. Tästä voi päätellä soveltuuko reitti siltä osin itselle vai ei.

Raporttiin kirjataan kehittämistä vaativat asiat. Erityisesti vaaraa-aiheuttavat kohdat mainittiin ja ehdotettiin turvallisuutta lisääviä toimenpiteitä. Muuten raportissa ei annettu yksityiskohtaisia ehdotuksia muutostöihin, vaan ennemminkin kuvailtiin asioiden tila. (Hätönen, Kajala, Lakkasuo, Rissanen, Parviainen, Piipponen ja Siira 2020.)

5 Tulokset

Tulokset esitetään opinnäytetyön luvussa 5 tiivistetysti ja konkreettinen tulosten kuvaus on esteettömyyskartoitusraportissa (liite 1). Konkreettisena tuotoksena tästä kehittämistyöstä syntyi esteettömyyskartoitusraportti (liite 1), joka sisältää kehittämissuositukset sekä reitin kuvailun.

5.1 Ennakkotiedot ja tiedon saavutettavuus

Suurimpana kehittämiskohteena löytyi tiedon saatavuus ja sen saavutettavuus. Vaikka työ oli tehty rajaten koskemaan fyysistä esteettömyyttä, niin tärkeimmiksi tuloksiksi nousivat puutteet ennakkotiedoissa sekä niiden saatavuus ja saavutettavuus. Ennakkotietojen tai tietojen saavutettavuuden puutteellisuus estävät esteettömänkin luontoreitin käytettävyyden. Viestinnän osuus esteettömyyden toteutumisessa osoittautui tärkeäksi tekijäksi. Luonto-ESKEH-kartoitusmenetelmä ottaa huomioon tämän osa-alueen, vaikka on lähinnä fyysisen esteettömyyden mittaamisen menetelmä. Tämä nostaa sen merkittävyyttä kartoitusmenetelmänä.

Suurimpana esteettömyyttä parantavana tekijänä nousi esiin siis digisaavutettavuus ja yleensäkin ennakkotiedon saatavuus kohteesta. Kun reitin tai luontokohteen ennakkotiedot ovat helposti saavutettavissa lisää se mitä suurimmissa määrin reitin käytettävyyttä. Tiedon laadukkuus ilmenee reitin kuvailun tasolla. Kun tämä tieto on helposti saavutettavissa, paikkansapitävää ja luotettavaa, voi siitä päätellä sen sopivuuden yksilöllisesti.

5.2 Fyysinen esteettömyys

Kokonaistuloksena Särkkien lankkupolku – Vihaslahden pengerpolku osoittautui vaativaksi esteettömäksi reitiksi. Tämä tarkoittaa sitä, että sillä kulkeminen voi vaatia paikoin avustajaa lähinnä pituuskaltevuuksien vuoksi. Ympäristö on kuitenkin maastonmuodoiltaan kaikkiaan melko tasaista ja siltä osin täyttää esteettömyyden kriteerit. Reitti on pitkä, noin 4,5 km, ja pinnaltaan tasainen ja kova. Näin pitkiä esteettömiä reittejä ei juurikaan löydy Suomesta. Reitti on koko osuudeltaan rakennettua lankkupolkua ja sorastettua pengerpolkua. Samalla kun rakennettu polku helpottaa kulkemista reitillä, suojelee se herkkää ympäröivää luontoa kulumiselta. Luontokokemus on vaikuttava vaihtelevien maisemien ja luonnontilaisuuden ansiosta. Reitille pääsee aivan Hiekkasärkkien ytimestä tai n. 6 km:n päästä Kalajoen keskustasta. Silti reitille ei kuulu liikenteen äänet. Luontolähtöisiä menetelmiä olisi helppo hyödyntää tässä ympäristössä. Luontokokemuksen voi saada kaikin aistein, reitti aktivoi liikkumaan ja mieli lepää. Tarkat tulokset reitin ominaisuuksista löytyvät liitteestä 1.

Kokonaisuutena tulosten analyysin perusteella oli helppo tehdä toteuttamiskelpoisia kehittämissuhteita. Melko pienillä toimenpiteillä reitistä voi saada laadukkaamman ja turvallisemman, jotka liittyvät tiiviisti esteettömyyteen.

5.3 Esteettömyyskartoituksen merkitys

Seuraavana tehtävänä oli pohtia siitä, että tulisiko kaikki luontokohteet tai -reitit sitten kartoittaa Luonto-ESKEH-menetelmällä tästä työstä saatujen kokemusten perusteella. Menetelmä oli työläs, mutta myös siitä saatava aineisto oli kattava. Tuloksista oli helppo johtaa suosituksia ja toimenpide-ehdotuksia kohteen parantamiseksi. Menetelmää voi ajatella käytettävän, kun kohde on ensin arvioitu karkeasti. Alustava arvio kohteesta maastonmuotojen ja reitin pinnan muodon mukaan antaisi viitteitä siitä kannattaako tarkempi kartoitus. Yleensä esteettömät reitit ovat rakennettuja, joten luonnontilaisten reittien kartoittaminen ei ehkä ole kannattavaa. Jyrkät maaston muodot eivät ole muokattavissa esteettömiksi helposti tai luontoa kunnioittaen. Maastonmuodoiltaan tasainen reitti saattaa olla esimerkiksi kapea polku, jossa on paljon kiviä ja kantoja ja siten myös esteettömäksi luontokohteeksi sopimaton. Esteettömät luontoreitit ovat usein hyvin lyhyitä ja vammaisjärjestöt kaipaisivatkin pidempään oleskeluun soveltuvia reittejä myös liikuntaesteisille (Hätönen ja muut 2020). Tarvetta luontokohteiden kartoittamiselle siis on. Päätelmänä tästä on,

että esteettömyyskartoituksen kriteerit ovat erityisen hyödyllisiä uusia reittejä suunniteltaessa ja rakentaessa. Olemassa olevien rakentamattomien tai muokkaamattomien reittien muuttaminen esteettömiksi voivat vaatia raskaita toimenpiteitä.

5.4 Johtopäätökset

Tässä opinnäytetyössä yhdistetään tiivistetyt tulokset ja johtopäätökset yhdeksi luvuksi, jossa pohditaan raportin (liite 1) tuloksia teoreettisesti. Luontokohteen esteettömyyskartoituksen tekeminen osoittautui tämän kokemuksen perusteella työlääksi ja vaativaksi tehtäväksi. Saadut tulokset tuottivat kattavaa tietoa esteettömyydestä reitillä. Kehittämistyötä tehdessä esteettömyyteen kiinnitti aiempaa enemmän huomiota kaikkialla ympäristössä. Esteettömyydellä osoittautui olevan iso rooli yhdenvertaisuuden ja oikeudenmukaisuuden toteutumisessa. Yhteiskunnassa vallitsevia asenteita voisi pyrkiä muokkaamaan siten, että esteetön olisi uusi normaali. Toiminta- tai liikuntarajoitteiden sijaan voisi lähteä toimintakyvystä ja voimavaroista. Esteet eivät saisi rajoittaa toimintakykyä. Luontoa sopivasti muokkaamalla siitä voi saada mahdollisimman monelle soveltuvan ympäristön kuntoutumiseen tai muuten hyvinvoinnin lisäämiseen. Esteettömyys sopii kaikille, eikä sen toteuttaminen vaadi paljoakaan uuden rakentamisessa tai esteettömyyden huomioimisessa palveluissa.

Se, että luontoreittiä oli muokattu ja rakennettu esteettömäksi, ei millään tavalla vähentänyt sen antamaa luontokokemusta kartoitettaessa. Reitti oli helppokulkuinen, sen opasteet ja palvelut loivat siitä turvallisen kohteen ja silti laadullisesti luontokokemus oli vaikuttava. Jotta luonto on saatavissa, on se usein rakennettu, mutta rakentamiseen ja ympäristön muokkaamiseen voi kiinnittää huomiota esteettömyyden lisäksi luonnon säilyttämiseen. Parhaassa tapauksessa luonnon muokkaaminen esteettömäksi suojelee se samalla ympäröivää luontoa kulumiselta.

Mielestäni esteettömyyskartoituksia tekemällä voitaisiin lisätä luontolähtöisten menetelmien käyttämistä kuntoutuksessa. Näin voisi löytyä sopivia maastoja ja maisemia eri kuntoutusryhmille.

Yhteiskunnallisesti luonnon huomioiminen esteettömyyden osalta ja sitä kautta asenteiden muuttaminen toimintarajoitteista kohti toimintakykyä ja voimavaroilähtöistä kuntoutumista olisi hyvä saada puheenaiheeksi. Voisi tutkia kuinka ympäristöä muokkaamalla voitaisiin toimintakyvyn ja

ympäristön välisen ristiriidan aiheuttama toimintarajoite häviämään, jolloin ihmisen oma toimintakyky ja voimavarat riittävät itsenäiseen suoriutumiseen, eikä tarvita erillisiä erityistoimenpiteitä tai poissulkevaa käytäntöä luonnossa liikkumiseen.

6 Pohdinta

6.1 Luotettavuus ja eettisyys

Tutkimuksellinen kehittämistyö tehtiin rehellisyyttä, yleistä huolellisuutta ja tarkkuutta noudattaen sekä tulosten tallentamisessa ja esittämisessä. Tutkimukset ja niiden tulosten arvioinnit tehtiin hyvää tieteellistä käytäntöä kunnioittaen. Tutkimukseen käytettävässä aineistohankinnassa sekä tutkimuksessa sovellettiin tieteellisen tutkimuksen kriteerien mukaisia ja eettisesti kestäviä tiedonhankinta-, tutkimus- ja arviointimenetelmiä. Tutkimuksen analysoidut tulokset julkaistaan raportissa, sillä ne eivät sisällä eettisesti salattavaa materiaalia. Vastuullisuus julkaistavassa materiaalissa edustaa sen tavoitetta lisätä puolueetonta ja avointa tietoa. Tutkimusaineistossa otettiin muiden tutkijoiden työ ja saavutukset huomioon niin, että työssä viitataan alkuperäisiin julkaisuihin asianmukaisella tavalla. Raportointiohjeiden mukaisesti noudatettiin ohjeistusta lähdeviitteiden merkitsemisestä. (Hyvä tieteellinen käytäntö n.d.)

Tutkimukseen kuului sen suunnittelu, toteutus ja siitä raportointi. Siinä syntyneet tietoaineistot tallennettiin tieteelliselle tiedolle asetettujen vaatimusten edellyttämällä tavalla. Aineistot on tallennettu pilvipalveluun ja paperisena versiona kansioon. Tiedot eivät sisällä arkaluontoista materiaalia, joten erityistä suunnitelmaa tai käytäntöä niiden suojaamiseksi tai hävittämiseksi ei tarvittu. Luotettavuuden arvioinnin osalta arvioitiin ja pohdittiin tutkimuskäytäntöä ja tulosten analysointia sen osalta mitä niitä ei pysty tekemään ulkopuolisilla mittareilla. Luotettavuus perustui tekijän huolelliseen ja vastuulliseen toimintaan koko työn osalta.

Tutkimuslupia ei tarvittu tämän opinnäytetyön tekemiseen, koska käsiteltävät tiedot ovat kaikkien ulottuvilla. Tässä työssä ei esiinny tietosuojaa koskevia kysymyksiä. Opinnäytetyössä ei esiinny henkilöitä, joten sellainen eettisyys tai luottamuksellisuus eivät kuulu tämän opinnäytetyön ominaispiirteisiin. Eettisestä näkökulmasta huomioitiin käyttäjäryhmät, joita tämä kehittämistyö koskee. Erityisryhmät ja liikuntarajoitteiset eivät ole nostettu ihmisryhminä erityisasemaan negatiivisessa mielessä. Tässä opinnäytetyössä pyrittiin tuomaan ilmi esteettömyyden sopivuus kaikille,

eikä erillisenä osana jollekin tietylle ihmisryhmälle. Opinnäytetyön tarkoituksena on tuoda laajempaan keskusteluun esteettömyys yhteiskunnassa uutena normaalina, eikä erityisryhmien tarpeena.

6.2 Jatkotutkimusehdotuksia

Jatkotutkimusta varten nousi esiin monia uusia kysymyksiä tässä tehdyn kehittämistyön puitteissa. Eri aistien ja kognitiivisten kykyjen rajoitteiden tutkiminen kartoituksessa toisi lisätietoa ja sisällyttäisi kattavammin kokonaisuuden reitin esteettömyydestä. Nyt näitä huomioitiin lähinnä opastajien ja ennalta saatavan digitaalisen tiedon saavutettavuuden osalta.

Tutkimukset koetusta esteettömyydestä verrattuna Luonto-ESKEH-menetelmällä saatuihin kartoitustuloksiin toisivat lisätietoa esteettömyyskartoitusmenetelmästä, ja ne voisivat auttaa kehittämään menetelmää edelleen. Toki, kuten tässä työssä on jo todettu, niin pääpaino tällä tutkimuksellisella kehittämistyöllä oli tuottaa yleisesti kuvailevaa tietoa kohteen fyysisestä esteettömyydestä ja sitä kautta antaa mahdollisuus yksilöllisesti arvioida kohteen soveltuvuutta. Toimintarajoitteet ovat hyvin yksilöllisiä, joten yhden henkilön kokemus reitistä ei ole yleistettävissä. Siitä voisi kuitenkin saada lisätietoa vastasiko kartoituksen perusteella annettu tieto koke-
musta. Tämä auttaisi arvioimaan myös esteettömyyskartoitusmenetelmästä saadun tiedon toimivuutta käytännössä.

Luontoliikunnan lisääntyminen kohteesta saatavan tiedon valossa olisi myös hyvä jatkotutkimuskohde. Salonen (2020) on todennut omaehtoisen ja ohjatun luontokokemuksen pitävän sisällään samankaltaisuuksia elpymisen ja myönteisten tunnetilojen muutosten osalta ja että ohjauksella voidaan vaikuttaa vähintäänkin siihen, että luontoon mennään vuodenajasta riippumatta. Tutkimus luontoliikuntakohteesta saatavan ennakkotiedon vaikutuksesta liikunnan lisääntymiseen sopisi tähän työhön hyvin jatkotutkimukseksi.

Esteettömän matkailun kehittämisen osalta jatkotutkimuksena voisi tehdä käyttäjämäärien ja kokemusten osalta vertailevaa tutkimusta. Voisi olla mielenkiintoista saada tietoa lisääkö esteetönkohde käyttäjämääriä ja onko tietojen saavutettavuudelle tarvetta. Esteettömyyden vaikutus palveluiden koettuun laatuun olisi myös mielenkiintoinen tutkimusaihe.

Luontolähtöisten menetelmien palvelutuottajien osalta kiinnostavaa olisi palveluiden tarjoamisen tutkiminen, kun ympäristöjen esteettömyydestä olisi löydettävissä tietoa. Luonnon hyödyntäminen kuntoutumisympäristönä ja siitä saatavien hyötyjen lisätutkimukset olisivat tarpeellisia.

6.3 Hyödynnettävyys kuntoutuksen ohjauksessa

Kuntoutuksen ohjauksessa pystytään hyödyntämään Luonto-ESKEH-menetelmän avulla saatavaa tietoa selvittäessä luontokohteen sopivuutta kuntoutukseen eri kuntoutusryhmien tapauksessa. Luonto voi olla enemmän kuin tila kuntoutumiselle, se voi itsessään edesauttaa kuntoutumista (Berger ja McLeod 2006). Tätä voi hyödyntää monissa eri kuntoutusasetelmissä esimerkiksi lasten ja nuorten kanssa oppimistilanteissa, työssäjaksamisen tukemisessa ja sosiaalisen kuntoutumisen edistäjänä. Esteettömän luontokohteen avulla voidaan lisätä luontoliikuntaa terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseksi sekä luontolähtöisten menetelmien käyttämistä kuntoutuksessa. Kuntoutuksen ohjaajalla olisi myös hyvät edellytykset kuntoutuksen ammattilaisena toimia kartoittajana. Esteettömyyden tarkastelu yksilö-, yhteisö- ja yhteiskunnalliselta tasolta on mahdollinen suunta työelämään. Monialainen työskentely ja kuntoutuspalveluiden suunnittelu sekä koordinaatio laajentaa entisestään työnkuvamahdollisuuksia. Luonnon ja esteettömyyden yhdistäminen olisi suurimmissa määrin globaalia vastuuta, kestävästä kehityksestä ja eettistä toimintaa tukevaa. Esteettömyys erikoisosaamisalana antaa hyvät edellytykset erilaisten kuntoutuspalvelujen laatuun, kannattavuuteen ja vaikuttavuuteen liittyviin asiantuntijatehtäviin.

Lähteet

27/2016. Yleissopimus vammaisten henkilöiden oikeuksista. Viitattu 15.5.2022. [27/2016 - Valtiosopimukset - FINLEX®](#)

241/2017. Valtioneuvoston asetus rakennuksen esteettömyydestä. Viitattu 14.10.2022. [Valtioneuvoston asetus rakennuksen... 241/2017 - Säädökset alkuperäisinä - FINLEX®](#)

Autti-Rämö, I., Salminen, A-L., Rajavaara, M. & Melkas, S. 2022. Kuntoutumisen tarve. E-kirja Kuntoutuminen. Duodecim, oppiportti. Viitattu 6.6.2022. [Kuntoutumisen hyvät käytännöt; Johdanto - Duodecim Oppiportti](#)

Berger, R. & McLeod, J. 2006. Incorporating nature into therapy: a framework for practice. Journal of Systemic Therapies 2(25). Viitattu 25.5.2022. www.ecopsychology.org/journal/ezine/archive3/nature_therapy.pdf

ESKEH kartoitusmenetelmä. N.d. Invalidiliiton verkkosivut. Viitattu 2.5.2022. [ESKEH-kartoitusmenetelmä | Invalidiliitto](#)

Esteettömyys. N.d. Invalidiliiton verkkosivusto. Viitattu 18.5.2022. [Esteettömyys | Invalidiliitto](#)

Esteettömyyskeskus ESKE. N.d. Invalidiliiton verkkosivut. Viitattu 2.5.2022. [Esteettömyyskeskus ESKE | Invalidiliitto](#)

Esteettömyys ihmisoikeutena. 2015. ASPAn verkkosivut. Viitattu 20.10.2022. [Esteettömyys ihmisoikeutena - Aspa](#)

Esteettömyys luontokohteilla. N.d. Luontoon.fi-sivusto. Viitattu 18.5.2022. [Esteettömät kohteet - Luontoon.fi](#)

Esteettömän luontoreitin kartoituslomakkeet. N.d. Luontoreittien esteettömyyskartoituslomakkeet. Invalidiliiton verkkosivusto. Viitattu 12.5.2022. [Esteettömän luontoreitin kartoituslomakkeet.xlsx \(live.com\)](#)

Havainnointi aineistonkeruumenetelmänä. 2022. muotoilu.info -sivusto. Viitattu 10.9.2022. [Havainnointi aineistonkeruumenetelmänä • muotoilu.info](#)

HE 191/2022 vp. Hallituksen esitys eduskunnalle vammaispalvelulaiksi ja siihen liittyviksi laeiksi. Eduskunta.fi -sivusto. Viitattu 12.11.2022. [HE 191/2022 vp \(eduskunta.fi\)](#)

Huovinen, J & Jutila, S. 2015. Esteettömyys osana hyvinvointimatkailua. Matkailututkimus 11(1), 68–78. Viitattu 18.5.2022. <https://journal.fi/matkailututkimus/article/view/90918>

Hyvä tieteellinen käytäntö. N.d. Tutkimuseettinen neuvottelukunta -verkkosivut. Viitattu 2.5.2022. [Hyvä tieteellinen käytäntö \(HTK\) | Tutkimuseettinen neuvottelukunta \(tenk.fi\)](#)

Hätönen, J., Kajala, L., Lakkasuo, T., Rissanen, P., Parviainen, J., Piipponen, N. & Siira, H. 2020. Luontokohteiden esteettömyyden kartoitus ja kuvailu. Esteetön eräpolku -hankkeen raportti. Viitattu 14.9.2020. [erapolkuraportti.pdf \(paralympia.fi\)](#)

Invalidiliiton strategia 2019-22. N.d. Invalidiliiton verkkosivusto. Viitattu 14.9.2022. [Invalidiliiton strategia 2019-2022 eettiset periaatteet 1.pdf \(invalidiliitto.fi\)](#)

Jokamiehenoikeudet ja -velvollisuudet. N.d. Luontoon.fi -verkkosivusto. Viitattu 16.5.2022. [Jokamiehenoikeudet - Luontoon.fi](#)

Kalajoki on matkailukaupunki. N.d. Kalajoen verkkosivusto. Viitattu 11.11.2022. [Tietoa Kalajoesta - Kalajoki.fi](#)

Korkman, O., Greene, S. & Hantula, K. 2020. Lifestyle after lockdown. SITRA studies 177. Viitattu 7.5.2022. [Lifestyles after lockdown \(sitra.fi\)](#)

L1325/2014. Yhdenvertaisuuslaki. Viitattu 14.5.2022. [Yhdenvertaisuuslaki 1325/2014 - Säädökset alkuperäisinä - FINLEX®](#)

L1710/1995. Maastoliikennelaki. Viitattu 15.5.2022. [Maastoliikennelaki 1710/1995 - Ajantasainen lainsäädäntö - FINLEX®](#)

L132/1999. Rakennus- ja maankäyttölaki. Viitattu 15.5.2022. [Maankäyttö- ja rakennuslaki 132/1999 - Ajantasainen lainsäädäntö - FINLEX®](#)

L390/2015. Liikuntalaki. Viitattu 15.5.2022. [Liikuntalaki 390/2015 - Ajantasainen lainsäädäntö - FINLEX®](#)

Labib, S., Browning, M., Rigolon, A., Helbich, M. & James P. 2022. Nature's contributions in coping with a pandemic in the 21st century: A narrative review of evidence during COVID-19. The Science of Total Environment. Apr 6;833. Viitattu 4.5.2022.. [Nature's contributions in coping with a pandemic in the 21st century: A narrative review of evidence during COVID-19 - ScienceDirect](#)

Lankkupolku. N.d. Visit Kalajoki -sivusto. Viitattu 3.10. 2022. [Lankkupolku - Visit Kalajoki](#)

Luonto-ESKEH – opas kartoittajalle. N.d. Luontoreittien esteettömyyskartoitus. Invalidiliitto. Viitattu 16.5.2022. [Luontoreittien esteettömyyskartoitus | Invalidiliitto](#)

Luontolähtöiset menetelmät osaksi hyvinvoinnin edistämistä ja sote-palveluja. N.d. Aloite luontolähtöisten menetelmien valtakunnallisesta käyttöönottamisesta. Green Care Finland -verkkosivusto. [STM-Aloite-Luontolahtöisten-menetelmien-kehittaminen25012022.pdf \(gcfinland.fi\)](#)

Luontopalvelut – elinvoimaa luonnolle ja ihmisille. N.d. Metsähallituksen verkkosivut. Viitattu 7.10.2022 [Metsähallitus Luontopalvelut | Metsähallitus \(metsa.fi\)](#)

Matila, A., Arnkil, N. & Saaristo, L. 2016. Luontomatkailu, hyvinvointi ja METSO. Tapion raportteja, nro 15. Viitattu 18.5.2022. [Luontomatkailu-hyvinvointi-ja-METSO.pdf \(tapio.fi\)](#)

Richter, L. ja Richter, W. 1999. Ethics challenges: Health, safety and accessibility in international travel and tourism. *Public Personnel Management*, 28, 4, 595-615. Viitattu 4.4.2022. <http://ezproxy.jamk.fi:2048/login?url=https://www-proquest-com.ezproxy.jamk.fi:2443/scholarly-journals/ethics-challenges-health-safety-accessibility/docview/215929322/se-2?accountid=11773>

Salonen, K. 2020. Kokonaisvaltainen luontokokemus hyvinvoinnin tukena. Väitöskirja. Tampereen yliopisto. Viitattu 7.5.2022. <https://trepo.tuni.fi/bitstream/handle/10024/121602/978-952-03-1563-4.pdf?sequence=2&isAllowed=y>

Salovuori, T. 2014. Luonto kuntoutumisen tukena. Kustantaja: Mediapinta.

Shin, W., Kwon H., Hammitt, W. & Kim, B. 2005. Urban forest park use and psychosocial outcomes: A case study in six cities across South Korea. *Scandinavian Journal of Forest Research*, 20:5, 441-447. Viitattu 4.5.2022. [Urban forest park use and psychosocial outcomes: A case study in six cities across South Korea: Scandinavian Journal of Forest Research: Vol 20, No 5 \(tandfonline.com\)](http://www.tandfonline.com)

Toikko, T. & Rantanen, T. 2009. Tutkimuksellinen kehittämistoiminta. Viitattu 4.4.2022. [Tutkimuksellinen kehittämistoiminta.indd \(tuni.fi\)](#)

Tyrväinen, L. 2021. Luonnon merkitys ihmiselle epidemian aikana. Luke luonnonvarakeskus. Viitattu 7.5.2022. [Liisa Tyrväinen, Luonnonvarakeskus \(Luke\): Luonnon merkitys ihmiselle... \(sli-deshare.net\)](#)

Tyrväinen, L., Lanki, T., Sipilä, R. ja Komulainen J. 2018. Mitä tiedetään metsän terveyshyödyistä? *Duodecim*. Viitattu 15.10.2022. [Mitä tiedetään metsän terveyshyödyistä? \(duodecimlehti.fi\)](#)

Ulkoalue. N.d. Invalidiliiton verkkosivut. Viitattu 4.4.2022. [Ulkoalue | Invalidiliitto](#)

Vammaissopimus ja ICF. 2021. THL:n verkkosivusto. Viitattu 10.10.2022. [Vammaissopimus ja ICF - THL](#)

Vihreää hyvinvointia. 2013. SITRAn verkkosivusto. Viitattu 22.5.2022. [Vihreää hyvinvointia-2.pdf \(sitra.fi\)](#)

Wen, Y., Yan, Q., Pan, Y. & Liu, Y. 2019. Medical empirical research on forest bathing (Shrin-yoku): a systematic review. *Environmental Health and Preventing Medicine*, 24:70, 2-4; 17-19. Viitattu 14.9.2022. <https://rdcu.be/cVlief>

Zhang, G., Poulsen, D., Lygum, V., Corazon, S., Gramkow, M. & Stigsdotter, U. 2017. Health-promoting nature access for people with mobility impairments: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14, 7, 703. [Health-Promoting Nature Access for People with Mobility Impairments: A Systematic Review - ProQuest \(jamk.fi\)](#)

Liitteet

Liite 1. Esteettömyyskartoitusraportti

Esteettömyyskartoitusraportti

Vihasladden pengerpolku - Särkkien lankkupolku

Kotiaho Johanna 2022



Sisältö

1	Johdanto	3
2	Ennakkotiedot ja niiden tarkastelu.....	5
2.1	Kartoitetun reitin ennakkotiedot Visit Kalajoki -sivustolta	5
2.2	Havainnot ja kehittämissuhteet ennakkotiedoista	5
3	Vihaslahaen luontopiha	6
3.1	Opasteet kohteeseen ja paikoitusalue.....	6
3.2	Luontotupa, katettu nuotiopaikka	8
3.3	Kattamaton nuotiopaikka.....	10
3.4	Puuvarasto.....	11
3.5	Esteetön puucee.....	13
4	Vihaslahaen pengerpalku	15
4.1	Opasteet reitille ja reittimerkinnet	15
4.2	Reitin ohitus-, levähdys ja kääntöpaikat	18
5	Hiekkasärkkien lankkupalku	20
6	Reitin kuvailu.....	21
	Lähteet	24

Kuvaluettelo

Kuva 1	Kartta Vihaslahaen-Hiekkasärkkien reitistä (Luontoon.fi -sivustolta)	4
Kuva 2	Opaste Vihasniementieltä	7
Kuva 3	Paikoitusalue Vihaslahahti	8
Kuva 4	Luontotupa Vihasniemi	9
Kuva 5	Luontotupa sisältä	10
Kuva 6	Kattamaton nuotiopaikka.....	11
Kuva 7	Puuvarasto.....	11
Kuva 8	Puuvarasto sisältä.....	12
Kuva 9	Wc-kyltti ISA-tunnus.....	13
Kuva 10	Esteetön puucee.....	14
Kuva 11	Esteetön puucee.....	15
Kuva 12	Opastaulu reitille Vihaslahaessa	16
Kuva 13	Informatiivinen opastaulu	17
Kuva 14	Lähtö Vihaslahaen luontopihalta reitille	18
Kuva 15	Ohitus- ja levähdyspaikka lankkupolkulla	19

Kuva 16 Keihäsojan ylittävä silta.....	19
Kuva 17 Hiekkasärkkien lankkupolun taukopaikka, ohituspaikka, roska-astia, korkeuserot	20
Kuva 18 Lankkupolku uimapaikalle	21

1 Johdanto

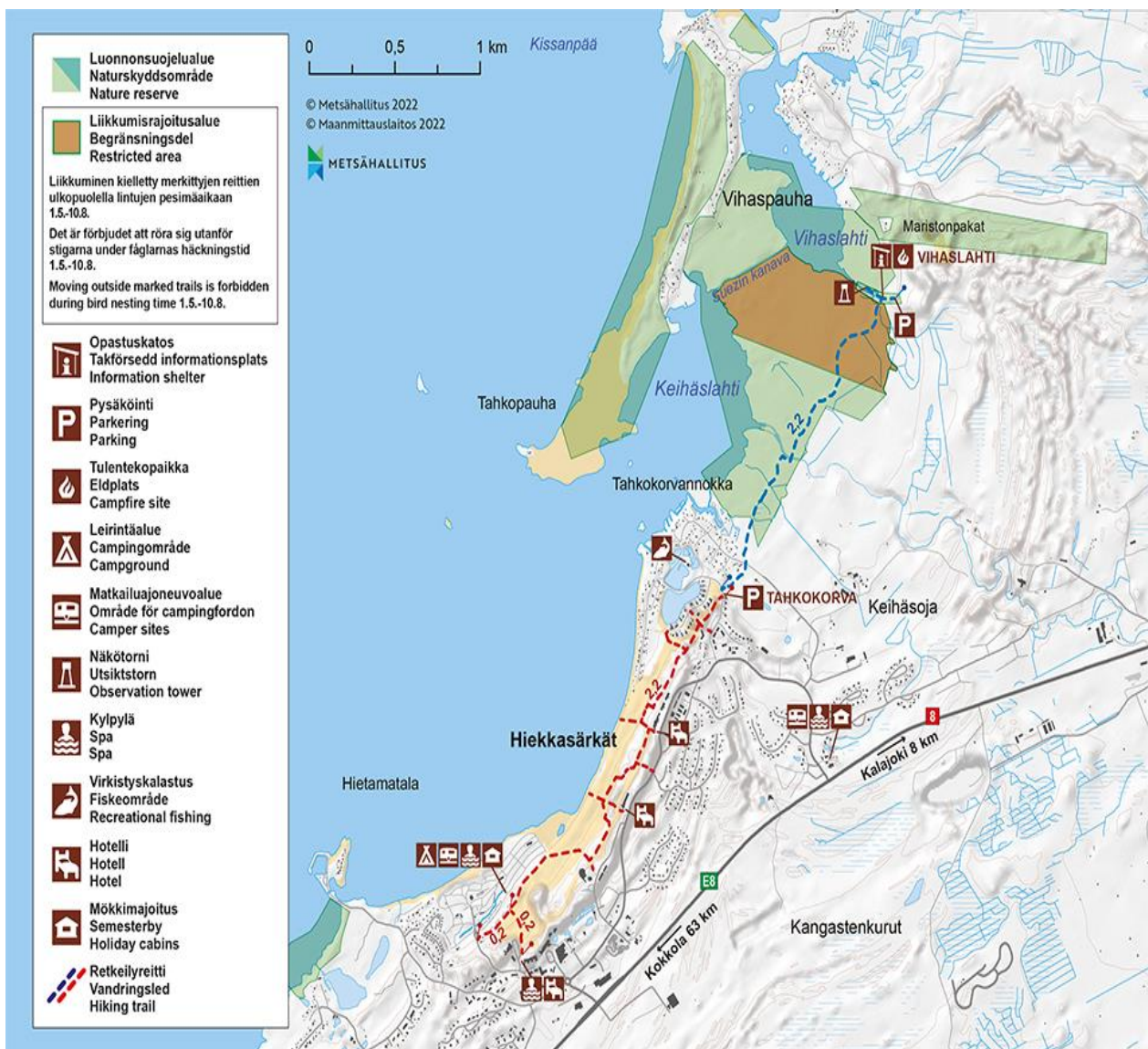
Kalajoki sijaitsee Pohjois-Pohjanmaalla Suomen länsirannikolla. Kalajoella on monimuotoinen luonto ja monia elämyksellisiä luontoreittejä ja -kohteita. Näistä luontokohteista ei ole aiempaa tietoa esteettömyyden osalta. Työn tilaaja Kalajoki matkailuyhdistys pyrkii tällä hetkellä kehittämään esteetöntä matkailua. Luontokohteiden tai -reittien esteettömyydestä ei ole olemassa tietoa, jonka takia tehtiin esteettömyyskartoitus. Kohteeksi valittiin Kalajoen särkiltä lähtevä lankkupolku ja Vihaslahden pengerpolku, jotka yhdessä muodostavat 4,3 km pitkän merenrantareitin. Tässä raportissa kuvaillaan tämä nauhareitti lähtien Vihaslahdesta ja päätyen lankkupolun päähän Kalajoen leirintäalueelle (Kuva 1).

Työssä analysoidaan esteettömyyskartoituksen tulokset, ja niistä johdetut toimenpidesuosituksset. Raportin, havainnoinnin ja valokuvien pohjalta tehdään reittikuvaus. Tämän avulla kohteen käyttäjä voi arvioida sen soveltuvuuden itselleen. Ihmisten toimintarajoitteet ovat erilaisia ja apuvälineiden tai avustajan tarve vaikuttavat reitin sopivuuteen.

Reitti kartoitettiin Luonto-ESKEH-menetelmällä. Tämä menetelmä ja kriteeristö pohjautuvat ESKEHiin eli rakennusten ja rakennetun ympäristön esteettömyyskartoitusmenetelmään. (ESKEH-kartoitusmenetelmä n.d.) Rakennusten esteettömyyden kriteerit määritellään maankäyttö- ja rakennuslaissa (L132/1999). Luonto-ESKEH on tästä jatkokehitetty sopimaan luontokohteisiin. Invalidiliitto on kehittänyt menetelmän yhdessä Paralympiakomitean ja Metsähallituksen kanssa. (Luontoreittien esteettömyyskartoitus n.d.)

Luontoreitit ovat usein osin rakennettuja tai ympäristöä on muuten muokattu kulkemisen helpottamiseksi. Reitit voidaan jaotella kahteen luontoreitti tyyppiin: esteettömiin ja vaativiin esteettömiin. Esteetön luontoreitti on usein rakennettu reitti, kun taas vaativa esteetön reitti on luonnonmukaisempi ja vaatii useimmiten apuvälineitä tai avustajan mukaan. Kohteet kartoitetaan käyttämällä lomakkeita. Näiden avulla selvitetään reitistä löytyvä ennakkotieto (verkkosivut ja painetut esitteet), opastus, ohitus-, levähdys- ja kääntöpaikat, alustan pintamateriaalit ja rakennelmat. Kartoituslomakkeet voi noutaa osoitteesta www.invalidiliitto.fi/luontoreittien-esteettomyyskartoitus. (Luontoreittien esteettömyyskartoitus n.d.) Kartoituksen tekemisessä ja tulosten analysoinnissa käytettiin apuna julkaisua Luonto-ESKEH - Opas kartoittajalle (N.d.) ja Esteetön eräpolku -hankkeen raporttia (2020).

Kartoitus tehtiin syys-lokakuun 2022 välisenä aikana useamana päivänä klo 8-16 välillä. Sääolo-suhteet olivat tuolloin tyypilliset syysäät. Lämpötilan oli +5-+7C° ja tuuli oli melko voimakasta. Kohteet ja reitti mitattiin ja arviotiin kartoituslomakkeiden mukaisesti. Välineinä olivat paperilomakkeet ja kynä, rullamitta, digitaalinen kaltevuusmittari, kamera sekä sähköinen karttapohja. Tulokset kirjattiin lomakkeisiin. Ympäristöä havainnoitiin ja valokuvattiin. Lisäksi kirjattiin ylös havainnoita siltä osin, mitä kartoituslomakkeissa ei ilmennyt. Tällaisia olivat aistihavainnot, vuodenaikaan liittyvät ilmiöt, eläimistö, kasvistoa. Havainnointia ja valokuvia hyödynnettiin kartoituksen tulosten analysoinnissa ja reitin kuvaamisessa mahdollisimman totuudenmukaisesti.



Kuva 1 Kartta Vihaslaha-Hiekkasärkkien reitistä (Luontoon.fi -sivustolta)

2 Ennakkotiedot ja niiden tarkastelu

2.1 Kartoitetun reitin ennakkotiedot Visit Kalajoki -sivustolta

Tässä kappaleessa käydään läpi reitistä löytyvä ennakkotieto ja verrataan vastaako se reittiä paikan päällä. Kalajoen matkailuyhdistyksen ylläpitämiltä Visit Kalajoki -sivustoilta löytyy tietoa Hiekkasärkkien rantareitistä. Sivustolla kerrotaan, että Särkkien lankkupolku on yli 2 km pitkä ja se kulkee hiekkarannalla, josta se jatkuu sorastettuna pengerpolkuna Vihaslahteen saakka. Kartassa (Kuva 1) Hiekkasärkkien lankkupolku on kuvattu punaisella katkoviivalla ja Vihaslahden pengerpolku sinisellä katkoviivalla. Reittiä voi kulkea joko jalan tai pyörällä, mutta polku soveltuu kuljettavaksi myös lastenrattaiden ja pyörätuolin kanssa. Matkalla on levähdyspenkkejä, opasteita ja roskiksia. Polun varrella Vihas-Keihäslahden luonnonsuojelualueella on lisäksi ”Kirkolta Kallaan” - kulttuuripolku. Hiekkasärkiltä lähtevän polun päässä Vihaslahdella on lintutorni, tulentekopaikat ulkona ja katoksen alla, opastuskatos sekä kuivakäymälä. Vihaslahdella on mahdollista nähdä monia eri lintulajeja ruokailemassa ja pesimässä. Kesäisin matkan varrella voi bongata myös alueella laiduntavia lampaista. (Lankkupolku n.d.; Kalajoen reitit n.d.) Tässä on tiivistetysti tieto, joka reitistä löytyi Visit Kalajoki -sivustolta.

2.2 Havainnot ja kehittämisehdotukset ennakkotiedoista

Kohteesta on saatavilla painettu esite matkailuyrityksiltä (Kuva 1). Kohteesta on olemassa verkkomateriaalia, mutta se ei ole digisaavutettavuudeltaan esteetöntä. Sivustolle voisi lisätä merkinnän verkkosivujen saavutettavuudesta, näkövammaisille tarkoitettun sanakartan ja kuuntelumahdollisuuden sekä selkokielisen esittelyn. Tämä kaikki lisäisi sisällön saavutettavuutta ja laadukkuutta ja parantaisi jokaisen mahdollisuuksia yhdenvertaiseen digipalvelujen käyttöön. Lisäksi sivustolla olisi hyvä olla mahdollista ladata kuunneltava opastus tietotauluille.

Reitille saapumisessa mainitaan ainoastaan Särkkien päästä lähteminen. Sivustolta on vaikea löytää tietoa reitin lähtöpisteistä tarkasti. Lankkupoluille kerrotaan olevan monta lähtöpistettä, nämä olisi hyvä merkitä selvinä osoitteina. Tieto Vihaslahteen saapumisesta puuttuu kokonaan. Vihaslahdesta lähtevä reitin osuus täyttää parhaiten esteettömyyden kriteerit, joten saapuminen Vihaslahteen olisi hyvä olla reitin tiedoissa. Tekstissä mainitaan reitin olevan kuljettavissa pyörätuolilla, mutta karttaan esteettömyyttä ei ole merkitty. Reitien pituus on merkitty sekä tekstissä että kar-

tassa. Tekstissä ei mainita reitin olevan nauhareitti, mutta kartassa se näkyy selvästi. Kartassa reitin etenemistä voi seurata hiirtä liikuttelemalla ja samalla näkee reitillä olevien kohteiden sijain-
teja. Kartassa ei ole merkitty esteettömiä kohteita ISA-symbolilla. Reitin kuvaus on niukka, mutta kaikki mainitut tiedot pitivät paikkansa. Vihaslahdessa sijaitsee esteetön puucee, mutta tätä ei ole merkitty karttaan. Säätilanteesta kertovan nettikameran ja tiedon uimaveden laadusta voisi sisäl-
lyttää sivustolle. Reitillä kerrotaan olevan roskiksia. Hiekkasärkkien alueelta niitä löytyykin run-
saasti; sen sijaan Vihaslahden alueelta roska-astiat puuttuvat kokonaan. Talvikunnossapidosta ei ole tietoa sivustolla, ja koska reitit eivät ole talvikunnossapidon piirissä, olisi siitä hyvä olla mai-
ninta kohteen tiedoissa. Sivustolta olisi hyvä löytyä tietoa yhteydenottotavoista. Vihaslahden alu-
eesta löytyy ennakkotietoa myös Luontoon.fi -sivuilta. Tietojen kokoaminen yhteen ja samaan paikkaan helpottaisi tiedon saantia kaikille käyttäjille.

Seuraavissa luvuissa käsitellään reitillä olevat rakennukset ja reitin eri osa-alueet yksityiskohtai-
sesti.

3 Vihaslahden luontopiha

3.1 Opasteet kohteeseen ja paikoitusalue

Saapuminen reitille Vihasniementieltä on merkitty opasteena ”Poukama” (Kuva 2). Pysäköintialue on merkitty P-kirjaimella. Opaste on puukylttiin kaiverrettu merkintä. Sen luettavuus on heikentynyt puun harmaantumisen vuoksi ja koska kontrastia kirjoituksen ja taustan välillä on heikko. Puukyltti sopii kuitenkin luontoreitin opasteeksi, ja kirjoitus on suurilla kirjaimilla ja siten helposti luet-
tavissa.



Kuva 2 Opaste Vihasniementieltä

Paikoitusalueella ei ole erikseen parkkiruutuja eikä esteettömiä autopaikkoja. Alueen pinta on luonnon maa-ainesta, joka on kuitenkin tasainen ilman merkitsevää kaltevuutta. Maassa on joitain painaumakohtia. (Kuva 3.)



Kuva 3 Paikoitusalue Vihaslanti

Kulku pysäköintipaikalta reitin alkuun on merkitty opasteella "Poukama" Väylä on leveä ja avoin sorastettu tie, joka rajautuu kasvillisuuteen. Väylä on esteetön.

3.2 Luontotupa, katettu nuotiopaikka

Vihasladden piha-alue oleva luontotupa sijaitsee 45 m päässä paikoitusalueelta. Sieltä löytyy nuotiopaikka ja istuimia sekä pöytiä.

Luontotupaan pääsee sisään kahdesta leveästä ovettomasta aukosta, joissa molemmissa on kynnykset. Ulkoa sisälle päin kynnykset on toisessa ovesta 10 cm korkea ja toisessa 4 cm korkea. Sisältä ulosmennessä kynnyksen korkeus on 4 cm. Tämä ei täytä esteettömyyden kriteerejä (≤ 2 cm), joten luiskan tekeminen ainakin toiseen oviaukkoon olisi suositeltavaa ja helposti toteutettavissa. (Kuva 4.)



Kuva 4 Luontotupa Vihasniemi

Istuimina on erikorkuisia selkä- ja käsinojattomia penkkejä. Ne ovat kiinteästi seinässä tai kiinteä kalustekokonaisuus pöydän kanssa. Pyörätuolilla ei pääse pöydän ääreen istumaan, sillä pöydän alla olevan vapaan jalkatilan syvyys on 15 cm, kun vaadittava syvyys olisi ≥ 60 cm. Luontotuvassa on tilaa pyörätuolille muutoin esim. tulisijan ääressä. (Kuva 5.)

Tulisija täyttää esteettömyyden kriteerit. Sitä ympäröivät paloturvalliset rosterilevyt. Niiden pinta-ala ei kuitenkaan täytä paloturvallisuusvaatimuksia. Levyt ulottuvat pienimmillään yhden metrin etäisyydelle tulisijasta, kun vaatimusten mukaan niiden tulisi ulottua 1,5 metrin päähän palavasta kohteesta. Luontotuvasta tulisi löytyä toimintaohjeita paloturvallisuuteen liittyen, sammutuskalustoa ja paikan koordinaatteja. Huollon yhteystiedot löytyvät seinätaulusta suomeksi, ruotsiksi ja englanniksi.



Kuva 5 Luontotupa sisältä

Kohteessa ei ole jätettä. Ympäristössä ei ole havaittavissa paljoa roskaa. Luontotuvan ulkoseinässä on retkietiketiohje, jossa mainitaan roskaamattomuus. Seinät ovat sisäpuolelta ilkeästi töhritty (Kuva 5), mikä häiritsee luontokokemusta. Kohteessa on tallentavasta kameravalvonnasta kertova kyltti. Muuten kohteesta saa siistin kokonaisvaikutelman. Tämä lisää kohteen turvallisuutta ja laatua.

3.3 Kattamaton nuotiopaikka

Kohteen etäisyys paikoitusalueelta on n. 50 m. Nuotiopaikka on toteutettu kehänä, jossa on leveä kulkuaukko ja vapaata tilaa pyörätuoleille. Nuotiopaikka on tasaisella kovalla sorastetulla ja palamattomalla alustalla. Ainoastaan yksi kehän muodostavista puupenkeistä on osin liian lähellä tulisijaa pienimmillään 1,3 m päässä (vaatimus $\geq 1,5$ m). (Kuva 6.)



Kuva 6 Kattamaton nuotiopaikka

3.4 Puuvarasto

Puuvarasto (Kuva 7) sijaitsee nuotiopaikkojen kanssa samassa tasossa ja niiden välittömässä läheisyydessä n. 10 m päässä.



Kuva 7 Puuvarasto

Puuvarastossa ei ole valmiiksi pilkottuja puita, vaan puunrankoja. Rangat ovat puuvaraston lattialla ja niitä on mahdoton saada ulos puuvarastosta pyörätuolista käsin. Puiden pienimistä varten on kaksi pokasahaa ja kirves. Varastoon johtaa leveä pariovi, jonka puinen tiivis salpa on melko raskas avata ja sulkea. Oviaukossa on korkea (27 cm) kynnyks, joka ennestään vaikeuttaa puiden hakua varastosta (Kuva 8).



Kuva 8 Puuvarasto sisältä

Puuvaraston muokkaaminen esteettömäksi näistä lähtökohdista ei ole mahdollista pienin toimin. Tästä voisi olla maininta kohteen tiedoissa, jolloin kohteeseen käyntiä suunnitteleva voi ennakoida tilanteen.

3.5 Esteetön puucee

Esteetön puucee sijaitsee reitin lähtöpisteen vieressä. Se on helposti havaittavissa ja merkitty ISA-tunnuksella (Kuva 9). Tunnus sijaitsee ovesa silmäkorkeudella ja erottuu hyvin taustasta. Pistetai kohokirjoitusta ei ole käytetty.



Kuva 9 Wc-kyltti ISA-tunnus

Puuceehen on kulku luiskaa pitkin. Se on 1,25 m pitkä ja täyttää esteettömyyden kriteerit leveyden ja kaltevuuksien osalta. Siinä ei ole käsijohteita. Ovi voi olla haastava avata hakasesta, kun luiska on kynnykseen asti eli pitää pystyä olemaan kaltevalla tasolla ovea avatessa. (Kuva 11.) Tähän voisi auttaa tukikahva oven vieressä, josta voisi pitää kiinni hakasta avatessa. Jotta puuceesta saisi täysin esteettömän, tulisi oven eteen rakentaa tasanne.



Kuva 10 Esteetön puucee

Puuceen sisätiloissa on kriteerit täyttäviä vetimiä oikein sijoiteltuna. Oven saa suljettua sisäpuolelta hakasella eikä sitä silloin saa auki ulkopuolelta hätätilanteessa. Wc-istuimen molemmin puolin on vapaata tilaa. Vasemmalla puolella tilaa on 60 cm, kriteerin ollessa ≥ 80 cm. Vapaan tilan syvyys istuimen etureunasta takaseinään mitattuna on 45 cm (vaatimus ≥ 100 cm). Vapaata tilaa istuimen edessä on runsaasti yli vaatimusten. Wc-istuin täyttää esteettömyyden kriteerit. Siinä on ylös kääntyvät käsivetimet molemmin puolin. (Kuva 12.) Puuceessa on vaatekoukkuja. Laskutaso olisi hyvä lisä puuceessa. Wc-paperi ei kuulu kohteen perusvarustukseen, mikä mainitaan ennakkotiedoissa. Huussikuivikkeen käyttöohjeen voisi lisätä seinälle. Puuceessa ei ole valaisinta. Yksi ikkuna on sijoitettu korkealle yksityisyys huomioiden.



Kuva 11 Esteetön puucee

Vihasladden piha-alueen välittömässä läheisyydessä sijaitsee lintu- ja maisematorni, joka ei ole esteetön ja jota ei sen takia tarkemmin kartoitettu.

4 Vihasladden pengerpolku

4.1 Opasteet reitille ja reittimerkinnät

Luontopihalla on opastaulu, joka on helposti havaittavissa ja sijoitettu kulkuväylän välittömään läheisyyteen, kuitenkin sen ulkopuolelle (Kuva 12). Opastaulun edessä maa on tasaista. Teksti on selkeää, isoa fonttia ja siinä on käytetty yleisesti tunnettuja symboleja. Tummuuskontrasti tekstin ja taustan välillä on hyvä. Taulun reittikarttaan on merkitty ”Olet tässä” -kohta ja merkkien selitteet. Reitin pituus ja osuuksien välimatkat on merkitty karttaan.

Opastauluun tulisi lisätä merkintä reitin vaativuudesta, janamittakaava, pohjoisnuoli ja sijainti koordinaatteina. Informaatio voisi olla myös pistekirjoituksena, kohokirjaimina- tai symboleina. Huollon yhteystiedot voisivat olla myös opastaulussa, mutta ne löytyvät luontotuvan seinältä. (Kuva 4.)



Kuva 12 Opastaulu reitille Vihaslahdessa

Vihaslahden pengerpölyn toisessa päässä on opastaulu, jossa merkinnät ovat esteettömyyssuositusten mukaiset (Kuva 13). Tämä lisää opasteen informatiivisuutta ja sitä kautta kohteen turvallisuutta ja laatua.



Kuva 13 Informatiivinen opastaulu

Reitin varrella ei ole reittimerkkejä. Reitti kulkee niin selkeänä maastossa, että siltä eksyminen on epätodennäköistä. Merkkien puuttuminen ei tässä tapauksessa lisää turvallisuusriskiä. Reitillä on tietotauluja alueen historiasta ja luonnosta.

Tässä käsitellään reitin Vihaslahden (Poukama) päästä lähtevää reittiä 2 km matkalta ennen kuin se yhtyy hiekkasärkillä kulkevaan lankkupolkuun. Erottelu on tehty sen takia, että nämä reitinosamatkat eroavat ominaisuuksiltaan toisistaan huomattavasti.

Lankkupolku alkaa vesikanavan ylittävällä sillalla Kuva 14). Sen alussa on luiska, jossa ei ole käsijoh-teita. Lankkupolku on sillan kohdalla 1,5 m leveä ja myöhemmin 1,2 m leveä, tasainen ja ehjä. Lankkujen raot ovat 1,8 cm (vaatimus $\leq 0,5$ cm). Suojareunan korkeus lankkupolun molemmin puo-lin on 5 cm, joka on vaatimus. Sillalla on $\geq 0,5$ m tasoero vesikanavan kohdalla. Tällä kohdalla on

110 cm korkea suojakaide, jonka alapuolella on 50 cm:n korkeudella estämässä putoamisvaaran. Alapuolen tulisi olla 10 cm korkeudella. Lankkupolulta on paikoin $\leq 0,5$ m tasoero ympäristöön, mutta muualla lankkupolulla ei ole suojakaidetta.



Kuva 14 Lähtö Vihaslahden luontopihalta reitille

4.2 Reitien ohitus-, levähdys ja kääntöpaikat

Reitillä on oltava ohituspaikkoja, jos se alittaa 1,8 m leveydeltään. Lankkupolku on 1,2 m leveä. Ohituspaikat ovat levennyksiä; niissä ei ole tasoeroa ja ne täyttävät pituudeltaan ja leveydeltään reilusti ohituspaikalle vaaditun koon. Reitien pintamateriaali vaihtelee lankun ja soran välillä. Myös sorastetulla pengerialueella on ohitus- ja levähdyspaikkoja. Ne eivät ole näköetäisyydellä toisistaan, mutta penkkejä löytyy kuusi ja ohituspaikkoja on kahdeksan 1,7 km matkalla. Reitillä olevat ohituspaikat toimivat myös levähdyspaikkoina, kun niissä on penkki ja sen vierellä tilaa ohitusta varten (Kuva 15). Tällä osuudella reittiä ei ole roska-astioita, mutta myöskään roskia ei ole näkyvissä reitin ympäristössä.



Kuva 15 Ohitus- ja levähdyspaikka lankkupolulla

Reitti vaihtelee lankkupolun ja pengerretyn sorapolun välillä, kunnes se tulee Keihäsojan ylittävälle sillalle (Kuva 16). Sillalle nousu on pituuskaltevuudeltaan 13 prosenttia molemmista suunnista (vaatimus $\leq 8\%$), mikä tekee siitä vaativan esteettömän. Se on 1,8 m leveä ja siinä on suojakaiteet.



Kuva 16 Keihäsojan ylittävä silta

Reitillä on lisäksi kaksi muuta siltaa, jotka ovat samassa tasossa sorastetun pengerrapolun kanssa. Niissä on kaiteet.

5 Hiekkasärkkien lankkupolku

Vihaslahdesta tultaessa reitti jatkuu Hiekkasärkkien lankkupolkuna. Reitin siirtymäkohdassa täytyy ylittää tie ja kulkea kymmenisen metriä pyörätietä pitkin. Heti alussa on nousu ylös näköalatasanteelle. Pituuskaltevuus on suurimmillaan 16,7 prosenttia (vaatimus $\leq 8\%$). Näköalatasanteelta lankkupolku laskeutuu alaspäin pituuskaltevuuden ollessa enimmillään 19,2 prosenttia. Näköalatasanteen kohdalla tien vieressä on paikoitusalue, josta pääsee lankkupolun ja rappusten yhdistelmää näköalatasanteelle. Paikoitusalueelta pääsee myös pyörätietä pitkin Vihaslahdesta tulevaan risteykseen eli jatkamaan Vihaslahteen tai nousemaan näköalatasanteelle ja jatkamaan siitä lankkupolkua Hiekkasärkkien suuntaan.

Reitille on useita saapumiskohtia, jotka liittyvät eri kohtiin lankkupolkua. Saapumiskohdat ovat dyynien päällä, jolloin ne laskeutuvat jyrkästi alemmas rantaan lankkupolulle. Merisärkän kohdalla pituuskaltevuus on enimmillään 10,6 prosenttia ja Dyynin kohdalta enimmillään 10,0 prosenttia (vaatimus $\leq 8\%$). Lankkupolku kulkee vaihtelevasti nousten dyynien päälle ja laskien taas alas, jolloin pituuskaltevuus on lyhyillä matkoilla muutamassa kohdassa polkua enimmillään 15 prosenttia. Lankkupolut ovat kuitenkin ehjät, tasaiset ja helppokulkuiset lukuun ottamatta vaihtelevaa pituuskaltevuutta. (Kuva 17.) Vaativa esteetön luontoreitti toteutuu pituuskaltevuuden ylittäessä paikoitellen 8 prosenttia ja sivuttaiskaltevuuden ylittäessä muutaman lyhyen kohdan osalta 3 prosenttia.



Kuva 17 Hiekkasärkkien lankkupolun taukopaikka, ohituspaikka, roska-astia, korkeuserot

Lankkupolulta pääsee poikkeamaan kahdesta kohtaa merenrantaan uimapaikalle (Kuva 18). Merenrannan välittömässä läheisyydessä on tasanne penkkeineen, josta pääsee katselemaan merelle lähietäisyydeltä. Uimaan meneminen ei ole esteetöntä, sillä tasanteelta on jyrkkä pudotus hiekkatörmälle, joka johtaa veden ääreen. Tämän takia uimarantaa ei ole kartoitettu tarkemmin.



Kuva 18 Lankkupolku uimapaikalle

Lankkupolun toinen pää on leirintäalueen edustalla. Se yhdistyy siinä jalkakäytävälle, jolloin siinä on 1,25 metrin matkalla 23 prosentin pituuskaltevuus. Siirryttäessä jalkakäytävältä tien toisella puolella olevalle pysäköintipaikalle, on jalkakäytävän reunan korkeus 10 cm eikä siinä ole koko matkalla luiskaa. Jalkakäytävän reunassa olisi hyvä olla liittymäluiska jollain kohtaa, jotta siirtymisen paikoitusalueelle olisi esteetöntä. Paikoitusalueella on runsaasti tilaa, se on avara ja pinta on kova ja tasainen.

Hiekkasärkkien osuudella on näköetäisyydellä toisistaan kymmeniä levähdys- ja ohituspaikkoja sekä roska-astioita. Siitä huolimatta reitin ympäristössä on havaittavissa hiekan seassa paljon pienroskaa, lähinnä tupakan tumppeja. Tämä vähentää luontokokemuksen laatua.

6 Reitin kuvailu

Särkkien lankkupolulta voi saada erilaisen luontokokemuksen Vihaslahden pengerpölyn osuuteen verrattuna. Luonto on erilaista ja säävaihtelut vaikuttavat enemmän aukeaan hiekkaranta-alueeseen.

Särkkien lankkupolku – Vihaslahden pengerpolku sijaitsee Kalajoen merellisissä rantamaisemissa. Se on yhteensä noin 4,5 km pitkä nauhareitti. Lankkupolku alkaa Hiekkasärkkien leirintäalueen edestä, mutta sille pääsee monista eri liittymistä Hiekkasärkkien alueelta. Aloituspisteeseen on noin 8 km Kalajoen keskustasta. Reitin voi aloittaa myös Vihaslahden päästä, jonne on matkaa Kalajoen keskustasta noin seitsemän kilometriä.

Lankkupolku kulkee hiekkarannalla meren ja sitä ympäröivien dyynien välissä. Aava merinäköala avautuu reitiltä lähes koko matkan ajan. Reitin alkupää kulkee leirintäalueen vierustaa, jonka jälkeen reitille näkyy dyynien päällä olevia hotelleja ja muita rakennuksia. Kasvillisuus on niukkaa ja paikoin sitä ei ole ollenkaan. Hiekasta kasvaa siellä täällä heinäturpaita ja rannikon hiekkakankaille tyypillisiä pieniä mäntyjä.

Sääolosuhteet pääsevät vaikuttamaan alueella, koska maisema on laakeaa ja avaraa. Mereltä voi puhaltaa kovakin tuuli ja sateelta ja auringolta suojautuminen ei onnistu kasvillisuuden puuttuessa. Rannalla voi nähdä paljon eri lintulajeja.

Lankkupolku kulkee vaihtelevasti ylös ja alas dyynejä, mikä aiheuttaa sen, että Lankkupolut ovat vaativa esteetön luontoreitti, pituuskaltevuuden ylittäessä paikoitellen kahdeksan prosenttia ja sivuttaiskaltevuuden ylittäessä muutaman lyhyen kohdan osalta kolme prosenttia. Pituuskaltevuus on paikoitellen enimmillään 15 prosenttia ja näköalapaikalle noustessa jopa 19 prosenttia. Reitillä on koko matkalla näköetäisyydellä toisistaan levähdyspenkkejä ohituspaikkoineen. Kullakin levähdyspaikalla on myös roska-astia, mutta silti polun ympärillä hiekassa näkyy paljon pienroskaa.

Reitiltä pääsee kahdesta kohtaa lankkupolkua pitkin aivan vesirajaan asti uimapaikan tasanteelle. Siitä on yli 0,5 metrin pudotus alas hiekalle. Kaiteiden puute aiheuttaa turvallisuusriskin. Uimapaikkaa ei ole kartoitettu tarkemmin, koska se ei ole esteetön.

Vihaslahden pengerpolku alkaa niin kutsutun Poukaman alueelta. Parkkipaikan välittömässä läheisyydessä on luontopiha, jossa on luontotupa nuotiopaikkoineen, kattamaton nuotiopaikka, puuvaja, puuceet ja lintutorni. Luontotuvasta löytyy informaatiota alueen luonnosta, eläimistöstä, huollosta ja kartta alueesta. Luontotuvassa on nuotiopaikka ja kiinteitä kalusteita. Pöydän voisi uusia sellaiseksi, jossa on jalkatilaa. Luontotupaan johtaa kaksi ovea, joista molemmissa on korkea

kynnys. Ainakin toisen oven kynnykseen olisi hyvä saada luiska, jotta pääsy tupaan olisi esteetön. Tuvan seinät on töhritty sisältä, joka heikentää luontokokemusta. Ulkoseinässä on ilmoitettu paikalla olevan kameravalvonta. Ulkona on kattamaton nuotiopaikka. Puu on rankoina vajassa, jonne on korkea kynnyks. Puuvajassa on saha ja kirves puiden pienimiseksi. Nuotioon tarvittavien puiden tekeminen on haastavaa. Puuvaja tulisi uusiksi kokonaan, jotta se olisi esteetön. Pihassa on puucee ja esteetön puucee, johon tarvitsisi rakentaa tasanne oven ulkopuolelle. Nyt luiska nousee suoraan oviaukon kynnykseen ja siten kaltevilla tasolla voi olla vaikea pysyä ovea avattaessa hakasesta. Kaksitasoiseen lintutorniin on portaat ja kaide. Luontopiha on rakennuksista ja ympäristön muokkaamisesta huolimatta hyvin luonnontilainen. Puita ja muita kasveja pääsee tunnustelemaan ja haistelemaan. Alueella on sieniä ja marjoja, joita voi maistella. Äänimaailmaan kuuluu lintujen laulu ja tuulen humina. Lintulajeja on runsaasti ja alueella liikkuu muuttolintuja keväisin ja syksyisin suuria määriä. Luontoelämys on kokonaisvaltainen.

Reitti Vihaslahdelta kulkee merenrantaniityn, lampaiden hoitamien hakamaiden ja puustomaisen rantametsikön keskellä. Reitti vaihtelee vuoroin lankkupolkuna ja pengerrettynä sorapolkuna. Polun varrella on useita levähdys ja ohituspaikkoja. Roska-astioita ei ole, mutta ympäristö on siisti. Lankkupolku kulkee vesijättömaan päällä. Reitillä on tietotauluja alueen historiasta, luonnosta ja eläimistöä. Polku tulee Keihäsojan ylittävälle sillalle asti esteettömänä. Sillan pituuskaltevuus ylittää 8 %, joka tekee siitä reitin vaativan esteettömän osuuden. Sillan pituuskaltevuus on 13 % molemmista suunnista. Se on 1,8 m leveä ja siinä on suojakaiteet. Reitillä on lisäksi kaksi muuta siltaa, jotka ovat samassa tasossa sorastetun pengerpolun kanssa. Niissä on kaiteet. Vihaslahden pengerpolku jatkuu Hiekkasärkkien lankkupolulle. Lankkupolulle siirryttäessä täytyy ylittää tie ja kulkea kymmenisen metriä pyörätietä pitkin. Siitä nousu uutta lankkupolkua pitkin ylös näköalatasanteelle on jyrkkä (pituuskaltevuus suurimmillaan 16,7 %).

Lähteet

Esteetön eräpolku -hankkeen raportti. 2020. Paralympiakomitean sivusto. Viitattu 13.10.2022. [Esteetön eräpolku —hankkeen raportti antaa ohjeet luontoreittien kartoittamiseen ja kuvailuun \(paralympia.fi\)](#)

Kalajoen reitit. N.d. VisitKalajoki-sivusto. Viitattu 2.10.2022. [Reitistöt - Visit Kalajoki](#)

Lankkupolku. N.d. VisitKalajoki-sivusto. Viitattu 2.10.2022. [Lankkupolku - Visit Kalajoki](#)

Luonto-ESKEH - Opas kartoittajalle. N.d. Invalidiliiton sivuilta. Viitattu 4.10.2022. [Luonto-ESKEH, opas kartoittajalle.pdf \(invalidiliitto.fi\)](#)