

Avutar

-Työvaatemallisto lähihoitajille

Veera Siiskonen

Opinnäytetyö

AVUTAR

työvaatemallisto lähihoitajille



2012

Tiivistelmä

Koulutusala Kulttuuriala	
Koulutusohjelma Muotoilun koulutusohjelma	
Työn tekijä(t) Veera Siiskonen	
Työn nimi Avutar - työvaatemallisto lähihoitajille	
Päiväys	Sivumäärä/Liitteet 71/4
Ohjaaja(t) Ulla Rytönen, Sirpa Rynänen	
Toimeksiantaja/Yhteistyökumppani(t) Kangasniemen kotihoito	
<p>Tiivistelmä</p> <p>Opinnäytetyön tavoitteena oli suunnitella työvaatemallisto lähihoitajille. Oman ammatillisen osaamisen lisäksi tekijä keräsi suunnittelutyöhön tarvittavaa tietoperustaa kohderyhmään tutustumisella ja erilaisilla kirjallisilla lähteillä. Tekijän henkilökohtaisena tavoitteena oli vahvan asiakaslähtöisyyden huomioiminen suunnittelussa sekä oman ammatillisen osaamisen vahvistaminen.</p> <p>Ennen varsinaista malliston suunnittelua tekijä perehtyi kohderyhmän työolosuhteisiin ja heidän ajatuksiinsa työvaatetuksesta. Erilaisten tehtävien kautta saadun materiaalin avulla saatiin kokonaiskuva kohderyhmän haluista ja tarpeista liittyen työvaatetukseen. Kohderyhmälle teetetyt tehtävät oli laadittu mukailemalla contextmapping-menetelmää.</p> <p>Opinnäytetyönä suunniteltu mallisto sisältää käytännöllisiä ja rentoja vaatteita kaikkiin vuodenaikoihin. Malliston lisäksi tekijä valmisti yhden malliston vaateen valmiiksi asti. Kohderyhmältä saadusta palautteesta käy ilmi, että valtaosa malliston vaatteista soveltuu oletettavasti hyvin työhön johon ne on suunniteltu.</p>	
Avainsanat	
vaatetussuunnittelu, työvaate, contextmapping, ergonomia	

Field of Study Culture			
Degree Programme Degree Programme in Design			
Author(s) Veera Siiskonen			
Title of Thesis 'Avutar' Work Wear Collection for Practical Nurses			
Date		Pages/Appendices	71/4
Supervisor(s) Ulla Rytönen, Sirpa Rytönen			
Client Organisation/Partners Kangasniemen kotihoito			
Abstract <p>The aim of the thesis was to design work wear collection for practical nurses. In addition to the author's own expertise more information was gathered for the design work by exploring the target group and literature. The author's main personal objective was a customer-oriented approach to design and to develop one's own professional skills.</p> <p>Before designing the collection the author got familiar with the target group's work environment and their thoughts about work wear generally. The information gathered with different assignments helped sum up the target group's wishes and needs considering work wear. The assignments were formed by adapting the context mapping method.</p> <p>The collection designed within this thesis includes ten practical and casual pieces of clothes for every season. According to the target group's feedback the collection's clothes are presumably suitable for the work they have been designed for. In addition to designing the collection the author also manufactured one piece of clothes.</p>			
Keywords			
clothes design, workwear, contextmapping, ergonomics			

Sisällys

1.	Johdanto	7
2.	Opinnäytetyön taustat	8
2.1	Aiheen muokkaantuminen	8
2.2	Aikaisempi tietämys aiheesta	8
2.3	Opinnäytetyöni realistisen evaluaation prosessina.....	11
2.3.1	Opinnäytetyöni kulun havainnollistaminen.....	14
3.	Lähihoitajan työ ja ergonomia.....	16
3.1	Kangasniemen kotihoidossa työskentelevän lähihoitajan tyypillinen työpäivä.....	16
3.2	Lähihoitajien tämänhetkinen työvaatekokonaisuus	16
3.3	Lähihoitajan työasentojen kuvaus ja analysointi.....	18
3.3.1	Yleistä mitoituksesta.....	18
3.3.2	Lähihoitajan tyypillisimmät työasennot	21
4.	Tiedonhankinta.....	23
4.1	Havainnointi	23
4.2	Contextmapping	23
4.3	Kangasniemen kotihoidossa teettämäni tehtävät	26
4.3.1	Ensimmäinen tehtävä	27
4.3.2	Toinen tehtävä.....	30
4.3.3	Kolmas tehtävä	31
4.4	Haasteet lähihoitajien työvaatetuksessa.....	32
4.4.1	Lämpötasapaino ja lämpöviihtyvyys.....	33
4.4.2	Toiminnan tasot.....	34
5.	Työvaatteiden suunnitteluprosessi	37
5.1	Inspiraatio.....	38
5.2	Malliston värimaailma	39
5.3	Ergonomian yhdistäminen esteettisyyteen.....	40
5.4	Avutar-mallisto	41
5.5	Valmistettava vaate.....	47
6.	Mallistosta saatu palaute ja työn onnistumisen pohdinta	51
	Kuvaluettelo.....	56
	Lähteet.....	59

LIITTEET

Liite 1: Tehtävä 1, Nykyinen työvaate

Liite 2: Tehtävä 2, Tulevaisuuden työvaate

Liite 3: Tehtävä 3, Valitse työasu

Liite 4: Mallistokatalogi

1. Johdanto

Opinnäytetyöni aiheena on suunnitella yhteistyössä Kangasniemen Kotihoidon työntekijöiden kanssa naisille suunnattu hoitoalan työvaatemallisto. Tärkeintä suunnittelussa on asiakaslähtöisyys ja kohderyhmän tarpeiden ja halujen ymmärtäminen ja sovittaminen yhteen oman suunnittelutyön kanssa.

Olen tehnyt paljon taustatyötä tutustumalla mm. aiempiin opinnäytetöihin sekä keräämällä arvokasta tietoa lähihoitajan työnkuvasta teettämälläni tehtävillä ja havainnoimalla lähihoitajien työskentelyä heidän omassa työympäristössään.

Opinnäytetyöni tavoitteena on suunnitella mallisto, joka palvelee juuri lähihoitajia ja heidän tarpeitaan, sekä tuoda esille epäkohtia nykyisessä työvaatevalikoimassa. Mallisto on kokonaisuus, jossa on otettu huomioon vaatetusfysiologiset seikat, ergonomia ja esteettisyys. Vaikka työlläni ei ole virallista asiakasta, uskon, että opinnäytetyöni auttaa suunnittelijoita, jotka mahdollisesti tulevaisuudessa suunnittelevat asiakastyöksi asti työvaatteita.

2. Opinnäytetyön taustat

Opinnäytetyöni aihe ei ollut minulle alusta asti selvä. Pitkään vaihtoehtona oli ollut malliston suunnitteleminen opinnäytetyön osana, mutta sen tarkempaa aihetta en ollut vielä osannut päättää, ennen kuin satuin juttelemaan äitini kanssa hänen työvaatteistaan. Aikaisemmin opintojeni aikana kokeilin osaamistani työvaaterintamalla ja tästä rohkaistuneena päätin jatkaa aihetta myös opinnäytetyökseni asti.

2.1 Aiheen muokkaantuminen

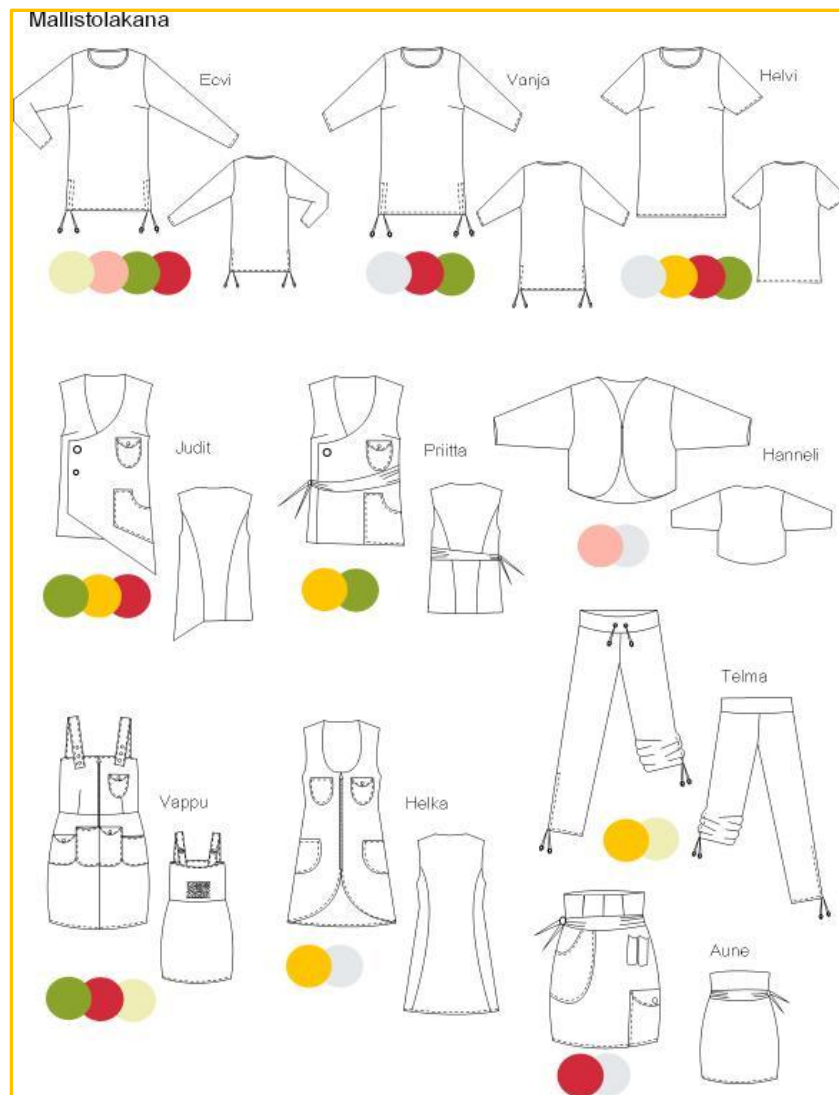
Pohtiessani opinnäytetyön aihetta Kangasniemen Kotihoidossa työskentelevä äitini, koulutukseltaan lähihoitaja, ehdotti että suunnittelisin heidän alalleen uudenlaisia työvaatteita. Hän itse on tyytymätön nykyiseen työvaatetarjontaan, etenkin vaatteiden materiaalien epämukavuuden ja mallien huonon istuvuuden takia. Myös joissain käytännön seikoissa olisi parannettavaa, muun muassa taskujen toimivuudessa, etenkin niiden sijoittelussa ja sulkemismekaniikassa.

Aiemmat kokemukseni työvaatteisiin liittyen olivat täysin mitättömät, mutta pohtiessani äitini ehdottamaa aihetta, tulin hetki hetkeltä enemmän siihen lopputulokseen, että kyseinen aihe on hyvin mielenkiintoinen ja sopivan haastava uutuudessaan opinnäytetyökseni. Kunnioitan henkilökohtaisesti etenkin vanhustyötä tekeviä lähihoitajia ja niinpä halusinkin opinnäytetyölläni nostaa heidän tarpeitaan ”kaikkien kuultaviksi”. Opinnäytetyöni perustuu mahdollisimman pitkälle lähihoitajien halujen ja tarpeiden tyydyttämiseen työvaatetuksen saralla omaa suunnittelijannäkemystäni kuitenkin unohtamatta.

2.2 Aikaisempi tietämys aiheesta

Työni taustalla vaikuttaa myös opintojakso, joka käsitteli vaatteiden ergonomisuutta. Opintojakson aikana suunnittelin lähihoitajille pienmalliston, mutta lähinnä omia visioitani noudattaen. Tärkeimpinä kriteereinä mallistoa suunnitellessani olivat käyttömukavuus ja värit, jotka toteutin

materiaalivalinnoin. Kyseisellä opintojaksolla valmistin myös yhden asukokonaisuuden mallistoni vaatteista.



Kuva 1. Ergonominen vaate –opintokokonaisuus, mallistolakana

Valmistamani asukokonaisuus koostui Vappu-taskumekosta, Telma-housuista ja Vanja-trikoopaidasta. Käyttämäni materiaalit olivat suoraan kangaskaupan valikoimasta, ja paitakangas oli nettikangaskaupasta tilattua. Materiaalit eivät ole siis millään lailla suunniteltu kestämään teollista pesua, tärkeintä niiden valinnassa oli vain se, miltä ne tuntuvat iholla.

Vappu-taskumekon materiaaliksi valitsin vahvan ja hieman joustavan puuvillagabardiinin. Vanja-t-paitaan tilasin nettikangaskaupasta puuvillaelastaanitrikoota. Telma-housut valmistin pehmeästä ja joustavasta puuvillavelourista.



Kuva 2: Ergonominen työvaatekokonaisuus



Kuva 3: Telma-housut ja Vanja-paita

Opintojakson aikana sain paljon tarpeellista tietoa ja erilaisia näkökulmia työvaatteiden suunnitteluun. Suunnittelemani mallisto on mielestäni onnistunut innovatiivisuutensa puolesta, mallit ovat uusia ja mielenkiintoisia. Malliston toimivuutta ja istuvuutta on vaikea arvioida, koska vaatteiden soveltuvuus työkäyttöön tulisi testata mallikappaleiden avulla.

Suurin osa-alue, joka kaipaa huomiota ja jatkokehittämistä on mallistoon valitsemani materiaalit. Koska ne ovat tavallisen kangaskaupan valikoimista, ne tuskin tulisivat kestävästi jatkuvaa huoltoa oikeiden työvaatemateriaalien tavoin. Kuten aiemmin kävi ilmi, materiaalien valinta tapahtuikin niiden miellyttävyyden, eikä niinkään käyttötarkoitukseensa soveltuvuuden perusteella.

2.3 Opinnäytetyöni realistisen evaluaation prosessina

Opinnäytetyöni perimmäinen tavoite on tuotekehitys. Niinpä kyseisen projektin kulkua on syytä tarkastella realistisen evaluaation näkökulmasta, joka kuvaa maailmaa erilaisina systeemeinä, jotka muuttuvat ja kehittyvät jatkuvasti ja tarkastelussa olevasta systeemistä riippuen pyrkii saamaan siitä niin tarkan kuvan kuin vain mahdollista (Anttila 2007, 68.) Tärkeää realistisen evaluaation mallissa on päättely, joka tasapainottelee teoreettisen ajattelun ja käytännön havainnoimisen välillä.

”Koska realistista evaluaatiota tehdään kehittämishankkeiden muutoksen ja tuloksellisuuden arvioimiseksi ja päätöksenteon pohjaksi, siihen tarvitaan tietoa siitä, miten hanke toimii, ketä ja mitä varten ja missä olosuhteissa se toimii” (Anttila 2007, 61.)

Kaikki alkaa projektin kontekstin eli asiayhteyden määrittämisellä; jokainen hanke liittyy tiettyyn ympäristöön tai tilanteeseen. Kontekstin määrittäminen tulee tehdä tarkasti, jotta on täysin selvää, mistä hankkeesta lopulta on kysymys. Hankkeen konteksti tulee muistaa koko prosessin ajan, jotta aihe pysyy hallinnassa (Anttila 2007, 90.)

Kun työn asiayhteys on saatu selvitettyä, on aika määrittää työlle tavoitteet ja arvotaustat yhdessä toimeksiantajien ja muiden mahdollisten sidosryhmien kanssa. Tällöin on oltava tarkkana, että huomioon otetaan nimenomaan työn sidosryhmän arvot ja asenteet työn tekijän omien sijaan, koska joissain tapauksissa nämä eroavat toisistaan suurestikin. Tällöin myös tarkennetaan työn keskeisimpiä kysymyksiä, kuten esim. Mitkä ovat keskeiset tavoitteet ja odotukset, mikä työssä vaatii kehittämistä? (Anttila 2007, 91.)

Edellä mainittujen vaiheiden jälkeen kaikki projektin osapuolet kokoontuvat yhteen ns. tuumailuvaiheeseen, jossa keskustellaan hankkeen lähtökohdista ja päätetään tavoitteet, menettelytavat sekä eri osapuolten asemat ja tehtävät hankkeen aikana. Pyrkimyksenä on rakentaa yhteinen ja selkeä mielikuva työryhmän jäsenten välille.

Alustavan kokonaiskuvan ollessa selvillä on aika luoda hankkeelle ohjelmateoria, jossa selvennetään tulevien toimintojen perustelut ja taustat ja ideoidaan tapoja, joilla tavoitteet

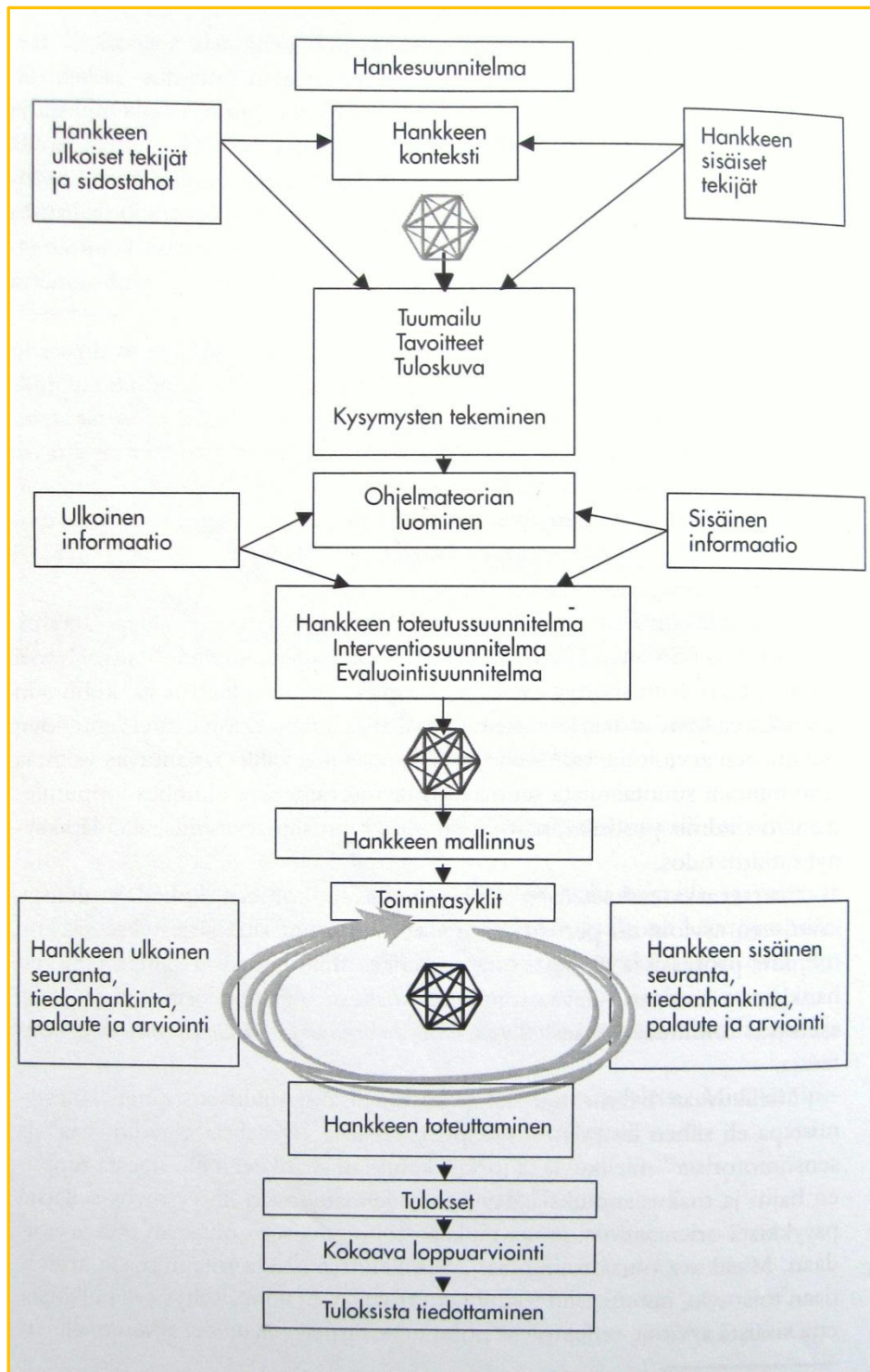
saavutetaan. Näillä oletetuilla ratkaisuilla pyritään saamaan alustavat vastaukset kysymyksiin: Mikä toimii ja mitä varten? Mikä on sen asiayhteys?

Ohjelmateorian luomisessa on myös otettava mukaan ulkoinen informaatio, joka on selvää faktatietoa. Tämä informaatio tulee toimeksiantajilta, aikaisemmista tutkimuksista ja muiden asiantuntijoiden kokemuksista. (Anttila 2007, 92) Ulkoisen informaation lisäksi käytössä on tietenkin työn tekijöiden oma ammatti- ja tietotaito, joka on ns. sisäistä informaatiota. Tämä informaatio koostuu mm. henkilön kokemuksista, osaamisesta ja tottumuksista.

Seuraavassa vaiheessa tulee löytää keinot, joilla kehityshankkeen ongelmat saadaan ratkaistuksi ja hanke käsitteellistetään, esimerkiksi muokkaamalla se tuotekonseptimuotoon. Koska hankkeet ovat usein laajoja kokonaisuuksia, on viisasta jakaa niitä pienempiin, helpommin hallittaviin osa-alueisiin. Näiden osa-alueiden selvittämisestä syntyy hankkeen toimintasuunnitelma, eli määritelmä siitä, mitä ratkaistaan ja millä keinoin. Tämä vaihe tapahtuu sykleissä. (Anttila 2007, 93)

Vuorossa on nyt käytännönläheisin osuus realistisen evaluaation menetelmässä. Tässä vaiheessa on tärkeää seurata työn edistymistä joko ulkoisten tai sisäisten arvioinnin keinoin, saamalla ja antamalla palautetta. Sisäisessä arvioinnissa kiinnitetään huomiota työskentelyn sisältöön, kuten työmenetelmät, materiaalit, aikataulutus. Myös tietynlaisia tiedonhankinnallisia vaiheita (haastattelut, aineistoanalyysit) suoritetaan tässä syklissä, ja näin nähdään, tarvitseeko jokin osa-alue tarkempaa tutkailua. Nämä tulokset vaikuttavat myös luonnollisesti mielikuvaan mahdollisesta hankkeen lopputuloksesta. (Anttila 2007, 96-97)

Hankkeen loppuvaiheeseen kuuluu työn kuluessa saatujen tulosten kokoaminen, joita analysoidaan tilanteeseen sopivimmin menetelmin ja syvyystasoin. Saadut tulokset tulisi dokumentoida mahdollisimman monissa eri muodoissa, aina raporteista esim. näyttelyihin saakka. Jokaiselle hankkeelle olisi suotavaa järjestää jonkin muotoinen päätöstilaisuus, joka mahdollistaa hankkeen arvioinnin kokonaisuutena ja hankkeeseen liittyvän palautteen antamisen ja vastaanottamisen. Oleellista hankkeen päätösvaiheessa on tutkailla työlle asetettujen tavoitteiden täyttymistä, ja jos työn aihealue antaa myöten, tarkastella sitä myös liitettynä suurempaan asiayhteyteen. (Anttila 2007, 98)



Kaavio 1: Realistisen evaluaation prosessia kuvaava kaavio (Anttila 2007, 88)

2.3.1 Opinnäytetyöni kulun havainnollistaminen

Oman opinnäytetyöni kulun havainnollistamiseksi olen mukaillut Pirkko Anttilan Realistinen evaluaatio ja tuloksellinen kehittämistyö -kirjan taulukkoa, joka kuvaa systemaattisesti etenevää prosessia. Olen liittänyt taulukkoon opinnäytetyölleni olennaisia ajankohtia ja niihin kuuluneita työvaiheita.

Taulukko 1: Opinnäytetyöni etenemisen kuvaus

Projektin vaiheet	Toimenpiteet	Ratkaistavat kysymykset
Projektin valmistelu: Ergonominen vaate - opintokokonaisuus, kevät 2011	Tutustuminen aihealueeseen 'ergonomia ja työvaatetus' Oman ammatillisten motivaation ja tavoitteiden määrittäminen	Aiheen rajaaminen opinnäytetyöhön sopivaksi Oman osaamisen tutkailu: riittääkö tietotaito tekemään aihealueesta opinnäytetyö?
Projektipäätös: Opinnäytetyön aihesuunnitelma, maaliskuu 2011	Päätös valita opinnäytetyön aiheeksi työvaatemalliston suunnittelu -> Virallisen aihesuunnitelman laatiminen ja palauttaminen	Mikä nimeksi opinnäytetyölle? Onko aihealue sopivan haastava opinnäytetyöksi?
Projektin suunnittelu: Opinnäytetyön työsuunnitelma, toukokuu 2011	Tavoitteiden määrittäminen Työskentelymenetelmien määrittäminen Alustava aikataulutus	Mitä? Kenelle? Yhteistyökumppanit? Dokumentointi? Lopputuotokset? Työjärjestys?
Projektin toteuttaminen: Tammi-huhtikuu 2012	Tietoperustan kerääminen: Aiemmat opinnäytetyöt, kirjallisuus, contextmapping; Tehtävät Kangasniemen kotihoitossa tammikuussa 2012 -> Saadut tulokset pohjana suunnittelulle Rakenneseminaari -> Välipalautte, missä ollaan ja mihin suuntaan seuraavaksi	Aikataulussa pysyminen? Kuinka omat ammatilliset näkemykset ja kohderyhmän halut ja tarpeet kohtaavat? Motivaation säilyttäminen? Edistymisen seuraaminen?

	Malliston suunnittelu	
Projektin tulosten toteaminen: Maaliskuu 2012	Valmis työvaatemallisto Malliston esittely kohderyhmälle -> Palautteen saaminen Tulosten kokoaminen esiteltävään muotoon	Mitä saatiin aikaan? Kuka hyöttyy? Mikä on lopputuotosten funktio? Työn onnistuminen? Miten edetään?
Projektin päättäminen: Arviointiseminaari, huhtikuu 2012	Opinnäytetyön raportin laatiminen Opinnäytetyön esittely arviointiseminaarissa -> opettajien ja opponijien palautteet	Missä muodossa loppuraportti? Tahot, joille opinnäytetyö esitetään?

3. Lähihoitajan työ ja ergonomia

Lähihoitajakoulutuksen suorittanut henkilö voi työskennellä monissa erilaisissa työympäristöissä. Omasta erikoistumisestaan riippuen lähihoitaja voi työskennellä esimerkiksi niin lapsien, vanhusten, kuntoutuksen kuin päihdetyönkin parissa. Usein lähihoitajan työ on raskasta niin henkisesti kuin fyysisestikin ja siihen kuuluu suuri vastuu.

(Lähde: Wikipedia, 2012)

3.1 Kangasniemen kotihoidossa työskentelevän lähihoitajan tyypillinen työpäivä

Kotihoidossa työskentelevä lähihoitaja tekemä työ on kaksivuorotyötä. Aamuvuoro alkaa kello 7 toimistolta, jossa käydään läpi päivän vierailukohteet ja mahdolliset lääkkeet, joita kohteisiin täytyy toimittaa. Tarvittavat tiedot saatuaan lähihoitaja nousee autoonsa ja ajaa ensimmäisen asiakkaan luo tämän kotiin. Jos asiakas ei itse ole vielä ehtinyt tai kyennyt laittamaan itselleen aamupalaa, lähihoitaja keittää kaurapuuron ja kahvit. Sama toistuu jokaisessa asiakaskohteessa, kunnes kaikki vanhukset ovat saaneet syödäkseen. Aamuisen kierroksen jälkeen palataan toimistolle kirjaamaan aamupäivän tapahtumat tietokoneelle.

Iltapäivällä tehdään jälleen asiakaskierros, osassa samoista kohteissa kuin aamupäivällä ja muutamissa muissa. Joinakin päivinä saattaa lähihoitajalla olla tehtävänä asiakkaan peseytymisen avustaminen. Jälleen kierroksen jälkeen, työpäivän päätteeksi, lähihoitaja kirjaa asiakaskäynnit tietokoneelle. (Lähihoitaja Leila Vuorinen-Siiskonen, keskustelu, 2012)

3.2 Lähihoitajien tämänhetkinen työvaatekokonaisuus

Kangasniemen kotihoidon lähihoitajien työvaatteet ovat Image Wear -merkin suunnittelemaa ja valmistamia työvaatteita, joita Mikkelin Pesula vuokraa eteenpäin. Lähihoitajat eivät itse saa

vaikuttaa vaatteiden valintaan muuten kuin koon puolesta, mallit ja värit on päätetty etukäteen. Nämä kyseiset vaatemallit ovat olleet käytössä jo useiden vuosien ajan.

Tämänhetkinen kotihoidon työntekijöilleen tarjoama työvaatekokonaisuus koostuu kahdesta työliivistä, kahdesta raidallisesta t-paidasta, yhdestä pitkähihaisesta t-paidasta ja työhousuista.

Image Wearin hoitotyöhön suunnittelemaat housut (Kuva 4) ovat yksinkertaiset malliltaan, niissä on sivutaskut, kuminauhavyötärö ja nauhakiristys sekä suorat lahkeet. Materiaali on joustamatonta palttinaa, jossa on 65 % polyesteriä ja 35 % puuvillaa, ja jonka paino on 215 g/m². Kokoja on saatavilla XS:stä 3XL:ään.

Kangasniemen Kotihoidon työntekijät käyttävät Image Wearin työliiviä (Kuva 5), jossa on kaksi upotettua rintataskua, nepparinappikiinnitys ja sivutaskut. Liivin materiaali on samaa kuin housujenkin, 65 % polyesteriä, 35 % puuvillaa ja paino 215 g/m². Työliiviä on saatavilla kokoina 32-52.

Lähihoitajien työasuun kuuluu vielä kesäkaudelle tarkoitettu raidallinen t-paita. Teollista huoltoa kestävä V-kaula-aukkoinen paita on singleneulosta, jonka materiaali koostuu 50 % puuvillasta ja 50 % polyesterista. Kangas painaa 160g/m². Talvikaudelle tarkoitettu ¾-hihainen paita on yksivärinen. Paitoja on tarjolla koosta XS kokoon 3XL saakka. (<http://www.imagewear.eu/tuotteet/>)



Kuva 4: Image Wearin hoitotyöhön suunnitellut housut



Kuva 5: Image Wearin hoitotyöhön suunniteltu työliivi

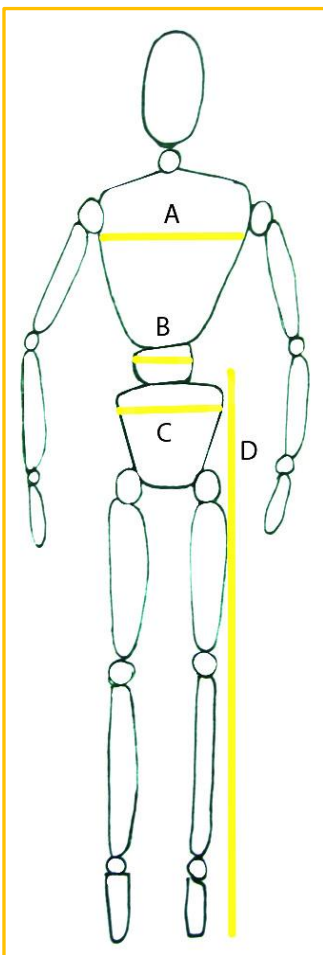


Kuva 6: Image Wearin hoitotyöhön suunniteltu lyhythihainen t-paita

3.3 Lähihoitajan työasentojen kuvaus ja analysointi

Kotihoidossa työskentelevän lähihoitajan työnkuva sisältää runsaasti erilaisia työasentoja, joista yhtäjaksoisesti pitkäkestoisimpia ovat luultavasti tietokoneella ja autolla ajaessa käytetyt istuma-asennot. Muut asennot ovat usein lyhytkestoisia, mutta toistuvat useita kertoja päivässä. Tällaisia asentoja ovat mm. kumartuminen, kyykistyminen ja kurottaminen. Mielestäni nämä liikkeet on otettava huomioon myös työvaatteen suunnittelussa; Väljyydet, rakenteet sekä käytettävät materiaalit vaikuttavat työvaatteen toimivuuteen ja ergonomiaan.

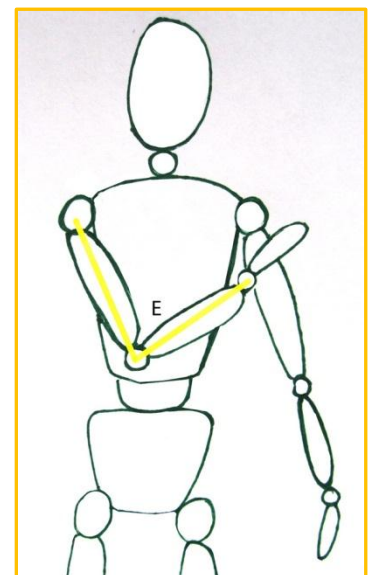
3.3.1 Yleistä mitoituksista



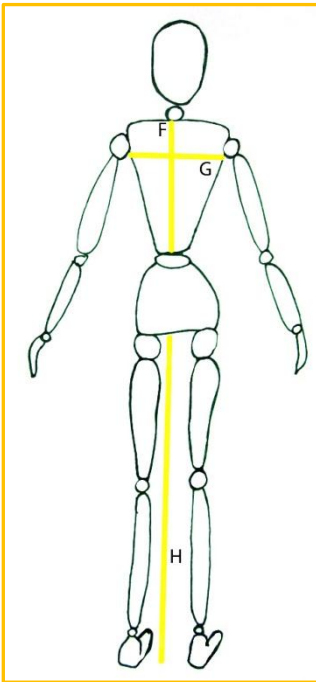
Kuva 7: Staattiset mitat, vartalon etupuoli

Erilaisten liikkeiden vaatimien väljyyksien mittaamiseen vaatteissa hyödynnetään vartalon ns. staattisia ja dynaamisia mittoja. Peruskaavat ja kokomitoitus ovat määritelty staattisten mittojen pohjalta. Staattiset mitat ovat siis mittoja, jotka otetaan henkilön seisoessa paikoillaan. Oleellimmat vartalon mittakohdat on esitelty seuraavaksi kuvien kera.

Kuvassa 7 näkyy neljä ensimmäistä staattista vartalon perusmittakohtaa. Kolme ensimmäistä mitataan vaakasuorasti vartalon ympäri: Rinnan ympärysmitta (A) otetaan rinnan korkeimmalta kohdalta. Kohta B, vyötärön ympärysmitta, mitataan keskivartalon kapeimmalta kohdalta. Kohta C on lantion ympärysmitta, joka myös mitataan vaakasuorasti, yleensä takamuksen korkeimman kohdan päältä. On mahdollista ottaa myös kaksi lantionmittaa, ylä- ja alalantion mitat, jos ne silmin nähden eroavat toisistaan. D-kohta on sivun pituus, joka mitataan pystysuoraan vartalon sivulta, vyötäröltä lattiaan.



Kuva 8: Staattiset mitat, käsivarren pituus



Kuva 9: Staattiset mitat, vartalon takapuoli

Kuvassa 8 (sivu 18) on esitelty käsivarren pituuden mitta (E). Mitta otetaan olan kärkipisteestä kyynärpäähän kautta ranneluuhun, kyynärpäähän ollessa taivutettuna 45 asteen kulmaan.

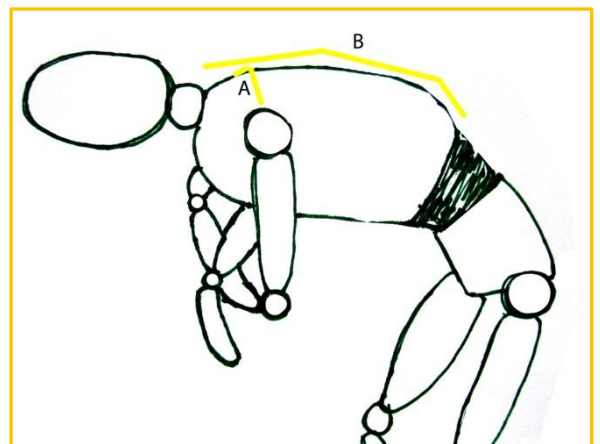
Kuvassa 9 näkyy selän pituus (F), joka mitataan noudatellen selän muotoa seitsemännestä niskanikamasta alaspäin vyötärölle. Selän leveys (G) mitataan vaakasuoraan lapaluiden päältä, kainalokulmasta toiseen, noin sentin verran kainalokulman yläpuolelta. Kohta H on jalan sisäpituus, joka mitataan pystysuoraan jalan sisäpuolelta, haarasta lattiaan.

Näiden edellä esiteltyjen perusmittojen lisäksi usein otetaan lisää tarkentavia mittoja, koska jokainen vartalo on erimuotoinen. Myös erilaiset vartalon virhe-asennot täytyy ottaa huomioon mitoitusta tehdessä.

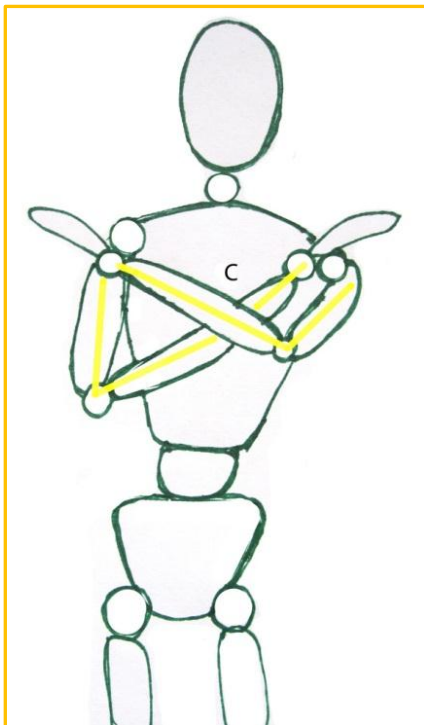
Staattisten mittojen lisäksi on myös dynaamisia mittoja, jotka otetaan ihmisen liikkeessä tai pysähtyessä tiettyihin työ- tai liikuntasuoritusasentoihin. Näiden mittojen avulla pystytään määrittämään vaatteeseen tarvittavat väljyydet, jotka mahdollistaa erilaiset käsien ja jalkojen laajat liikkeet, kyykistymiset ja kurottamiset sekä vartalon kiertoliikkeet. Etenkin vaatteissa, jotka valmistetaan joustamattomasta kankaasta, väljyyksien huomioiminen kaavoitusvaiheessa on tärkeää. Seuraavissa kuvissa on esitelty muutamia dynaamisia perusmittoja.

Kuvassa 10 näkyy selän mittojen muutos liikkeessä staattisiin mittoihin verrattuna. Selän leveys (A) mitataan samoin tavoin kuin staattisessakin mitassa, erona vain selän pyöristäminen sekä käsien asento. Kädet tulee olla koukussa rinnan päällä, kyynärpäät alaspäin suunnattuna.

Kohta B esittää selänpituusmittaa sekä alalantion korkeutta kumarruttaessa. Mitta otetaan niskasta, seitsemännen nikaman kohdalta alalantiolle saakka, lantion leveimmälle kohdalle selän muotoja myötäillen.



Kuva 10: Dynaamiset mitat, selkä.



Kuvassa 11 on esitelty käsivarren pituuden mittausta (C). Mitta otetaan samalla tavoin kuin staattisessakin (kuva 8, sivu 18), eli olkapään kärjestä kyynärpään kautta ranneluuhun. Erona asennossa on eteen rinnan päälle taivutettu kyynärpää ja olalle asetettu kämmen.

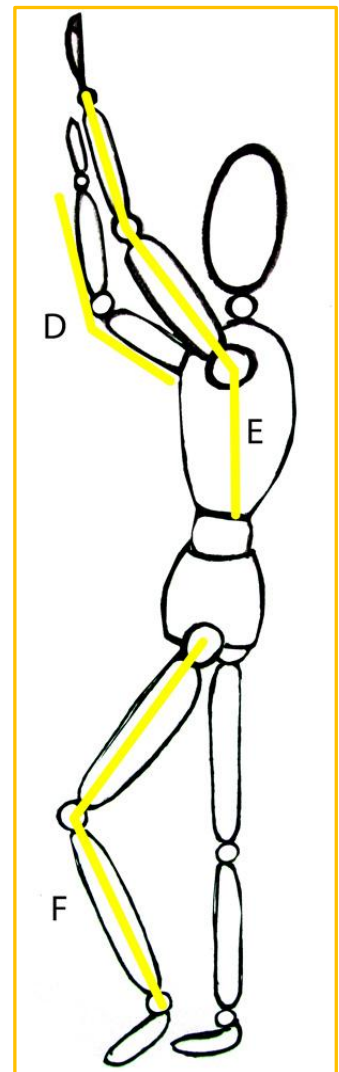
Kuvassa 12 on esitetty sivun ja käsivarren yhteispituus (D), joka mitataan vyötäröltä ranneluuhun käsivarren ollessa 90 asteen kulmassa nostettuna ylös, niin että kyynärpäät ovat olkapäiden tasolla.

Kuva 11: Dynaamiset mitat, käsivarren pituus

Vastaava mitta staattisesti on sivun pituus vyötäröltä kainaloon yhdistettynä kädenpituuteen ranneluusta kainaloon. Sama mitta on esitetty kohdassa E, sillä erolla, että käsivarsi on nostettu suorana ylös. Jalan sisäpituuden mitta (F) mitataan haarasta lattiaan, jalan asentoa myötäillen, sen ollessa nostettuna noin 45 asteen kulmaan.

Erot staattisten ja dynaamisten mittojen välillä ovat huomattavia, muutoksia tapahtuu jopa 20 cm:n verran. Tämän vuoksi onkin oleellista tutustua vaatteiden käyttötarkoitukseen ja -ympäristöön ennen mitoituksen aloittamista.

(Risikko & Marttila- Vesalainen 2005, 98-101)



Kuva 12: Dynaamiset mitat vartalon sivusta

3.3.2 Lähihoitajan tyypillisimmät työasennot

Olen ottanut yhteistyössä lähihoitajan kanssa valokuvia hänelle tyypillisimmistä työasunnoista, joiden analysointi edesauttaa minua vaatteiden suunnittelussa, etenkin ergonomisten seikkojen huomioonottamisessa.



Kuva 13: Työasennot 1-3.

Kuvassa 13 näkyy tavallisimpia seisoma-asennossa tapahtuvia työliikkeitä, kuten esimerkiksi portaiden nousemista tai keittiöjakkaralle nousua ja yläkaapille kurkottamista. Usein lähihoitajan tulee tukea asiakkaan kävelyä, kuten kuvan 13 kohdassa 3 on esitetty. Näissä työasunnoissa

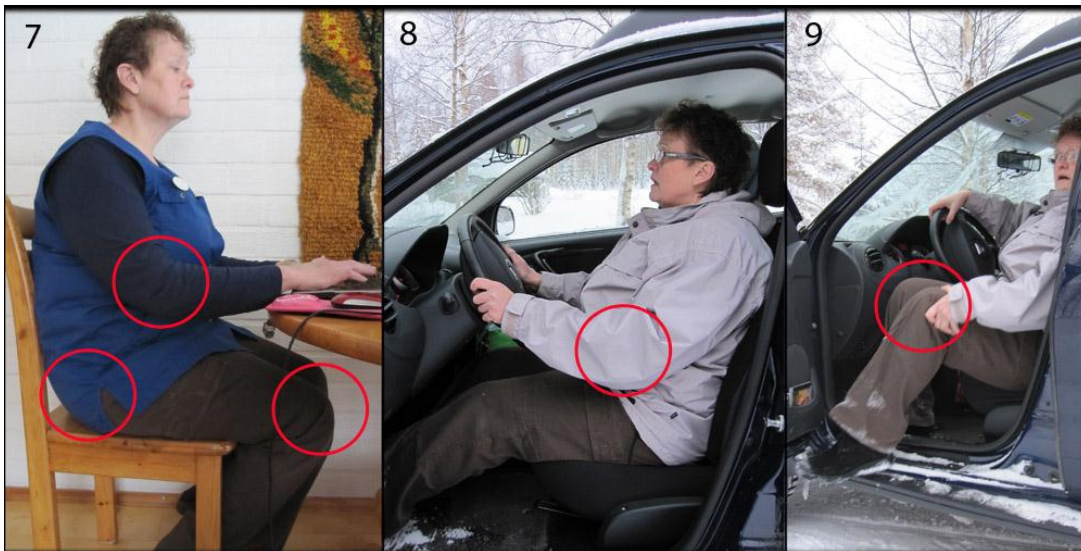


Kuva 14: Työasennot 4-6.

työvaatteelta vaaditaan liikkumavaraa etenkin polvi- ja kyynärtaiteiden kohdalla, sekä riittävää pituutta, jotta raajoja nostellessa ja venyttäessä työvaatteet eivät rajoita liikeratoja.

Toisessa kuvasarjassa (kuva 14, sivu 21) on demonstroitu erilaisia kyykistymisiä ja kyyristymisiä, joita lähihoitaja kohtaa työssään. Esimerkiksi sängyn petaamista, istumisen/nousemisen auttamista, tai asiakkaan sukkien pukemista tai kengännauhojen sitomista. Kuvista näkee, kuinka työvaatteen tulee antaa myöten niin leveys- kuin pituussuunnassakin, jotta kyyristyessä selkä voi pyöristyä. Työvaatteessa tulee myös olla tarpeeksi pituutta, jotta eteenpäin kyykistyessä vaate ei nouse ja selkä paljastu.

Kolmannessa kuvasarjassa (Kuva 15) on esitelty yleisimpiä lähihoitajan istumatyöasentoja. Työasentokuvassa 7 näkyy lähihoitajan asento hänen työskennellessään tietokoneella. Kuvan 15 kohdat 8 ja 9 demonstroivat autolla ajo-asentoa ja ajoneuvosta/ajoneuvoon nousemista. Näissä työasennoissa oleellista on huomioida vartalon taivealueet, joihin istuessa sekä myös käsiä ja jalkoja taivuttaessa kerääntyy kangasta. Istuessa etuvartalon mitta lyhenee seisoma-asentoon verrattuna ja kangas laskostuu rinnan ja reisien väliin. Jos esim. työliivin kangas on paksua ja jäykkää, saattaa se myös nousta hartioista tarkoitettua ylemmäs, koska kangas kannattelee itseään.



Kuva 15: Työasennot 7-9.

4. Tiedonhankinta

Jotta saisin mahdollisimman kattavan käsityksen mallistoni kohderyhmästä, pyrin keräämään tietoa heidän ajatuksistaan ja toimintaympäristöstään usein eri keinoin. Perinteisen kirjallisuus- ja Internetlähteiden lisäksi tiedonkeruumenetelminä hyödynsin havainnointia ja kontekstikartoitusta. Havainnoimalla pystyin tekemään omia huomioita lähihoitajien työskentelystä ja sen aiheuttamista haasteista ja mahdollisuuksista. Kontekstikartoituksen avulla pyrin kokoamaan lähihoitajien ajatuksia ja toiveita työvaatetukseen liittyen kyseisen menetelmän mukaisesti laadittujen tehtävien avulla.

4.1 Havainnointi

Kierrellessäni lähihoitajan mukana tämän työpäivän aikana, pääsin hyödyntämään yhtä tärkeistä tiedonkeruumenetelmistä, havainnointia. Sen avulla pystyin tekemään huomioita, joita itse pidin olennaisina tai muuten vain mielenkiintoisina, ja joita välttämättä esimerkiksi ei osaisi kysyä lähihoitajilta, tai joita he eivät hoksaisi itse kertoa.

Pyrkimyksenä oli seurata lähihoitajan työskentelyä ja työtehtäviä asiakaskohteissa mahdollisimman vähän niihin puuttumatta. Mielenkiintoisimmat havainnot kirjasin muistiin ja esimerkiksi tietyistä työasennoista otin valokuvia, jotta voisin palata niihin myöhemmin. Erityistä huomiota kiinnitin työasentoihin, jotka toistuivat eri asiakaskohteissa, sekä työpäivän aikana vaihtuviin lämpötiloihin.

Havainnoimalla pystyin keräämään malliston suunnittelua ajatellen tärkeitä huomioita, mutta myös saamaan itselleni laajemman kuvan kotihoidossa työskentelevän lähihoitajan työpäivästä. Työnkuvan monimuotoisuus selkenee vasta, kun sen itse pääsee näkemään paikan päällä.

4.2 Contextmapping

Contextmapping eli kontekstikartoitus on mielestäni hyvä työkalu nykypäivän suunnittelijan työssä. Aikaisemmin usein kehitteillä oleva tuote suunniteltiin ja valmistettiin

prototyypivaiheeseen tai jopa valmiiksi asti, jonka jälkeen sitä testattiin testihenkilöillä. Näin suunnittelijat saivat tärkeätä tietoa tuotekehittelyä varten asiakkaiden käyttökokemuksista. Testien tulosten analysoinnin jälkeen tuotetta osattiin kehittää haluttuun suuntaan.

Kontekstikartoituksen avulla tämä tuotekehitystä varten tarvittava tieto pyritään keräämään jo ennen suunnittelu ja kehittelyvaihetta. Erilaisten tehtävien kautta kerätään ihmisten siihen saakka keräämiä kokemuksia ja tunteita tiettyyn aihealueeseen liittyen. Kontekstikartoituksellinen tutkimus useimmiten sisältää monta erilaista vaihetta, kuten valmistelun, ns. osallistujien herkistelyvaiheen, ryhmätehtäviä ja analysointia. (Sleeswijk, Stappers, Van der Lugt & Sanders 2005, 123)

Seuraavaksi tarkemmin eri tutkimusvaiheiden sisällöstä, niin kuin ne Sleeswijk & kumppaneiden tutkimuksessa on esitelty, sekä pohdintaa siitä, kuinka omassa opinnäytetyössäni olen tätä kyseistä menetelmää hyödyntänyt.

Valmistelu

Valmistelu on tärkeä osuus jokaisessa käyttäjätutkimuksessa. Tässä vaiheessa käydään läpi mm. tutkimuksen tavoitteet, suunnittelu, osallistujien valikointi ja tutkimustekniikoiden valinta (Sleeswijk, Stappers, Van der Lugt & Sanders 2005, 123.)

Omassa työssäni tutkimuksen tavoitteena on ollut selvittää Kangasniemen Kotihoidossa työskentelevien mielipiteitä heidän nykyisestä työvaatetuksestaan ja saada selville heidän toiveitaan ja ideoitaan työvaatetuksen kehittämiseksi. Suunnittelin kolme erilaista tehtävää, jotka pyrkivät selvittämään näitä tavoitteita. Lähihoitajat, jotka osallistuivat tehtävien tekoon, olivat sattumanvaraisesti valittuja, jolloin mukaan pääsi eri-ikäisiä ja -kokoisia naisia. Tehtävät olivat luonteeltaan sellaisia, että ne pystyi tekemään itsenäisesti, mutta jotka myös ryhmässä tehtynä herättivät keskustelua.

Herkistely

Tämän vaiheen tarkoituksena on ”virittää” tutkimukseen osallistuvat ajattelemaan tutkittavaa aihetta ja valmistella heitä tuleviin ryhmätehtäviin. On tärkeää saada osallistujia rohkaistua ja motivoitua ajattelemaan, miettimään ja tutkiskelemaan asiaa heidän omasta henkilökohtaisesta

näkökulmastaan. Herkistelyvaihe voidaan suorittaa esimerkiksi lähettämällä sarja pikkutehtäviä heidän kotiinsa tehtäväksi jopa päivistä viikkoihin ennen varsinaista ryhmäkokoonantumista. Useimmiten pitempi herkistelyjakso ennen ryhmäsessiota takaa laadukkaampia lopputuotoksia, koska osallistujat ovat saaneet valmistautua rauhassa pohtimalla kokemuksiaan. (Sleeswijk, Stappers, Van der Lugt & Sanders 2005, 123-124)

Omassa tutkimuksessani tämä osuus jäi vähemmälle huomiolle. Herkistely tapahtui tässä tapauksessa ilman esitehtäviä, mutta tehtäviin osallistuvat lähihoitajat pyrittiin varmistamaan hyvissä ajoin, muutamaa viikkoa etukäteen, jolloin heillä oli aikaa virittäytyä miettimään aihealuetta ja sen herättämiä ajatuksia.

Istunnot

Istunnoissa osallistujat luovat tehtävien puitteissa jonkinlaisia tuotoksia kuvaamaan heidän tunteitaan, ajatuksiaan ja ideoitaan. Osallistujien tulee esitellä omat tuotoksensa muille ryhmäläisille, jolloin heidän kokemuksensa tulevat paremmin ilmi. (Sleeswijk, Stappers, Van der Lugt & Sanders 2005, 124)

Tämä vaihe oli hieman hankala suorittaa omassa tutkimuksessani, koska Kangasniemen Kotihoidon lähihoitajilla ei varsinaisesti ollut yhteistä hetkeä, jolloin kaikki tutkimukseen osallistujat olisivat olleet yhtä aikaa paikalla ja muutenkin heidän aikataulunsa oli tiukka. Myös yhteinen, ryhmäkokoonntumiselle tarpeeksi suuri tila puuttui. Niinpä osa vastanneista teki tehtävät itsenäisesti, ja niillä joilla oli mahdollisuus, kävivät jatkuvaa keskustelua tehtäviin liittyen niitä tehdessä.

Analyysi

Tällaisessa tutkimuksessa tehtävistä saatu tieto on runsasta ja monipuolista. Osallistujien tekemät tuotokset sisältävät useita aiheeseen liittyviä tarinoita, joiden tallentamisessa hyödynnetään myös videointia ja äänittämistä. Tutkimusmateriaalin tarkoituksena ei ole tukea tai kiistää olemassa olevia olettamuksia, vaan tutustua tutkittavaan kontekstiin ja etsiä odottamattomia vaihtoehtoja, ja tätä kautta laajentaa suunnittelijoiden näkökulmia. (Sleeswijk, Stappers, Van der Lugt & Sanders 2005, 124)

Tehtävien teettäminen lähihoitajille selvensi aiempia tietoja sekä antoi paljon uusia ideoita suunnittelutyöhön. Tehtävät toivat esille tiettyjä perusasioita, kuten myös lähihoitajien henkilökohtaista ajatusmaailmaa ja persoonaa, joka antaa motivaatiota suunnittelutyöhön.

Tiedon välittäminen

Viimeisenä vaiheena on lopputulosten liittäminen suunnittelutyöhön. Usein prosessin alkuvaiheessa esitetyt tutkimustulokset voivat antaa suunnittelijoille niin uutta tietoa kuin myös inspiraatiota työskentelyyn. Tavanomaisiin kirjoitettuihin raportteihin verrattuna kontekstikartoituksen tapaiset vuorovaikutteiset tiedonkeruumenetelmät toimivat usein paremmin suunnittelijoille, koska he pystyvät samaistumaan paremmin tutkimukseen osallistuneihin. (Sleeswijk, Stappers, Van der Lugt & Sanders 2005, 124)

Opinnäytetyössäni olen se, joka tekee tutkimuksen ja myös suunnittelun, jolloin varsinaista tiedon välittämistä ei tarvitse tehdä, vaan suunnittelijana olen kerännyt ideoita ja tietoa koko ajan matkan varrella. Koska opinnäytetyöni perimmäinen tavoite on ollut suunnitella mallisto, joka täyttää lähihoitajien toiveet ja tarpeet, oli tehtävien teettäminen ehdottomasti tärkeää ja antoisaa työskentelyn etenemisen kannalta.

4.3 Kangasniemen kotihoidossa teettämäni tehtävät

Opinnäytetyöni on alusta alkaen ollut hyvin asiakaslähtöinen, olen halunnut pitää malliston suunnittelun lähtökohtana kohderyhmän tarpeet ja halut. Jotta saisin mahdollisimman tarkan kuvan lähihoitajien työvaatemieltymyksistä, hyödynsin kontekstikartoitusmenetelmää ja kehitin kohderyhmälle tehtäviä, joista saan tarvittavat tiedot suunnittelutyöni pohjalle.

Lähihoitajien ryhmäkeskustelun järjestäminen oli hieman haastavaa heidän kiireellisen aikataulunsa takia, joka pakotti minut hieman improvisoimaan tehtävien toteutuksen kanssa. Aluksi suunnittelemani ryhmätehtäväkeskustelu, johon osallistuisi 4-6 henkilöä, ei olisi ollut mahdollista aikataulujen ja tilojen puitteissa, joten päätin toteuttaa tehtävät kahden hengen pareissa. Tämä oli täysin riittävä tapa myös, sillä se mahdollisti keskustelun ja ns. ääneen ajattelun kyselyä tekevien kesken.

Tehtävien laatiminen oli hankalin vaihe, niiden tuli olla nopeita ja tarpeeksi yksinkertaisia ja konkreettisia, jotta kohderyhmä saisi omat ideansa kuuluviin tehtävien kautta. Pohtiessani tehtäviä päätin pitää sanalliset ja kuvalliset elementit erillisinä, koska osa tehtäväversioista tuntui kovin monitulkintaisilta ja vaikeaselkoisilta, kun nämä kaksi asiaa olivat yhdessä. Halusin myös, että tehtävissä on mahdollisimman paljon ”tilaa” lähihoitajien omille ajatuksille ja ehdotuksille.




4.3.1 Ensimmäinen tehtävä

Ensimmäinen tehtävä (Liite 1), käsitteli lähihoitajien nykyistä työvaatetusta. Kyseisen tehtävän tavoitteena minulla oli saada haastateltavat pohtimaan nykyistä työvaatetilannettaan ja kuvaamaan sen vahvuuksia ja heikkouksia.

Tehtävä sisälsi yhdeksän erilaista sanaa (Laatu, väri, malli, materiaali, istuvuus, muodinmukaisuus, käytännöllisyys, neljä vuodenaikaa sekä muunneltavuus), jotka mielestäni kuvaavat monipuolisesti työvaatteen eri osa-alueita ja ominaisuuksia. Haastateltavien tuli kirjata kunkin sanan perään joko positiivinen +, negatiivinen - tai neutraali +/-, sen mukaan, kuinka he itse näkevät kyseisten seikkojen toteutuneen heidän nykyisessä työvaatetuksessaan. Myös perustelut merkinnöille olivat toivottuja.

Tulokset olivat seuraavanlaisia:

Taulukko 2: Yhteenveto tehtävän 1 vastauksista

(Vastaajia 7 kpl)			
Laatu	7		
Väri	3	2	2
Malli	1	1	5
Materiaali	2	2	3

Istuvuus	2		5
Muodinmukaisuus	1	3	3
Käytännöllisyys	4	1 1 tyhjä	1
Neljä vuodenaikaa	1		6
Muunneltavuus		1	6

Kommentteja:

Laatu: ”kestäviä”

Väri: ”Hillitty ja pirteä”, ”Liian vähän vaihtoehtoja”

Malli: ”Epäkäytännöllinen”, ”Yksi ja sama malli kaikille vartalotyypeille”, ”Yksitoikkoisia”

Materiaali: ”Ei hengitä”, ”Ainakin housut saisivat olla joustavaa materiaalia”, ”Jäykkä ja joustamaton”

Istuvuus: ”Istuu huonosti, (työliivi) hankaa niskasta”, ”yksi ja sama malli kaikille vartalotyypeille”, ”isoja kokoja huonosti saatavilla”

Muodinmukaisuus: ”Ei tärkeä asia”, ”Ei ole oleellinen asia”, ”länikuinen malli”

Käytännöllisyys: ”Taskut ovat epäkäytännölliset”, ”Taskut + liivit hyvät”, ”Taskuja riittävästi”

Neljä vuodenaikaa: ”Samat vaatteet kesät talvet, ei hyvä!”, ”Talvella lämpimimpiä – kesällä kevyempi vaihtoehto”, ”Työliivi on hiostava kesällä”

Muunneltavuus: ”Ainoastaan paidan väriä voi vaihdella”, ”Ei muunneltavissa”

Kuten vastauksista käy ilmi, nykyisellä työvaatetuksella on omat heikkoutensa ja vahvuutensa. Ainoa kohta, johon haastateltavat vastasivat yksimielisesti, on laatu; kaikki kertoivat olevansa

tyytyväisiä vaatteiden laatuun, mikä sinänsä omasta mielestänikin on täysin perusteltu. Vaatteiden tulee kestää jatkuvaa pesua, eivätkä ne saa menettää muotoaan tai väriään.

Väreistä kysyttäessä vastaajien mielipiteet jakaantuvat. Suuri osa on tyytyväisiä, loput eivät osaa sanoa tai eivät pidä, useimmat kommentoivat osa-aluetta sanoin ”No perusvärit, sininen ja punainen. Kai niitä voisi olla muitakin, mutta menettelee.”

Työvaatteiden mallit ovat myös suurimman osan mielestä toimimattomia. Suurimpana ongelmana on se, että sama malli on tarjolla kaikille vartalotyypeille, jolloin esim. pitkille ja hoikille tarpeeksi pitkä työliivi on liian leveä, mikä taas vaikeuttaa työskentelyä.

Materiaali-kohta jakoi jälleen mielipiteitä. Moni ei ollut tyytyväinen työvaatetuksensa materiaaleihin, muutama ei osannut sanoa ja kaksi oli tyytyväisiä. Tehtävän vastaus yllätti siinä mielessä, koska lähes jokainen lähihoitaja minulle sanoi välittömästi: Nämä työhousut ovat kaameat, tällaista peltiä tämä kangas! Vaikka yleisesti lähes jokainen oli työvaatteidensa materiaalien laatuun tyytyväisiä, eivät ne ole toimivuutensa kannalta parhaita. Mm. työliivin materiaali on hiostavaa, sekä yhtälailla kovaa kuin housuissakin.

Istuvuudesta ei ollut jälleen montakaan positiivista vastausta, tässäkin kohdassa nousi esille mallien yksitoikkoisuus ja istumattomuus eri vartalotyypeille. Myös isoja kokoja työvaatteisiin kaivattaisiin. Eräs lähihoitajista kertoi, ettei hän saa työliiviään napitettua kiinni, mutta isompiakaan kokoja ei ole tämän hetkisissä valikoimissa.

Muodinumukaisuudesta monet eivät osanneet olla varsinaisesti mitään mieltä. Pääasiallisesti kaikki olivat yhtä mieltä, että muoti ei näy työvaatteissa, mutta tulivat siihen lopputulokseen, ettei työvaatteen varsinaisesti tarvitsekaan olla muodikas. Tärkeämpiäkin kriteereitä löytyy.

Käytännöllisyys sai pääosin plussaa, perusteluissa ilmeni pieniä ristiriitaisuuksia mm. taskujen toimivuudesta. Osa oli sitä mieltä, että taskut toimivat ja niitä on tarpeeksi, kun taas muutama oli sitä mieltä että ne ovat epäkäytännöllisiä.

Kohdassa neljä vuodenaikaa näkyi selkeästi vastanneiden tyytymättömyys työvaatteidensa toimivuuteen eri sääolosuhteissa. Ainoa ero talvi- ja kesätyöasussa on t-paidan hihan pituus; Talvella paidan hihan pituus on $\frac{3}{4}$ -osamittainen ja kesällä lyhyt t-paitahiha.

Työasujensa muunneltavuudesta lähes kaikki olivat yhtä mieltä, mahdollisuuksia muunneltavuuteen ei oikeastaan ole. T-paitoja on useampia erivärisiä, se onkin ainoa muunneltava osa-alue työasukokonaisuudessa. Kaiken kaikkiaan ensimmäisen tehtävän vastaukset olivat sen suuntaisia, kuin olin odottanutkin.

4.3.2 Toinen tehtävä

Toinen tehtävä (Liite 2) sisälsi A4-paperiarkin, jossa oli lueteltu useita kymmeniä erilaisia laatu- ja asiasanoja, ja sanojen lisäksi kolme erilaista kategoriata: 1. Asiat, jotka työvaatteesta tulisi löytyä, 2. Asiat, jotka eivät ole välttämättömiä työvaatteessa, mutta mukava lisä, 3. Asiat, joita työvaate ei kaipaa. Haastattelijan tulee valita sanoista 1-5 kappaletta jokaiseen kategoriaan, omien mieltymystensä mukaisesti, sekä halutessaan kirjata mahdollisia lisähuomioita valinnoistaan.

Kokosin vastauksista seuraavat sanat kustakin kategoriasta, jotka toistuivat useammin kuin kerran:

1. Asiat, jotka tulee löytyä työvaatteesta:

Hygieniä 6, asiallinen 6, koko 6, tasku 5, helppo 4, suoja 4, laatu 3, muoto 3

Haastateltavien omat lisäykset: Joustava, värikäs, ulkotakkiin 'huppu'.

2. Asiat, jotka eivät välttämättömiä, mutta mukava lisä:

Yksityiskohta 4, persoonallisuus 3, koriste 2, muoti 2, ajaton 2

3. Asiat, joita työvaate ei kaipaa:

Outo 5, koriste 4, tyttömäinen 3, huppu 3, kiilto 3, vyö 2

Työvaatteen tärkeimmät ominaisuudet liittyvät siis sen toimivuuteen käyttötarkoituksessaan, ja sen tulee olla laadukas niin materiaaleiltaan kuin suunnittelultaan. Lähihoitajat kaipaavat vaatteisiinsa persoonallisuutta ja enemmän yksityiskohtia. Suuri osa hoitajista Kangasniemen kotihoidossa olivat keski-ikäni ylittäneitä, ja heidän mielestään tyttömäisyys ei ole enää tarpeen heidän iässään. Myös kaikki ylimääräinen koristelu ja "lisäkkeet" kuten vyö eivät kuulu työvaatteeseen, ne vain hankaloittavat työskentelyä.

4.3.3 Kolmas tehtävä

Kolmannessa tehtävässä (Liite 3) pyrin kokoamaan mahdollisimman monipuolisesti erityylisten vaatekappaleiden kuvia, joista haastateltavien tuli valita mielekkäin työasukokonaisuus. Kuvia oli niin urheilu-, arki-, bisnes- kuin juhlapukeutumisestakin. Tehtävässä painotettiin, ettei asukokonaisuuden valinnassa tarvitse miettiä sen käytännöllisyyttä tai kestävyyttä, vaan tärkeimpänä kriteerinä toimisi se, miltä kyseiset vaatteet tuntuvat päällä.

Tehtävän tulokset:

D = t-paita: 6/7

A= liivi: 4/7

C= huppari: 3/7

E= Farkut: 2/7

L= Collegehousut: 2/7

H= haalari: 1/7

K= suorat housut: 1/7



Kuva 16: Nämä vaatteet olivat hoitajien suosikkeja

Kuvassa 16 näkyy lähihoitajien suosikkivaatekappaleet tehtävästä. Lähes kaikki työntekijöistä valitsivat perusmallisen t-paidan työasuunsa. Fleece-liivi sai toiseksi eniten ääniä, ja liivin rinnalla yhden äänen vähemmän sai huppari. Alaosista farkut ja collegeverkkarit saivat yhtä paljon ääniä, tärkein valintakriteeri oli se että housut ovat siistit ja mukavat pitää jalassa. Myös suorat liituraihousut saivat yhden äänen. Yksi olisi myös halukas valitsemaan työasuukseen haalarin. Maxi-mekko, harmaa tunika, bolero, neulepaita, hame sekä polvimittainen mekko eivät saaneet yhtään ääntä.

4.4 Haasteet lähihoitajien työvaatetuksessa

Työvaatteiden suunnittelussa yksi oleellisimmista osa-alueista on vaatetusfysiologisten seikkojen huomiointi. Jotta vaate toimisi käyttäjänsä hyödyksi parhaalla mahdollisella tavalla, on sen oltava niin materiaaleiltaan, istuvuudeltaan ja rakenteeltaan sellainen, että vaateen käyttäjä tuntee itsensä siinä mukavaksi. Tanja Risikon & Ritva Marttila-Vesalaisen kirjassa Vaatteet ja haasteet on koottu mielestäni kattavasti mukavuuteen vaikuttavat asiat:

”Ihminen tuntee olonsa mukavaksi vaatteessa, kun hänellä ei ole liian kuuma eikä kylmä, eikä vaate rajoita liikettä, purista tai hiosta. Lisäksi mukavuuden edellytys on, että vaate on mieluinen, käyttötarkoitukseen ja –tilanteeseen sopiva ja käyttäjänsä mielestä esteettinen (2006, 7.)”

Koska jokainen ihminen on oma itsenäisesti ajatteleva ja tunteva yksilönsä, on mukavuuden käsite muuttuvainen vaateen käyttäjän mukaan. Käsitukseen mukavuudesta vaikuttaa ihmisen omat kokemukset ja arvot sekä tuntemukset niin henkisellä kuin fyysiselläkin saralla. Myös usein ympäristö saattaa vaikuttaa henkilön mielipiteisiin, kuten esimerkiksi aina ajallaan vallitsevat muotivirtaukset. (Risikko & Marttila- Vesalainen 2006, 7)

Etenkin kotihoidossa työskentelevän lähihoitajan työvaatteiden tulisi mukautua hyvin useisiin ja erilaisiin työolosuhteisiin. Lähihoitajien työn ollessa ympärivuotista, tulee vaatteiden toimia erilaisissa ääriolosuhteissa, kesän polttavassa kuumuudessa ja talven kirpeissä pakkasissa. Myös työn raskaus vaihtelee työtehtävien mukaisesti: Avustettavat vanhukset voivat olla liikuntarajoitteisia, jolloin lähihoitajan tulee avustaa fyysisesti erilaisissa toiminnoissa, kuten esimerkiksi peseytymisessä. Asiakasta kylvetettäessä ja saunottaessa lähihoitaja joutuu työskentelemään kosteassa ympäristössä, ja tämä kosteus siirtyy myös hänen työvaatteisiinsa. Useimmiten asiakaskohteissa ei ole aikaa viipyä niin kauaa että pesussa kostuneet vaatteet olisi aikaa kuivatella, vaan lähihoitaja voi joutua siirtymään -25 asteen pakkaseen märissä vaatteissa.

Työvaatteissa on siis tärkeää huomioida lämpöeristävyys ja -luovutuksellisia seikkoja. Kotihoidossa työskentelevien lähihoitajien työssä suurin osa ajasta ollaan jaloillaan ja liikkeessä. Tämän takia työ mielestäni lukeutuu keskiraskaaseen ja raskaaseen työhön.

4.4.1 Lämpötasapaino ja lämpöviihtyvyys

Ihminen on tasalämpöinen, joka tarkoittaa sitä, että ihmisen syvälämpötila pysyy suhteellisen tasaisena ympäristön lämpötilasta riippumatta. Tasaisen syvälämpötilan ylläpitäminen on tärkeää, jotta elintoimintomme pysyvät kunnossa. Normaalisti tämä lämpötila on 37 °C ja se voi vaihdella puolesta asteesta asteeseen, vuorokaudenajan mukaan. Enimmillään syvälämpötila voi vaihdella 2 °C molempiin suuntiin, ilman että ihmisen elimistön toiminta, fyysinen ja psyykkinen toimintakyky sekä biokemialliset toiminnot häiriintyvät. Liikunnan yhteydessä ihmisen syvälämpötila voi hetkellisesti nousta 39–40 celsiusasteeseen. Ihmisen elimistö kestää n. 5 asteen lämpötilan nousun ja 10 asteen laskun ilman vakavia seurauksia.

Ihon pintalämpötila on paljon viileämpi kuin syvälämpötila, erityisesti raajojen kärjissä, joissa kulkevat pintaverisuonet supistuvat viileissä olosuhteissa. Lämpimässä ympäristössä vartalon sisä- ja pintaosien lämpötila on tasaisemmin jakautunut, kun taas viileässä ympäristössä keho alkaa jäähtyä ihon pinnalta vaihteittain syvemmälle. Jäähtyminen alkaa esim. sormista ja varpaista, eli siis kehon ääreisosista.

Kehon lämmönsäätelyn tarkoituksena on säilyttää lämpötasapaino sekä lämpöviihtyvyys. Keho on lämpötasapainossa silloin, kun se luovuttaa lämpöä yhtä paljon kuin tuottaa sitä. Ihmisen lämmöntuotanto ja –luovutus ovat tasapainossa niin kutsutulla termoneutraalialueella. Alastoman ihmisen termoneutraalialue on noin 28 °C, jos tämä on levossa, istuu tai seisoo paikallaan tyynellä ilmalla. Nämä olosuhteet eivät vaadi keholta erityistä lämmönsäätelyä pitääkseen itseään tasapainossa.

Kehon lämmönsäätelyyn kuuluu eri osatekijöitä, kuten lämpötilan aistiminen, säätelyjärjestelmä sekä lämmönsäätelyvasteet. Lämpötilan aistiminen tapahtuu ihon, sisäelinten, lihasten ja keskushermoston kautta, joka toimii myös säätelyjärjestelmänä. Iholla olevien lämpötilareseptorien kautta kulkeutuu tieto lämpötilanmuutoksesta keskushermostoon, hypotalamukseen. Hypotalamus antaa ohjeet elimistölle, joka reagoi muutokseen erilaisilla fyysisillä vasteilla. Nämä fyysiset vasteet määrittävät sen, kuinka paljon ihminen luovuttaa lämpöä ympäristöön. Lämpimissä olosuhteissa elimistö pyrkii lisäämään lämmönluovutusta mm. laajentamalla pintaverisuonia jolloin verenkierto kuljettaa lämpöä tehokkaammin iholle luovutettavaksi ympäristöön. Myös hikoilu lisää tehokkaasti lämmönluovutusta. Kylmässä kehon

reaktiot ovat päinvastaisia: Pintaverisuonet supistuvat ja keho keskittyy lämmittämään vartalon sisäosia, jolloin ihon lämpötila laskee. Tarpeeksi pitkään jatkunut jäähtyminen käynnistää lisälämmöntuotannon, jonka ensi vaiheessa lihasten jännitys kasvaa tuottaen lämpöä. Jäähtymisen edetessä tämä lihasjännitys muuttuu lihasvärinäksi, joka ei enää ole tahdonalaista.

Lämpöviihtyvyys on jokaisen omakohtainen tulkinta siitä, milloin on tyytyväinen ympäristöoloihin. Tällöin mikään ruumiinosa ei ole liian kylmä tai lämmin ja ihminen viihtyy vallitsevassa lämpötilassa. Lämpöviihtyvyyteen vaikuttavat myös yksilölliset seikat, sekä mm. vuorokaudenaika ja vireystila. (Risikko & Marttila- Vesalainen 2006, 20-26)

4.4.2 Toiminnan tasot

Ihmisen lämmöntuotto syntyy pääosin aineenvaihdunnan kautta. Lämmöntuotto ilmoitetaan joko yksikkönä W (watti), tai hieman harvemmin yksikkönä W/m², joka tarkoittaa lämmöntuottoa suhteutettuna ihmisen pinta-alaan. Keskikokoinen aikuinen mies on pinta-alaltaan 1,8 m², niinpä lämmöntuoton yksiköksi tulee tällöin W/1,8 m². 70 kiloa painavan ihmisen perusaineenvaihdunta on noin 80W, mutta siihen vaikuttaa niin vuorokaudenaika, ravinto kuin myös liikunta tai raskas työ. (Risikko & Marttila- Vesalainen 2006, 25)

Työn eri tasot luokitellaan niissä syntyvän lämmöntuoton mukaan. Risikon ja Marttila-Vesalaisen kirjassa Vaatteet ja haasteet on listattu ISO 8996 -standardin mukaisesti työntasoja aina levosta erittäin raskaaseen työhön, sekä niiden lämmöntuotantoa:

Lepo	100W (makaaminen, istuminen)
Erittäin kevyt työ	130W (esim. kevyt istumatyö)
Kevyt työ	175W (esim. rauhallinen kävely)
Keskiraskas työ	280W (esim. reipas kävely)
Raskas työ	400W (esim. hiekan lapiointi)
Erittäin raskas työ	510W (esim. portaiden juoksu) (Risikko & Marttila- Vesalainen 2006, 26.)

Lähihoitajan työssä työntasot voivat vaihdella kevyestä työstä raskaaseen työhön. Mielestäni kevyin työvaihe on tietokoneella tapahtuva työpäivän asiakaskohteiden tietojen kirjaaminen, kun taas raskain voi esimerkiksi olla yli satakiloisen asiakkaan nostelu pyörätuolista sänkyyn tai tämän

avustaminen kylpemisessä. Vaihtelevan työntason takia oikeanlainen työvaatetus ja lämmöneristävyydet ovat tärkeässä osassa lämpöviihtyvyyttä.

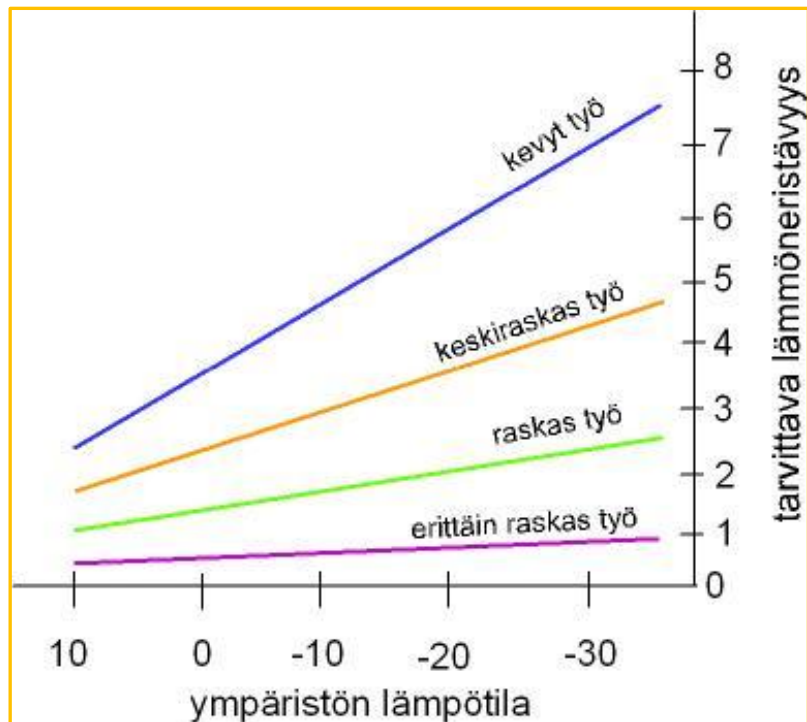
Lämmöneristävyyden määrittämiseen voidaan käyttää joko kankaan tai kangasyhdistelmän eristävyyttä (R_{ct} = Thermal resistance) tai vaatteiden lämmöneristävyytenä (I_{cl} = Thermal insulation). Lämmöneristävyyden ilmaisemiseksi käytetään yleisesti yksikköä clo, joka on alun perin 34 määritelty siten, että ” vaatetuksen lämmöneristävyys on 1 clo, kun siihen pukeutunut, kevyttä istumatyötä tekevä henkilö tuntee lämpöviihtyvyyttä normaalissa huoneilmassa, jonka lämpötila on 21 °C, ilman suhteellinen kosteus (relative humidity) RH<50%, ja ilman virtaus n. 0,1 m/s.” (Risikko & Marttila- Vesalainen 2006, 38)

Työvaatteiden lämmöneristävyyden arviointi onnistuu helpoiten esimerkiksi ISO 9920 -standardin mukaan määritellyllä taulukolla, johon on listattu yksittäisten vaatekappaleiden lämmöneristävyydet. Näitä arvoja yhteen laskemalla saadaan arvioitua sopiva vaatteiden määrä tiettyihin olosuhteisiin. Koska vaatteet kuitenkin päällekkäin puettuina painavat toisiaan kasaan ja menevät osittain limittäin, tulee yhteenlaskettu clo-lukema kertoa lukemalla 0,82, jolloin saadaan lähemmäs todellista vastaava arvo. (Risikko & Marttila-Vesalainen 2006, 39-40)

Taulukko 3: Yksittäisten vaatekappaleiden lämmöneristävyyksiä.

(Mukailtu Vaatteet ja haasteet, Risikko & Marttila-Vesalainen 2006, 39)

	m ² K/W	clo
T-paita	0,012	0,08
Alushousut, lyhyet	0,005	0,03
Nilkkasukat, ohuet	0,003	0,02
Paksut villasukat	0,011	0,07
Farkut, vuorittomat housut	0,037	0,24
Paksu toppatakki	0,070	0,45
Pipo	0,002	0,01
Paksu villapaita	0,084	0,54



Kuva 17: Vaatetuksen lämmöneristysten tarpeen ja toiminnan tasojen suhdetta eri lämpötiloissa havainnollistava kuva.

(Mukailtu Risikko & Marttila-Vesalainen 2006, 45.)

Vaatteiden määrän lisäksi lämmöneristävyys tarpeeseen vaikuttavat vallitseva ympäristön lämpötila ja suoritettavien työtehtävien raskaustaso. Yleisesti ajateltuna, mitä kylmemmät olosuhteet ovat, sitä enemmän tarvitaan vaatetta, mutta työn raskaustason noustessa ihminen tuottaa enemmän lämpöä, jolloin tarvitaan vähemmän vaatetta kuin samassa lämpötilassa kevyttä työtä tehdessä.

5. Työvaatteiden suunnitteluprosessi

Kuten aiemmin jo mainitsin, opinnäytetyöni perustavoitteena on suunnitella mallisto, joka parhaansa mukaan vastaa lähihoitajien omia tarpeita ja mieltymyksiä. Mallistoni perimmäisiä tavoitteita on suunnitella mahdollisimman ergonomisia, miellyttäviä ja huolettomia työvaatteita vastapainoksi välillä raskaaseen työhön. Jotta vaatteet toimivat käyttötarkoituksessaan, tulee valmistusmateriaalien kestää jatkuvaa pesemistä väriään ja muotoaan menettämättä. Tätä silmällä pitäen olen tutustunut erilaisiin työvaatekangasvalmistajien (mm. Klopman International, Orneule Oy) tuotevalikoimiin.

Mielestäni suurimpia epäkohtia, joita opinnäytetyöni tiedonhankinnan yhteydessä on käynyt ilmi, on työntekijöiden vaatetarjonnan puutteellisuus, lähinnä välikausivaatteiden tarjonnassa. Ainoa ero talvi- ja kesävaatetuksen välillä on työntekijöiden t-paidan hihan pituus; kesällä lyhytaihainen t-paita, talvella $\frac{3}{4}$ -hihallinen. Päälyysvaatteet ja asusteet ovat työntekijöiden hankittava itse.

Tämän edellä mainitun seikan haluan ottaa huomioon mallistoani suunnitellessa kiinnittämällä huomiota vaihtuviin vuodenaikoihin ja sitä kautta eri vaatekappaleiden yhdisteltävyyteen. Mielestäni kerrospukeutuminen olisi yksi varteenotettava vaihtoehto, joka mahdollistaa helpon muunneltavuuden lämpötilavaihteluiden mukaan.

5.1 Inspiraatio



Kuva 18: Malliston ideataulu

Suunnittelemani mallistoa kuvaavaan ideatauluun (Kuva 18) olen kerännyt kuvia kahdesta eri aihe-alueesta. Vasemmalla puolella on kuvia lähihoitajan työpäivästä niin tämän itsensä kuin vanhuksenkin näkökulmasta katsottuna. Keskellä suurimpana kuvana on kuva kahdesta käsiparista, jotka pitävät toisistaan kiinni, jota halusin kuvan tunnelman takia korostaa. Mielestäni se kiteyttää etenkin kotihoidossa työskentelevän lähihoitajan työnkuvan, joka on välittää hoidettavasta vanhuksesta ja tämän hyvinvoinnista.

Oikealle puolelle ideataulua keräsin kuvia vaatteista, jotka mielestäni viestivät mukavuutta ja rentoutta, niin materiaaliensa kuin myös malliensa puolesta. Kuvissa näkyy elementtejä, joita haluan hyödyntää myös omassa suunnittelussani, kuten esimerkiksi laskoksia ja kerroksellisuutta.

Näiden kahden kuvaryhmän välillä kulkee hentoinen katkoviiva, koska mallistoni päätavoitteena on yhdistää nämä kaksi osa-aluetta: Lähihoitajan työ, sekä rennot ja mukavat työvaatteet.

Mielestäni nämä kaksi asiaa tukevat toisiaan hyvän työjäljen takaamiseksi. Monipuolinen työ vaatii toimivat vaatteet, jotta työskentely on sujuvaa, ja kun tämä asia on kunnossa, on se hyödyksi niin asiakkaalle kuin työntekijällekin.



Kuva 19: Malliston värimaailma

5.2 Malliston värimaailma

Malliston värimaailma (Kuva 19) sai inspiraationsa talviaamun maiseman kylmistä pastellisävyistä, joita kevään ensimmäiset auringonsäteet lämmittää. Tästä maisemasta poimin mallistooni viisi pääväriä, jotka toimivat niin itsekseen kuin yhdistettyinäkin. Sen lisäksi että nämä sävyt miellyttävät minua henkilökohtaisesti, ovat ne mielestäni sopivan hillittyjä ja tyylikkäitä työvaatteiden väritykseksi. Viiden päävärin lisäksi poimin kaksi aksenttiväriä, syvän oranssinpunaisen ja kovan valkoisen, jotka tuovat päävärien pastellisuuden rinnalle räväkän lisän.

5.3 Ergonomian yhdistäminen esteettisyyteen

Lähihoitajille tekemieni tehtävien tuloksista voi päätellä, että työvaatteen ulkonäkö ei ole se tärkein kriteeri, mutta mukava lisä. Tärkeintä työntekijöille on se, että vaate tuntuu mukavalta päällä niin valmistusmateriaaliensa kuin myös istuvuutensa puolesta. Työvaatteen tulee olla sellainen, että se ennen kaikkea edesauttaa tehtävää työtä, eikä missään nimessä hankaloita sitä.



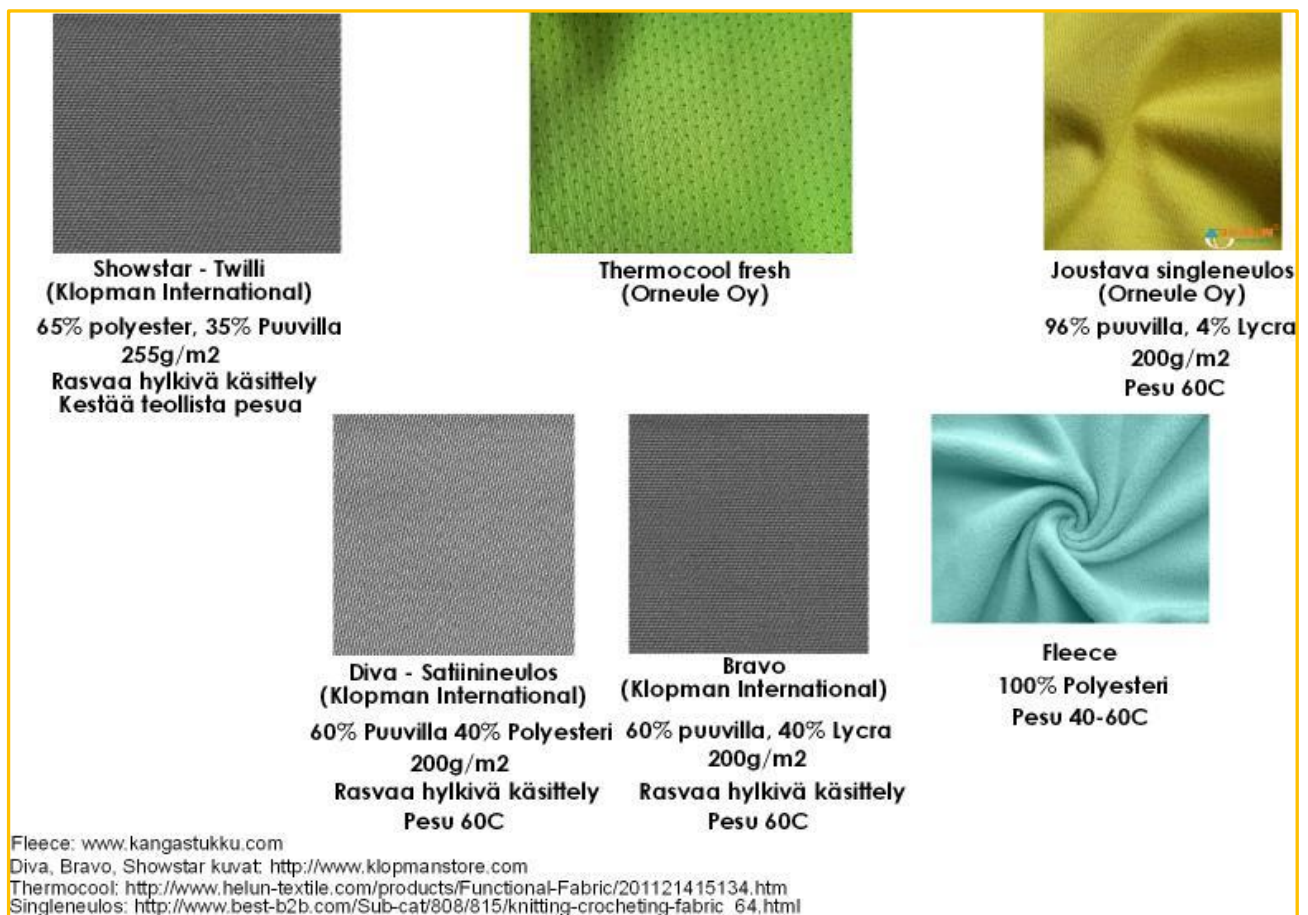
Kuva 20: Kollaasi, joka kuvaa malliston ominaisuuksia

Vaatetusmuotoilijaopiskelijana esteettisyys on ergonomian ohella minulle itselleni tietysti tärkeä asia, niinpä yhtenä haasteena opinnäytetyössäni on yhdistää nämä kaksi osa-aluetta onnistuneesti. Ajattomuus, muunneltavuus ja leikkaukset ovat kolme tärkeintä johtotähteä suunnittelemassani mallistossa, jotka olen myös kerännyt kuvakollaasimuotoon (Kuva 20).

5.4 Avutar-mallisto

Suunnittelemani työvaatemallisto ei ole suunnattu varsinaisesti millekään kaudelle, vaan se sisältää aikaa kestäviä vaatteita ympärivuotiseen käyttöön. Vaatteiden mallit ja materiaalit ovat saaneet vaikutteita urheiluvaatetuksesta, joka myös on osa-alue, jonka suunnittelun lähtökohtana toimivat käyttömukavuus, sekä ympäristön että myös vartalon lämpötilavaihtelut.

Suunnitellessani työvaatemallistoa sopivien materiaalien valinta on entistä oleellisempaa malliston käytettävyyden kannalta. Valittavien materiaalien tulee kestää teollista huoltoa, kovaa kulutusta ja samalla niiden tulee olla hengittäviä ja mukavia työntekijän yllä.



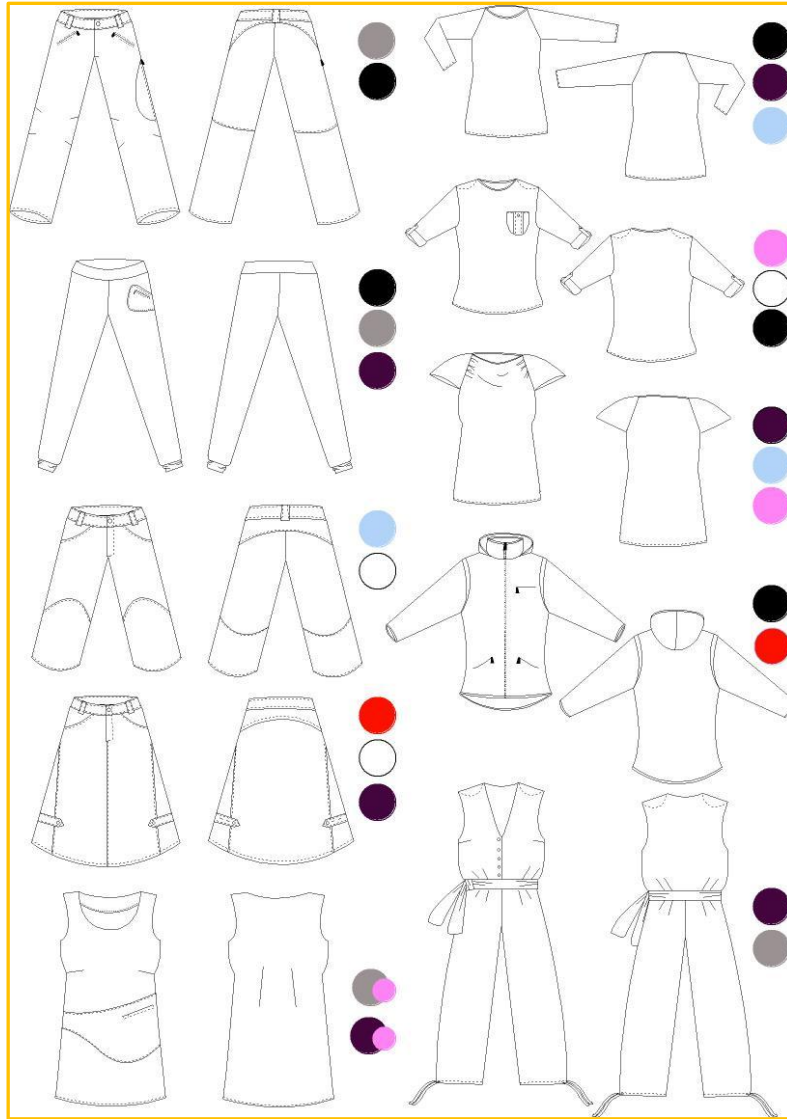
Kuva 21: Malliston materiaalitaulu

Kuvassa 21 on esitelty Avutar-malliston materiaalit. Valitsin työvaatekankaita valmistavalta Klopman International -yritykseltä kolme vahvempaa kangasta, ja kotimaiselta Orneule Oy:ltä joustavan ja teknisen kankaan malliston paitoihin. Seuraavaksi hieman tarkemmin materiaalien ominaisuuksista:

Orneule Oy:n Thermocool fresh -kangas on valmistettu yhdistämällä THERMO^oCOOL™ Fresh-lankaan COOLMAX® freshFX™:in ja THERMOLITE®:n ominaisuudet. Materiaali toimii vaihtelevissa olosuhteissa, ja se joko eristää lämpöä tai haihduttaa kosteutta iholta. COOLMAX® freshFX™:n ansiosta materiaalilla on bakteerien kasvua estävä ominaisuus, jolloin tuote pysyy pidempään raikkaana. Ominaisuudet ovat pysyviä ja kestävät pesuissa. THERMO^oCOOL™ Fresh- langoista valmistettujen tuotteiden kerrotaan sopivan monipuolisuutensa vuoksi vaihteleviin olosuhteisiin, tilanteisiin, jossa kehon lämpötila vaihtuu nopeasti rasituksen muuttuessa tai lämpötilan vaihdellessa, joka tekee materiaalista luonnollisen valinnan mallistoni toimivuutta ajatellen. (Orneule Oy:n Internetsivut [Luettu 25.4.2012])

Valitsin myös mallistoni materiaaleihin Orneule Oy:n joustavan singleneuloksen, joka on koostumukseltaan 96 % puuvillaa ja 4 % lycraa. Materiaali soveltuu mielestäni hyvin työvaatetukseen, koska se kestää 60°C pesun ja on miellyttävän tuntuinen päällä.

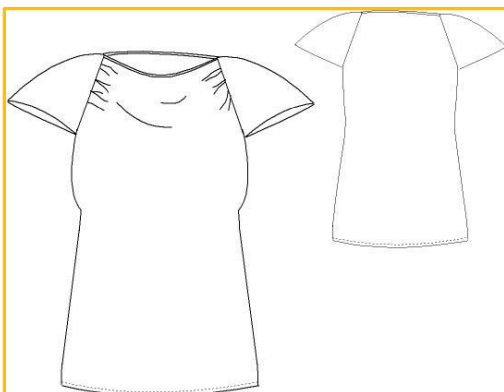
Klopman Internationalilta valitsemani kolme kangasta, Diva, Showstar ja Bravo, ovat kaikki puuvillapolyester-sekoitekankaita, joiden pinta on käsitelty rasvaa hylkiväksi. Diva-kangas on satiinineulos, joka koostuu 60 % puuvillasta ja 40 % polyesterista. Showstar on taas twillikangas, joka koostuu 65 % polyesterista ja 35 % puuvillasta. Materiaalin kudontatapa itsessään on tehty antamaan kankaalle joustoa, jonka lisäksi se kestää teollista pesua, mikä tekee siitä soveltuvan työvaatetukseen. Klopman Internationalin Bravo-kangas on myös twilliä, ja sen ominaisuuksiin kuuluu hyvä hengittävyys ja mukavuus lämpimissäkin työolosuhteissa. Bravo on koostumukseltaan 60 % puuvillaa ja 40 % polyesteriä.



Kuva 22: Avutar-malliston vaatteet ja niiden väriehdotelmat koottuna mallistolakanaan.

Avutar-mallisto (kuva 22) sisältää kymmenen vaatekappaletta; neljä alaosaa, neljä yläosaa ja yhden mekon sekä haalarin. Seuraavaksi esittelen suunnittelemani vaatteet yksitellen.

Malliston paidat

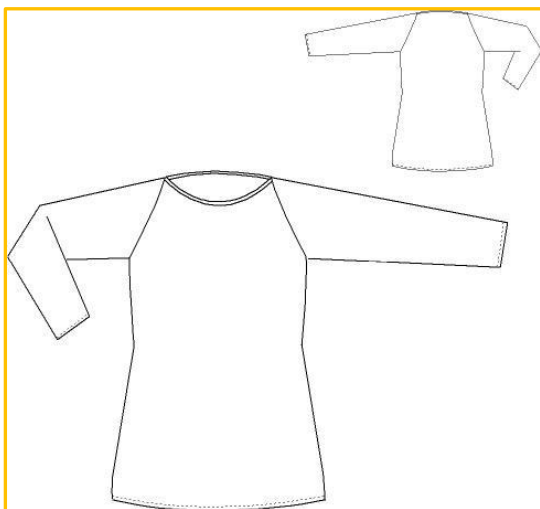


Ensimmäisenä raglanhihainen Sikke- t-paita (kuva 23), jossa hihan etupuolen saumoissa on pientä poimutusta. Paita on pidemmän mallinen ja siinä on hieman venepääntien tyylinen kaula-aukko. Paidan pidempi malli helpottaa työskentelyä, johon kuuluu kyykistymisiä ja

Kuva 23: Sikke-t-paita.

kurottamisia, koska selkä ei paljastu, ja paidan helmaa ei tarvitse nykiä jatkuvasti alaspäin.

Paidan materiaaliksi olen valinnut Orneule Oy:n Thermocool Fresh –materiaalin, joka on suunniteltu vaihteleviin olosuhteisiin, ja joka joko eristää lämpöä tai haihduttaa iholla syntyvän kosteuden. Tällainen materiaali on toimiva työssä, jossa työtilojen lämpötilaerot ovat suuria, esim. asiakkaan saunotuksesta siirryttäessä ulos pakkasasteisiin ja kylmään autoon. Materiaali on myös ohutta ja miellyttävää päällä.



Kuva 24: Loviisa-paita.

Toisena myös raglanhihalla oleva pitkähihainen Loviisa-trikoopaita (kuva 24), joka on materiaaliltaan Orneule Oy:n joustavaa puuvilla-lycrasekoitetta. Tämäkin paita on malliltaan hieman pidempi, jolloin hyödyt ovat samat kuin edellä mainitussa lyhythihaisessa paidassa. Pitkähihainen on lämpimpi vaihtoehto syksy- ja talvikausilla.

Malliston Armi-paita (kuva 25) on vähän enemmän tyyliteltty, jossa on koristeompeleet olkapäillä ja hihat, joita voi pitää joko käärittynä kyynärpään yläpuolella, tai sitten auki, jolloin hiha on $\frac{3}{4}$ -hihan mittainen. Paidan materiaali on sama kuin Loviisa-paidassa, Orneule Oy:n puuvilla-lycrasekoite.



Kuva 25: Armi-paita.

Malliston housut

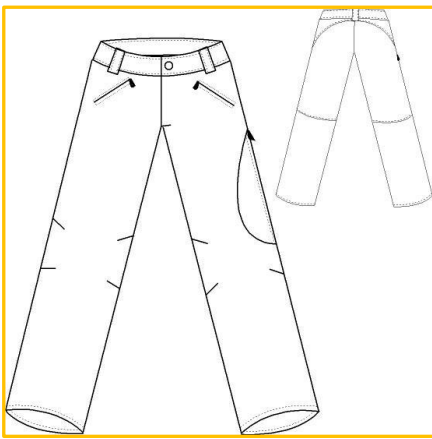
Manda-housut (kuva 26, s. 45) ovat malliltaan istuvat, ja niiden rakenteisiin on kiinnitetty huomiota. Esim. kyykistyessä polven alueelle tarvittavaa tilaa on pyritty lisäämään etupuolen muotolaskoksilla. Vetoketjullisia taskuja on työtarvikkeita varten kolme kappaletta. Materiaaliksi olen valinnut Klopman Internationalin Bravo-kankaan, joka on polyesterpuuvillasekoite.

Vilina-leggingsien (kuva 27, s. 45) materiaaliksi ajattelin Orneule Oy:n trikoota, jossa on hiukkasen lycraa seassa. Lycra antaa joustoa ja näin ollen housut pitävät muotonsa paremmin. Leveä

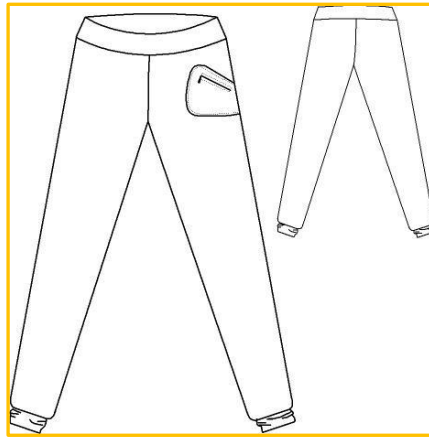
kuminauhavyötärö takaa sen, etteivät housut valu päältä kyykistellessä tai kumarrellessa.

Lahkeensuissa olevat resorit estävät lahkeensuun nousemista. Pieni vetoketjutasku on tarkoitettu esim. puhelimen säilyttämistä varten.

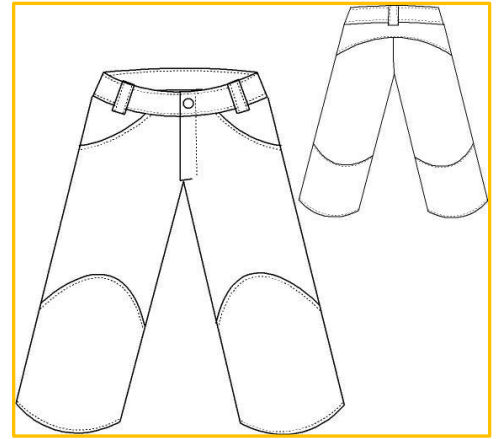
Salla-polvihousut (kuva 28) voisivat olla materiaaliltaan samaa kuin Manda-housutkin, Klopman Internationalin joustavaa Bravo-kangasta. Vahvistetut polvet takaavat housujen kestävyuden ja muotoiltu takaosa paremman istuvuuden.



Kuva 26: Manda-housut.



Kuva 27: Vilina-leggingsit.



Kuva 28: Salla-polvihousut.

Hertta-takki/liivi



Kuva 29: Hertta-takki.



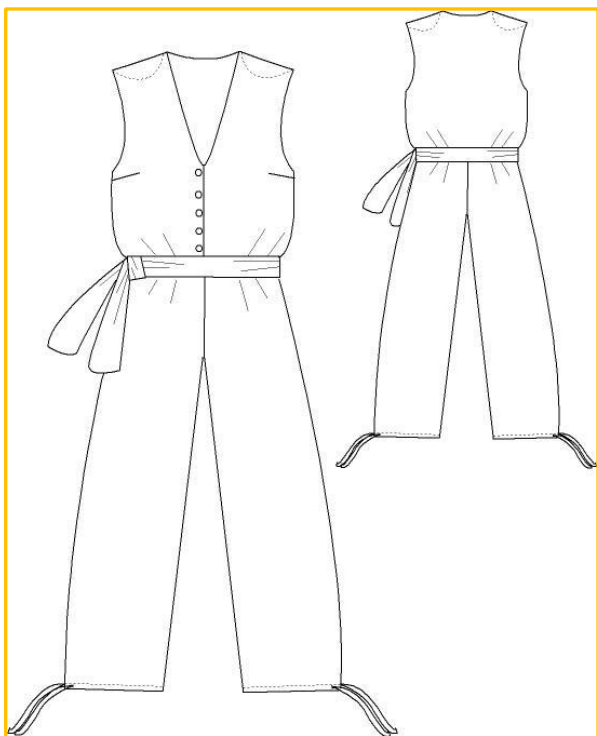
Kuva 30: Hertta-takin irrotettavat osat

Hertta-takissa (kuvat 29 ja 30) on irrotettavat hihat ja huppu, joten sitä voi käyttää myös pelkkänä liivinä. Huppu ja hihat kiinnitetään painonapeilla. Irrotettavien hihojen ja hupun ansiosta vaatetta voi käyttää ympäri vuoden, ja sitä voi muokata nopeasti lämpötilan muuttuessa. Hertta-takki sopii

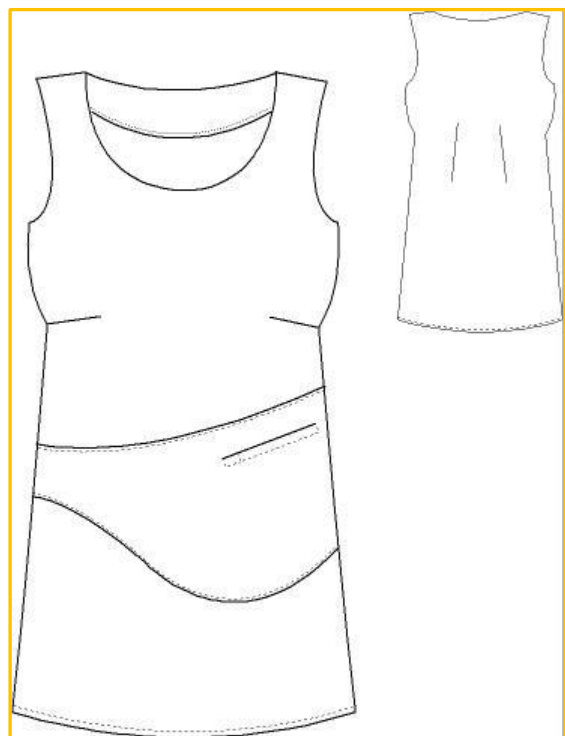
käytettäväksi niin liivinä kuin takkinakin kaikkien malliston vaatteiden kanssa. Takin materiaaliksi valitsin täysin tavanomaisen fleecen, joka on 100 % polyesteri.

Hulda-haalari

Mallistooni kuuluu myös Hulda-haalari (kuva 31), jonka lahkeissa on kiristysnyörit ja edessä napitus sekä vyötäröllä leveä kangasvyö. Lähihoitajille teettämässäni tehtävässä vain yksi oli valmis valitsemaan työasukseen haalarin, mutta siitä huolimatta halusin suunnitella mallistooni yhden vaihtoehdon, joka mielestäni on helposti yhdisteltävissä muihin vaatekappaleisiin. Haalaria voi käyttää ympäri vuoden minkä tahansa malliston paidan kanssa. Leveä kangasvyö tekee haalarista suopeamman useammalle vartalotyypille. Riittävä väljyys sivuttais- ja pituussuunnassa takamuksen kohdalla mahdollistaa kumartumisen ja kyykistymisen. Haalari on materiaaliltaan Klopman Internationalin Diva-kangasta, joka on 40 % polyesteria ja 60 % puuvillaa.



Kuva 31: Hulda-haalari.



Kuva 32: Laila-Mekko.

Laila-Mekko

Perusmallinen Laila-mekko (kuva 32), jossa edessä kaksinkertainen muotoiltu ”essumainen” kangasosa, johon on upotettu tasku työtarvikkeita varten. Lähihoitajille teettämässäni kolmannessa tehtävässä mekkoa ei valinnut kukaan työvaatteekseen, mutta luulen siihen vaikuttaneen esimerkkikuvan tyttömainen pitsimekkoesimerkki. Niinpä päätin suunnitella

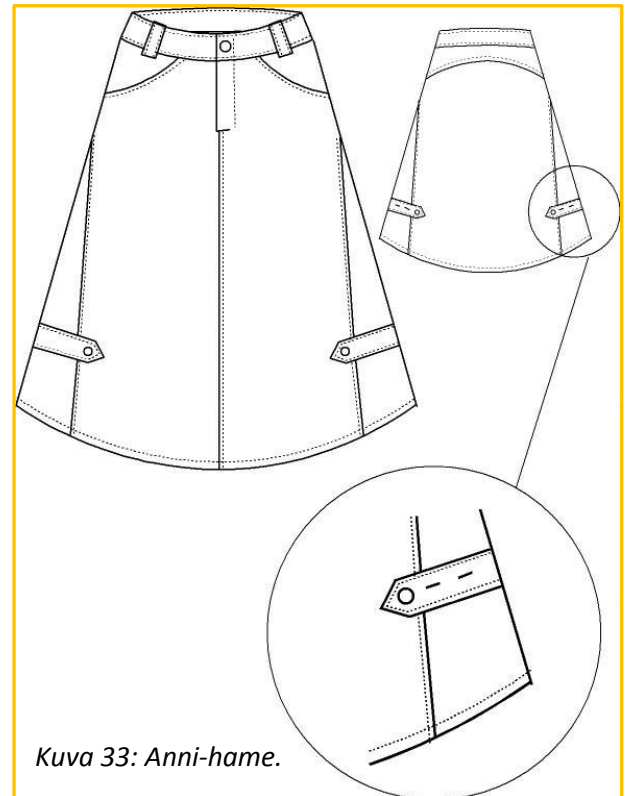
yksinkertaisen perusmallisen mekon, joka sopii niin isommille kuin pienemmillekin vartalotyypeille. Mukavaa lisämaustetta ulkonäköön tuo etupuolella oleva ”taskuessu”.

Mekkoa voi käyttää ympärivuoden, ja siihen on helppo yhdistää malliston paidat, niin kuin myös Vilina-legginsit. Mekon materiaaliksi sopii Klopmanin Showstar-kangas, joka on puuvillapolyestersekoite.

Anni-hame

Housujen lisäksi alaosia on vielä Anni-hame (kuva 33), jonka helman leveyttä voi säätää muuttamalla napin paikkaa sivuilla olevista tampeista. Tämä mahdollistaa vaatteiden muunneltavuuden käyttäjän mielenmukaiseksi ja tuo vaatteeseen mielenkiintoa.

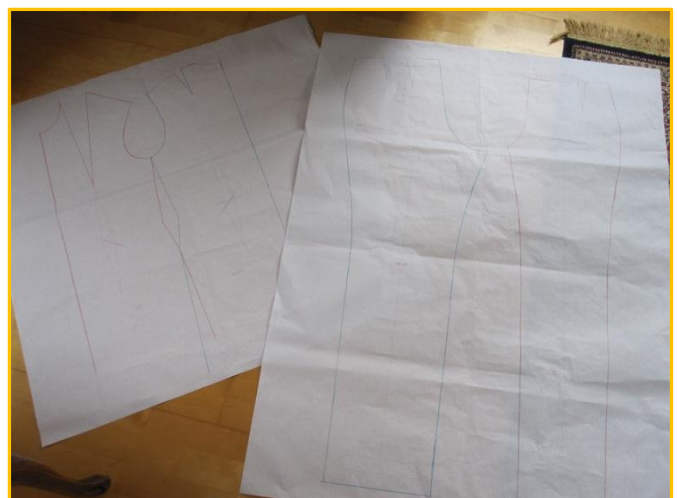
Anni-hameen kanssa yhdisteltävissä on malliston paidat, kuten myös Vilina-legginsit. Hame on materiaaliltaan sama kuin Laila-mekko, Klopman Internationalin Showstar-kangasta.



Kuva 33: Anni-hame.

5.5 Valmistettava vaate

Olen valinnut valmistettavaksi tuotteeksi mallistostani Hulda-haalarin (kuva 31, s. 46). Se on mielestäni työvaatteena mielenkiintoinen ja eroaa nykyisestä työvaatetarjonnasta. Haluan myös todistaa sen toimivuuden lähihoitajan työvaatteena. Valmistin prototyypin koossa C40, johon hyödynsin valmiita Grafis-kaavoitusohjelman kaavapohjia (kuva 34), jotka kuosittelevat mallin



Kuva 34: Grafis-kaavoitusohjelmasta tulostetut peruskaavat

mukaiseksi. Vatteen todellinen valmistusmateriaali on Klopmanin vaaleanharmaa Diva-kangas, mutta opinnäytetyöjakson aikana tilaamani materiaali ei saapunut suunnitellun aikataulun sisällä, joten päätin ostaa tavallisesta kangaskaupasta varakankaan. Niinpä mallivaate on valmistettu tummanvioletista himmeästi kiiltäväpintaista puuvilla-elastaani sekoitteesta, jossa on 97 % puuvillaa ja 3 % elastaania, joka antaa kankaalle erityylistä joustoa, kuin alkuperäinen käytettäväksi suunniteltu valmistusmateriaali. Myöskään varakangas ei toimisi oikeasti työvaatteiden valmistukseen, koska se ei kestä työvaatteille ominaista huoltoa pesulassa.

Valmistuksen aloitin kuosittelemalla peruskaavat mallin mukaiseksi. Puseron peruskaavaa, jossa rinnanympäryksen väljyytenä oli 8 cm, muokkasin sivuista etenkin vyötärön kohdalta lähes täysin suoraksi,



jotta saisin haalarin yläosaan haluamaani ”pussitusta”. Pituutta puseron etu- ja selkäpuolelle lisäsin 5 cm antamaan hartia-haara-välille enemmän pituussuuntaista tilaa.



Kuva 35: Pusero-osan takakappale

Housun peruskaavassa vyötäröllä ei ollut lisättyä väljyyttä, mutta lantiolla 3 cm. Jotta haalarin saisi puettua helpommin päälle, jätin housun vyötärölle merkityt muotolaskospoistot huomiotta, ja tein housun yläosasta ns. suoran laatikon. Lisäsin myös takakappaleen

Kuva 36: Housuosan etukappale

vyötäröympärykseen 2 cm ja etukappaleelle 1,5 cm, jotta puettavuus helpottuisi. Lisäsin myös housun haara-vyötärömittaan alun perin 5 cm, jonka lakanasovitteen tekemisen jälkeen vähensin puoleen, eli 2,5 cm, koska housujen haaraosa tippui liian alas.

Lakanasovitteen tekemisen jälkeen tein tarvittavat muutokset kaavoihin ja valmistin haalarin kangaskaupasta ostamastani puuvillaelastaanisekoitekankaasta. Vaatteen kappaleet leikkasin suoraan langansuuntaan, 1,5 cm saumanvarjoilla. Koska minulla ei ollut saumuria käytössä, kappaleita ei huoliteltu, mikä ehdottomasti tehtäisiin varsinaisen vaatteen valmistuksessa.

Prototyypivaatteen valmistuttua olin suunnitellut sille koekäyttöä Kangasniemen kotihoidossa, jolloin joku lähihoitajista olisi pitänyt haalaria työpäivänsä ajan. Näin olisin saanut arvokasta tietoa vaateen mallin ja mitoituksen onnistumisesta, mutta koska alkuperäisen suunnitelman mukainen valmistusmateriaali ei saapunut ajoissa, en halunnut antaa varakankaasta valmistettua protoa koekäyttöön, koska se ei ole materiaaliltaan tarkoitettu työtehtäviin ja näin ollen työntekijä, niin kuin en minäkään, saisi todenmukaista kuvaa vaateen toimivuudesta. Jotta valmistamalleni vaatteelle olisi jonkinlainen funktio, päätin kuvata muutamia työasentoja prototyypivaate päälläni, jotta saisin edes jotain suuntaa vaateen mittasuhteiden ja mallin toimivuudesta.

Kuvassa 37 näkyy pääpiirteittäin valmis Hulda-haalari kokoa C40. Haalarin yläosan kuuluu ”pussittaa”, kuten kuvassa näkyy, ja jota lantiolle sidottava vyö korostaa. Kuvassa 38 testasin haalarin mittasuhteiden toimivuutta kurottaessa käsiä ylöspäin. Haalarin hartia-haara mitta näyttää



Kuva 38: Hulda-haalari kurkottaessa

riittävältä, eikä vaate kiristä pystysuunnassa. Kädentiet ovat tarpeeksi isot, eivätkä estä käden liikettä.



Kuva 37: Napiton Hulda-haalari

Kuvissa 39 ja 40 on kokeiltu vaateen toimivuutta kyykistyessä.

Kuvassa 39 lahkeen mitta sekä hartia-haaraväli ovat riittäviä, jalalla on tilaa koukistua eikä vaate kiristä selän ja takamuksen kohdalta.

Kuvassa 40 kädet ovat ojennettuina eteenpäin ja jalat ovat hieman suoremassa edelliseen kuvaan verrattuna. Tässä huomaa, kuinka vaateen selkäosan pituussuuntainen mitta on hieman lyhyt, koska vaatteeseen syntyy voimakkaita vedoksia kainalosta ja niskasta lantiolle saakka. Myös housuosan haaraväli on melko viimeiseen asti venynyt.



Kuva 39: Hulda-haalari polvistuessa



Kuva 40: Hulda-haalari Kyykistyttyessä, kädet eteen ojennettuna

Kaiken kaikkiaan olen tyytyväinen haalarin lopulliseen muotoon, etenkin kun kyseessä on ensimmäinen koskaan valmistamani haalari, ja huomioon otettavien asioiden lista oli melkoisen pitkä. Niinpä voikin sanoa että hippunen ”aloittelijan tuuria” sujahti myös tekemiseen ammattitaidon lisäksi, etenkin kaavoituksessa, sillä riittävien väljyyksien lisääminen kohdilleen onnistui hyvin pienellä viilauksella. Ainoastaan napitushalkio haalarin edessä olisi pitänyt jatkua ehdottomasti housujen sepalussaumaan saakka, jotta pukeutuminen ja riisuminen olisi helpompaa. Myös työtehtäviä ajatellen vyölle kannattaisi tehdä vyönlenkit, tai sen voisi kiinni esim. toiseen sivusaumaan.

6. Mallistosta saatu palaute ja työn onnistumisen pohdinta

Päätin esitellä suunnittelemani työvaatemalliston Kangasniemen kotihoidossa työskenteleville lähihoitajille esityskuvien avulla. Näihin esityskuviin liitin myös kyseisten vaatteiden tasokuvat lisäselvyyttä antamaan. Palautekyselyyn vastasi kymmenen lähihoitajaa Kangasniemen kotihoidosta, joista usea oli osallistunut ennen malliston suunnittelua teettämiini tehtäviin. Minusta tämä on hyvä asia, sillä minua kiinnostaa, olenko saanut siirrettyä heidän ajatusmaailmaansa mallistooni. Liitin kuvien ohien myös muutaman apukysymyksen koskien osa-alueita joista erityisesti halusin tietää lähihoitajien mielipiteitä; Malliston värimaailmasta, mietteitä vaatteiden ulkonäöstä, vaatteiden soveltuvuudesta työkäyttöön sekä jokaisen henkilökohtainen suosikki malliston vaatteista/asukokonaisuuksista. Palautteet on esiteltynä seuraavaksi esityskuvien kera.

Malliston värit olivat vastanneiden mielestä pääasiallisesti onnistuneet. Niitä kuvailtiin pirteiksi, raikkaiksi, epätavanomaisiksi ja nuorekkaiksi. Mallisto sai positiivista palautetta vaatteiden persoonallista ilmettä antavista yksityiskohdista ja käytännöllisestä ja reippaasta ulkoasusta.

Vaatteiden mahdollisesta soveltuvuudesta kyseiseen työhön oltiin myös myönteisiä, yksi vastanneista uskoi, että mallistoni vaatteet piristävät varmasti myös asiakkaan arkea. Kiitosta sai myös eri vuodenaikojen ja ulkoilutyötehtävien huomioiminen. Yksi palautteenantajista oli tehnyt hyvän huomion koskien vaatteiden lenkkimäisiä koristeita, jotka eivät työnkuvaan istu takertumisvaaransa vuoksi, jota en itse osannut ajatella.



Kuva 41: Esityskuva, Hertta-takki ja Manda-housut



Kuva 42: Esityskuva, Hulda-haalari ja Loviisa-paita

Kysyttäessä palautteenantajien omaa lempivaatetta/-asukokonaisuutta mallistosta, yli puolet valitsi Manda-housut ja Hertta-takin (Kuva 41, s. 51). Irrotettavilla hihoilla ja hupulla varustettu Hertta-takki sai kehuja monitoimisuudestaan. Useat vastanneista erittelivät lisäksi mielekkäimmät kesä- ja talviasukokonaisuudet, joista tämä yhdistelmä luonnollisesti oli valinta talveksi. Tästä voi mielestäni päätellä sen, että kysyntää hoitoalan talvi- ja ulkoiluvaatteille olisi nykyistä tarjontaa enemmän.

Toiseksi eniten kannatusta sai ehkä hieman yllättäenkin Hulda-haalari ja Loviisa-paita -asukokonaisuus (Kuva 42). Ennen suunnitteluvaihetta teettämieni tehtävien perusteella vain yksi oli halukas valitsemaan työasukseen haalarin, mutta nyt kolmasosa piti kokonaisuutta kivana ja hyvin työhön soveltuvana. Olen erittäin tyytyväinen että päätin suunnitella mallistoon myös haalarin, vaikka se aluksi tuntuikin riskialttiilta tehtävien tuloksia ajatellen, jotka kuitenkin toimivat lähtökohtaisena pohjana suunnittelutyölle.

Viidesosa halusi etenkin kesäksi työasukseen Laila-mekon, Loviisa paidan sekä Vilina-legginsit (Kuva 43). Legginsit 49 jakoivat mielipiteitä: osa ei osannut kuvitella käyttävänsä niitä itse, mutta lisäsivät sitten niiden varmasti soveltuvan muille. Henkilökohtaisesti uskon yleisesti legginsien olevan nuoremmalle sukupolvelle helpommin lähestyttävä vaatekappale kuin vanhemmalle, koska ne ovat olleet vasta viimevuosina suuri muoti-ilmiö.



Kuva 43: Esityskuva, Laila-mekko, Vilina-legginsit ja Loviisa-paita

Loviisan jälkeen eniten ääniä paidoista sai kuvassa 44 oleva Sikke-t-paita. Samassa kuvassa esiteltä Anni-hame ei saanut lainkaan kannatusta lempityövaatteen valinnassa. Tulos ei sinänsä yllätä, sillä

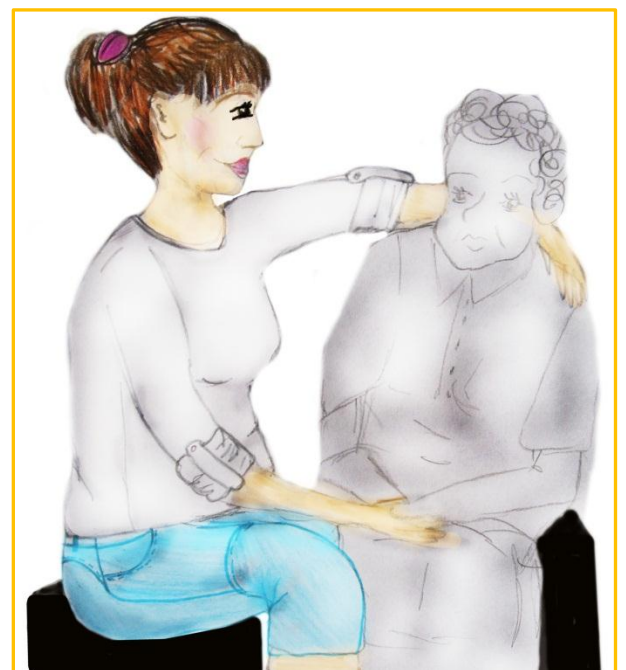


hame voi olla hankala juuri tämäntyyllisessä työssä, jossa on paljon kumartelua ja kyykistymisiä. Yksi vastanneista olikin sitä mieltä, että asukokonaisuus voisi olla sellainen, jota hän voisi pitää vapaa-ajallaan. Anni-hameessa on myös aiemmin työn kannalta hankalaksi mainitut lenkit, jotka voivat takertua kiinni esim. tuolin käsinojaan.

Viimeinen asukokonaisuus, Armi-paita ja Salla-polvihousut (Kuva 45), sai housujen osalta kolmasosan äänistä, kun taas Armi-paidan valitsi vain yksi. Palautteenantajista yksi, joka valitsi kuvan asun, kuvaili sitä sanoin mainio kokonaisuus. Myös Armin yksityiskohdat saivat kehuja. Useimmat yhdistäisivät Salla-polvihousut edellisen asukokonaisuuden (Kuva 44) Sikke-t-paidan kanssa, jolloin yhdistelmä olisi vielä kesäisempi.

Kuva 44: Esityskuva, Sikke-t-paita ja Anni-hame

Yleisesti palaute oli tarpeellista ja yllättävääkin, olen erittäin tyytyväinen siihen, kuinka positiivisesti mallistoni otettiin vastaan. Tunnen onnistuneeni työvaatteiden suunnittelussa, etenkin Hulda-haalarin osalta, koska sen suunnittelulle oli lähtökohtaisesti vähiten perusteita, mutta mitä luultavimmin lopputulos oli onnistunut, koska lopulta niinkin moni sen valitsi lempiasukokonaisuudekseen.



Kuva 45: Esityskuva, Armi-paita ja Salla-polvihousut

Vielä kehitettävää palautemenetelmässäni olisi. Erityisen harmillista oli, etten ehtinyt saada Hulda-haalarin prototyyppiä valmistettua, jonka koekäytön kautta saanut vielä yksityiskohtaisempaa palautetta. Tämän lisäksi, kuten yksi palautteen antajistakin oli maininnut, olisi ollut suotavaa liittää esitys- ja tasokuvien yhteyteen myös vaatteiden valmistusmateriaalit, jotta vaatteista olisi saanut vielä tarkemman kuvan.

Projektinäkökulmasta katsottuna opinnäytetyön tekeminen on ollut minulle ammatillisesti kasvattava kokemus, etenkin luottamus omaan osaamiseen ja käyttämiini työtapoihin on vahvistunut. Itsenäisen työskentelyn myötä myös stressinsietokyky on kehittynyt.

Kokonaisuudessaan olen tyytyväinen opinnäytetyöni sisältöön, ja tunnen täyttäneeni itselleni asettamat tavoitteet. Yksi tärkeimmistä seikoista työssäni on mielestäni ollut sen läheinen yhteys kohderyhmäänsä. Niinpä voikin sanoa että olen suunnitellut malliston yhdessä Kangasniemen kotihoidon työntekijöiden kanssa, ja alusta alkaen oli tärkeää lähteä suunnittelemaan mallistoa nimenomaan heidän mieltymystensä pohjalta.

Käyttämäni tiedonhankintamenetelmät ovat mielestäni olleet sopivia tämäntyyliiseen työhön. Etenkin havainnointi on ollut tärkeää aiheen kokonaisuuden hahmottamisen kannalta ja sen avulla olen pystynyt poimimaan tärkeitä yksityiskohtia myös suunnittelua ajatellen.

Kontekstikartoituksen kautta pystyin ajattelemaan aihetta enemmän luovalla tavalla, ja sen ansiosta tavanomaiset kyselylomakkeet vaihtuivat mielenkiintoisiin ja mielestäni motivoivampiin tehtävämuotoihin, jotka testasin Kangasniemen kotihoidon työntekijöillä saaden kattavaa tietoa suunnittelun avuksi.

Syntynyt mallisto on mielestäni toimiva ja nykyaikainen, vaikka siinä ei olekaan varsinaisesti kehitetty ns. uutta vaatetta. Mallistossani olenkin pyrkinyt yhdistämään mahdollisimman ergonomiset vaatemallit työolosuhteisiin soveltuviin materiaaleihin ja näin ollen kehittänyt toimivan kokonaisuuden, joka vastaa kohderyhmän tarpeita. Olisin toivonut pystyväni jalostamaan omaa persoonallista suunnittelutyyliäni enemmän malliston suunnittelussa, jotta kokonaisuus olisi ollut vielä enemmän minun näköiseni, mutta luonnollisesti aika on rajallinen tämäntyyliisessä tekemisessä, edistyminen eri osa-alueissa on tapahduttava tiettyjen aikarajojen sisällä, ja siksi on tehtävä kompromisseja.

Näin jälkeenpäin katsottuna on monta asiaa, jotka tekisin toisin saadakseni täsmällisempiä tuloksia, mutta se tarkoittaa vain sitä, että aina on tilaa jatkokehittelylle. Seuraava askel luultavasti olisikin alkaa selvittää malliston todellista potentiaalia työvaatemarkkinoilla, mm. ottamalla yhteyttä työvaatevalmistajiin ja sen mukaan muokkaamaan malliston komponentteja tuotantoon ja käyttötarkoitukseensa soveltuviksi. Näistä aihealueista saisisikin useamman opinnäytetyön aikaiseksi, sillä vaatteiden suunnittelu on ammattina jatkuvasti muuttuva ja tekstiilituotannon ja uusien materiaalien kehittäminen on kovassa nosteessa.

Mielestäni opinnäytetyötäni voivat hyödyntää jatkossa henkilöt, jotka haluavat suunnitella työvaatteita asiakaslähtöisesti. Työ sisältää paljon asioita, jotka tulee huomioida työvaatteen suunnittelussa, kuten esimerkiksi materiaalien tärkeys, vaatteiden mallit, vaatetusfysiologiset seikat, sekä kohderyhmän huomioiminen työskentelyn eri vaiheissa.

KUVALUETTELO

Kuva 1: Ergonominen vaate –opintokokonaisuus, mallistolakana. Veera Siiskonen. 2011.

Kuva 2: Ergonominen työvaatekokonaisuus. Veera Siiskonen. 2011.

Kuva 3: Telma-housut ja Vanja-paita

Kuva 4: Image Wearin hoitotyöhön suunnitellut housut. Kuvalähde <http://www.imagewear.eu/tuotteet/>.

Kuva 5: Image Wearin hoitotyöhön suunniteltu työliivi. Kuvalähde <http://www.imagewear.eu/tuotteet/>.

Kuva 6: Image Wearin hoitotyöhön suunniteltu lyhythihainen t-paita. Kuvalähde <http://www.imagewear.eu/tuotteet/>.

Kuva 7: Staattiset mitat, vartalon etupuoli. Veera Siiskonen. 2012.

Kuva 8: Staattiset mitat, käsivarren pituus. Veera Siiskonen. 2012.

Kuva 9: Staattiset mitat, vartalon takapuoli. Veera Siiskonen. 2012.

Kuva 10: Dynaamiset mitat, selkä. Veera Siiskonen. 2012.

Kuva 11: Dynaamiset mitat, käsivarren pituus. Veera Siiskonen. 2012.

Kuva 12: Dynaamiset mitat. Veera Siiskonen. 2012.

Kuva 13: Työasennot 1-3. Veera Siiskonen. 2012.

Kuva 14: Työasennot 4-6. Veera Siiskonen. 2012.

Kuva 15: Työasennot 7-9. Veera Siiskonen. 2012.

Kuva 16: Nämä vaatteet olivat hoitajien suosikkeja. Koonnut Veera Siiskonen. 2012.

Kuva 17: Vaatetuksen lämmöneristyksen tarpeen ja toiminnan tasojen suhdetta eri lämpötiloissa havainnollistava kuva. Mukailtu Risikko & Marttila-Vesalainen 2006, 45.

Kuva 18: Malliston ideataulu. Koonnut Veera Siiskonen. 2012. Kuvien alkuperäiset lähteet (Luettu 9.2.2012):
<http://www.blogcatalog.com/blogs/fashion-in-my-eyes/2>,
<http://now-here-this.timeout.com/2011/10/15/eileen-fisher/>,
<http://luluaddict.blogspot.com/2009/10/feel-good-pant-total-comfort-clothes.html>,
<http://www.loviro.ee/HoivaFin.php>,
http://www.joroistenlehti.fi/Uutiset/ik%C3%A4ihmiset_tapaavat_kuperkeikan_naapurissa_hepsankeikassa_9667182.html,
<http://www3.jkl.fi/tiedotus/lehti/index.php/2002-06/56>,
<http://www.marieclaire.com/fashion/trends/frankie-rayder-michael-kors>,
<http://www.kaleva.fi/uutiset/juttu/917930/>,
http://yle.fi/alueet/etela-savo/2010/01/vanhuskaste_hanke_auttaa_vanhuspalvelujen_rakennemuutoksessa_1362643.html,
<http://aamulehdenblogit.ning.com/profiles/blogs/kunnat-leikkaavat>,

<http://www.ashena.com/english/culture-art-history/2111-lovely-loungewear.html>,
<http://blog.alisontauber.com/category/dressed-by-etsy/>,
http://yle.fi/alueet/lahti/2009/12/vanhusvaeston_lisaantyminen_haaste_kotisairaalalle_1254329.html,
<http://www.ts.fi/uutiset/kotimaa/170623/Kuluttajansuoja+voi+laajeta+myos+julkisiin+palveluihin>

Kuva 19: Malliston värimaaailma. Veera Siiskonen. 2012.

Kuvalähde: <http://ultimate-wallpaper.com/wallpaper/winter-morning-1pnpHn/> (Luettu 16.2.2012)

Kuva 20: Kollaasi, joka kuvaa malliston ominaisuuksia. Koonnut Veera Siiskonen. 2012. Kuvalähteet (Luettu 20.1.2012):

<http://www.stylehive.com/browse/audrey-hepburn>,
<http://cakesusan.blogspot.com/2011/11/audrey-hepburn-styles-black-evening.html>,
<http://www.thefashionpolice.net/2010/02/green-zig-zag-seam-dress-from-oasis.html>,
http://thestir.cafemom.com/beauty_style/108092/curvy_women_8_tips_on,
<http://www.karenmillendresses-outlets.com/2011-karen-millen-coats-limited-edition-modern-tailored-jacket-p-526.html>

Kuva 21: Malliston materiaalitaulu. Veera Siiskonen. 2012. Kuvalähteet (Luettu 25.4.2012):

fleece: www.kangastukku.com

Thermocool: <http://www.helun-textile.com/products/Functional-Fabric/201121415134.htm>

Diva, Bravo, Showstar kuvat: <http://www.klopmanstore.com>

Singleneulos: http://www.best-b2b.com/Sub-cat/808/815/knitting-crocheting-fabric_64.html

Kuva 22: Avutar-malliston vaatteet ja niiden väriehdotelmat koottuna mallistolakanaan. Veera Siiskonen. 2012.

Kuva 23: Sikke-t-paita. Veera Siiskonen. 2012.

Kuva 24: Loviisa-paita. Veera Siiskonen. 2012.

Kuva 25: Armi-paita. Veera Siiskonen. 2012.

Kuva 26: Mandi-housut. Veera Siiskonen. 2012.

Kuva 27: Vilina-legginsit. Veera Siiskonen. 2012.

Kuva 28: Salla-polvihousut. Veera Siiskonen. 2012.

Kuva 29: Hertta-takki. Veera Siiskonen. 2012.

Kuva 30: Hertta-takin irrotettavat osat. Veera Siiskonen. 2012.

Kuva 31: Hulda-haalari. Veera Siiskonen. 2012.

Kuva 32: Laila-Mekko. Veera Siiskonen. 2012.

Kuva 33: Anni-hame. Veera Siiskonen. 2012.

Kuva 34: Grafis-kaavaohjelmasta tulostetut peruskaavat. Veera Siiskonen. 2012.

Kuva 35: Pusero-osan takakappale. Veera Siiskonen. 2012.

Kuva 36: Housuosan etukappale. Veera Siiskonen. 2012.

Kuva 37: Napiton Hulda-haalari. Leila Vuorinen-Siiskonen. 2012.

Kuva 38: Hulda-haalari kurkottaessa. Leila Vuorinen Siiskonen. 2012.

Kuva 39: Hulda-haalari polvistuessa. Leila Vuorinen-Siiskonen. 2012.

Kuva 40: Hulda-haalari kyykistyessä, kädet eteen ojennettuna. Leila Vuorinen-Siiskonen. 2012.

Kuva 41: Esityskuva: Hertta-takki ja Manda-housut. Veera Siiskonen. 2012.

Kuva 42: Esityskuva: Hulda-haalari ja Loviisa-paita. Veera Siiskonen. 2012.

Kuva 43: Esityskuva: Laila-mekko, Vilina-legginsit ja Loviisa-paita. Veera Siiskonen. 2012.

Kuva 44: Esityskuva: Sikke-t-paita ja Anni-hame. Veera Siiskonen 2012.

Kuva 45: Esityskuva: Armi-paita ja Salla-polvihousut. Veera Siiskonen. 2012.

Taulukko 1: Opinnäytetyöni etenemisen kuvaus. Veera Siiskonen. 2012. Mukailtu Anttila, P. 2007, 41.

Taulukko 2: Yhteenveto tehtävän 1 vastauksista. Veera Siiskonen. 2012.

Taulukko 3: Yksittäisten vaatekappaleiden lämmöneristävyyksiä. (Kirjasta Vaatteet ja haasteet, Risikko & Marttila-Vesalainen. 2006, 39)

Kaavio 1: Realistisen evaluaation prosessia kuvaava kaavio (Anttila, P. 2007, 88)

LÄHTEET

Kirjallisuuslähteet:

Anttila, P. 2007. Realistinen evaluaatio ja tuloksellinen kehittämistyö. Hamina: Akatiimi Oy.

Risikko, T. & Marttila- Vesalainen, R. 2005. *Vaatteet ja haasteet*. Helsinki: WSOY.

Sleeswijk. & Stappers. & van der Lugt. & Sanders. 2005. Contextmapping: experiences from practice.

Co design, vol.1 no.2/2005.

Tanila, Anne 2011. *Vanhuksille suunnatun vaattemalliston tuotekehitys*. Kuopio: Savonia-ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö.

Internetlähteet:

Kangasvalmistaja Orneule Oy:n kotisivut. [Viitattu 25.4.2012.] Saatavissa: <http://www.orneule.fi>.

Internet-sivusto Wikipedia, 2010. Lähihoitaja. [Viitattu 12.3.2012.] Saatavissa: <http://fi.wikipedia.org/wiki/L%C3%A4hihoitaja>.

Suulliset lähteet:

Vuorinen-Siiskonen, L. 2012. Keskustelu lähihoitaja Leila Vuorinen-Siiskonen kanssa 7.1.2012.

LIITTEET

Liite 1: tehtävä 1, Nykyinen työvaate

Merkitse alla lueteltujen sanojen jälkeen + tai -, nykyistä työvaatetustasi ajatellen, kuinka kyseiset asiat on siinä huomioitu. Lisähuomioita voi kirjoittaa.

LAATU

VÄRI

MALLI

MATERIAALI

ISTUVUUS

MUODINMUKAISUUS

KÄYTÄNNÖLLISYYS

4 VUODENAIKAA

MUUNNELTAVUUS

VAPAA SANA: _____

Liite 2: Tehtävä 2, Tulevaisuuden työvaate

Tehtävä 2, tulevaisuuden työasu

1. ASIAT, JOTKA TULEE LÖYTYÄ TYÖVAATTEESTA

2. ASIAT, JOTKA EIVÄT OLE VÄLTTÄMÄTTÖMIÄ TYÖVAATTEESSA, MUTTA MUKAVA LISÄ

3. ASIAT, JOTA TYÖVAATE EI KAIPAA

HYGIENIA

SUOJA

LYHYT

TYKÖISTUVA

KORISTE

OHUT

PERSOONALLISUUS

MUOTO

LÄMMIN

YKSITYISKOHTA

PAKSU

SILEÄ

KOKO

VIILEÄ

KUMINAUHA

KUVIO

LAATU

HELPPO

TYYLII

RIEMU

EKOLOGINEN

MUOTI

TUNNE

MEKKO

SUORA

KIILTO

KIRJAVA

AJATON

MATTA

NEULE

OUTO

YKSIVÄRINEN

LASKOS

TAVALLINEN

TASKU

PRINTTI

TYTTÖMÄINEN

VYÖ

PEHMEÄ

KIERRÄTYS

ASUSTE

PITKÄ

HUPPU

VÄLJÄ

ASIALLINEN

RUUTU

RAITA

Liite 3: Tehtävä 3, Valitse työasu



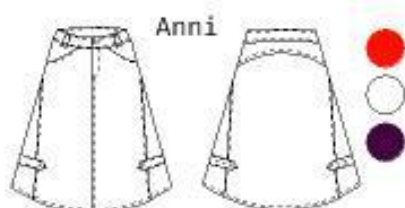
AVUTAR

mallistokatalogi

2012



Mallistolakana



AVUTAR**Kevät 2012**

Loviisa-paita



Koot XS-XXXL

Materiaali: 96% Puuvilla

4% Lycra

Hoito-ohjeet: 

(Mitat koossa 38)

Huomioita: Lanka
tone-to-tone 19-3220 TC 15-4825 TC 19-4006 TC

Yhteystiedot:

+358408668291

veera.siiskonen@gmail.com

AVUTAR**Kevät 2012**

Armi-paita

Koot 34-52

Materiaali: 96% Puuvilla

4% Lycra

Hoito-ohjeet: 

(Mitat koossa 38)

Huomioita: Lanka tone-to-
tone, olkapäillä
koristetikkaukset 13-1510 TC 19-4006 TC

Yhteystiedot:

+358408668291

veera.siiskonen@gmail.com




AVUTAR**Kevät 2012****Vilina-legginsit****Koot XS-XXXL**

(Mitat koossa 38)



Materiaali: 96% Puuvilla

4% Lycra

Hoito-ohjeet: **Huomioita:**Lanka tone-to-tone,
vetoketjullinen tasku 19-3220 TC 13-1510 TC 15-4825 TC

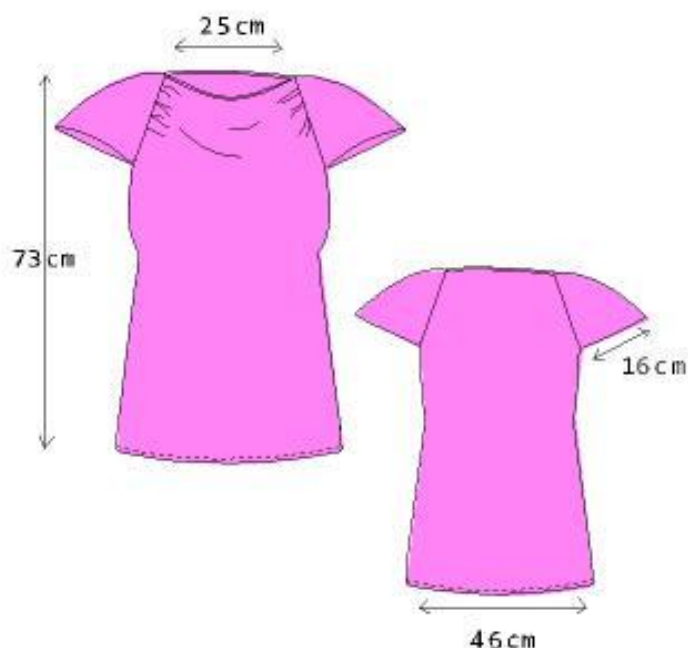
Yhteystiedot:

+358408668291




veera.siiskonen@gmail.com

AVUTAR**Kevät 2012****Sikke-paita****Koot 34-52**

(Mitat koossa 38)






Materiaali: 100% mikropolyesteri

Hoito-ohjeet: **Huomioita:**Lanka tone-to-tone,
kevyt poimutus
miehustassa, kädentien
saumoissa 13-1510 TC 15-4825 TC 19-3220 TC




Yhteystiedot:

+358408668291

veera.siiskonen@gmail.com

AVUTAR**Kevät 2012****Manda-housut****Koot 34-52**Materiaali: 97% Puuvilla
3% elastaaniHoito-ohjeet: **Huomioita:**
Lanka tone-to-tone,
polvenkohdat vahvistettu 15-4825 TC 11-0601 TC**Yhteystiedot:**
+358408668291
veera.siiskonen@gmail.com**AVUTAR****Kevät 2012****Hertta-takki****Koot 34-52**

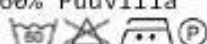
Materiaali: 100% Polyamidi

Hoito-ohjeet: **Huomioita:** Irrotettavat
hihat ja huppu
Kanttaukset helmassa,
hihansuissa, hupunreunassa
ja kauluksessa mustat
molemmissa
värivaihtoehtoissa. 17-1463 TC 19-4006 TC**Yhteystiedot:**
+358408668291
veera.siiskonen@gmail.com

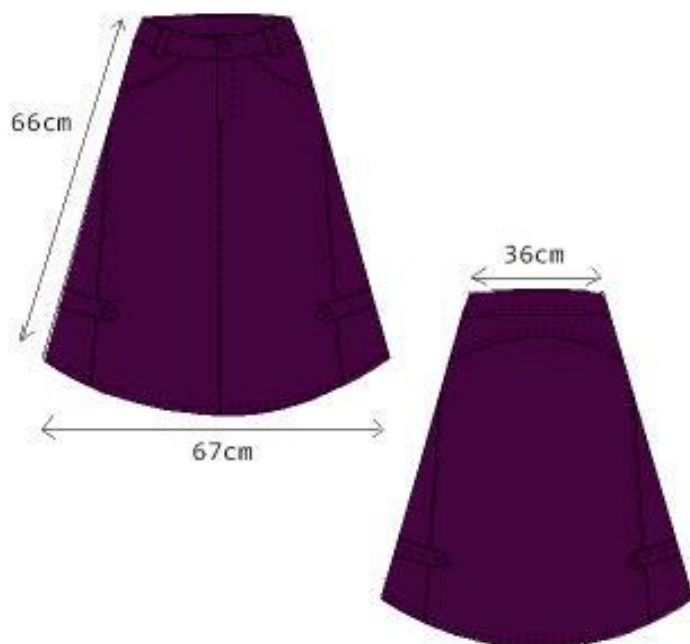



AVUTAR**Kevät 2012**

Anni-hame

Koot 34-52

Materiaali: 40% Polyester,
60% Puuvilla
Hoito-ohjeet: 

(Mitat koossa 38)

Huomioita:
Lanka tone-to-tone 19-3220 TC 17-1463 TC 11-0601 TC

Yhteystiedot:



+358408668291
veera.siiskonen@gmail.com**AVUTAR****Kevät 2012**

Hulda-haalari

Koot 34-52

Materiaali: 40% Polyester,
60% Puuvilla
Hoito-ohjeet: 

(Mitat koossa 38)

Huomioita:
Lanka tone-to-tone,
koristetikkaukset olkapäillä 13-5304 TC 19-3220 TC

Yhteystiedot:


+358408668291
veera.siiskonen@gmail.com

AVUTAR

Kevät 2012

Laila-mekko

Koot 34-52

Materiaali: 40% Polyester,
60% PuuvillaHoito-ohjeet: 

(Mitat koossa 38)

Huomioita: Lanka tone-to-tone



-  13-5304 TC
-  13-1510 TC
-  19-3220 TC
-  13-1510 TC

Yhteystiedot:

+358408668291

veera.siiskonen@gmail.com

AVUTAR

Kevät 2012

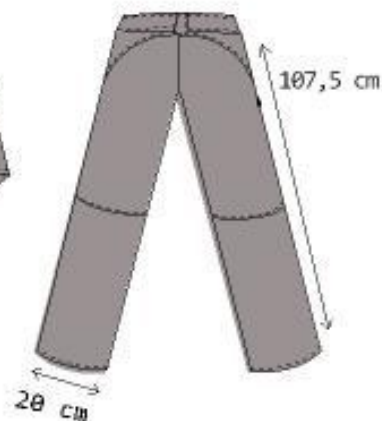
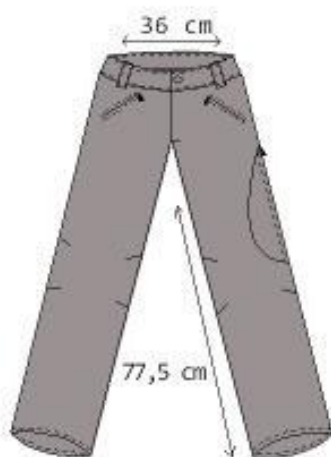
Manda-housut

Koot 34-52

Materiaali: 100% Polyamidi

Hoito-ohjeet: 

(Mitat koossa 38)

Huomioita: Lanka
tone-to-tone

-  19-4006 TC
-  13-5304 TC

Yhteystiedot:

+358408668291

veera.siiskonen@gmail.com

Malliston värit & materiaalit



Luumusato
19-3220 TC



Kevään huuma
13-1510 TC



Nietos
11-0601 TC



Kesätaivas
15-4825 TC



Kesän polte
17-1463 TC



Syksy-yö
19-4006 TC



Ukkospilvi
13-5304 TC



100% polyamidi



100% mikro-polyesteri



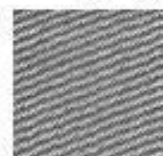
stretch-denim
97% Puuvilla
3% elastaani



Singleneulos
96% Puuvilla
4% Lycra



Fleece
100% Polyesteri



Diva (Klopman)
40% Polyester, 60%
Puuvilla

Fleecen kuva: <http://www.hk-xinmeng.com/catalog/6/12.html>

Diva-kankaan kuva: http://www.klopmanstore.com/Product-Style-DIVA,-Finish-Crf-Cr-X_3169.aspx

Lisätarvikkeet

Kuvat: www.ompelijanmaailma.fi

Painonappi 13mm



Hertta

Farkkuvetoketju



Manda, Salla, Anni

Paitanappi 11mm



311 209

Hulda,
Armi

Farkkunappi 17mm



622 241

Manda,
Salla,
Anni

Takkivetoketju



Hertta

Kuminauha 40mm



Vilina

Labelit

Etupuoli:

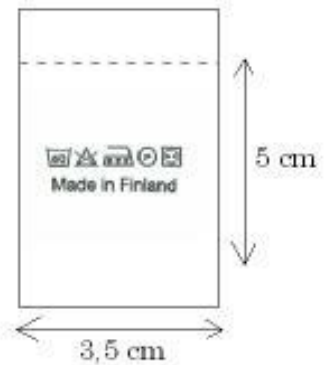


Takapuoli:



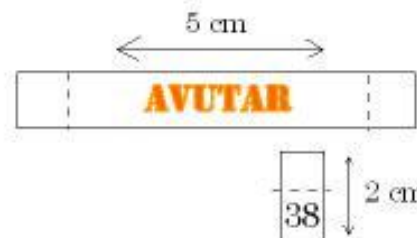
5 cm

Hoito-ohjelappu:



10 cm

Niskalabel:



Esityskuvat



