

KYMENLAAKSON AMMATTIKORKEAKOULU

Muotoilun koulutusohjelma/ designer-stylisti

Meri Valta

RESTORATIVE ENVIRONMENT – KOTIHARJUN PÄIVÄKESKUKSEN
SISUSTUSSUUNNITTELU

Opinnäytetyö 2014

TIIVISTELMÄ

KYMENLAAKSON AMMATTIKORKEAKOULU

Muotoilu

VALTA, MERI	Restorative Environment – Kotiharjun päiväkeskuksen sisustussuunnittelu
Opinnäytetyö	58 sivua + 15 liitesivua
Työn ohjaaja	päätoiminen tuntiopettaja Liisa Palmujoki
Toimeksiantaja	Kouvola Innovation Oy
Huhtikuu 2014	
Avainsanat	restoratiivinen ympäristö, päiväkeskus, sisustussuunnittelu, rakennettu ympäristö, ikäihmiset

Ympäristö jossa elämme vaikuttaa meihin tauotta. Saamme erilaisia virikkeitä ja signaaleja usein niitä edes itse tiedostamatta. On tiloja ja paikkoja, joissa tunnemme olomme miellyttäväksi ja rentoutuneiksi, kun taas jotkut tilat saavat meidät tuntemaan rauhattomuutta ja stressitasomme nousee. Restoratiivisen suunnittelun ideologia perustuu hyvinvoinnin lisäämiseen. Lisäksi luonto yhdistetään osaksi suunnittelua. Restoratiivisissa ympäristöissä toimiva ihminen voi kokea psyykkisen toimintakyvyn lisäksi myös fyysisen toimintakyvyn kohentumista.

Tässä opinnäytetyössä keskityttiin Kouvolan Kotiharjun päiväkeskuksen olemassa olevien tilojen muokkaamiseen ja sisustussuunnitteluun restoratiivisessa näkökulmassa. Kun suuret ikäluokat vanhenevat on entistä tärkeämpää kiinnittää huomioita niihin tekijöihin, joilla näiden ikäryhmien kotona asumista voidaan tukea mahdollisimman pitkään. Päiväkeskustoiminnot vastaavat omalla panoksellaan näihin tarpeisiin. Kun päivätoimintaa tarjoavat tilat luodaan miellyttäväksi ja toimintakykyä ylläpitäväksi on niillä myönteisiä vaikutuksia arjessa, niin asiakkaille kuin hoitohenkilökunnalle. Kotiharjun päiväkeskuksen suunnittelussa luotiin kodinomainen päiväkeskusympäristö ikäihmisille, joka tarjoaa virikkeitä ja kiinnekohtia eletystä elämästä.

Näkökulma tässä opinnäytetyössä oli produktiivinen. Työssä oli toimintatutkimuksellinen lähestymistapa, minkä lisäksi työssä käytettyjä metodeja olivat strukturoimaton avoin haastattelu ja havainnointi. Osallistuminen päiväkeskuksen arkeen ja rutiineihin oli onnistuneen tutkimuksen kannalta välttämätöntä, jotta voitiin muodostaa kokonaiskuva suunniteltavista tarpeista. Suunnittelemalla toimintakykyä ylläpitäviä ja viihtyisiä tiloja ikäihmisille sekä vastaamalla suunnittelulla iän mukanaan tuomiin muutoksiin, voidaan parantaa iäkkäiden ihmisten elämänlaatua arjessa. Ikäryhmälle, joka tällä hetkellä aktiivisimmin käyttää päiväkeskuksen palveluja, on 1950-luku todennäköisesti merkityksellisin ajanjakso, minkä vuoksi päiväkeskukseen suunniteltu sisustus on saanut paljon vaikutteita kyseiseltä vuosikymmeneltä.

ABSTRACT

KYMENLAAKSON AMMATTIKORKEAKOULU

University of Applied Sciences

Design

VALTA, MERI

Restorative Environment – Interior design for Kotiharju
Day Center

Bachelor's Thesis

58 pages + 15 pages of appendices

Supervisor

Lecturer, Liisa Palmujoki

Commissioned by

Kouvola Innovation Oy

Aprill 2014

Keywords

restorative environment, day center, interior design, built
environment, elderly people

We are being impacted by the environment we live in. We receive impulses and signals without even noticing them. There are areas and places where we feel pleasant and relaxed - and other ones where we feel stressed and restless. The idea of a restorative design is based on improving the well-being. A human living on restorative environment can experience not only physical but also mental improvement.

This thesis focuses on the interior design of Kouvola Kotiharju Day Center's existing areas from a restoration perspective. As baby boomers are aging it is increasingly important to pay attention to factors that would enable elderly people to live at home for as long as possible. The Day Center's functions responds to these needs. If the Day Center areas are being made functional then they improve the everyday life for both customers and work personnel. The goal of the design planning of Kotiharju Day Center was to create a stimulating, homelike environment for the clients.

The perspective of the thesis was productive. The study approach was practice-based. Other methods used in the study were open-ended interviews and observing. Participating in the daily life and routines of the Day Center were essential for the study.

By planning adaptable and comfortable facilities that maintain the capability of elderly that accommodates changes due to –aging, the quality of life of elderly can be clearly improved. The group of elders that is most actively using the services of Day Center - the 1950's is likely the most significant time period. Therefore, the design of the Day Center has been influenced by this era.

SISÄLLYS

TYÖN KESKEISET KÄSITTEET

1	JOHDANTO	7
1.1	Eheyttävän ympäristön suunnittelu ikäihmisille	7
1.2	Ajankohtaisuus, tulevaisuus ja haasteellisuus	8
2	YLEINEN KUVAUS	8
2.1	Työn kuvaus ja lähestymistapa	8
2.2	Toimeksiantaja Kouvola Innovation Oy	9
2.3	Restoratiiviset ympäristöt – hyvinvointia ja liiketoimintaa puusta -hanke	10
2.4	Työn tavoitteet	10
3	TUTKIMUKSELLISET LÄHTÖKOHDAT	11
3.1	Käsitekartta ja viitekehys	11
3.2	Aikaisemmat tutkimukset	13
3.3	Työn tutkimuskysymykset	13
3.4	Tiedonkeruumenetelmät	14
4	RESTORATIVE ENVIRONMENT	16
4.1	Puumateriaali ja luonto	16
4.2	Hyvinvoinnin tekijät	17
4.3	Taiteen eri muodot eheyttävän ympäristön voimavarana	18
4.4	Valaistus	19
4.5	Värit	19
4.6	Esteettömyys eheyttävän ympäristön osatekijänä	21
4.7	Ikäihmiset	21
4.8	Wayfinding – tiloissa navigointi	22
5	LÄHTÖKOHDAT KOTIHARJUN TILOJEN SUUNNITTELUUN	23
5.1	Päiväkeskuksen asiakas	23
5.2	Kotiharjun päiväkeskus	24
5.3	Suunnittelukohteen esittely	25
6	SUUNNITTELUPROSESSI	29

6.1	Suunnitteluprosessin aloitus	29
6.2	Suunnittelun eteneminen	29
6.3	Luonnokset	31
7	LOPULLISET VALINNAT – EHEYTTÄVÄN VANHUSYMPÄRISTÖN ELEMENTIT	35
7.1	Keittiö ja ruokailutilat	37
7.2	Oleskelutilat	39
7.3	Eteinen ja odotustila	42
7.4	Lepotilat	43
7.5	Käytävä ja kuntoutusseinä	45
7.6	Ajatuksia valaistussuunnitelmasta	46
	7.6.1 Yleisiä huomioita sisustuksesta – kerroksellisuutta vanhojen huonekalujen ja olemassa olevien elementtien avulla	47
	7.6.2 Luonto sisälle	48
7.7	Negatiivisten äänien poisto – positiivisten äänien lisääminen	49
7.8	Mallintaminen	50
8	LOPPUPÄÄTELMÄT	50
8.1	Suunnittelutyön tulokset	51
8.2	Tutkimuskysymyksiin vastaus	51
8.3	Eheyttävien vanhusympäristöjen tulevaisuus	53
	LÄHTEET	54
	KUVALUETTELO	57
	LIITTEET	
	Liite 1. Pohjapiirustuksia	
	Liite 2. Tilajako väreillä	
	Liite 3. Huonekortit	
	Liite 4. 3D-kuvat käyttökaluksilla	
	Liite 5. Värilliset 3D-kuvat	

TYÖN KESKEISET KÄSITTEET

Restorative environment

Käsitteen englanninkielistä käyttöä puoltaa sen yleisempi tunnettavuus ja ymmärrettävyys englannin kielellä. Suomeksi restorative environment tarkoittaa eheyttävää ympäristöä, parantavaa ympäristöä, voimaannuttavaa ympäristöä.

Päiväkeskus (day center)

Päivätoimintaa tarjoava kaupungin ylläpitävä kohtaamispaikka ikäihmisille, jotka asuvat omatoimisesti tai avustetusti kotona. Päiväkeskustoiminnoilla pyritään tukemaan ikäihmisen kotona asumista ja siten ehkäisemään laitostumista.

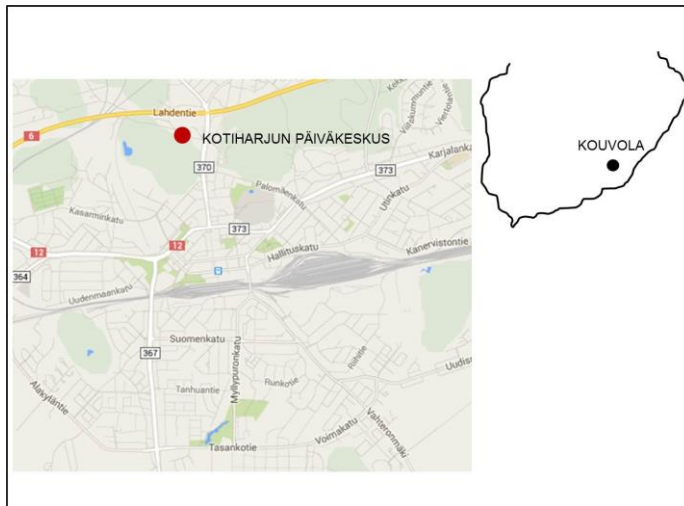
Sisustussuunnittelu (interior design)

Sisustussuunnittelu on tilojen käyttötarkoituksen, toiminnallisuuden ja estetiikan hallintaa materiaalien, värien ja valaistuksen avulla.

1 JOHDANTO

Jo opintojeni alkuvaiheessa koin mielenkiintoisena mahdollisuutena muotoilun opintojen yhdistämisen vanhustyöhön. Kun konkreettinen mahdollisuus tähän toimeksiantajan puolelta tarjoutui, ei haasteen vastaanottamista tarvinnut punnita kahdesti.

Suunnittelukohte, Kotiharjun päiväkeskus sijaitsee Kouvolaissa (kuva 1), Kymenlaaksossa. Päiväkeskus on Kouvolan kaupungin ylläpitämä ja vastaavanlaisia toimintapaikkoja suunnittelukohteen lisäksi alueella on seitsemän.



Kuva 1. Suunniteltavan kohteen sijainti maantieteellisesti (Valta 2014)

1.1 Eheyttävän ympäristön suunnittelu ikäihmisille

Tervehdyttävien ja terveyttä ylläpitävien tilojen suunnittelu koostuu monista arkipäiväisistä ja tutuista tekijöistä. Akustiikka, sisäilman laatu, äänet ja meluhaitat, tilasuunnittelu, taide ja turvallisuus ovat seikkoja joiden huomioimisesta ja tasapainosta syntyy restoratiivinen ympäristö. Nämä seikat ovat luonnollisia hyvän ja miellyttävän ympäristön elementtejä, jotka kuitenkin jäävät toisinaan unohduksiin.

Vanhusympäristöä suunniteltaessa käyttäjäryhmän erityistarpeet korostuvat. Ikääntyminen tuo mukanaan monia jo pelkästään fyysisiä muutoksia, mitkä voivat osaltaan olla aiheuttamassa psyykkisiä muutoksia. Hyvän ja restoratiiviseen ideologiaan vastaavan suunnittelun ydinajatus on olemassa olevien asioiden

ymmärtäminen ja kyky havainnoida ihmisiä sekä ympäröivää maailmaa. Lisäksi restoratiivinen ajattelutapa suunnittelussa yhdistää luonnon osaksi suunniteltavaa ympäristöä.

1.2 Ajankohtaisuus, tulevaisuus ja haasteellisuus

Suurten ikäluokkien vanhetessa on syytä kiinnittää huomiota tekijöihin, joilla kotona asumisen aikaa voidaan pidentää ja laitostumista ehkäistä. Tilastokeskuksen mukaan vuoteen 2040 mennessä Suomen väestön rakenteesta 26,2 % on yli 65-vuotiaita (Väestö 2014). Vanhusten päivätoiminta tarjoaa virikkeitä ja ennen kaikkea sosiaalista kanssakäymistä muiden ihmisten kanssa. Kun päivittäinen elinympäristömme luodaan eheyttäväksi ja voimaannuttavaksi, on sillä jopa terveyttä edistäviä vaikutuksia.

Ihmiset ovat yksilöllisiä ja kokevat eri asiat miellyttävinä. Päiväkeskustoiminnassa on mukana ikäihmisiä, joiden toimintakyky vaihtelee yksilöiden välillä. Aktivoivan, ylläpitävän ja miellyttävän ympäristön suunnittelu vaatii monialaisen taustojen kartoituksen sekä tietoa ja ymmärrystä usealta eri sektorilta.

2 YLEINEN KUVAUS

Opinnäytetyöni aihe on Kouvolan Kotiharjun päiväkeskuksen olemassa olevien tilojen muokkaaminen ja sisustussuunnittelu. Suunnittelun lähtökohtana on luoda restoratiivinen eli toisin sanoen eheyttävä, elvyttävä, voimaannuttava ja toimintakykyä ylläpitävä tila ikäihmisille. Restoratiivisuus materiaaleissa ja ajattelutapana on ajankohtainen ja vielä suhteellisen tuore aihealue. Sen yhdistäminen vanhustyöhön muodostaa kiinnostavan kokonaisuuden, joka tarjoaa laajan työkentän designer-stylistille valmistumisen jälkeistä aikaa ajatellen.

2.1 Työn kuvaus ja lähestymistapa

Eheyttävän sisustussuunnitelman tuottaminen ikäihmisten päiväkeskusympäristöön on produktiivinen työ. Työskentelyssäni toimin käyttäjälähtöisesti, tilassa toimivien ihmisten arkeen tutustuen ja heidän toimintojaan seuraten. Tutustuin aiempiin

tutkimuksiin vanhustyöstä, päiväkeskustoiminnoista, restoratiivisista tiloista ja sisustussuunnittelusta. Restoratiivisia tiloja tarkasteltaessa tai sellaisia suunniteltaessa aihealueen laajuus ja monimuotoisuus avautuu. Parhaaseen mahdolliseen lopputulokseen pääseminen edellyttää laajaa eri alan ammattilaisten yhteistyötä.

Tämän projektin aikana yhteistyötä tehtiin muun muassa vanhustyöhön sekä muistiongelmiin erikoistuneiden kaupungin työntekijöiden kanssa. Lisäksi neuvottelut valaistussuunnittelijan kanssa syvensivät suunnittelua.

Koko suunnittelun keskeisenä ajatuksena oli kodinomaisen tilan luominen. Kodinomaisuus käsitteenä ei ole yksiselitteinen ja jokainen yksilö mieltääkin sen oman elämänsä ja elämäkokemustensa kautta. Pelkistetysti voidaan kuitenkin puhua tilasta, joka on viihtyisä ja joka herättää muistoja sekä tarjoaa kiinnekohtia ihmisille erilaisista taustoista riippumatta.

Päiväkeskuksen asiakkaat ovat pääsääntöisesti iältään yli 65-vuotiaita. Heidän elämänsä aktiivisin vuosikymmenensä sijoittuu keskimääräisesti 1950-luvulle, jonka vuoksi se valikoitui suunnittelua ohjanneeksi ajanjaksoksi.

Ikäihmisten ja mahdollisista muistisairauksista kärsivien ihmisten sijoittaminen liian moderniin ympäristöön ei tuntunut luontevalta. Pyrin luomaan tilan, joka herättää heissä muistoja eleyistä vuosikymmenistä. Tilan, joka on kerroksellinen niin muistojen, muotojen kuin materiaalinen suhteenkin. Näin mahdollisimman moni tilan käyttäjä voisi kokea sen kodinomaiseksi ja viihtyisäksi, taustastaan riippumatta. Lisäksi pyrin huomiomaan rakennuksen valmistumisaikakauden suunnittelussa ja tuomaan sen esiin tavalla, joka tukisi suunnittelua kokonaisvaltaisesti.

2.2 Toimeksiantaja Kouvola Innovation Oy

Tämän opinnäytetyön toimeksiantajana toimi vuonna 2009 perustettu Kouvolan kaupungin kehittämissyhtiö Kouvola Innovation Oy. Sen tarkoituksena on tuottaa uutta elinvoimaa Kouvolan alueelle muun muassa tukemalla uusien yritysten syntymistä ja säilymistä seutukunnalla. Kouvola Innovation Oy eli Kinno tarjoaa palveluja matkailu- ja kehittämis-, yritys- sekä sijoittumispalveluissa. (Kouvola Innovation Oy 2014.)

Puun erilaiset käyttömahdollisuudet ja puunkäytön lisääminen esimerkkikohteessa olivat ennen kaikkea toimeksiantajaa kiinnostava tavoite. Kouvola Innovation Oy toimii myös tiiviissä yhteistyössä Kymenlaakson ammattikorkeakoulun ja sen eri hankkeiden kanssa.

2.3 Restoratiiviset ympäristöt – hyvinvointia ja liiketoimintaa puusta -hanke

Kymenlaakson ammattikorkeakoulu on työskennellyt restoratiivisten aihealueiden parissa jo useamman vuoden ajan. Erilaiset hankkeet ovat kasvattaneet verkostoja ja tietoa alasta. Tällä hetkellä meneillään oleva Restorative environment - hyvinvointia ja liiketoimintaa puusta -hanke päättyy vuoden 2014 lopussa. Hankkeen tavoitteena on muun muassa kerätä tietoa ja käytäntöjä sekä järjestää koulutuksia ja tuoda yhteen restoratiivisen alan osaajat eri sektoreilta. (Restorative environment – Hyvinvointia ja liiketoimintaa puusta 2014.)

Restoratiiviset ympäristöt – hyvinvointia ja liiketoimintaa puusta -hanke oli osaltaan myös mukana tämän opinnäytetyön luomisessa. Hanke perusti vuoden 2014 alussa tutkijakoulun, joka kerää yhteen aihealueen ympärillä toimivia ja aihetta tutkivia opiskelijoita eri oppilaitoksista ja koulutusohjelmista. Lisäksi tutkijakoulun tavoitteena on luoda kontakteja alan eri osaajiin ja tarjota tutkimustietoa aiheesta. Tämän kaltainen poikkitieteellinen ajattelu ja toimintatapa ovat ensiarvoisen tärkeitä restoratiivisia ympäristöjä suunniteltaessa ja luotaessa, jotta voidaan muodostaa laaja-alainen näkemys aiheesta sekä verkostoitua alan toimijoiden ja osaajien kanssa.

2.4 Työn tavoitteet

Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli tuottaa restoratiivinen sisustussuunnittelu ikäihmisten päivätoimintaympäristöön. Huomioin työssäni eri osa-alueet, jotka kiinteästi liitetään eheyttävien ympäristöjen syntyyn ja suunnitteluun, kuten esimerkiksi merkitykset väreissä, materiaaleissa ja muodoissa, valaistuksen, akustiikan sekä esteettömyyden. Lisäksi luonnon liittäminen osaksi suunnitelmaa erilaisten ilmentymien kautta oli yksi osa työn tavoitteista.

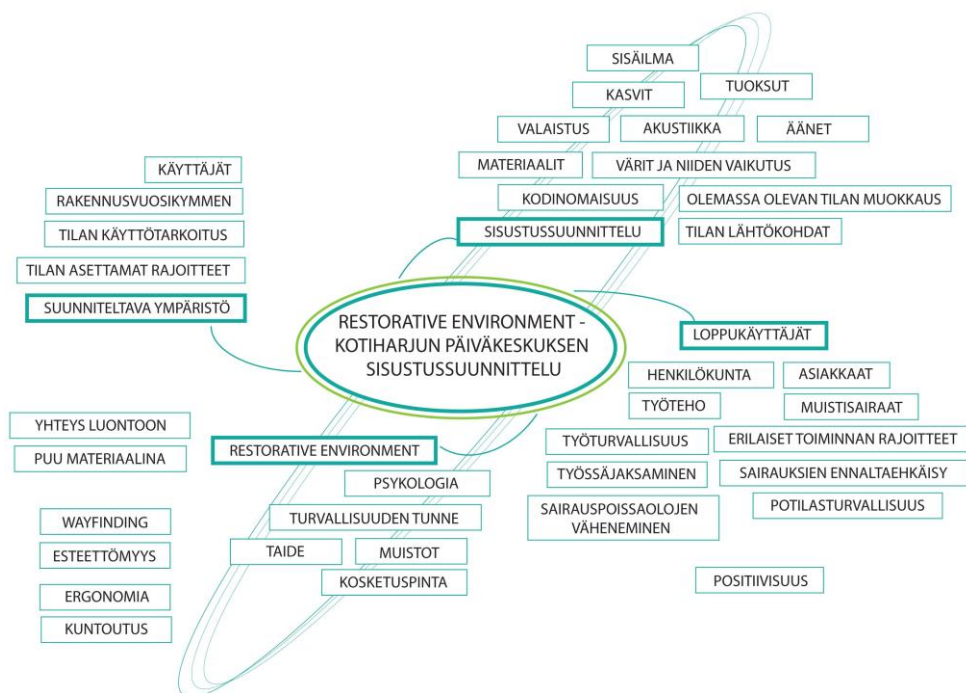
Pyrin luomaan valittuun kohteeseen parhaalla mahdollisella tavalla palvelevan kokonaisuuden, joka toivottavasti tulevaisuudessa rahoituksen järjestyessä voidaan

myös toteuttaa. Suunniteltavalle työlle ei määritelty budjettia. Työn toteutusta ei ole kuitenkaan sisällytetty Kouvolan kaupungin vuoden 2014 budjettiin mutta sen sisällyttämistä seuraavan vuoden budjettiin tullaan esittämään. (Köninki, Luhtaniemi, 2014.) Suunnitelma pyritään tekemään taloudellisesti toteuttamiskelpoiseksi.

3 TUTKIMUKSELLISET LÄHTÖKOHDAT

3.1 Käsitekartta ja viitekehys

Käsitekarttojen ideana on visualisoimalla tehdä kohde helpommin ymmärrettäväksi. (Anttila 2006, 486.) Projektin alkaessa loin käsitekartan (kuva 2), johon kokosin työni aiheeseen, päiväkeskuksen sisustussuunnitteluun keskeisesti kuuluvia elementtejä. Keskeisiksi elementeiksi nousivat restorative environment, sisustussuunnittelu, suunniteltava ympäristö sekä loppukäyttäjät.

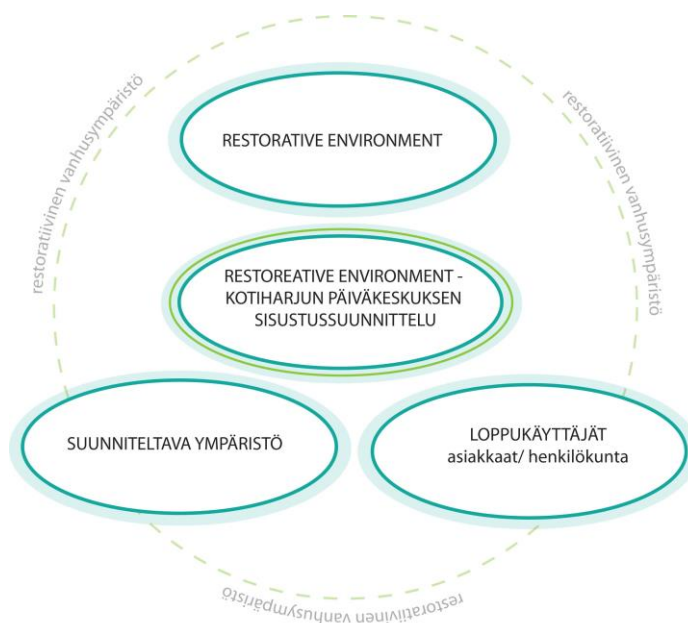


Kuva 2. Käsitekartta (Valta 2014)

Kartoitin mitkä tekijät vaikuttavat edellä mainitun ympäristön syntyyn ja mitä osa-alueita ne pitävät sisällään. Käsitekartassani sisustussuunnittelun ja restorative environment pääkäsitteiden väliltä löytyy paljon yhtäläisyyksiä. Kartan taustalla

niiden välillä kiertääkin kehämuodostelma, joka kuvaa liikettä näiden osien välillä. Molemmassa käsitellään samoja aiheita, oleellista on vain tapa, jolla niitä käsitellään sekä katsantokanta.

Käsitekartan tarkoituksena on avata ja yksinkertaistaa aihealuetta ja tehdä siihen liittyvät aihealueet helpommin ymmärretyiksi. Tietty hierarkkisuus on tyypillistä hyvin toimivalle käsitekartalle. (Åhlberg 2001, 61–62.)



Kuva 3. Viitekehys (Valta 2014)

Työni viitekehys (kuva 3) koostuu kolmesta keskeisestä elementistä, joita ovat loppukäyttäjät, suunniteltava ympäristö sekä restorative environment. Loppukäyttäjillä tarkoitetaan tässä yhteydessä tilaa käyttäviä asiakkaita eli ikäihmisiä sekä henkilökuntaa. Henkilökuntaan kuuluu hoitohenkilökunnan lisäksi tiloissa välillisesti toimivat tahot kuten esimerkiksi siistijät ja talonmiehet. Viitekehysten keskiöön sijoittuu restorative environment – Kotharjun päiväkeskuksen sisustussuunnittelu. Kun nämä elementit ovat tasapainossa ja keskinäinen vuorovaikutus toimii, syntyy restoratiivinen päiväkeskusympäristö ikäihmisille. Viitekehys ilmaisee työskentelyn kannalta keskeisimmät asiat ja vastaa suunnittelutyön peruskysymyksiin.

3.2 Aikaisemmat tutkimukset

Suomessa rakennetun ympäristön vaikutus ihmiseen on vielä melko tutkimaton osa-alue. Aihetta käsitellään usein, kuitenkin varsin pintapuolisesti. Kattavaa, tutkittua ja useiden eri alan toimijoiden välistä materiaalia aiheesta olisi tarpeellista saada lisää.

Yliarkkitehti, THL, Helinä Kotilainen on kirjoittanut useita artikkeleita, joissa hän tarkastelee rakennettua ympäristöä juuri vanhusnäkökulmasta. Artikkeleissaan hän tutkii erityisesti muistisairaiden elinympäristöä. Kotilainen nostaa esiin myös ympäristöjen suunnittelun ja sen kuinka suunnittelun keinoilla on mahdollista tukea arjen toimintoja ja luoda turvallisuutta esimerkiksi Alzheimer-potilaille. Näiden tutkimustulosten ja ajatusten soveltaminen sekä sisäistäminen suunnittelutyössä ovat hyvää pohjaa jokaiseen suunnittelutyöhön.

Maailmalla aihe on jo tutkitumpi, etenkin sairaalaympäristöihin vietyinä, jolloin käytetään yleisemmin termiä healing environment. David Fell, Roger Ulrich sekä Rachel ja Stephen Kaplan ovat tutkineet aihetta laajimmin, jo useiden vuosikymmenien ajan.

Tutustumalla eri osa-alueiden tutkimuksiin, niin sosiaali- ja terveydenhuoltoalan, sisustusalan kuin rakennetun ympäristönkin tutkimuksiin, pystyin muodostamaan laajan kokonaiskuva ja käsityksen suunniteltavan kohteen sisällöstä.

3.3 Työn tutkimuskysymykset

Aiemmin määriteltyjen tavoitteiden pohjalta työni päätutkimuskysymys muotoutui seuraavanlaiseksi:

- Miten muokata nykyistä päiväkeskuksen tilaa toimivammaksi ja viihtyisämmäksi käyttäen hyväksi restoratiivisen suunnittelun ideologiaa?

Lisäksi tarkentavia alakysymyksiä ovat:

- Mitkä elementit luovat eheyttävän toimintaympäristön vanhusten päivätoiminnalle?

- Mitkä tekijät vaikuttavat kodinomaisen ympäristön syntyyn?
- Kuinka huomioida 1950-luvulta peräisin oleva rakennettu ympäristö suunnittelussa?

Tutkimuskysymysten asettaminen antoi työskentelylle raamit. Päättökysymyksen painoarvo on tässä työssä mittavampi, tarkentavat alakysymykset kuvauksensa mukaisesti täydentävät pääkysymyksen vastauksia.

3.4 Tiedonkeruumenetelmät

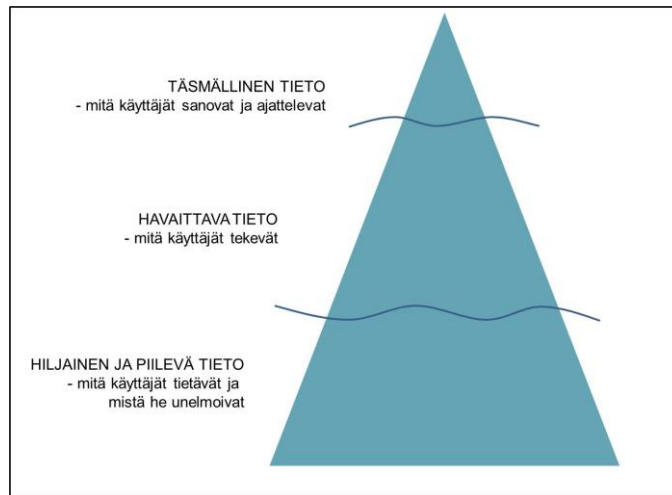
Tiedonkeruumenetelminä tässä produktiivisessa työssä toimii strukturoimaton avoin haastattelu, osallistuva havainnointi sekä aiemmat tutkimukset aihealueista. Työssä on toimintatutkimuksellinen lähestymistapa, joka mahdollistaa tutkijan tai suunnittelijan kiinteään vuorovaikutuksen kohderyhmän kanssa.

Toimintatutkimusta kuvataan spiraalimaisesti ylöspäin eteneväksi kehäkuvioksi, jonka jokaisella kierroksella tapahtuu toimintatutkimukselle luonteenomaiset tapahtumat; suunnittelu, toiminta, havainnointi ja reflektointi. Spiraalimaisesti ylöspäin suuntautuvasta kuvaustavasta huolimatta toimintatutkimukselle tyypillistä on myös liike taaksepäin. Jokainen läpikäyty kierros valmistele ja johdattelee seuraavalle kierrokselle siirtymistä eikä kierroksien väliin jättäminen edistä päämäärän saavuttamista. (Anttila 1998, 153–155.)

Kuten viitekehyksessäni kuvasin, tässä tapauksessa voidaan loppukäyttäjien ryhmiä ajatella olevan kaksi, asiakkaat sekä henkilökunta. Molemmat käyttävät tilaa mutta eri lähtökohdista. Jotta suunnitteluni vastaisi mahdollisimman hyvin loppukäyttäjryhmien tarpeisiin ja toiveisiin, oli minun tutustuttava huolellisesti heidän arkeen, toimintoihin ja tapaan käyttää tilaa. Etenkin epäkohtiin usein myös totutaan eikä niitä siksi ole aina pelkällä haastattelulla mahdollista saada selville. Useamman eri tiedonkeruumenetelmän yhdistäminen antoi täydellisemmän kuvan loppukäyttäjien tarpeista ja toiveista.

Haastattelu, jota tässäkin työssä toteutettiin, antaa täsmällistä tietoa käyttäjien tarpeista muutosten suhteen. Ongelmana on kuitenkin sen pintapuolisuus ja se etteivät

haastattelun kohteena olevat henkilöt välttämättä itsekään pysty määrittelemään verbaalisesti kaikkia toiveitaan ja tarpeitaan. Alla olevassa kuviossa (kuva 4) on havainnollistava kuva jäävuoresta; haastattelemalla vain huippu saavutetaan, vaikka todellinen tieto löytyy vasta mitä lähemmäs pintaa ja pinnan alle mennään.



Kuva 4). Tiedontasot (Valta 2014)

Osallistuvan havainnoinnin avulla on mahdollista havaita loppukäyttäjien konkreettinen toimiminen tilassa. Näin voidaan paremmin ymmärtää ympäristöä ja maailmaa, jossa käyttäjät toimivat. Tiedonkeruumenetelminä haastattelu ja havainnointi kannattaa aina yhdistää toisiinsa. (Living Lab ammattikorkeakouluissa 2012, 53.)

Edellä mainittujen menetelmien lisäksi tietoa hankittiin yhteistoiminnallisilla menetelmillä, jonka tarkoituksena oli löytää niin kutsuttua piilevää tietoa ja tunnistaa ne asiat, joita käyttäjät eivät verbaalisesti olleet määritelleet. Tavoitteena oli myös saada käyttäjät unelmoimaan ja ylittämään rajoja. Tähän osioon palaan myöhemmin työssäni.

Päiväkeskuksen hoitaja toimi avainhenkilönä tutkittavan ryhmän ja tutkijan välillä tutkimusta tehdessä. Hänen kanssaan selvitimme lupa-asiat haastatteluihin sekä valokuvaukseen. Tutkimuksen tueksi kaikki keskustelut nauhoitettiin, jotta niihin oli mahdollista myöhemmin palata suunnittelu- ja kirjoitustyön edetessä.

Avainhenkilön rooli on luoda ja vahvistaa luottamussuhdetta tutkimuksen kohteena olevien ja tutkijan välille. Lisäksi avainhenkilö voi varmistaa ja avustaa, että tutkimuskohde on ymmärtänyt tutkimuksen tavoitteet sekä tutkimustavan. Avainhenkilön rooli korostuu mitä pienempi ja suljetumpi ryhmä on. (Grönfors 2001, 133–134.)

4 RESTORATIVE ENVIRONMENT

Restoratiivinen ympäristö pyrkii kaikilla elementeillään edesauttamaan ihmisten fyysistä ja henkistä hyvinvointia ja kunnioittamaan luontoa (Nousiainen, 2014). Oikeilla valinnoilla suunnittelussa on mahdollista saavuttaa positiivisia, terveyttä ylläpitäviä ja jopa parantavia vaikutuksia. Väärät valinnat sen sijaan voivat vaikuttaa meihin negatiivisesti. Nämä valinnat vaikuttavat meihin jatkuvasti ja useimmiten jopa niin, ettemme itse sitä edes tiedosta. Suunnittelutyössä juuri vaikutusten ymmärtäminen on eheän ja terveyttä edistävän lopputuloksen edellytys. Kanadalainen aihepiiriä tutkinut David Fell viittaa aiemmin tehtyyn tutkimukseen, jonka mukaan ihminen viettää yli 88 % päivästä sisätiloissa ja sen lisäksi 6 % autossa. (Fell 2010, 3.) Ei siis ole lainkaan yhdentekevää minkälaisessa ympäristössä vietämme suurimman osan ajastamme. Seuraavissa kappaleissa käsittelen elementtejä, jotka ovat osana muodostamassa tämän suunnittelukohteen restoratiivisen ympäristön.

4.1 Puumateriaali ja luonto

Restoratiivisessa suunnittelussa yksi oleellinen osa on luonnon mukaan tuominen suunnitteluun. Se voi ilmentyä monin eri tavoin. Luonnollisten materiaalien käyttö, luontonäkymät ja erilaiset kuvat luonnosta sekä viherkasvit ovat yksinkertaisimpia tapoja tuoda luonto osaksi sisäympäristöjä. Materiaaleista etenkin puulla on restoratiivisia ominaisuuksia. Sitä pidetään miellyttävänä ja lämpimänä materiaalina, minkä lisäksi esimerkiksi vanhusympäristöä suunniteltaessa sen tuttuus puoltaa sen käyttöä; kaikilla on joku suhde puumateriaaliin.

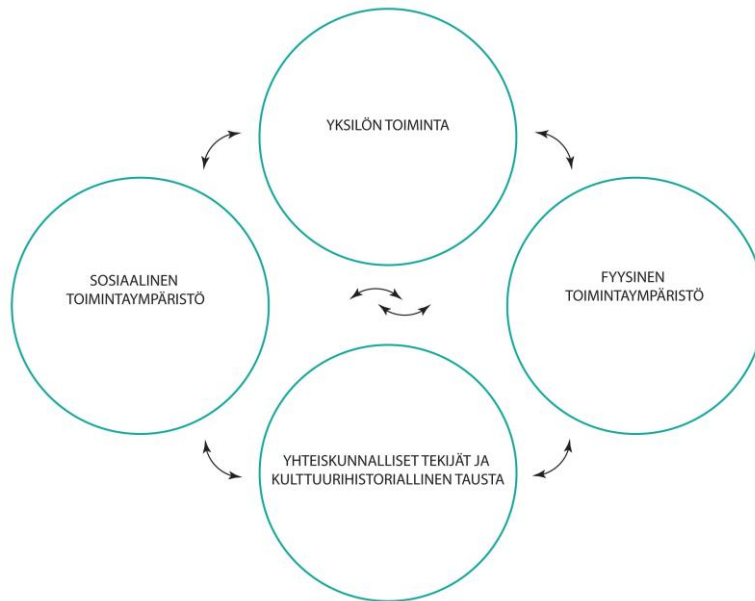
Norjalaisen näyttöön perustuvan tutkimuksen (evidence-based design) mukaan puunkäytön määrä tulisi kuitenkin pitää kohtuudessa. Tutkimuksessa pyrittiin

selvittämään miten puumateriaalin käyttö sairaalassa vaikuttaa ihmiseen? Lähtötilanteessa sairaalahuone oli valkoinen ja kokonaan vailla puumateriaalia. Seuraavassa tilanteessa huoneen seinä-, katto- ja lattiapinnat olivat päällystetty puulla. Kolmannessa vaiheessa valkoisen ja puupinnan suhde oli noin 50 % – 50 %. Tutkimustulosten mukaan miellyttävimmäksi tilaksi koettiin huone, jossa oli sekä puuta että valkoista tasapainoisessa suhteessa. Vähiten miellyttävänä pidettiin kokonaan puulla verhoiltua huonetilaa. (Bringslimark, Nyruud 2010, 2.)

Marjut Nousiainen on sisustusarkkitehti, jonka lopputyöt ovat käsitelleet aihealuetta sairaalamaailman näkökulmasta. Nousiainen viittaa luennollaan aiemmin tehtyyn itävaltaistutkimukseen, joka osoitti, kuinka materiaalivalinta voi säästää sydämenlyöntejä. Koehenkilöt nukkuivat noin kolmen viikon ajanjakson omassa sängyssään, puumateriaalia jäljittelevässä sängyssä sekä sembramäntyisessä sängyssä. Tulosten mukaan sembramäntyisessä sängyssä nukkuminen vähensi koehenkilöiden päivittäistä sydämen lyöntimäärää jopa 3500 lyönnillä. Sen lisäksi stressioireiden koettiin vähenevän ja sosiaalisuuden lisääntyvän. (Nousiainen 2014.)

4.2 Hyvinvoinnin tekijät

Fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen hyvinvointi ovat oleellisessa osassa muodostamassa ihmisen hyvinvointia (kuva 5). Fyysisen toimintaympäristön muodostavat rakennettu ympäristö esineineen sekä ympäröivä luonto. Sosiaalinen ympäristö muodostuu yhteisöistä ja ihmisistä, joiden kanssa kommunikoimme. (Aura et al. 1997, 15.) Hyvät ja läheiset ihmissuhteet ovat osa psyykkistä hyvinvointia.



Kuva 5. Hyvinvoinnin keskeiset tekijät (Valta 2014)

Hyvinvoinnin osat ovat kiinteässä vuorovaikutuksessa toistensa kanssa ja täydentävät siten toisiaan. Näistä sinänsä yksinkertaisistakin elementeistä voidaan muodostaa eheyttävä ja toimintakykyä ylläpitävä päiväkeskusympäristö ikäihmisille.

4.3 Taiteen eri muodot eheyttävän ympäristön voimavarana

Taiteen ja kulttuurin merkitystä on tutkittu eri menetelmin useissa eri sairaaloissa maamme rajojen ulkopuolella. Erään tuloksen mukaan 2/3 sairaalan henkilökunnasta, potilaista sekä vierailijoista koki taiteen eri muodot stressioireita vähentävinä. Elävät esitykset ja musiikki koettiin kuitenkin vielä visuaalista taidettakin vahvempina stressinpoistajina. Hyvää työympäristöä pohdittaessa taiteen merkitys oli myös suuri. Yli 90 % sairaalan henkilökunnasta uskoi, että taide vaikutti hyvän ja viihtyisän työympäristön syntyyn vähentäen stressiä. (Kotilainen 2006, 68.)

Taiteella voidaan nähdä olevan myös muitakin merkityksiä. Se helpottaa tilojen hahmottamista ja tiloissa suunnistamista. Onnistunut navigointi korostuu etenkin ikäihmisten toimintaympäristöissä. Sen lisäksi se voi herättää muistoja ja mielikuvia jostakin menneestä ja antaa aivoille siten positiivisia aistiärsyksiä. (Kotilainen 2011, 15–16.)

Ajatus siitä, että taide tuodaan katsoja ja kuulijan luokse, pitäisi olla enemmänkin käytetty teema ikäihmisten toimintaympäristöissä. Kotiharjun päiväkeskuksen asiakkaat asuvat vielä kotonaan, mutta harvat liikkuvat enää kodinulkopuolella päiväkeskuspäivää lukuun ottamatta. Sen vuoksi taiteen eri muodot kuten musiikki, tanssi ja teatteri voisivat tuoda päiviin kaivattua kulttuurillista antia.

4.4 Valaistus

Kun ihminen vanhenee, näkökyky heikkenee ja valontarve kasvaa. Valontarpeen määrä moninkertaistuu mitä iäkkäämmäksi henkilö tulee. 20-vuotiaasta ja 60-vuotiaasta vertailtaessa valontarpeen määrä on kymmenkertaistunut. Erityistä huomiota on kiinnitettävä suurten valaistuserojen tasaamiseen, valon riittävään voimakkuuteen, heijastusten estoihin ja kulkuväylien sekä esteiden valaisuun. (RT 75–10569, 1995.)

Yli 80 % informaatiosta tulee näköaistin kautta. Riittävällä valaistuksella voidaan vaikuttaa turvallisuuteen ja tukea toimintakykyä. Muistisairaiden hoitoympäristöissä etenkin valon suunnan tulisi olla tarkkaan harkittua. Varjoon jäävät kasvot voivat tehdä tutustakin ihmisestä vieraan tai pelottavan ja aiheuttaa sitä kautta turvattomuutta ja aggressioita. Myös liian voimakkaat varjot voivat luoda aistiharhoja, vaikka tietty varjojen aste onkin välttämätöntä. Valaistuksella voidaan myös nostaa esille huomioitavia asioita, ja piilottaa sellaisia, joihin ei haluta kiinnitettävän huomioita. (Valon välttämättömyys 2013.)

Sisäympäristöjen parantava ja elvyttävä vaikutus hyvinvointipalvelutiloissa - kirjallisuuskatsaus viittaa aiempiin tutkimuksiin, joissa on osoitettu melatoniinihormonin ja normaalia kirkkaamman valon yhteys. Melatoniini vaikuttaa vireystilaan ja mielialaan sekä ihmisen luonnolliseen vuorokausirytmiiin. Valon avulla voidaan tukea luonnollista vuorokausirytmiiä, jonka tasaisuus ja säännönmukaisuus ennaltaehkäisevät muun muassa Alzheimer-potilaiden masentuneisuutta. (Salonen et al. 2011, 17–18.)

4.5 Värit

Tapaamme tulkita värejä vaikuttaa aina henkilökohtaiset mieltymyksemme, kokemamme asiat sekä olosuhteet, jossa värit esiintyvät. Ohessa esittelen yleiset

olettamukset käytetyimmistä väreistä, jotka antavat lähtökohtia esimerkiksi tilojen värisuunnitteluun.

Keltainen

Psykologisessa mielessä keltaisella värillä voidaan ajatella olevan masennusta torjuva ominaisuus. Liian suurina pintoina tämä väreistä valovoimaisin voi kuitenkin tehdä tilan rauhattomaksi ja levottomaksi. Pieninä määrinä sisustukseen lisättynä se antaa tiloihin valoa ja positiivisuutta. (Rihlama 1997, 108.)

Oranssi

Oranssi väri voi olla helposti liian voimakas. Sen käyttöä on perinteisesti suosittu vanhusympäristöissä puupintojen muodossa. Oranssilla voi maustaa tilaa pieninä määrinä mutta käyttöä olisi kuitenkin rajattava, jottei siitä tulisi liian hallitseva. (Rihlama 1997, 108–109.)

Punainen

Punaisella värillä on tiloja pienentävä ominaisuus, minkä lisäksi se voi tehdä niistä myös ahdistavia. Sen käyttöä suositellaan vain pieninä pirsteinä muiden väriyhdistelmien yhteydessä. (Rihlama 2000, 56.) Punainen on myös vaaran ja varoituksen väri. (Loiri, Juholin 2006, 111).

Vihreä

Vihreä on rauhoittava väri, joka henkii turvaa, varmuutta ja uutta kasvua. Sen rauhoittava ominaisuus ei yllä kuitenkaan sinisen värin tasolle. Väreistä juuri vihreän koetaan symbolisoivan tasapainoisuutta. (Rihlama 2000, 56; Rihlama 1997, 109.)

Sininen

Sininen väri koetaan viileänä ja rauhoittavana. Sillä on paljon punaiselle värille vastakohtaisia piirteitä. Se voi helpottaa ja laukaista stressitiloja. (Rihlama 1997, 109.)

Turkoosi

Turkoosi väri on sovitteleva, herkkä ja rauhoittava. Sekä sinisestä että vihreästä pitävät ihmiset kokevat turkoosin usein miellyttävänä ja rentouttavana. (Rihlama 1997, 109.)

Violetti

Violetti ja sen eri sävyt ovat hallittuja, syventäviä ja väreistä juhlallisimpina pidettyjä. Se kaipaa helposti seurakseen lämpimiä värejä, jotta kokonaisuudesta ei tule liian surumielinen. (Rihlama 2000, 65; Rihlama 1997, 109.)

4.6 Esteettömyys eheyttävän ympäristön osatekijänä

Helposti hahmotettava ja esteetön ympäristö lisää tiloissa toimimisen miellyttävyyttä. Päiväkeskuksen tiloissa käy toimintakyvyltään monenasteisia henkilöitä, joka oli tilojen muokkauksessa ja suunnittelussa huomioitava tekijä.

Turvallisuus on esteettömyyden osatekijä. Ympäristön huolellisella ja tarkoituksenmukaisella suunnittelulla sekä suunnittelua seuraavalla toteutuksella on mahdollista helpottaa erityistarpeisten henkilöiden toimimista tiloissa. Kontrastierot rakenteiden, kalusteiden ja yksityiskohtien välillä helpottavat tilan hahmottamista. (Rakennustietosäätiö 1998, 9.) Kotiharjun päiväkeskuksen sisustussuunnittelussa on huomioitu pyörätuolin vaatima pyörähdysala, joka julkisissa tiloissa on halkaisijaltaan 1500 mm. (Rakennustietosäätiö 1998, 10).

4.7 Ikäihmiset

Onnistuva ikääntyminen ei ole merkityksellistä pelkästään yksilölle, vaan sillä on monitahoiset vaikutukset kaikkiin yhteiskunnan rakenteisiin ja erityisesti sosiaali- ja terveyspalveluiden käyttöön ja kustannuksiin. (Eloranta & Punkanen 2008, 7.)

Vanheneminen on väistämätöntä. Elintavoista, geeniperimästä ja ympäristön vallitsevista olosuhteista riippuen ihmisen kyky selvitä päivittäisistä perustoiminnoista alkaa selvästi heiketä 75 - ikävuoden jälkeen. Vanhenemista ja sen mukanaan tuomia

muutoksia kuvataan usein toimintakyvyn eri osa-alueilla. *Fyysinen toimintakyky*, pitää sisällään fysiologisia muutoksia kuten näkö- ja kuuloaistien huonontumisen, lihasmassan vähenemisen sekä muut elimistössä tapahtuvat fyysiset muutokset. (Eloranta & Punkanen 2008, 12–13.)

Psyykinen toimintakyky on parhaimmillaan kykyä hallita tunteita, toimintaa ja ajatusta. Mielenterveysongelmat tai muistisairaudet voivat aikaansaada ihmiselle tunteen oman hallintakyvyn menettämisestä. Ihminen, joka on psyykkisesti toimintakykyinen, pystyy toimimaan järkevästi, on hyvällä mielellä ja näkee tulevaisuuden positiivisena sekä arvostaa itseään. Pohja psyykkiselle toimintakyvylle rakentuu läpi elämämme. Elämän varrella koetut onnistumisen ja hyväksymisen tunteet sekä myönteiset kokemukset auttavat rakentamaan selkeää minäkuva ja sitä kautta kykyä säilyttää elämänhalua. (Eloranta & Punkanen 2008, 12–13.)

Kolmantena osa-alueena on *sosiaalinen toimintakyky*. Sillä tarkoitetaan ihmisen suhdetta toisiin ihmisiin ja yhteiskuntaan. Sosiaaliset suhteet eivät voi toimia ilman edellä mainittuja toimintakyvyn muotoja. Perheen ja lasten merkitys sosiaalisen toimintakyvyn kentällä on suuri. Ikääntyvillä ihmisillä sosiaalisten suhteiden laajan verkon on todettu vaikuttavan positiivisella tavalla molempiin edellä mainittuihin toimintakyvyn muotoihin. (Eloranta & Punkanen 2008, 17–18.) Terveys, hyvät ihmissuhteet, myönteinen minäkuva ja kyky selvittää arjen toiminnoista sekä mahdollisista kriiseistä ovat edellytyksiä hyvälle ikääntymiselle. (Aura et al. 1997, 86).

4.8 Wayfinding – tiloissa navigointi

Hyvin suunniteltu tila helpottaa tilassa liikkumista. Periaatteessa tiloissa tulisi olla mahdollista suunnistaa ilman opasteita, tilan itsessään tulisi neuvoa ja ohjata kulkijaa. Vanhusympäristöissä, joissa on muistisairaita, tilan antamat vihjeet ja ohjeet nousevat uuteen merkitykseen. Tilasta on luotava selkeä, sokkeloisuus voi tehdä tilasta painajaismaisen. Pienillä vihjeillä ja värien eroilla voidaan tilaan tulijaa helpottaa hahmottaa tila helpommin ja nopeammin.

Perinteisimmin wayfindingin avulla ohjataan ihmisiä julkisilla paikoilla kuten lentokentillä. Sen kaltaisissa paikoissa tilaan haltuunoton on oltava nopeaa. Tilan on tuettava ymmärrystä siitä mistä henkilö on tulossa ja mihin henkilö on pyrkimässä.

5 LÄHTÖKOHDAT KOTIHARJUN TILOJEN SUUNNITTELUUN

Suunnitelmasta rajattiin pois päiväkeskuksen tiloissa toimiva kampaamo, varastotilat, toimisto sekä wc-tilat. Suunnittelussa keskityttiin löytämään ratkaisuja arjessa toiminnan keskiössä oleviin tiloihin. Mikäli suunnitelma toteutetaan, on esimerkiksi wc-tilojen esteettömyys ja turvallisuus ensiarvoisen tärkeitä suunnittelussa huomioitavia seikkoja. Sen lisäksi tulisi pohtia millä elementeillä mahdollisesti muistisairaana ikäihmisen kykyä toimia kyseisissä tilassa voidaan tukea.

Suunnittelua varten päiväkeskuksen henkilökunta määritteli heidän toimintansa ja arkensa kannalta tarpeellisia toiveita, joita huomioida suunnittelussa:

- kaikumisen poistaminen
- sosiaalisen toiminnan mahdollistavat oleskelutilat
- ruokailutilojen toiminnallisuuden parantaminen
- sänkypaikat 8-9 henkilölle
- vaatesäilytys asiakkaiden ulkovaatteille

Päiväkeskuksen ruokailutilat tuli mitoittaa enimmillään 20 ruokailijalle. Lepohuoneet sänkypaikkoineen koettiin välttämättömiksi arjen toiminnallisuuden kannalta. Näiden määritelmien lisänä toimi eri menetelmin kerätty ja analysoitu tieto päiväkeskuksen asiakkailta sekä henkilökunnalta.

5.1 Päiväkeskuksen asiakas

Tyypillisesti päiväkeskuksen asiakas on yli 65-vuotias, yksin tai avustetusti kotona asuva. Iän mukanaan tuomia näkö- ja kuuloaistien alentumia sekä erilaisia muistisairauksia on useilla kävijöistä.

5.2 Kotiharjun päiväkeskus

Kotiharjun päiväkeskus toimii Kotiharjun palvelukeskuksen kanssa samassa, 1950-luvulla rakennetussa rakennuksessa. Päiväkeskuksessa on omat erilliset tilat toiminnalleen. Nykyisellään päiväkeskuksen tilat sisältävät eteistilan, oleskelutilan, 6 toiminta-/ lepotilaa, keittiön sekä ruokailutilan. Tilojen yhteenlaskettu pinta-ala on noin 185 m².

Vuoden 2014 alussa Kotiharjun päiväkeskuksesta tuli Kouvolan alueen päiväkeskusten keskittymä; asiakkaiden määrä kasvoi ja täysipäiväinen henkilökunta kasvoi aiemman kahden sijasta kolmeen.

Päivätoiminnan tarkoituksena on auttaa ja tukea ikäihmisten kotona asumista. Toiminnalla voidaan tukea ja mahdollisesti joissain tapauksissa myös korvata kotihoidon tekemiä käyntejä sekä mahdollistaa omaishoitajalle vapaa-aikaa. Päivätoiminta pyrkii edistämään ja ylläpitämään asiakkaan toimintakykyä erilaisten kuntouttavien toimintojen kautta. Päiväkeskustoimintaan on mahdollisuus päästä mukaan mikäli:

- päivätoiminnan katsotaan parantavan asiakkaan kykyä selviytyä kotona
- omaishoitajan fyysistä ja psyykkistä jaksamista roolissaan voidaan tukea toiminnan avulla
- asiakas tarvitsee tukea, johon päiväkeskustoiminta voi tuoda helpotusta; psyykinen, fyysinen ja sosiaalinen tuki
- asiakkaalla on kuntoutuksen tarve, joka liittyy toimintakyvyn ylläpitämiseen tai palautumiseen

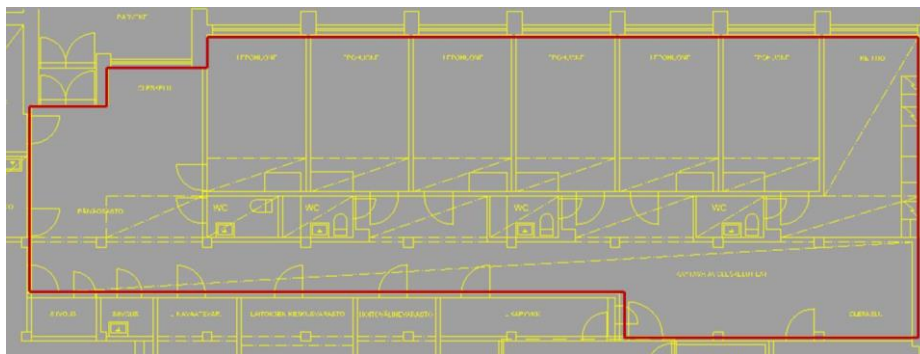
(Kouvolan kaupungin tukipalvelun kriteerit 2014.)

Kotiharjun päiväkeskus järjestää toimintaa arkipäivisin. Päiväkeskustoimintojen lisäksi asiakkaalla on kriteerien täytyessä mahdollisuus sauna- ja kylvetyspalveluun. Päiväkeskuksen tiloissa on myös kampaamo, jossa päiväkeskuksen asiakkaat voivat

ennalta sovitusti leikkauttaa hiuksiaan. Päivän aikana päiväkeskuksen asiakkaalle tarjotaan lisäksi aamiainen, lounas ja päiväkahvi. Aamiainen ja päiväkahvi valmistetaan päiväkeskuksen tiloissa, lounas tulee ateriapalvelun kautta. Päiväkeskuspäivän hinta on Kouvolan päiväkeskuksissa 13,50e / päivä, jonka lisäksi kuljetusmaksu on 3,90e / suunta. Kuljetukset järjestetään yhteiskuljetuksina.

5.3 Suunnittelukohteen esittely

Syksyllä 2013 tapasin työni tulevan toimeksiantajan edustajan ensimmäistä kertaa aiheen tiimoilta. Hänellä oli tarjota kaksi sillä hetkellä päiväkeskustoiminnassa olevaa tilaa, joiden parissa toimivat tahot olivat kiinnostuneita sisustuksen suunnittelun uusimisesta etenkin restoratiivisia ajatustapoja hyödyntäen. Vierailimme yhdessä toimeksiantajan edustajan kanssa molemmissa kohteissa marraskuussa 2013. Lopullinen valinta suunniteltavasta tilasta tehtiin vuoden 2014 alussa, jolloin opinnäytetyöprojekti varsinaisesti alkoi.



Kuva 6. Kotiharjun päiväkeskuksen pohjapiirustus ja suunniteltava ala (Valta 2014)

Kuvassa 6 näkyy Kotiharjun päiväkeskuksen pohjapiirustus ennen suunnittelun alkua. Kuvasta on rajattu suunnittelun ulkopuolella jäävät tilat kuten varastot, toimisto sekä tiloissa toimiva kampaamo. Kotiharjun päiväkeskuksessa on tällä hetkellä 6 kpl á 15 m² kokoisia huoneita, joista puolet toimii niin sanottuina toimintahuoneina loppujen ollessa lepoahuoneina. Saamieni esitetietojen mukaan toimintahuoneita käytetään lähinnä käsitöihin tai pienryhmissä pelaamiseen. Suunnittelukohteessa vierailtaessa toimintahuoneiden funktio ei silmämääräisesti kuitenkaan avautunut (kuva 7). Myös tila rajoittaa toimintaa. Pienet huoneet asettavat rajansa huoneissa tehtäville toiminnoille ja henkilömäärälle. Monet tiloissa liikkuvat henkilöt käyttävät liikkumisen tukena esimerkiksi rollaattoria.



Kuva 7. Toimintahuoneiden funktio ei ollut selkeä (Valta 2014)

Kotiharjun päiväkeskuksen tilat eivät tällä hetkellä mahdollista parhaalla mahdollisella tavalla sosiaalista toimintaa. Olemassa olevat tilat ovat pieniä ja sokkelomaisia. Oleskelutila on suorassa yhteydessä eteistiloihin, mikä etenkin talviaikoina ei ole toimiva yhtälö vetoisuuden ja tilan ajoittaisen kylmyyden johdosta. Osa päiväkeskuksen asiakkaista sairastaa myös erilaisia ja eriasteisia muistisairauksia, joiden seurauksena voi esiintyä tiloista karkailua. Tämä toiminta johtuu siitä, että muistisairas ihminen on aina niin sanotusti matkalla kotiin. Oleskelutilojen sijoittaminen pois ulko-oven läheisyydestä olisi tällöin perusteltua.

Keittiö ja ruokailutila kaipasivat väljyyttä, ja koska osa asiakkaista käyttää erilaisia apuvälineitä liikkumisen tukena, tilat on mitoitettava niin, että ne mahdollistavat esteettömän kulun.

Päiväkeskuksessa on läpi tilan katto, jossa on paljon palkkeja, koteloiteja ja alaslaskuja. Tilojen keskimääräinen huonekorkeus on 2600 mm. Hallitsevien palkkien myötä, tiloissa on hyvin kellarimainen tunnelma.

Rakennus on rinnetontilla, jolloin koko toinen puoli päiväkeskuksen tiloista on vailla luonnonvaloa. Yleisvalaistuksena ovat loisteputkivalaisimet, minkä lisäksi toimintahuoneiden sisäänkäyntien edessä ovat pyöreät plafondit.



Kuva 8. Nykyinen oleskelutila (Valta 2014)

Oleskelutilat on tällä hetkellä sijoitettu eteisaulaan (kuva 8). Kuvassa vasemmalla näkyy päiväkeskuksen ulko-ovi, joka on peitetty verhoilla ja vilteillä, jotta oleskelutilaan ei tulisi vetoa. Ulko-oven vieressä on myös porrastikkaat, joille henkilökunta kiipeää sulkiessaan ja avatessaan ovea. Ovessa on sähkölukko, mutta mahdollisten karkailujen varalta ovea pidetään lisäksi säpissä. Paloturvallisuuden näkökulmasta tämä on huomattava epäkohta.

Tila ei vastaa kokonsa eikä toimintojensa puolesta käyttötarpeeseen. Yleisilme oleskelutilassa on ahdas ja pimeä, viihtyisyys tilasta puuttuu täysin. Tilan keskimääräinen ikkunakorkeus lattiasta on 1200 mm. Lisäksi ikkunat jäävät kantavien pilareiden syvennykseen, joka osaltaan vähentää valon määrää. Ikkunat sijoittuvat siis verrattain korkealle ottaen vielä huomioon asiakasryhmän, joka tilaa käyttää. Ikäihmiset istuvat paljon ja viettävät aikaa myös makuullaan, jolloin näkymä ulos luontoon estyy miltei kokonaan. Oleskelu- ja lepoilujen ikkunat sijoittuvat ilmansuuntien mukaan etelään, ruokailutilan ikkuna länteen. Eteläisten ikkunoiden edessä on rakennuksen ulkopuolella suuret ja korkeat istutukset. Näiden istutusten madaltaminen lisäisi luonnonvalon määrää tilassa.

Oleskelutilasta siirrytään käytävään (kuva 9), jonka vasemmalle puolelle (kulkusuunta eteisestä) jää wc-tiloja sekä toiminta- ja lepoiloneet. Käytävän oikealla puolella on ovia varastoihin sekä ovi palvelukeskukseen johtavaan rappukäytävään.



Kuva 9. Nykyinen käytävä oleskelutiloista keittiön suuntaan kuvattuna (Valta 2014)

Käytävän päässä sijaitsevat ruokailutilat sekä keittiö. Ruokapöytiä on sijoitettu keittiöön ja käytäville, yhteisen ja kodinomaisen ruokailuhetken tunne puuttuu.

Tiloissa on huono akustiikka, kaikuminen häiritsee sekä työntekijöitä että asiakkaita ja monilla kuulolaitetta käyttävillä henkilöllä on vaikeuksia puheen erottamisessa ääneen kiertämisestä johtuen. Tilan akustiset ominaisuudet lisääntyvät mitä enemmän tiloihin sijoitetaan materiaaleja, joilla on ääntä vaimentavia ominaisuuksia. Huonekalujen pehmeät verhoilut, verhot ja matot sekä tiloissa toimivat ihmiset toimivat jo itsessään akustisina elementteinä. Usein tarvitaan kuitenkin lisäksi käyttötarkoitukseen suunniteltuja akustiikkalevyjä, jotka sijoitetaan vaihtoehtoisesti kattoon tai seiniin. (Hongisto 2007, 35.)

Toiminta- ja lepohuoneissa ovat vaatekaapit, joissa säilytetään asiakkaiden ulkovaatteita. Vaatekaapit vievät verrattain suuren tilan pienien huoneiden pinta-alasta. Päiväkeskuksen tiloissa on varastotila, joka oli suunnittelun aikana tyhjenemässä sen aikaisesta käytöstään. Se oli mahdollista ottaa kokonaisuudessaan vaatesäilytystilaksi.

Tilan värimaailma oli vaalea ja mitäänsanomaton. Siniharmaa muovimatto, valkoiset seinäpinnat sekä pastellisävyin maalatut pilarit muodostivat hyvin laitospäisen tunnelman. Ajatus pilareiden värityksestä ei ollut onnistunut tilassa; tila oli liian pieni, jotta eriväriset pilarit olisivat päässeet oikeuksiinsa.

6 SUUNNITTELUPROSESSI

Tammikuun lopussa 2014 tapasin Kotiharjun päiväkeskuksessa Kouvolan kaupungin kotihoidon ohjaajan Jonna Luhtaniemen sekä kotihoidon aluejohtajan Tiina Köningin. Heidän kanssaan käyty keskustelut ja heiltä myöhemmin saatu materiaali selvitti paljon hallinnollista puolta päiväkeskustoiminnan kriteereistä.

6.1 Suunnitteluprosessin aloitus

Hyvän suunnittelun tulisi olla käyttäjälähtöistä. Halusin päästä mahdollisimman lähelle tilassa toimivien ihmisten arkea. Useinkaan kaikkea muutostoitetta ei osata edes määritellä tai pukea sanoiksi. Halusin nähdä tilan toiminnassa, jolloin siellä on läsnä aidot käyttäjät.

Seuraavalla viikolla, helmikuun alussa, vietin kaksi päivää päiväkeskuksessa. Ensimmäisenä päivänä olin sopinut henkilökunnan kanssa keskustelevani asiakkaiden kanssa. Halusin kartoittaa heidän henkilöhistoriaansa ja taustojaan sekä nähdä heidän fyysisen ja henkisen kuntonsa. Toivoin saavani myös vastauksia kysymyksiini, mikä on heidän mielestään kodinomainen tila ja millaisena he kokevat päiväkeskuksen tilat nykyisellään. Alun perin olin suunnitellut lisäksi toimintapajaa värien ja materiaalien muodossa. Henkilökunnan toiveesta ja ehdotuksesta tämä osuus jäi kuitenkin pois.

Toinen päivä oli varattu henkilökunnan kanssa toimimiseen ja heidän arkensa havainnoimiseen. Olin ennen kaikkea kiinnostunut heidän päivittäisistä toimistaan; minkälaisia rajoitteita tila, huonekalut, materiaalit ja muu ympäristö luo heidän työskentelylleen ja kokevatko he, että niitä voisi toisin suunnitteleamalla muuttaa tai parantaa. Aktiivisten tiedonkeruupäivien lisäksi kohteessa vierailuja oli useita.

6.2 Suunnittelun eteneminen

Henkilökunnan ja asiakkaiden tapaamiset, heidän toimiensa havainnoiminen sekä avoimet haastattelut antoivat uuden suunnan työskentelylleni. Suunnittelun alkaessa pohdin toimintatilojen funktiota ja pyrin löytämään niissä tehtäville toiminnoille merkityksiä. Miksi käsityötilassa tehdään käsitöitä? Olisiko siellä mahdollista tehdä

käsitöitä jotakin varten, jonnekin? Näin käyttäjä saisi työstään merkityksellisyyden tunteen ja ympyrä ikään kuin sulkeutuisi.

Keskustelut asiakkaiden kanssa kuitenkin osoittivat, että heidän intressinsä päiväkeskuskäynteihin on sosiaalisten suhteiden ylläpitäminen eikä niinkään toiminnallisuus. Useat haastateltavista kertoivat runsaasta ylimääräisestä vapaa-ajasta päiväkeskuspäivien ulkopuolella, jolloin heillä on halutessa mahdollisuus tehdä esimerkiksi käsitöitä, mikäli kokevat sen tarpeelliseksi tai mielekkääksi toiminnaksi, ja mikäli siihen vielä taidoiltaan ja toiminnoiltaan kykenevät.

Olin esittänyt toivomuksen tavoittaa mahdollisimman laajan joukon tilaa käyttäviä henkilöitä henkilökunnan haastattelupäivänä. Kaipasin näkökulmia niin siistijöiltä kuin talonmiehiltäkin, henkilöiltä joilla oli kosketuspinta päiväkeskuksen tiloihin. Lopulta paikalla oli kolme vakituiseen hoitohenkilökuntaan kuuluvaa henkilöä. Avoimen haastattelun lomassa hoitajat työstivät henkilökohtaiset moodboardit toiveistaan tilan suhteen. Ohessa esittelen kyseiset työt (kuvat 11–13) ja henkilökunnan omat avaukset töiden sisällöistä.



Kuva 10. Hoitaja nro1 moodboard (Valta 2014)



Kuva 11. Hoitaja nro2 moodboard (Valta 2014)



Kuva 12. Hoitaja nro3 moodboard (Valta 2014)

Päiväkeskuksen hoitajien luomista moodboardeista, yhdessä haastattelujen ja havainnointien kanssa nousi päällimmäisinä esille käyttöhuonekalujen hyvä ergonomia ja puhdistettavuus. Tilan huonekalut eivät tällä hetkellä vastaa käyttäjien tarpeeseen. Oleskeluryhmän sohvia on korotettu monin eri patjoin, minkä lisäksi sen istuinsyvyys on liian syvä. Huonekaluissa on kiinteät verhoilut. Tilannetta on ratkaistu asentamalla osaan tuoleja irralliset suojat inkontinensseja varten. Tämä luo tilan kokonaisilmeestä sekavan ja hallitsemattoman.

6.3 Luonnokset

Loin oman työskentelyni tueksi moodboardeja (kuva 13) eli tunnelmakarttoja tilojen väreistä, materiaaleista ja muodoista. Lähtökohtaisesti halusin erottaa päiväkeskuksen

tilat toisistaan kokonaisvärityksien avulla. Tämä värierottelu helpottaisi myös tiloissa toimivia ihmisiä, jotka kärsivät mahdollisista muistisairauksista. Tilan pitkänomainen muoto rytmittettäisiin osakokonaisuuksiin, joiden välillä olisi väri- ja tunnelmaeroja. Suunnittelussa oli muutenkin huomioitava se seikka, että iäkäs ikäryhmä tulee pieneksi hetkeksi tutusta kotiympäristöstä päiväkeskukseen; kuinka tilaan sopeutumista ja tilan hahmottamista voisi suunnittelulla parantaa. Pintamateriaalien yleisilme olisi kuitenkin vaalea, jolloin kalusteiden ja seinäpintojen välille muodostuisi riittävä kontrastiero. Alkuvaiheen suunnitelmissa lattiamateriaalivaihtoehtoja oli parketti tai kokolattiamatto. Myös ajatus kokolattiamaton sijoittamisesta ainoastaan lepotiloihin ja parketin muihin tiloihin, oli yhtenä vaihtoehtona.

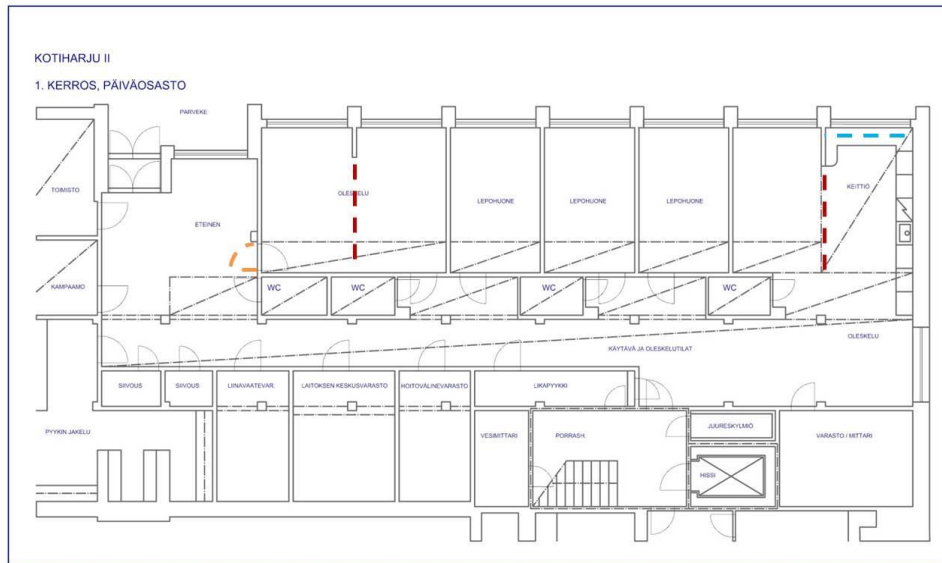
Alusta lähtien oli selvää, että päiväkeskuksen käyttökaluksia etsitään Isku Interiorin tai Martelan valikoimista, jotka tarjoavat erityisesti hoivakalusteita. Käyttökaluksille asetettiin tiettyjä vaatimuksia, käyttäjäryhmän mukaan.



Kuva 13. Alkuvaiheen moodboard-ideointia (Valta 2014)

Jo alun luonnosvaiheessa hain ideoita ja inspiraatioita eri tyylikausien yhdistämisestä sekä hillityistä värimaailmoista, jotka toimisivat hyvänä pohjana mahdollisille väriläiskille suunnitelmassa. Tässä vaiheessa mukana oli selkeämmin eri vuosikymmeniä kuin mitä lopulliseen suunnitelmaan valikoitui.

- PURETTAVAT SEINÄT
- OVEN AVAUTUMISSUUNTA VAIHDETTU
- KEITTIÖN TYÖTASOJEN JATKUMINEN IKKUNAN ALLE



Kuva 14. Luonnos tilassa tehtävistä rakenteellisista muutoksista (Valta 2014)

Oleskelutilat sijaitsevat tällä hetkellä eteisaulassa. Suunnittelin siirtäväni oleskelutilat viereiseen toimintahuoneeseen ja myös sen viereiseen tilaan. Tilojen välille tehtäisiin osittainen seinien purku (kuva 14) ja tilat yhdistettäisiin yhdeksi 30 m² kokoiseksi oleskelutilaksi. Myös keittiön ja viereisen toimintatilan väliltä poistettaisiin seinä, jolloin yhteistä ruokailutilaa syntyy enemmän. Suunnitellun tilamuutoksen myötä keittiöön jäisi enemmän tilaa myös työskentelylle. Havainnointien myötä nimenomaan laskutason puute oli ilmeinen nykyisessä keittiössä.

Jäljelle jäävät kolme huonetta säilyisivät lepo- ja lepohuoneina. Henkilökunnan esitysten mukaan tiloihin olisi mahdutettava yhteensä kahdeksasta yhdeksään sänkyä lepohetkiä varten. Kolme keskenään samanlaista lepohuonetta pätiin pitää pinnoiltaan keskenään samanlaisina ja tehdä eroja valituilla sävyillä.

Nykyinen oleskelutila ulko-oven läheisyydessä keskitettäisiin eteistiloiksi. Päiväkeskus päivän päätteeksi taksikyytien odottelu koettiin raskaaksi. Iltapäivisin eteistilat voivat toimia taksikyytiä odottavien asiakkaiden odotustilana. Päivätoimintojen sijoittaminen pois ulko-oven läheisyydestä olisi perusteltua, sillä joillakin muistisairailta voi esiintyä tiloista karkailua.

Uuden oleskelutilan ja odotustilan vierekkäisyys helpottaisi hoitohenkilökunnan työskentelyä ja potilasturvallisuutta tiloissa. Nykyinen oleskelutila on sijoitettu keittiön viereen, minkä lisäksi asiakkaat jakautuvat pieniin toimintahuoneisiin pitkin tiloja. Hoitohenkilökunnan potilasvalvonta ei millään voi ulottua koko päiväkeskuksen tiloihin, ja vaaratilanteita voi siten syntyä. Tilojen yhtenäistämisen myötä kokonaisuus on paremmin hallittavissa; sosiaalisen toiminnan mahdollistavat tilat ovat joko keittiö-ruokailutilassa tai oleskelutilassa, minkä lisäksi ovat nukkumista varten olevat lepo huoneet. Ovi, joka johtaa eteiseen, käännetään avautumaan oleskelutilaan. Näin vältytään ovien yhteen osumiselta samaan aikaan avattaessa. Luonnosvaiheessa samaisen oven paikalle suunniteltiin pariovia, jotta eteistilat olisi saatu tarvittaessa yhdistettyä oleskelutilaan. Se olisi mahdollistanut ja turvannut myös asiakkaiden valvonnan hoitohenkilökunnalle, näköyhteys olisi säilynyt parempana. Alkuperäiseen pohjapiirustukseen ei ollut kuitenkaan merkitty ilmastointiputkea, joka kulkee seinässä, oven vieressä koteloituna. Näin ajatus pariovesta jouduttiin hylkäämään.

Päiväkeskuksen eteistiloista aina ruokailutiloihin saakka johtaa käytävä, joka tässä suunnitelmassa antaisi mahdollisuuden kuntouttavalle toiminnalle. Käytävällä oleva käsijohde uusitaan, ja käytävän seinälle luodaan elementtejä, jotka toimivat henkilökunnan apuna kuntoutushetkinä. Elementtien yksinkertaisuus ja jatkuva paikallaolo voisivat kannustaa asiakkaita myös omatoimiseen kunnon ylläpitämiseen.

Seuraavassa kuvassa (kuva 15) on esitelty alkuvaiheen ideoita valaistusta koskien. Valaistusta pohdittaessa esiin nousivat akustoivat kattopaneelit, joissa valaisimet ovat integroituina. Tämä vaihtoehto olisi toiminut hyvänä yleisvalaistuksena, minkä lisäksi tiloihin olisi tuotu kohde- ja tunnelmavalaisimia. Päiväkeskuksen katon palkkien, matalan huonekorkeuden sekä korkeuserojen vuoksi suunnitelma kuitenkin hylättiin. Huonekorkeudesta olisi menetetty liikaa tuotteen asennuskorkeuden jälkeen.



Kuva 15. Alkuvaiheen ideointia valaistuksesta (Valta 2014)

Seuraavat ideoinnit valaistuksesta syntyivät juuri näistä, ehkä ongelmallisiksikin koetuista katon osista ja niiden korostamisista. Yleisvalaistus tiloissa toteutettaisiin valaisimilla, jotka jakaisivat valon sekä ylös että alas. Keveiden valaisimien yhtenäinen ripustuskorkeus loisi mielenkiintoisen ilmeen. Tällä ajatuksella valaistaisiin suurin osa päiväkeskuksen tiloista. Uuteen oleskelutilaan tulisi kodikkaammat riippuvalaisimet jalka- ja pöytävalaisimien lisäksi. Lepohuoneissa valaistus toteutettaisiin täysin epäsuorasti, jottei valo häikäisisi sängyssä maata.

7 LOPULLISET VALINNAT – EHEYTTÄVÄN VANHUSYMPÄRISTÖN ELEMENTIT

Lattiamateriaaliksi koko päiväkeskuksen tiloihin valittiin Timberwisen Original Collectionin tamminen lankkuparketti öljyvahattuna, joka sopii ominaisuuksiensa puolesta julkisiin tiloihin. Öljyvahauksensa ansioista pinta ei muodosta suuria kiiltoeroja, jotka voivat vaikeuttaa ikäihmisten tilan hahmottamista. Teknisiltä ominaisuuksiltaan tuote täyttää julkisestilan vaatimukset, minkä lisäksi lankkuparkettiin on mahdollista saada vielä erillinen paloluokkakäsittely, jonka ansiosta saavutetaan usein julkisissa tiloissa vaadittava korkeampi paloluokka. Lisäksi Timberwisen lattiamateriaalit ovat kotimaisia ja formaldehydittomia. Formaldehydi on

eräs sisäilman laatua heikentävä tekijä, jonka alkuperä on usein lastulevy tai formaldehydiä sisältävä liima.

Päiväkeskuksen kaikkiin ikkunoihin valittiin Lauritzon's Pro- julkitilakankaiden valikoimista valoverho, sävynä Sumu, 000 valkoinen. Täyspitkiä verhoja sijoitetaan 1-2 kpl ikkunaa kohden. Tilojen ikkunat ovat leveät mutta matalat, minkä lisäksi ne ovat korkealle sijoitettuna. Ikkunoiden edessä on myös kivinen ikkunalaista, mikä määrittelee verhon kiinnityspaikan melko kauas ikkunasta. Näiden syiden johdosta ikkunaverhojen lisäämistä suunnitelmaan pohdittiin melko kauan. Kevyt verho kuitenkin luo kodinomaista tunnelmaa ja parantaa akustiikkaa, minkä lisäksi vaalea, pystysuoralinja luo jälleen vaikutelmaa korkeammasta huonetilasta.

Käyttökaluksia valittiin Martelan valikoimista. Valitun Plus+ -sarjan muotokieli henkii 1950-lukua. Se on mitoituksiltaan siro mutta tukeva sekä pyöristettyjä kulmia ja pyöreäksi sorvatut jalat. 1950-luku valikoitui suunnittelua ohjanneeksi vuosikymmeneksi kahdesta eri syystä. Loppukäyttäjien aktiivisin elämänaika sijoittuu todennäköisesti kyseille ajanjaksolle. Sitä kautta se muodostaa muistorikkaan ajan, johon ajatukset palaavat vielä vanhemmallakin iällä. Tätä aikakautta korostamalla voidaan tarjota muistille ärsykeitä.

Myös tilat, joissa Kotiharjun päiväkeskus tällä hetkellä toimii, ovat samalla vuosikymmenellä valmistuneita. Rakennuksen arkkitehtuurin ja valmistumisajan tiedostaminen olivat luonnollisia suunnittelua tukeneita seikkoja.

Vanhusympäristössä kalusteen mitoitus, ergonomia, kosteussuojaus ja turvallisuus ovat ensiarvoisen tärkeitä ja huomioitavia seikkoja. Kalusteiden yhtenäinen ilme mahdollistaa tilojen muunneltavuuden suurempiakin tilaisuuksia varten. Vanhat lipastot ja muut vanhat säilytyskalusteet tuovat tilaan kerroksellisuutta ja kodinomaisuutta.

Vanhoja huonekaluja käytetään tiloissa senkkien, lipastoiden, sivupöytien tai esimerkiksi seinähyllyjen muodossa, jolloin niiden käyttöergonomiaa koskevia kriteerejä voidaan soveltaa. Myös vanhoja esineitä ryhmitellään lipastojen päälle. Pienet viitteet menneisiin vuosikymmeniin ja aikoihin luovat tuttua ja turvallisempaa,

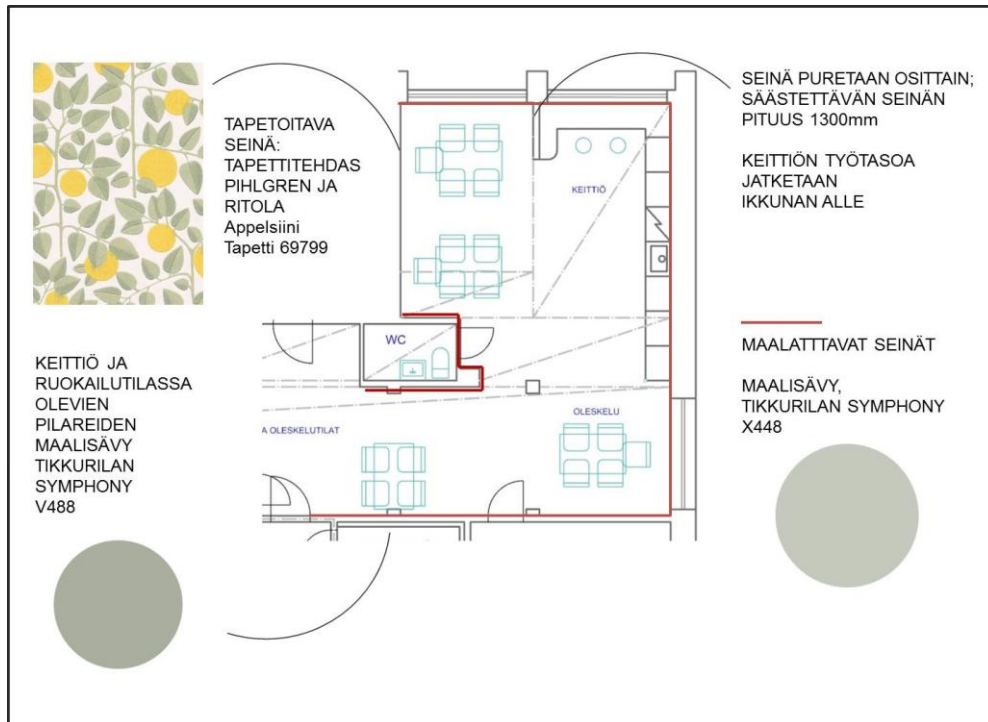
kodinomaista ympäristöä kuin täysin moderni ympäristö, josta tilaa käyttävä ihminen ei saa otetta.

Lisäksi suunnitelmaan yhdistettiin kuvataidetta, joka mahdollistaa muun muassa erilaisten toimintatuokioiden järjestämisen päiväkeskuksen arjessa. Taiteen merkitys restoratiivisten tilojen suunnittelussa on merkittävä. Taiteen tuli olla kuitenkin helposti ymmärrettävää, ei liian abstraktia.

7.1 Keittiö ja ruokailutilat

Keittiön ja viereisen toimintahuoneen välinen seinä suunniteltiin purettavaksi. Tämä mahdollistaa suuremman ja yhtenäisemmän ruokailutilan ja antaa lisäksi kaivattua tilaa myös henkilökunnan työskentelyyn keittiössä. Seinän purku toteutettaisiin kuitenkin osittaisena, minkä ansioista keittiötila rajautui hieman erilleen ruokailutilasta. Keittiön toimintojen sijoittelua muutettiin uunin, jääkapin ja tiskikoneen osalta. Vesipiste säilytettiin entisellä paikallaan. Lopulliset ja tarkistetut kalustemitoitukset keittiökalusteiden suhteen jätetään kuitenkin keittiösuunnittelijalle. Työtason puute oli selkeä tehtyjen havainnointien puitteissa. Työtasoa suunniteltiin jatkettavasti ikkunan alle. Näin muodostuu hoitohenkilökunnalle rajattu mutta yhteisissä tiloissa oleva taukopaikka. Luontonäkymän äärellä voi rentoutua hetkeksi työn teon lomassa.

Kuvassa 16 näkyy keittiöön ja ruokailutiloihin valitut pintamateriaalit ja sävyt. Tapetti valittiin Tapettitehdas Pihlgren ja Ritolan 1950-luvun kokoelmista. Pieni määrä keltaista tuo lämpöä ja valoa ruokailutilaan. Sen lisäksi tapetin kuviointi pehmentää tilan muuten melko suoraviivaista yleisilmettä. Maalisävyt haettiin tapetin vihreistä lehtiosioista. Vaaleampi vihreänharmaa on Tikkurilan Symphonyn sävy X448. Tilassa olevat pilarit sävytetään astetta tummemmalla, saman sarjan sävyllä V448.



Kuva 16. Keittiön ja ruokailutilojen pintamateriaaliplanssi (Valta 2014)

Kuvassa 17 näkyy keittiön ja ruokailutilojen kalustevalinnat. Keittiökalusteet valittiin Iskun Keittiöiden Linja-mallistosta. Siinä yhdistyy geometrisesti muotoillut yksityiskohdat ja funktionaalinen suunnittelu. Pienet yksityiskohdat erottavat sen laitospaisesta ja tukevat kodinomaisen ilmeen muodostumista myös keittiössä. Suunnittelun aikana Isku Keittiöt ja Keittiömaailma sulautuivat yhdeksi toimijaksi. On mahdollista että valittua keittiötä ei mahdollisen toteutuksen tultessa ajankohtaiseksi ole enää valikoimissa. Siitäkin huolimatta valittu tuote pidettiin suunnitelmassa, sillä pienet elementit kuten puiset vaakavetimet, yläkaappien alla olevat pienet hyllyt sekä lasiovet pyöreillä laseilla, on mahdollista teettää tarvittaessa myös puusepällä. Yhteiset ruokailuhetket ovat päiväkeskuspäivän paras hetki (Päiväkeskuksen asiakas, 2014)



Kuva 17. Keittiön ja ruokailutilojen kalusteplanssi (Valta 2014)

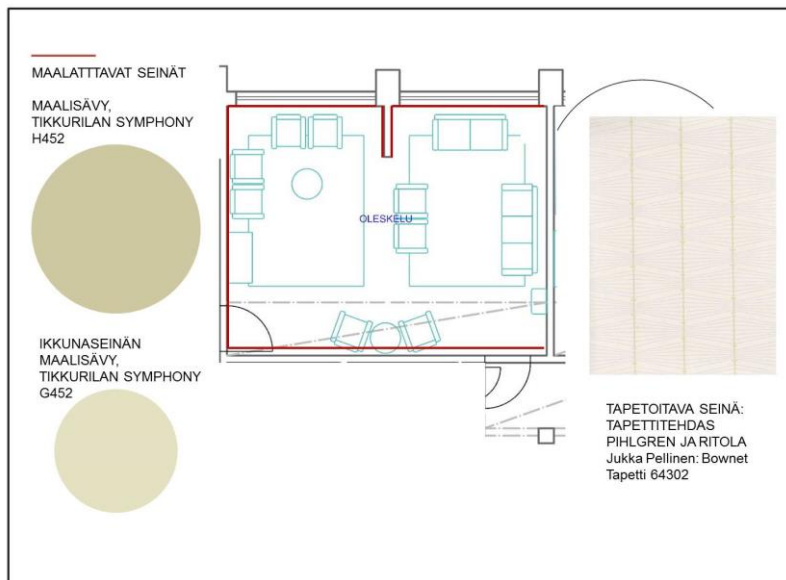
Ruokapöytä ja tuolit valittiin myös Martelan Plus+ -sarjasta. Tuolin korkea selkänoja tukee selkää. Sivusuuntainen mitoitus on hieman normaalia kapeampi, mikä tuen lisäksi antaa myös turvallisuudentunteen. Tukevat ja pyöristetyt käsinojat mahdollistavat omatoimisen ylösnousun. Päiväkeskukseen valittiin tuolit ilman pehmusteita, joten ne ovat myös helppo pyyhkiä puhtaaksi. Valittujen tuolien runkomateriaali on tammea, jonka sävy mukautuu hyvin suunnitelman kokonaisilmeeseen.

Ruokapöydät ovat samasta sarjasta. Pyöreäksi sorvatut jalat luovat pehmeää ja miellyttävää tunnelmaa. Pöytäkoko on 150 x 90 cm. Kalustesuunnitelmassa pöydät ovat yksittäin sijoiteltuna, mutta pöytien muoto ja koko antavat myös variaatiomahdollisuuksia. Tarvittaessa tiloja voidaan muokata esimerkiksi suurempaa askartelu- tai leivontahetkeä varten. Myös tuolit voidaan ottaa tarvittaessa lisäistuimiksi oleskelutilojen puolelle, ja silti yhtenäinen ilme säilyy.

7.2 Oleskelutilat

Oleskelutiloja laajennettiin yhdistämällä kaksi toimintahuonetta. Tilojen välille tehtiin osittainen seinänpurku. Säästetty seinä rajaa yhtenäistä tilaa pienempiin osa-alueisiin ja auttaa hahmottaan sitä paremmin. Eteistilaan johtava ovi käännettiin oleskelutilaan aukeavaksi, jotta eteistilan toiminnot selkeytyvät. Kuvassa 18 on esitetty oleskelutilan

pintamateriaalivalinnat. Oleskelutilan tapettivalinta tehtiin Tapettitehdas Pihlgren ja Ritolan mallistosta, aivan kuten keittiö- ja ruokailutilojenkin. Valittu Jukka Pellisen Bownet- tapetti on perinteinen 1950-luvun malli, joka on varmasti monelle kyseisellä aikakaudella eläneelle tuttu ja muistoja herättävä. Tapetin sävy, sinivihreä 64302, luo rauhallisen taustan kalustevalinnoille. Kuosia rytmittävät vaaleat, vaakasuoran linjan muodostavat geometriset kuviot. Vertikaalit, vihertävät linjat antavat vaikutelman korkeammasta tilasta. Tilan maalisävyt valittiin tapetin sävyihin sopiviksi. Ikkunaseinä, johon kohdistuu vähiten valoa, maalataan astetta vaaleammalla kuin oleskelutilan muut seinät. Ikkunaseinän maalisävyksi valittiin Tikkurilan Symphony sävy G452 ja muihin seiniin saman kartan sävy H452.

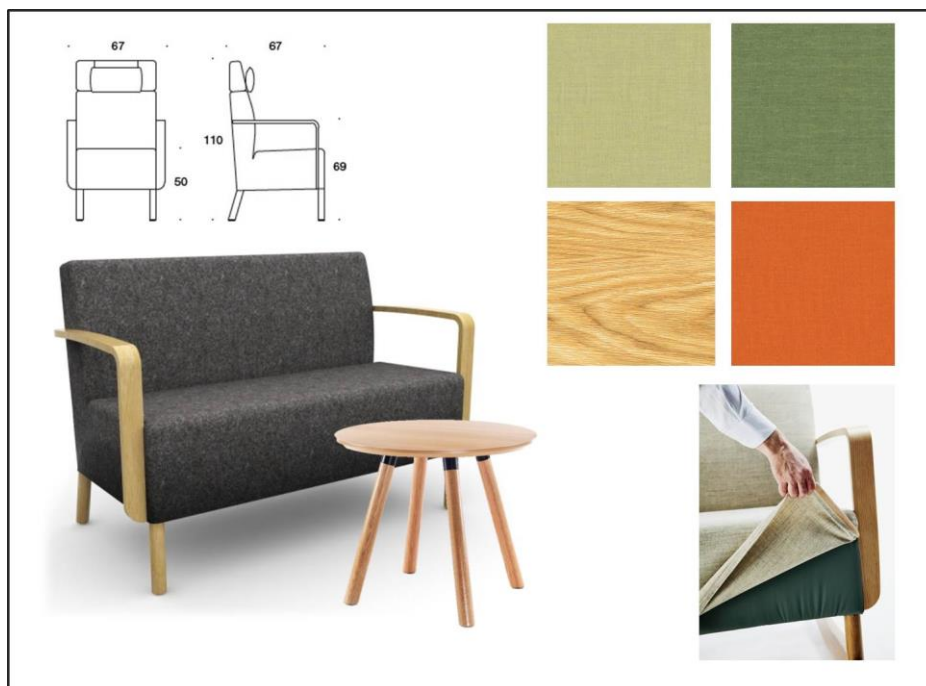


Kuva 18. Uuden oleskelutilan pintamateriaaliplanssi (Valta 2014)

Kalusteiden sijoittelussa luotiin pienryhmiä, jotka rohkaisevat sosiaalisuuteen mutta antavat myös mahdollisuuden yksityisempään oleiluun, henkilön niin halutessaan. Jälleen kerran ajatuksena oli myös muunneltavuus sekä esteetön kulku tilassa. Kalusteiden ympärille oli varattava riittävästi tilaa, jotta apuvälineiden kanssa kulkevat asiakkaat pääsevät vaivatta kulkemaan. Toisaalta liian pitkät välimatkat kalusteiden sijoittelun välillä tekee huonokuuloisten toiminnan tilassa hankalaksi.

Seuraava planssi, kuva numero 19, kuvaa uuden oleskelutilan käyttökalustevalintoja. Tilaan valittiin Martelan Plus+ -sarjan nojatuolit korkealla selkäselkänojalla sekä

saman sarjan sohvut 2- ja 3-istuttavina. Kaikki edellä mainitut tuotteet valittiin puisilla, tammisilla käsinojilla, jotta yhdenmukaisuus päiväkeskuksen muiden huonekalujen kanssa säilyi. Myös lattiamateriaalin tamminen sävy tuki valintaa. Sohvilla ja nojatuoleissa on lämpöelastinen vaahtomuovi, joka mukautuu käyttäjän mukaan ja antaa siten erinomaisen tuen. Sen lisäksi nojatuolien korkea selkänoja, niskatyyny, alaselän tuki sekä normaalia korkeampi istuinkorkeus molemmissa tuotteissa tekevät ne perustelluiksi valinnoiksi vanhusympäristöön. Pestävien irtopäällisten kankaat ovat julkiseen tilaan soveltuvia, paloturvallisia ja kosteussuojattuja. Tämä helpottaa hoitohenkilökunnan päivittäisiä toimia.



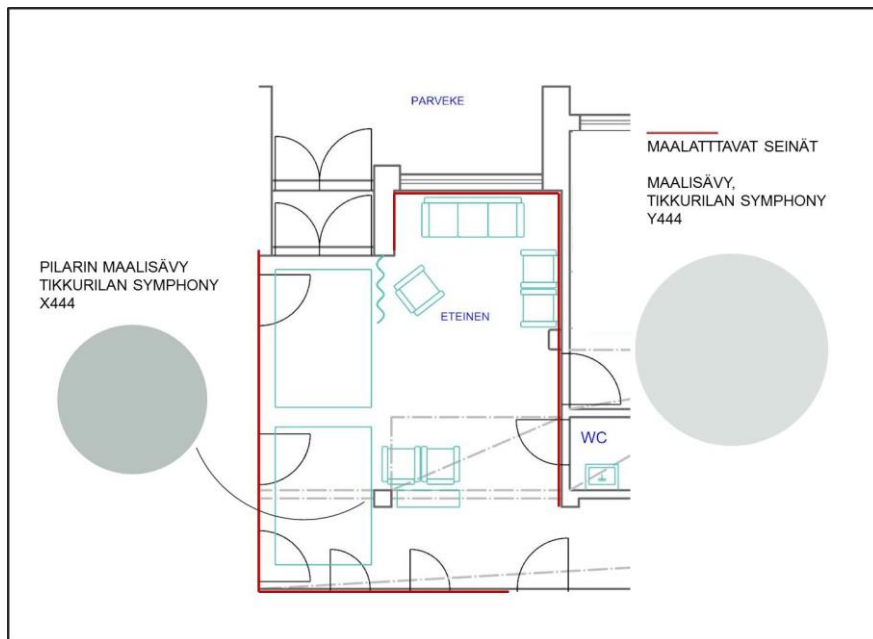
Kuva 19. Uuden oleskelutilan käyttökäkalusteplanssi (Valta 2014)

Perusajatuksena verhoilujen värivalinnoissa oli tummimman vihreän (Remix 939) sijoittaminen sohviin, vaaleamman vihreän (Remix 923) nojatuoleihin sekä oranssin (Remix 543) tuomaan tehostetta muutamassa nojatuolissa. Oranssin sävyjä voidaan lisätä pienenä määränä lisäksi sisustustekstiileihin kuten sohvatyynyihin ja viltteihin. Lisäksi oleskelutiloihin valittiin Plus+ -sarjan pyöreitä sohvapöytiä. Pyöreä muoto toimii hyvin ihmisiä kokoavana elementtinä.

Oleskelutilaan valittiin reilun kokoiset, ohuet ja helposti puhdistettavat julkitilaan sopivat mittatilausmatot. Kumipohjansa ansiosta matot pysyvät hyvin paikallaan ja ne myös sitovat oleskeluryhmät yhteen parantaen lisäksi tilan akustiikkaa.

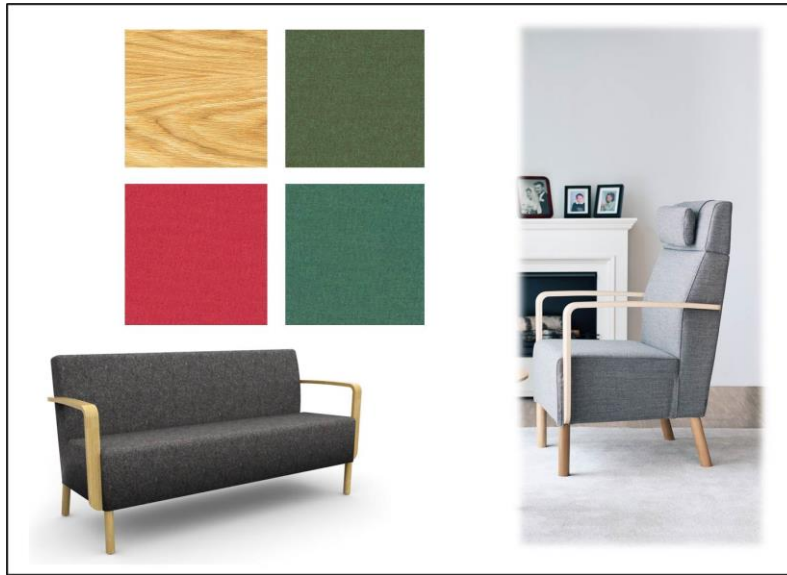
7.3 Eteinen ja odotustila

Eteistiloissa pintamateriaaleihin (kuva 20) tehtiin muutos maalisävyillä. Kevyesti vihreään taittava harmaansävy antaa hyvän pohjan valituille kalusteiden verhoiluille. Lisäksi ikkunaseinä maalataan saman sarjan, Tikkurilan Symphonyn sävyllä G497, joka on niin sanottu maalarinvalkoinen. Pilaria korostetaan jälleen maalamalla se astetta tummemmalla sävyllä.



Kuva 20. Eteisen sekä taksin odotustilan pintamateriaaliplanssi (Valta 2014)

Kalustevalinnat ovat samat kuin oleskelutilassakin, vain verhoilujen värivalinnat poikkeavat. Seuraavassa kuvassa, kalusteplanssissa (kuva 21) on esitelty kyseisen tilan huonekalut ja verhoilut.



Kuva 21. Eteisen sekä taksin odotustilan kalusteplanssi (Valta 2014)

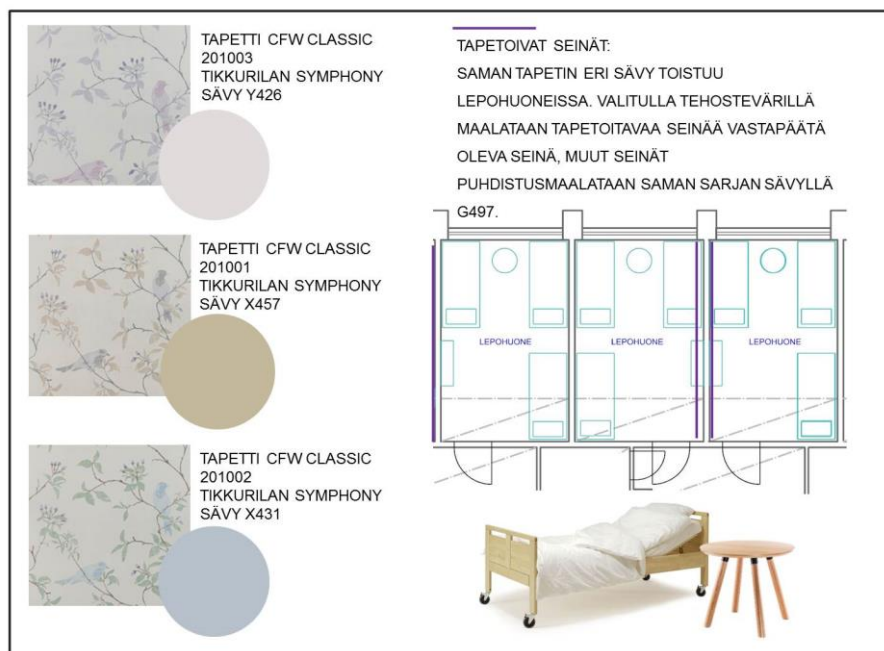
Sohva verhoillaan tummimmalla, (Scala 176) ilmeikkäällä villakankaalla. Tilan nojatuoleista osa verhoillaan sinivihreällä (Scala 156) ja osa vadelmanpunaisella (Scala 147). Osa sinivihreällä verhoiltujen tuolien niskatyynyistä verhoillaan lisäksi vadelmanpunaisella. Sohvatyynyjen ja vilttien muodossa tähän melko tummaan kokonaisuuteen voidaan tuoda lisäksi vaaleutta.

Ulko-oven ja taksin odotustilaan väliin suunniteltiin kevyt tilanjakajana toimiva väliverho, joka näkyy kuvassa 20. Tämä verho rajaa ulko-oven erilleen odotustilasta, minkä lisäksi se luo taustan istuinryhmälle. Verho valittiin Lauritzon's Projulkitilakankaiden mallistosta. Valittu Sumu, sävy 000 valkoinen, antaa tilaan myös valoa. Lisäksi eteistilan seinälle, ulko-ovesta sisään tultaessa oikealle puolelle, asennetaan suurikokoinen peili.

7.4 Lepotilat

Lepotilojen toimintoihin ei suunnittelussa varsinaisesti tehty muutoksia. Aivan kuten kaikista entisistä toimintahuoneistakin, jotka suunnittelussa yhdistettiin osaksi muita tiloja, myös näistä huoneista poistettiin vaatekomerot. Näin tilaa saatiin hieman lisää. Vaatesäilytys siirrettiin varastohuoneeseen käytävän toiselle puolelle. Yksinkertaisimmillaan tilaan voidaan siirtää vanhat vaatekaapit lepo- ja

toimintahuoneista tai asentaa seinänaulakot. Toinen vaihtoehto on hankkia esimerkiksi liukuovikaapisto.



Kuva 22. Lepotilojen pintamateriaali- ja kalusteplanssi (Valta 2014)

Tila oli kuitenkin edelleen hyvin rajallinen, ottaen huomioon tiloihin asetetut toivomukset. Lepohuoneissa on yhteensä yhdeksän sänkyä ja ne on sijoitettu edellä olevaan kalustettuun pohjakuvaan ainoalla tavalla, joka mahdollistaa huoneessa esteettömän liikkumisen.

Luontoaiheinen, rauhallinen tapetti, sopii hyvin lepotilojen henkeen. Kesäpäivän ja linnunlaulun voi liki aistia. Kaikissa huoneissa toistuu sama tapetti mutta eri sävyisenä. Tapettia tehostetaan huonekohtaisilla maalisävyillä, jotka on mainittu lepotilojen pintamateriaali- ja kalusteplanssissa (kuva 22). Tehostesävyn lisäksi huoneissa käytetään sävytettyä valkoista, joka raikastaa tilaa.

Lepohuoneiden sängyt valittiin Isku Interiorilta. Seniorisänky on normaalia sänkyä korkeampi, ja siten helpottaa sänkyyn menoa ja sieltä ylös nousua. Sänkyyn on saatava lisävarusteena nousutuki. Planssin kuvasta poiketen suunnitelman sängyt ovat ilman pyöriä.

Sänkyjen päiväpeitekankaat (kuva 23) valittiin Lauritzon's Pro- julkitilakankaiden mallistosta. Arkitoimintojen yksinkertaistamiseksi kaikkiin huoneisiin valittiin samanväriset tekstiilit, joten pesujen jälkeen huoltohenkilökunnan ei tarvitse miettiä mikä peite kuuluu mihinkin huoneeseen.



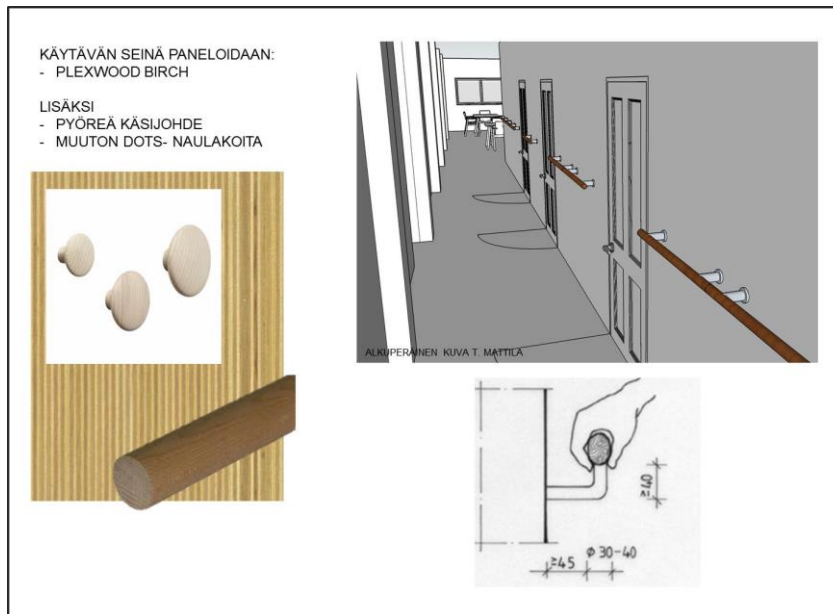
Kuva 23. Kangasvalinnat lepohuoneiden päiväpeitteisiin ja tyynyihin (Valta 2014)

Kankaaksi valittiin Thay, joka on paloturvallinen ja vesipestävä. Päiväpeiton sävy on 16, neutraali ja pellavamainen. Tyynykankaiden sävyt ovat 21(violetti) sekä 20 (keltavihreä).

7.5 Käytävä ja kuntoutusseinä

Eteistiloista ruokailutiloihin johtavan käytävän pitkänomaista tunnelmaa rikottiin jo edellä mainituilla tilojen väri- ja tunnelmaerotteluilla. Aikaisemmin näkymä eteisestä ruokailutiloihin oli yhtenäinen; uuden suunnitelman myötä eteisstilassa oli oma väritys, käytävän seinillä omansa sekä tilan päässä, ruokailutilassa omansa. Käytävän yhtenäiselle seinälle valittiin Plexwoodin puupaneeli sävyssä Birch (kuva 24). Paneelin kevyt pystyraitainen kuviointi tuo tilaan kaivattua korkeudentuntua. Vastapäiset seinät ja pilarit maalataan sävytetyllä valkoisella Tikkurilan Symphony, G497. Valkoinen sävy yhdessä puupinnan kanssa on raikas ja toimiva yhdistelmä. Tilassa tällä hetkellä olevat, kuluneet ja kulmikkaat käsijohteet uusitaan. Tummemmat, muodoltaan pyöreät käsijohteet erottuvat ja toimivat ensisijaisen tarkoituksensa lisäksi henkilökunnan apuna kuntoutushetkissä. Seinälle sijoitellaan lisäksi Muuton Dots- naulakoita. Visuaalisen ilmeen ohella ne mahdollistavat erilaiset venyttely- ja kurotteluharjoitukset, joilla voidaan tehostaa ylävartalon toimintaa.

Toimeksiantajan kanssa keskustelin myös mahdollisuudesta suunnitella tilakohtainen paneelointi, mikäli suunnitelma toteutetaan.



Kuva 24. Käytävä, joka kiinteillä elementeillään mahdollistaa kuntouttavan toiminnan (Valta 2014)

Käsihohde on sijoitettava riittävän etäälle seinästä, jotta kättä pystyy kuljettamaan vaivatta johdetta pitkin. Myöskään johteen kannattimet eivät saa haitata käden yhtäjaksoista kulkua.

7.6 Ajatuksia valaistussuunnitelmasta

Kuten jo aiemminkin on mainittu, Kotiharjun päiväkeskuksen tilat ovat melko pimeät ja luonnonvalottomat. Tilan monitasoinen katto aikaansaa kellarimaisen tunnelman. Ikäihmisten hoitoympäristössä valon oikeaoppinen käyttö korostuu.

Alkuperäisen suunnitelman mukaan tähän opinnäytetyöhön oli määrä sisällyttää suuntaa-antava valaistussuunnitelma. Prosessin aikana tapaamiset valaistussuunnittelijan kanssa selvensivät kuitenkin näkemystä siitä, että omalla ammattitaidollani en olisi voinut vastata tämän suunnittelukohteen haasteisiin tuntematta epävarmuutta valinnoistani. Jotta tähänkin ympäristöön saadaan

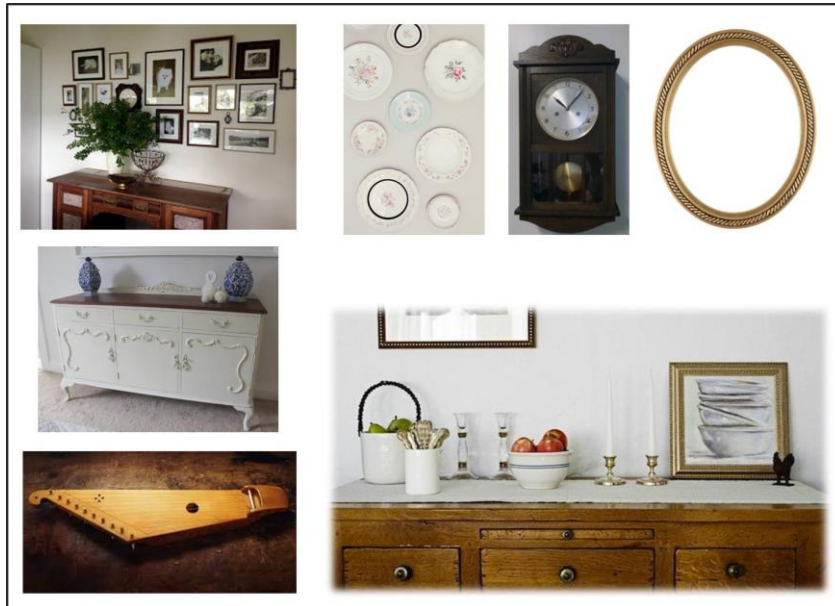
mahdollisimman hyvin molempia loppukäyttäjiä palveleva kokonaisuus, on mahdollisessa toteutusvaiheessa syytä kääntyä ammattitaitoisen ja asiaan perehtyneen valaistussuunnittelijan puoleen. Näin voidaan myös välttyä virrehankinnoilta.

Valaistussuunnittelijan kanssa prosessin aikana neuvotellessani heräsi ajatus muun muassa kuntoutuskäytävän dynaamisesta valaistuksesta. Kuten aiemminkin jo mainittu, melatoniinihormoonin ja valaistuksen yhteys on jo tutkittua; kirkkaalla valolla on mielialaa kohentavia ja vuorokausirytmiiä selkeyttäviä vaikutuksia. Kuitenkaan kirkasvalolaitteiden jatkuva käyttö ei ole suositeltavaa. Kirkasvalolaite on verrattavissa vitamiiniruiskeeseen, joka antaa välittömän piristyksen, vaikka tavoiteltavampaa olisi nostaa vireystilaa vuorokauden rytmin mukaisesti. Kuntoutusseinän ohi kuljetaan päiväkeskuksen tiloissa pitkin päivää, se on keskeinen osa tilaa. Tämä seinä valaistaisiin valonsävyä vaihtavalla valaistuksella, joka piristäisi aamusta alkaen mutta alkaisi iltaa kohti mentäessä rauhoittaa. Näin olisi mahdollista tukea luonnollista vuorokausirytmiiä.

7.6.1 Yleisiä huomioita sisustuksesta – kerroksellisuutta vanhojen huonekalujen ja olemassa olevien elementtien avulla

Uusia ja ergonomisia käyttöhuonekaluja täydentämään sekä kodinomaista tunnelmaa ja kerroksellisuutta tiloihin tuomaan valittiin vanhoja huonekaluja. Vanhat huonekalut kulkevat läpi koko suunnitelman.

Seuraavassa kuvassa numero 25 on ehdotuksia tiloissa käytettävien vanhojen huonekalujen tyyleistä. Koska suunnitelman toteutusta ei ollut määritetty, ei tarkempia tietoja vanhoista huonekaluista ollut mahdollista tehdä.



Kuva 25. Kerroksellisuutta ja kodinomaisuutta päiväkeskuksen tiloihin tuo vanhat huonekalut ja pienesineet (Valta 2014)

Päiväkeskuksen tiloissa on myös käyttökelpoisia sisustuselementtejä kuten vanha kannel, seinäkello sekä paljon yksittäisiä seinälautasia. Kokoelma vanhoja lautasia sommiteltuna ruokailutilan tapettiseinällä yhdessä hiljalleen tikittävän seinäkellon kanssa tai kannel oleskelutilan seinällä luo muistoja ja tunnelmaa. Oleskelutilaan suunniteltiin lisäksi kaappikello, joka vain vahvistaa edellä kuvattuja mielikuvia.

7.6.2 Luonto sisälle

Kotiharjun päiväkeskuksen sisustuksen suunnittelussa viherkasveilla tuotiin vehreyttä sisätiloihin, minkä lisäksi ne puhdistavat ja kosteuttavat myös sisäilmaa. Olemassa olevat lukuista pienet kasvit, joita on ripoteltu pitkin päiväkeskuksen tiloja, korvattiin muutamilla suuremmilla. Näin myös henkilökunnan työmäärä kasvien hoitamisen suhteen helpottuu. Tilojen yhdenmukaistamiseksi valittiin yksi huonekasvi, rönsylilja, jota toistetaan tiloissa. Rönsylilja toimii myös hyvänä ilmanpuhdistajana. Sen lisäksi se antaa tiloihin pehmeämmän tunnelman. Kasveilla ei ole kuitenkaan tarkoitus peittää luontonäkymää vaan pikemminkin korostaa sitä.

Kasvien lisäksi luontoa tuotiin mukaan suunnitelmaan erilaisten taulujen muodossa (kuva 26). Alueen paikallisen valokuvataiteilijan, Minna Metsärin,

lämminhenkiset luontokuvat koristavat eteis- ja lepotiloja. Valokuvat painetaan akustiikkalevyille, jolloin ne parantavat myös tilan akustisia ominaisuuksia. Eteistiloissa valokuvapari sijoittuu ulko-oven vastaiselle seinälle, jolloin kuvat tervehtivät päiväkeskukseen tulijaa. Lisäksi yksi kuva on sijoitettuna eteistilan oleskeluryhmän yhteyteen, oleskelutilan ja eteistilan yhdistävälle seinälle. Lepohuoneissa taiteilijan töitä akustiikkalevyille painettuna on sijoitettuna töiden koosta riippuen 1-3 kpl huonetta kohden.



Kuva 26. Esimerkkejä päiväkeskuksen taidevalinnoista, vasemmalla Minna Metsärinteen luontoaiheisia valokuvia, oikealla muistoja herättäviä, Ebba Masalinin kuvittamia vanhoja koulun opetustauluja (Valta 2014)

Oleskelutilan seinälle valittiin vanhoja kasviaiheisia koulujen opetustauluja. Niiden kauniit värit ja piirrokset toimivat upeasti sisustuksessa. Niin ikään niihin liittyvät tai niistä heräävät muistot ovat jälleen positiivisia aistiärsykeitä.

7.7 Negatiivisten äänien poisto – positiivisten äänien lisääminen

Ihmisen ikääntyessä kuulo huononee vaikka kyseessä ei olisi mitään erityistä kuulosairautta. Kuulosairaudet ja kuulolaitteiden käyttäminen tekee äänien erottamisen vaikeammaksi, minkä vuoksi ääniympäristö olisi syytä luoda kuulemista helpottavaksi. Restoratiivisesta näkökulmasta erilaiset hälyäänet, joita ei usein varsinaisesti kuulla mutta jotka häiritsevät, olisi syytä poistaa. Tällaisia on päiväkeskuksen tilassa esimerkiksi television jatkuva päällä olo. Havainnointien

perusteella televisio on päällä koko päivän, usein niin ettei sitä edes kukaan katso. Siitä lähtevä stressitasoa nostattava taustamelu on suuri. Tiloissa toimivien huonokuuloisten henkilöiden johdosta television ääni on säädetty verrattain kovalle, joka vielä lisää haittaa.

Päiväkeskuksessa käyvät ihmiset asuvat kotonaan ja tulevat normaalisti kerran viikossa päiväkeskuskäynnille. Näin he ennättävät varmasti muina viikonpäivinä katsomaan televisiota riittämiin. Suunnitelmassa ehdotetaan television poistoa tiloista. Tilalle tuodaan mahdollisuus musiikin kuunteluun oleskelutiloissa. Tämänkin on kuitenkin tapahduttava säädellysti. Musiikki voi herättää muistoja ja ajatuksia eletyistä ajoista sekä synnyttää keskustelua, ja toimia siten sosiaalisen toiminnan välineenä.

7.8 Mallintaminen

Kymenlaakson ammattikorkeakoulun projektityöntekijä, Dario Vidal Pellikka, piirsi Rhinoceros -mallinnusohjelmalla alkuperäisen pohjapiirustuksen puhtaaksi ja digitaaliseen muotoon. Myös uudet pohjapiirustukset kalusteilla ja ilman, syntyivät tiiviissä yhteistyössä suunnittelijan kanssa. Lisäksi tiloista piirrettiin 3D-kuvat käyttökäytöksillä. 3D-kuvat käyttökäytöksillä ovat sisällytetty huonekortteihin ja löytyvät lisäksi erillisinä liitesivulta 4. Huonekortit sekä pohjapiirustukset, mukaan lukien alkuperäinen pohjakuva, löytyvät liitesivuilta 1 ja 3. Liitteissä on mukana myös pohjapiirustus, josta selviää tilan pitkänomaisen muodon rikkomisen ja uudelleen rytmitys värityksen avulla. Tämä kuva on liitesivulla 2. Värilliset 3D-kuvat löytyvät liitesivulta 5.

8 LOPPUPÄÄTELMÄT

Me tarvitsemme tällä hetkellä tutkimusta jonka aiheena on arkkitehtoninen synteesi, tutkimusta siitä miten eri materiaaleja yhdistetään toisiinsa, miten teknillisistä yksityiskohdista luodaan elävä kokonaisuus – ihmistutkimusta joka selvittää miten ihminen reagoi tähän kokonaisuuteen. (Restorative environment, 2014.) Nuo viisaat sanat on lausunut Alvar Aalto vuonna 1939.

Restoratiivisten tilojen suunnittelu vaatii laaja-alaisen taustojen kartoituksen, ihmisläheisyyttä ja ymmärrystä siitä, mitä tehdään ja kenelle. Aihetta on käsitelty jo 1800-luvulla, joten sinänsä itse aihealue ei ole uusi. Aiheen ympärille liitetyt teematkin tuntuvat luonnollisilta ja varsin selkeiltä, maalaisjärjellä ajateltavilta. Kenties restoratiiviseen suunnitteluun tarvittavat työkalut ovatkin meissä sisäänrakennettuina? Ihminen hakeutuu vaistonvaraisesti paikkoihin, jotka tuntuvat miellyttäviltä ja välttää epämiellyttäviä tilanteita.

8.1 Suunnittelutyön tulokset

Työn laajuus käytettävään aikamäärään nähden oli verrattain suuri. Tiettyjen reunaehtojen puuttumiset vaikeuttivat osaltaan työskentelyä. Tällaisia olivat muun muassa budjetin puuttuminen sekä se, ettei suunnitelmaa ollut toistaiseksi varmistettu toteutettavaksi. Oman työskentelyni tueksi halusin kuitenkin luoda suunnittelulle näennäisen budjetin. Käyttökälukssteisiin, tekstiileihin ja materiaaleihin panostettiin mutta niidenkin kohdalla pysyttiin kohtuudessa.

Kotiharjun päiväkeskuksen tilojen muokkaus ja sisustussuunnittelu oli laaja projekti. Työn aikataulu oli tiivis, mikä lisäsi oman paineensa työskentelyyn. Koska suoranaista lähdeaineistoa aihealueeseen liittyen ei juuri ole, lähdemateriaalin ja orientoivan aineiston kerääminen vei yllättävänkin osan alkuajan työskentelyajasta. En kuitenkaan kokenut sitä menetyksenä, vaan positiivisena asiana; käytyäni laajan materiaalin lävitse, aihealueen monimuotoisuus avautui minullekin entistä kiehtovampana.

Uskon, että mikäli suunnitelma toteutetaan, tulee se muuttamaan Kotiharjun päiväkeskuksen tiloja, tunnelmaa sekä loppukäyttäjien viihtyvyyttä tiloissa. Kun suunnitelmaan lisätään vielä valaistussuunnitelma, saadaan kokonaisuudesta entistä yhtenäisempi ja lopputuloksesta turvallinen sekä viihtyisä ja molempia loppukäyttäjiä palveleva.

8.2 Tutkimuskysymyksiin vastaus

Työskentelyni alussa suunnittelutyölle määritelty tutkimuskysymys oli kuinka voisin muokata nykyistä päiväkeskuksen tilaa toimivammaksi ja viihtyisämmäksi käyttäen hyväksi restoratiivisen suunnittelun ideologiaa?

Päiväkeskuksen sisustussuunnitelmassa kahden seinän osittainen purku oli merkittävässä roolissa mahdollistamassa sosiaalisemmat ja yhtenäisemmät tilat. Pienten sokkeloisten tilojen hävittäminen tukee varmasti hoitohenkilökunnan työskentelyä sekä asiakkaiden toimimista tiloissa. Muistisairauksista kärsivien henkilöiden sijoittaminen tilaan, jossa on kuusi pientä huonetta vierä vieressä, ei tunnu järin ihmisystävälliseltä. Suunniteltujen tilamuutosten myötä päiväkeskuksen tilat ovat helpommin hahmotettavissa ja haltuun otettavissa. Myös huoneiden väliset värierot tukevat tätä ajatusta. Käyttökaluksia valittiin käyttäjäryhmää ajatellen, minkä lisäksi ne kaikki ovat myös hoitohenkilökunnan työtä helpottavia.

Tämän opinnäytetyön tarkentavissa alakysymyksissä pohdittiin muun muassa eheyttävän toimintaympäristön elementtejä vanhusten päivätoiminnalle, kodinomaisuuteen vaikuttavia tekijöitä sekä 1950-luvulta peräisin olevan rakennetun ympäristön huomioimista suunnittelussa.

Eheyttävä ja restoratiivinen ympäristö koostuu monista erilaisista elementeistä. Tässä työssä restoratiiviset elementit rajattiin suunnittelukohteen kannalta merkittäviin tekijöihin. Edellisessä kappaleessa mainitut kalustevalinnat helpottavat henkilökunnan työskentelyä ja asiakkaiden omatoimisuutta, mikä siten lisää viihtyisyyttä, positiivisuutta ja stressittömyyttä tilankäyttäjissä. Väri- ja materiaalivalinnoilla parannetaan niin ikään tilojen hahmottamista kun riittävät kontrastierot luodaan. Luonnollisten materiaalin valinta kalusteisiin, tekstiileihin ja tilan puupintoihin houkuttelee koskettamaan, ja hellii siten kaikkia aisteja. Kuntouttavan toiminnan tarjoava käytävä palvelee molempia loppukäyttäjiä. Henkilökunnalle se mahdollistaa helposti ja nopeasti yksinkertaisilla elementeillä jumppatuokiot, joista asiakkaat hyötyvät. Sen lisäksi henkilökunta voi pitää huolta myös omasta työssä jaksamisestaan. Käytävän puumateriaali yhdessä suunnitelman puisten kalusteiden sekä puisen lattian kanssa, toimivat hyvänä ilman kosteudentasapainottajana. Myös muut suunnitelman materiaalit yhdessä puupintojen kanssa toimivat hyvänä akustisten ominaisuuksien parantajina. Erilaiset luontokuvat ja kasvit tuovat luonnon lähemmäs tilaa.

Jokainen meistä kokee kodinomaisuuden omien kokemustensa kautta eikä siihen voida vastata yksiselitteisesti. Päiväkeskuksen asiakkaiden kanssa keskusteltaessa esiin nousi kuitenkin ajatus ihmisistä. Tiloissa käyvät ikäihmiset kokivat vahvasti, että

kodinomaisuutta päiväkeskuksen tiloissa rakensi hoitohenkilökunnan myönteinen suhtautuminen heihin. Onkin siis tärkeää luoda ympäristö, jossa henkilökunnan positiivisuus ja työvire pysyy yllä.

Rakennus, jossa päiväkeskus toimii, on 1950-luvulta. Käyttökälysteiden sarja, keittiö sekä oleskelu- ja ruokailutilojen tapettivalinnat henkivät kyseistä vuosikymmentä, allekirjoittamatta sitä kuitenkaan liikaa. Rakennusaikakauden huomioiminen suunnittelussa sulauttaa sisustuksen osaksi ympäröivää miljööä ja tekee siitä ympäristöönsä sopivan.

8.3 Eheyttävien vanhusympäristöjen tulevaisuus

Uskon vahvasti, että restoratiivisella suunnittelulla erilaisissa vanhusympäristöissä on tulevaisuudessa vahva jalansija. Koen myös löytäneeni oman tulevaisuuden alani suunnittelijana, jota kohti edetä.

Maailma, jossa tällä hetkellä elämme, ei tarjoa hyvinvointia. Jos sitä voidaan suunnittelulla lisätä, ja jos minä voin sitä suunnittelulla tarjota, otan haasteen vastaan.

LÄHTEET

Painetut lähteet

Anttila, Pirkko 1998. Tutkimisen taito ja tiedonhankinta. Taito-, taide- ja muotoilualojen tutkimuksen työvälineet. Hamina: Akatiimi Oy.

Anttila, Pirkko 2006. Tutkiva toiminta ja ilmaisu, teos, tekeminen. Hamina: Akatiimi Oy.

Aura, Seppo & Horelli, Liisa & Korpela, Kalevi ja Söderström, Werner 1997. Ympäristöpsykologian perusteet. Porvoo: WSOY.

Bringslimark, Tina & Nyrud, Anders Q. 2010. Patient rooms with different degrees of wood: A preference study conducted among hospital staff. WCTE.

Eloranta, Tuija & Punkanen, Tiina 2008. Vireään vanhuuteen. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Esteetön rakennus ja ympäristö 1998. Suunnitteluopas. Rakennustietosäätiö RTS. Helsinki: Rakennustieto Oy.

Fell, David Robert 2010. Wood in the human environment: Restorative properties of wood in the built indoor environment. Vancouver: The University of British Columbia.

Grönfors, Martti 2001. Havaintojen teko aineistonkeräyksen menetelmänä. Teoksessa *Ikkunoita tutkimusmetodeihin 1. Metodien valinta ja aineistonkeruu: virikkeitä aloittelevalle tutkijalle*. Toim. Juhani Aaltola & Raine Valli. Jyväskylä: PS-Kustannus. 2001, 133–134.

Hongisto, Valtteri 2007. Toimiston ääniympäristö. Teoksessa *Toimiva toimisto*. Toim. Ritva Ketola. Tampere: Tammer-paino Oy. 2007, 35.

Kotilainen, Helinä 2006. Hyvinvointia ja tuottavuutta ”lisukkeilla” – Missä on näyttö? *Sairaala 6: 2006/ 5*, 66–68.

Kotilainen, Helinä 2011. Sairaala – galleria ja muita ilmiöitä. *Terveys ja Talous*. 6: 2011/ 6, 14–16.

Living Lab ammattikorkeakouluissa. Toim. Sakariina Heikkanen & Mari Österberg. Vantaa: Ammattikorkeakoulujen neloskierre – hanke. 2012, 53.

Loiri, Pekka & Juholin, Elisa 2006. HUOM! Visuaalisen viestinnän käsikirja. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Restorative Environment -esite, Kymenlaakson ammattikorkeakoulu, 2014.

Rihlana, Seppo 1997. Värioppi. Helsinki: Rakennustieto Oy.

Rihlana, Seppo 2000. Valaistus ja värit sisustussuunnittelussa. Helsinki: Rakennustieto Oy.

RT 75–10569. 1995. Sisätilojen sähkövalaistus. Rakennustietosäätiö RTS.

Salonen, Heidi & Lappalainen, Sanna & Lahtinen, Marjaana & Nevala, Nina & Lehtelä, Jouni & Knibbs, Luke & Morawska, Lidia & Reijula, Kari 2011. Sisäympäristöjen parantava ja elvyttävä vaikutus hyvinvointipalvelutiloissa. Työterveyslaitos, Helsinki. Queensland University of Technology, Brisbane, Australia.

Painamattomat lähteet

Köninki, Tiina & Luhtaniemi, Jonna 27.1.2014. Keskustelu suunnittelutyön aloituksesta ja päiväkeskuksen toimintaperiaatteista. Kouvola.

Nousiainen, Marjut 1.4.2014. Restorative environment -seminaari. Kouvola.

Päiväkeskuksen asiakas 5.2.2014. Keskustelu kodinomaisuudesta. Kouvolan Kotiharjun päiväkeskus.

Elektroniset lähteet

Kouvola Innovation Oy, Kinno: perustietoa. Saatavissa: <http://www.kinno.fi/?q=tietoa> [viitattu 2.3.2014]

Kouvolan kaupungin tukipalvelun kriteerit. Saatavissa: <http://ep.kouvola.fi/kokous/20133293-9-2>. PDF [viitattu 13.3.2014]

Restorative environment – Hyvinvointia ja liiketoimintaa puusta. Saatavissa: <http://www.kyamk.fi/Ty%C3%B6el%C3%A4m%C3%A4lle/Projektit/Restoratiiviset%20ymp%C3%A4rist%C3%B6t/> [viitattu 1.4.2014]

Sisäilmaa puhdistavat huonekasvit. Saatavissa: <http://www.puutarhakauppiaat.fi/viherkasvit-puhdistavat-huoneilmaa> [viitattu 1.4.2014]

Valon välttämättömyys. Saatavissa: <http://www.muistiasiantuntijat.fi/memo.php?udpview=read&src=db25114&sid=151&issue=2010-01&lang=fi> [viitattu 2.4.2014]

Väestö. Saatavissa: http://www.tilastokeskus.fi/tup/suoluk/suoluk_vaesto.html [viitattu 9.3.2014]

Orientoivat lähteet

Kotilainen, Helinä 2011. Vieras Teksasista. *Terveys ja Talous*. 3: 2011/ 3, 27–29.

Lawton, M. Powell 2001. The physical environment of the person with Alzheimer's disease. *Aging & Mental Health* 2001: 5/ 56–63.

RT 08–11098. 2012. Sisusteiden paloturvallisuus, julkiset tilat. Rakennustietosäätiö RTS.

RT 93–11134. 2013. Vanhusten palveluasuminen. Rakennustietosäätiö RTS.

KUVALUETTELO

Kaikki valokuvat tiloista ovat suunnittelijan ottamia.

Kuva 1. Suunniteltavan kohteen sijainti maantieteellisesti (Valta 2014)

Kuva 2. Käsitekartta (Valta 2014)

Kuva 3. Viitekehys (Valta 2014)

Kuva 4). Tiedontasot (Valta 2014)

Kuva 5. Hyvinvoinnin keskeiset tekijät (Valta 2014)

Kuva 6. Kotiharjun päiväkeskuksen pohjapiirustus ja suunniteltava ala (Valta 2014)

Kuva 7. Toimintahuoneiden funktio ei ollut selkeä (Valta 2014)

Kuva 8. Nykyinen oleskelutila (Valta 2014)

Kuva 9. Nykyinen käytävä oleskelutiloista keittiön suuntaan kuvattuna (Valta 2014)

Kuva 10. Hoitaja nro1 moodboard (Valta 2014)

Kuva 11. Hoitaja nro2 moodboard (Valta 2014)

Kuva 12. Hoitaja nro3 moodboard (Valta 2014)

Kuva 13. Alkuvaiheen moodboard-ideointia (Valta 2014)

Kuva 14. Luonnos tilassa tehtävistä rakenteellisista muutoksista (Valta 2014)

Kuva 15. Alkuvaiheen ideointia valaistuksesta (Valta 2014)

Kuva 16. Keittiön ja ruokailutilojen pintamateriaaliplanssi (Valta 2014)

Kuva 17. Keittiön ja ruokailutilojen kalusteplanssi (Valta 2014)

Kuva 18. Uuden oleskelutilan pintamateriaaliplanssi (Valta 2014)

Kuva 19. Uuden oleskelutilan käyttökälysteplanssi (Valta 2014)

Kuva 20. Eteisen sekä taksin odotustilan pintamateriaaliplanssi (Valta 2014)

Kuva 21. Eteisen sekä taksin odotustilan kalusteplanssi (Valta 2014)

Kuva 22. Lepotilojen pintamateriaali- ja kalusteplanssi (Valta 2014)

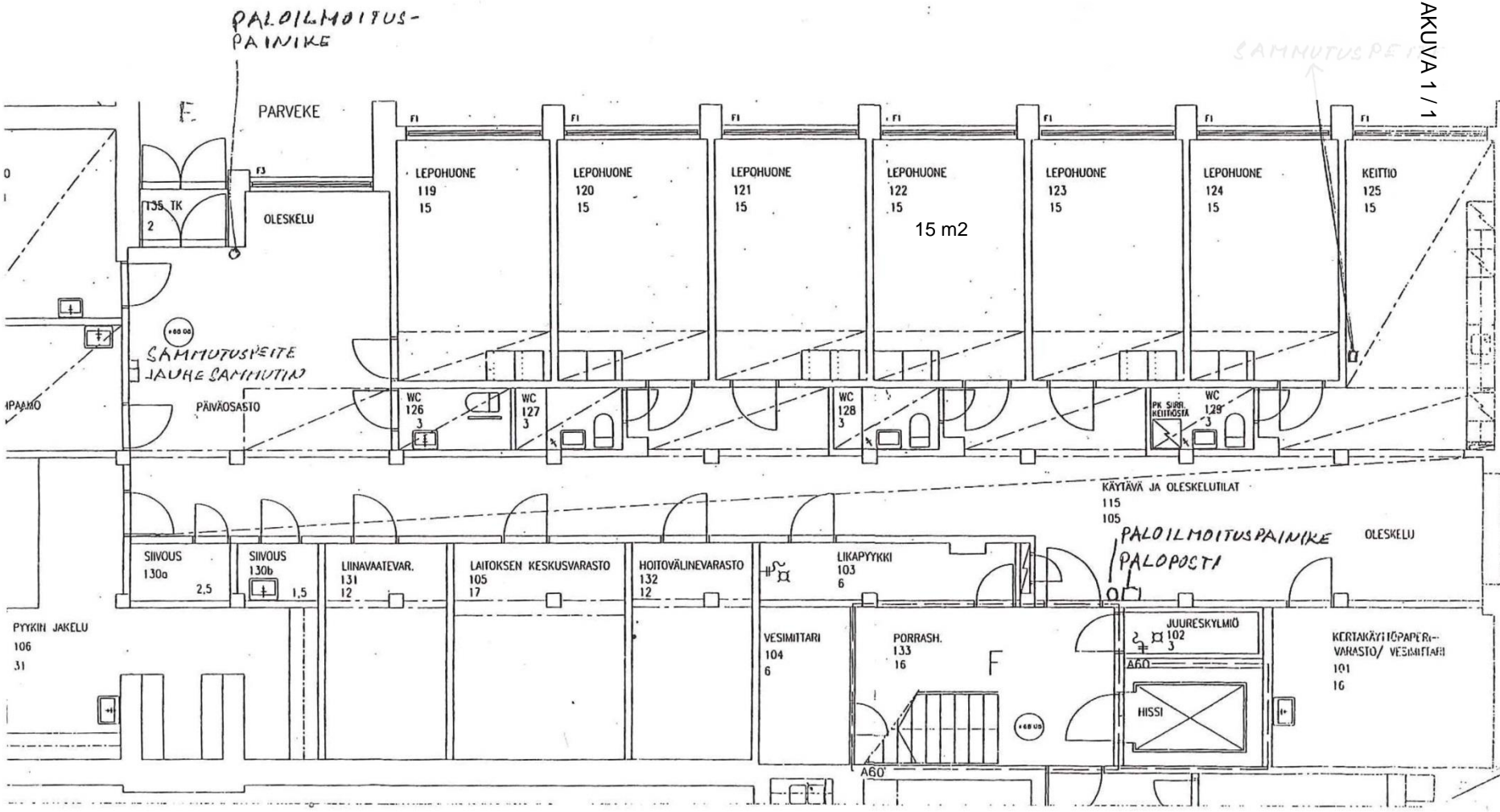
Kuva 23. Kangasvalinnat lepohtuoneiden päiväpeitteisiin ja tyynyihin (Valta 2014)

Kuva 24. Käytävä, joka kiinteillä elementeilläään mahdollistaa kuntouttavan toiminnan (Valta 2014)

Kuva 25. Kerroksellisuutta ja kodinomaisuutta päiväkeskuksen tiloihin tuo vanhat huonekalut ja pienesineet (Valta 2014)

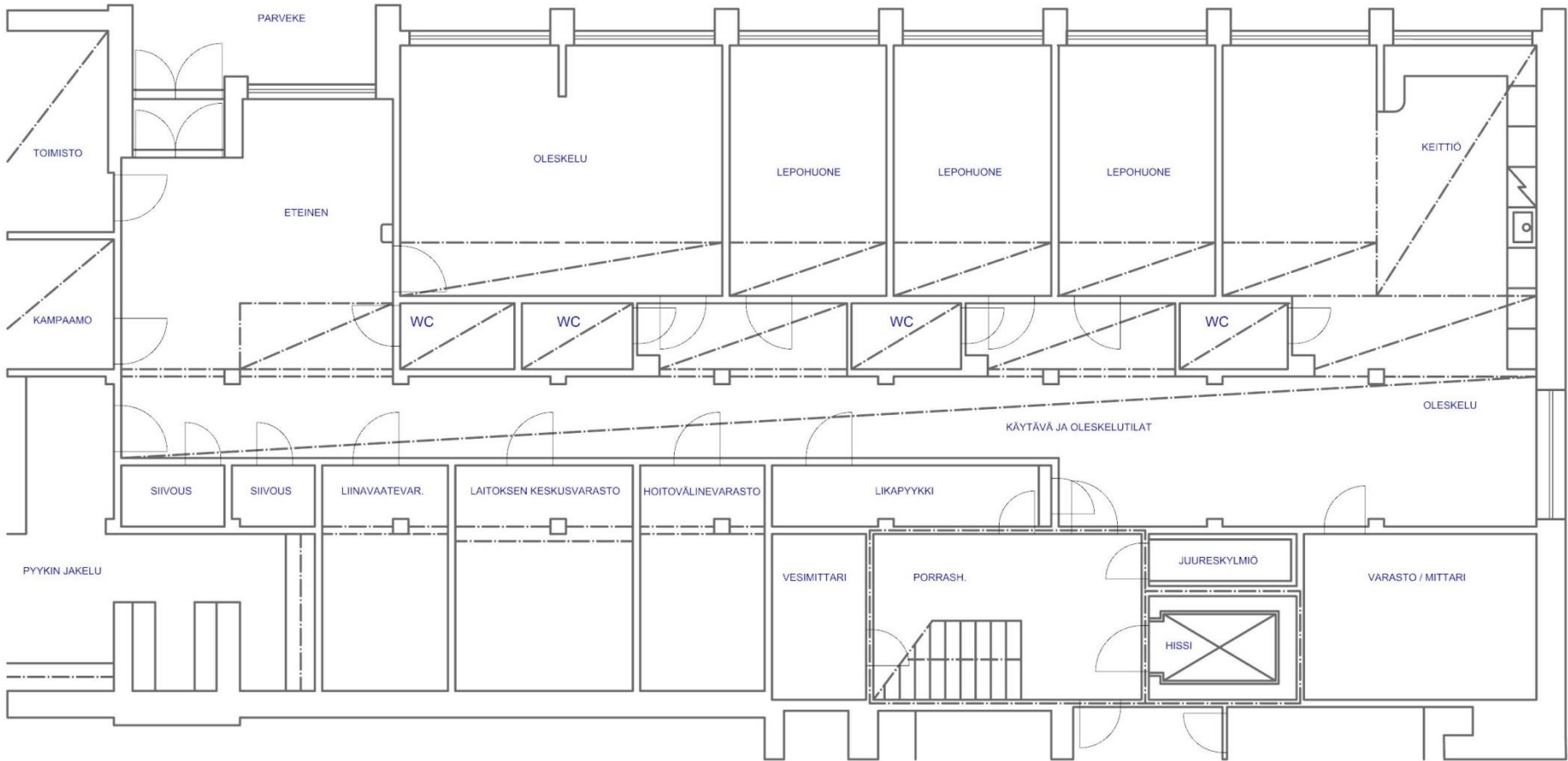
Kuva 26. Esimerkkejä päiväkeskuksen taidevalinnoista, vasemmalla Minna Metsärinteen luontoaiheisia valokuvia, oikealla muistoja herättäviä, Ebba Masalinin kuvittamia vanhoja koulun opetustauluja (Valta 2014)

KOTIHARJU II
1. kerros, PÄIVÄOSASTO



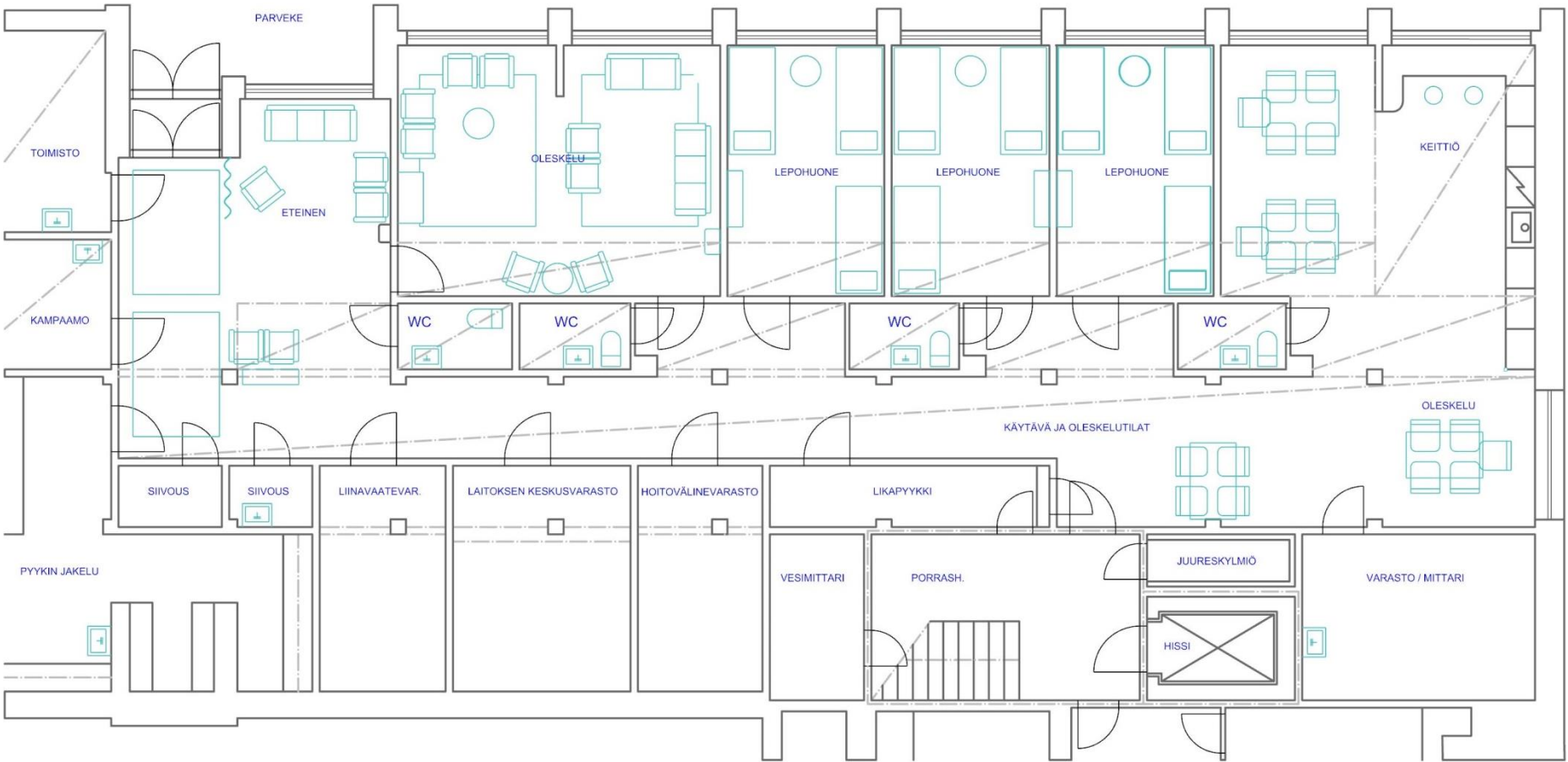
KOTIHARJU II

1. KERROS, PÄIVÄOSASTO



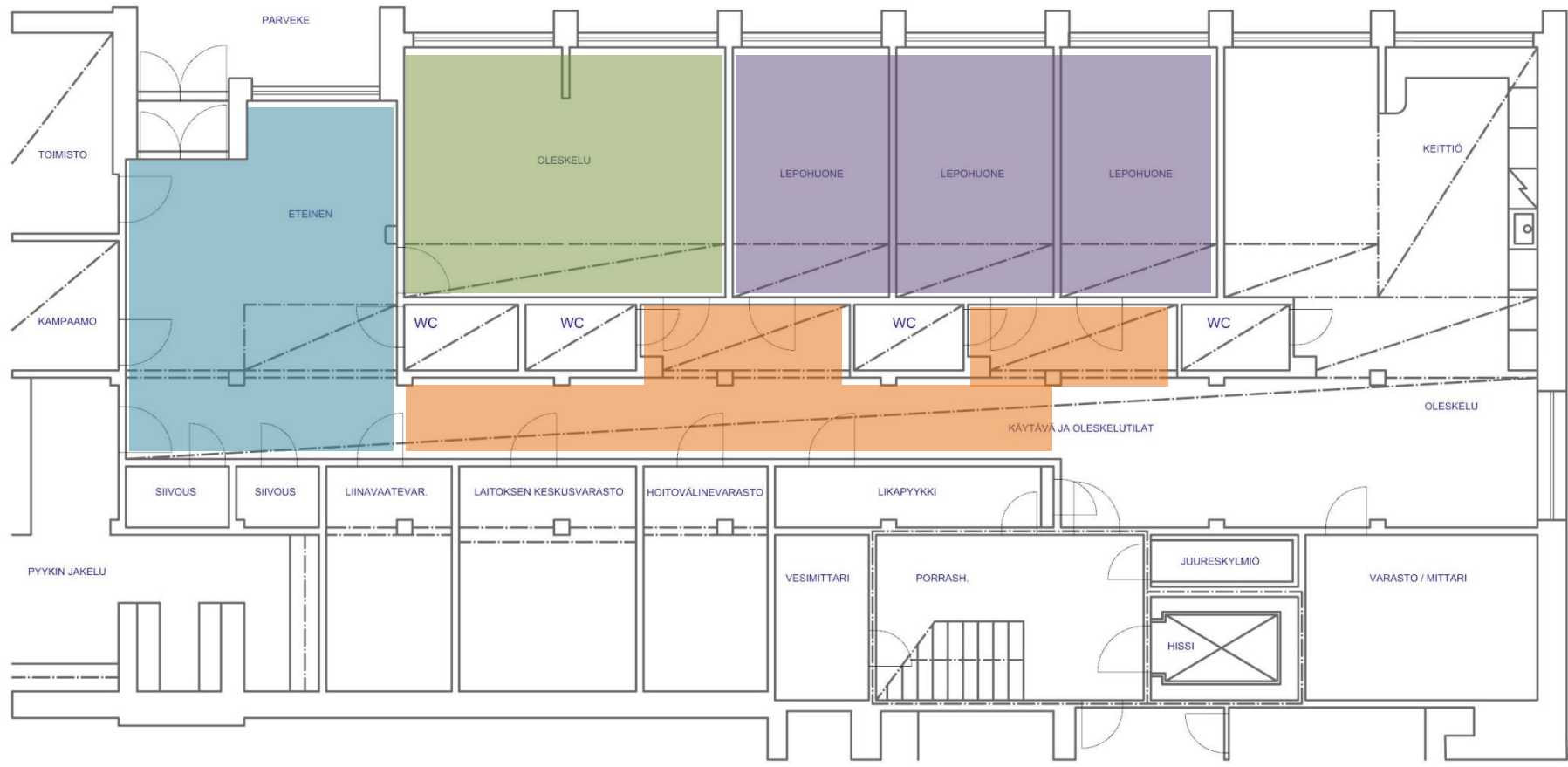
KOTIHARJU II

1. KERROS, PÄIVÄOSASTO



KOTIHARJU II

1. KERROS, PÄIVÄOSASTO



ETEISTILAT

LEPOTILAT

KEITTIÖ JA RUOKAILUTILAT

OLESKELUTILAT

KUNTOUTUSKÄYTÄVÄ

ETEINEN JA ODOTUSTILA

SOHVAT

PLUS+ SOHVA, MARTELA

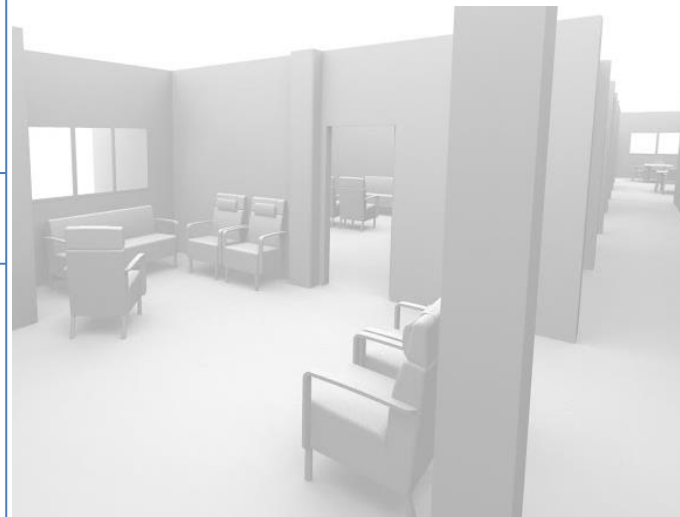
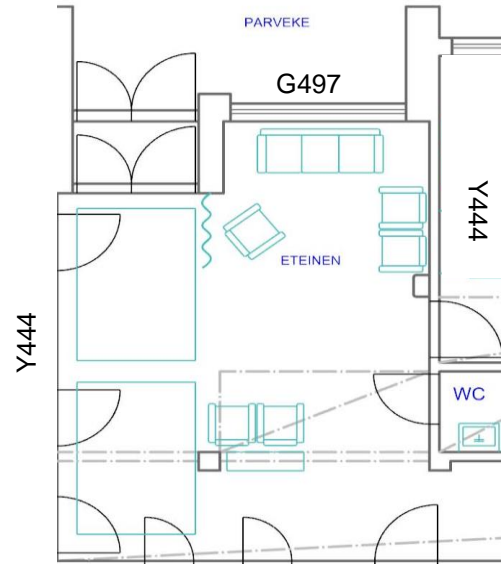


NOJATUOLIT

PLUS+ NOJATUOLIT, MARTELA

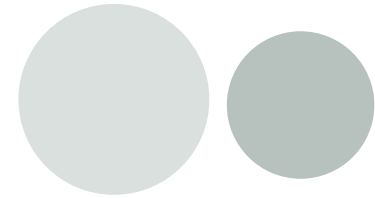


MUUT



SEINÄT

TIKKURILAN SYMPHONY
Y444 SEKÄ IKKUNASEINÄÄN
G497
PILARI X444



LATTIA

TIMBERWISE
LANKKUPARKETTI, ORIGINAL
COLLECTION,
ÖLJYVAHATTUNA



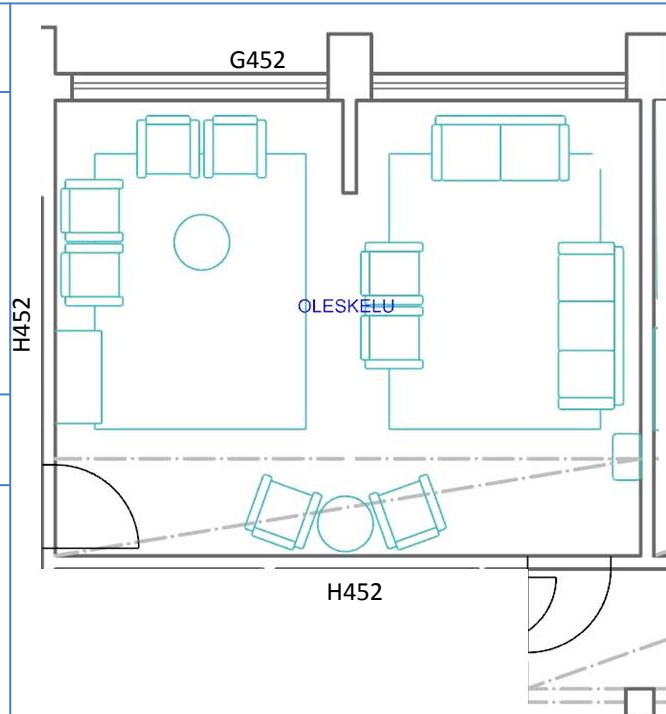
MUUT



OLESKELUTILA

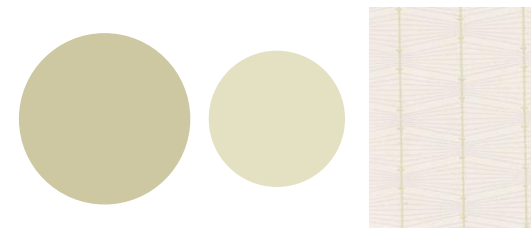
SOHVA JA NOJATUOLIT

PLUS+ -SARJA, MARTELA



SEINÄT

TIKKURILAN SYMPHONY H452
SEKÄ IKKUNASEINÄÄN G452 -
TAPETTITEHDAS PIHLGREN
JA RITOLA. BOWNET 64302



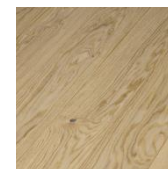
PÖYDÄT

PLUS+ -SARJA, MARTELA

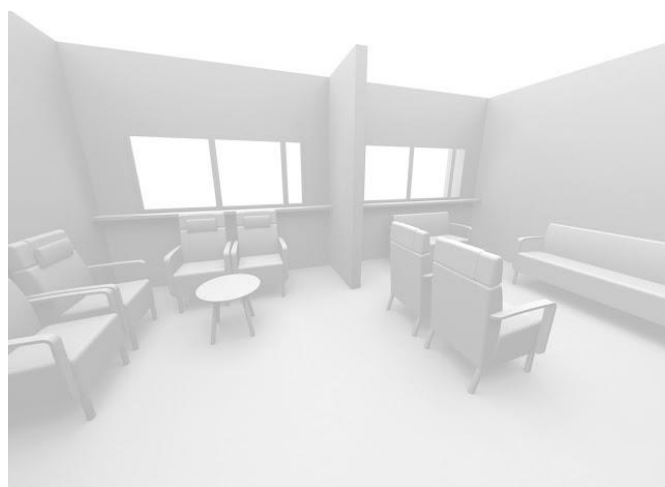


LATTIA

TIMBERWISE LANKKUPARKETTI,
ORIGINAL COLLECTION,
ÖLJYVAHATTUNA



MUUT



MATTO

DANFLOOR CLASSIC XL 3930024

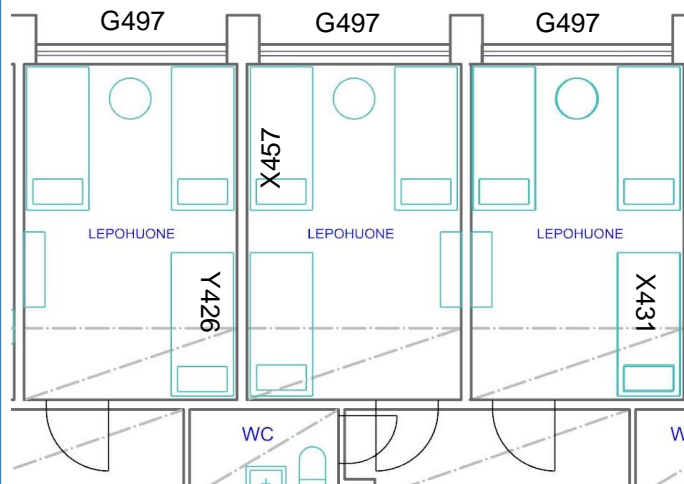


LEPOHUONEET

KALUSTEET

SENIORI-SÄNKY,
ISKU INTERIOR

PLUS+ -SARJA,
MARTELA



SEINÄT

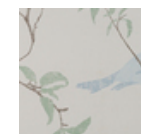
TAPETTI CFW CLASSIC 201003,
K-RAUTA
TIKKURILAN SYMPHONY Y426



TAPETTI CFW CLASSIC 201001,
K-RAUTA
TIKKURILAN SYMPHONY X457



TAPETTI CFW CLASSIC 201002,
K-RAUTA
TIKKURILAN SYMPHONY X431

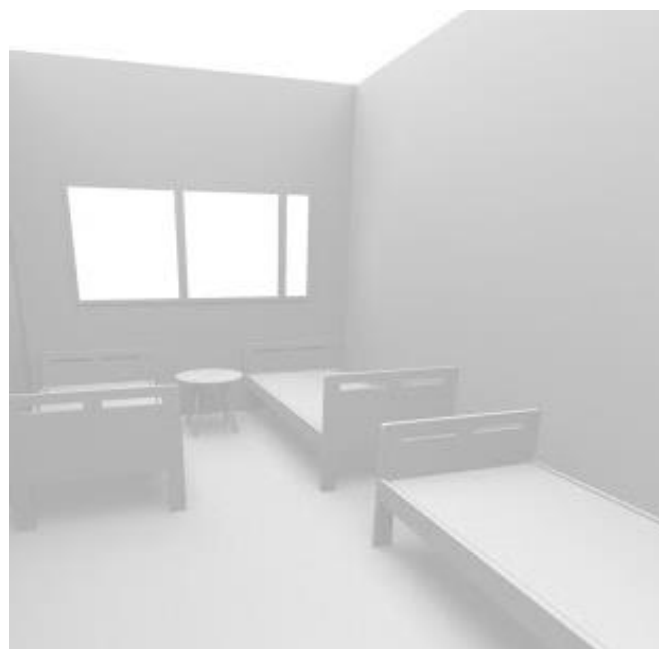


TEKSTIILIT

PÄIVÄPEITOT JA TYYNYT THAY-
KANKAASTA, LAURITZON'S

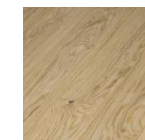


MUUT



LATTIA

TIMBERWISE LANKKUPARKETTI,
ORIGINAL COLLECTION,
ÖLJYVAHATTUNA



KEITTIÖ JA RUOKAILUTILAT

KALUSTEET

PLUS+ -SARJA, MARTELA



KEITTIÖKALUSTEET

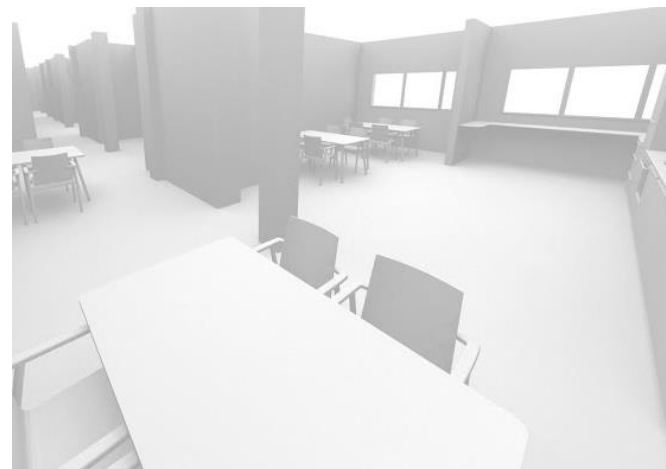
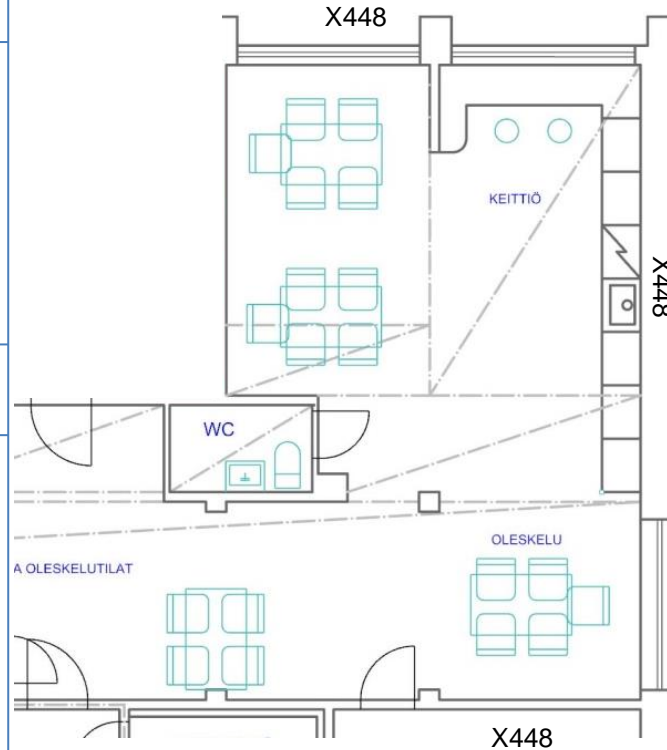
LINJA- MALLISTO, ISKU KEITTIÖT



LISÄKALUSTEET



DALFRED-
BAARIJAKKARA,
IKEA
Istuinkork. 90-
110cm korkeisiin
tasoihin sopiva.



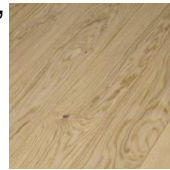
SEINÄT

TIKKURILAN SYMPHONY X448
SEKÄ PILAREIHIN V448 -
TAPETTITEHDAS PIHLGREN
JA RITOLA, APPELSIINI 69799.



LATTIA

TIMBERWISE LANKKUPARKETTI,
ORIGINAL COLLECTION,
ÖLJYVAHATTUNA



MUUT



