

Hyvinvoinnin lisääminen viheralueiden suunnittelulla

Koko kaupungin yhteinen olohuone

Tiivistelmä

Tekijä(t) Matkaselkä Sanna	Julkaisun laji Opinnäytetyö, YAMK Sivumäärä 53+9	Valmistumisaika 2021
Työn nimi Hyvinvoinnin lisääminen viheralueiden suunnittelulla Koko kaupungin yhteinen olohuone		
Tutkinto ja koulutusala Insinööri (YAMK), kestävä kaupunkiympäristö		
Toimeksiantajan nimi, titteli ja organisaatio Kalajoen kaupunki		
Tiivistelmä Maankäyttö- ja rakennuslaki edellyttää suunnittelijoita luomaan terveellistä, turvallista ja viihtyisää ympäristöä. Hyvään elinympäristöön sisältyvät riittävät ja tarkoituksenmukaiset viher- ja virkistysalueet. Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on toteuttaa käynnissä olevaan Ikäystävällinen Kalajoki -hankkeeseen liittyen kehittämistyö osana hankkeen kokonaisuutta. Opinnäytetyön lopputuloksena toimeksiantaja vastaanottaa puistosuunnitelman, jossa on huomioitu eri sukupolvien toiveet ja tarpeet. Lähtöperiaaleina suunnittelulle on vuoden 2021 alussa toteutetun asukaskyselyn tulokset sekä vuonna 2016 toteutettu oppilaskysely koululaisille. Kirjallisuustutkimuksessa tutkittiin viherympäristöjen vaikutuksia yksilön ja yhteiskunnan näkökulmista sekä pyrittiin löytämään hyvän viheralueen osatekijöitä, joita voitiin soveltaa suunnittelutyössä. Viheralueiden merkitys kokonaisvaltaiselle hyvinvoinnille on merkittävä. Hyvin suunniteltu ympäristö tukee fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista terveyttä tarjoten luontokokemuksia esteettömässä ympäristössä.		
Asiasanat Hyvinvointi, viheraluesuunnittelu, kaupunkisuunnittelu		

Abstract

Author(s) Matkaselkä Sanna	Type of Publication Master´s thesis, UAS	Published 2021
	Number of Pages 53+9	
Title of Publication Improvement of wellbeing through planning of green spaces A living room for all city residents		
Degree and field of study Master of Engineering		
Name, title and organization of the client City of Kalajoki		
Abstract <p>The Finnish Land Use and Building Act requires designers to create a healthy, safe and comfortable environment. A good living environment includes sufficient and appropriate green and recreational areas.</p> <p>The purpose of this thesis was to carry out development work as part of the ongoing Age-Friendly Kalajoki project. As a result of the thesis, the client receives a park plan that considers the wishes and needs of people of different ages. The starting materials for this thesis and the park planning consisted of a two questionnaire surveys, one of residents and the other of children in a local school. The literature study examined the effects of green environments from the perspectives of individuals and society. The results of the literature study were utilized in the planning work of the park area.</p> <p>Green areas are an important part of the wellbeing of individuals. A well-designed environment supports physical, mental and social health, providing nature experiences in an accessible environment.</p>		
Keywords Wellbeing, green design, urban planning		

Sisällys

1	Johdanto.....	1
2	Kehittämishankkeen tausta	4
3	Tutkimus- ja kehittämismenetelmät	7
3.1	Kehittämistyön tutkimusmenetelmät.....	7
3.2	Kyselyiden tulokset.....	8
3.3	Analyytit.....	10
4	Onnistuneen kaupunkiympäristön osatekijät	14
4.1	Hyvä kaupunkiympäristö	14
4.2	Maankäyttö- ja rakennuslain tavoite.....	15
4.3	Turvallisuus kaupunkiympäristössä.....	16
5	Viherrakentaminen osana kaupunkisuunnittelua.....	19
5.1	Viheralueiden merkitys kaupunkisuunnittelussa.....	19
5.2	Ilmastonmuutoksen huomioiminen	19
5.3	Hulevesien hallinta	20
5.4	Viherkerroin suunnittelun tukena.....	21
6	Viherympäristön merkitys hyvinvoinnille	23
6.1	Fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen hyvinvointi.....	23
6.2	lääkkäät.....	24
6.3	Aistit.....	25
7	Esteettömän ja motivoivan ympäristön suunnittelu	28
7.1	Motivoivan ympäristön suunnittelu	28
7.2	Esteetön suunnittelu.....	29
8	Puistosuunnitelma	30
8.1	Suunnitelman esittely	31
8.1.1	Toiminnalliset alueet	33
8.1.2	Taide- ja kulttuurialueet.....	35
8.1.3	Kulkureitit, lepopaikat ja kalusteet.....	36
8.1.4	Kasvillisuus	38
8.1.5	Valaistus ja opastus	40
8.2	Suunnitelman mallinnus	40
8.3	Suunnitelman toteutus käytännössä	43
9	Pohdinta	44
9.1	Kehittämistyön lopputulos ja johtopäätökset	44
9.2	Vastaukset tutkimuskysymyksiin	46
9.3	Oman työskentelyn pohdinta.....	48

Lähteet.....50

Liitteet

Liite 1. Asukaskysely

Liite 2. Puistosuunnitelmapakartta

1 Johdanto

Suomalainen maaseutu on kokenut merkittäviä muutoksia viimeisten vuosikymmenten aikana. Vielä 50-60 vuotta sitten maatalous oli merkittävä osa paikkakuntien elinkeinorakennetta, mutta 2010-luvulle tultaessa maatalouden määrä on kutistunut hyvin pieneen osaan aiemmasta. Ihmiset, palvelut ja työpaikat keskittyvät kaupunkeihin. Tänä päivänä työelämä on hektistä, ja kilpailu kiristyy niin työpaikoilla kuin markkinoillakin. Koko ajan pitäisi tuottaa enemmän vähemmässä ajassa, jotta saavutettu asema säilyisi ja vahvistuisi. (Tilastokeskus 2007.)

Ympäristö, jossa elämme, teemme työtä ja opiskelemme, vaikuttaa monella tavalla kokonaisvaltaiseen hyvinvointiimme. Ympäristön merkitys korostuu erityisesti silloin kun toimintamme on syystä tai toisesta rajoittunutta esimerkiksi jonkin sairauden tai ikääntymisen vuoksi. Tutkimukset ovat osoittaneet, että kasvit vaikuttavat ihmisen psykofysiologisiin toimintoihin myös silloin, kun niitä ei tarkkailla tietoisesti. (Rappe, Lindén & Koivunen 2003, 5.)

Eri ikäryhmillä on erilaisia tarpeita ja motiiveja esimerkiksi puistossa tai muussa kaupunkitilassa vierailuun. Monenlaiset tarpeet ja motiivit tulisi siksi huomioida jo varhain suunnitteluvaiheessa. Toimintojen monimuotoisuus ja muokattavuus on ollut viime aikoina paljon esillä ja monin paikoin toteutunut erilaisten viheralueiden, kuten leikkipuistojen, liikuntapaikkojen ja puistoalueiden suunnittelussa. Yhdellä alueella voi olla monenlaisia toimintoja, jolloin alueella vierailevat löytävät omat mielenkiinnon ja motivaation lähteensä puistossa, kun kokevat saavansa puistossa vierailusta myös itselleen jotain merkityksellistä. Viherympäristön on todettu lisäävän hyvinvointia ja houkuttelevan liikkumaan. Jo lyhytaikaisella luontokokemuksella on todettu olevan positiivinen vaikutus yksilön henkiseen hyvinvointiin. Viherympäristö mm. vähentää stressitekijöitä, kohentaa mielialaa ja vahvistaa positiivisia tunteita. (Ojala 2015.)

Terveystilaan ja toimintakyvyn säilyttämiseen tulee kiinnittää erityistä huomiota erityisesti iäkkään väestön osalta. Nämä tekijät ovat merkittävässä roolissa yksilöiden ja koko yhteiskunnan hyvinvointiin ja elämänlaatuun liittyen. Terveiden ja toimintakyvyn ylläpitäminen ja edistäminen ovat tärkeitä ikärakenteen muutoksen myötä, kun iäkkään väestön osuus koko väestöön suhteutettuna kasvaa. Jotta iäkkäät ihmiset pystyisivät jatkossakin mahdollisimman pitkään säilyttämään terveydentilansa ja toimintakykynsä eläen itsenäistä elämää sekä voimaan hyvin, tulisi yhteiskunnan kehittää tehokkaita keinoja, joilla näihin tavoitteisiin päästään. Fyysinen aktiivisuus, erilaiset harrastusmahdollisuudet sekä näiden myötä liikkumiskyvyn säilyminen iäkkäiden henkilöiden osalta tukee osaltaan

myös psyykkistä hyvinvointia, joka puolestaan on merkittävä osa yksilön terveydentilassa. (Lampinen 2004.)

Tämän työn toimeksiantajana oli Kalajoen kaupunki. Kalajoen kaupunki on saanut rahoituksen ympäristöministeriöstä Ikäystävällinen Kalajoki – hankkeen toteuttamiseen. Hankkeen tavoitteena oli laatia suunnitelma ja toteuttamisselvitys ratkaisuvaihtoehtoinen ikäystävälliseen asumiseen ja toimintaympäristöön ikäihmisten ja tulevaisuuden tarpeet huomioiden. Osana hanketta toteutettiin puistosuunnitelma. Puistoaluetta, eli koko Kalajoen olohuonetta suunniteltaessa tavoitteeksi nousi muodostaa alueesta eri sukupolvien kohtaamispaikka. Näin ollen iäkkäiden toiveiden ja tarpeiden lisäksi myös nuorempien sukupolvien toiveet ja tarpeet huomioitiin suunnittelussa.

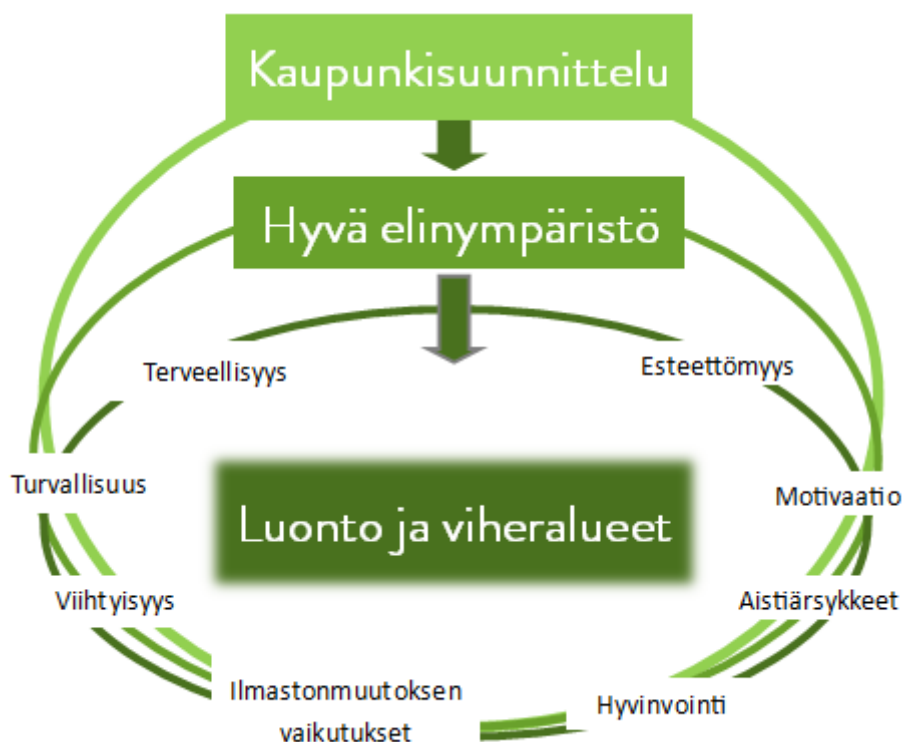
Kalajoen kaupunki sijaitsee Pohjois-Pohjanmaalla, Kalajoen suulla. Kaupunki on tunnettu matkailustaan sekä monipuolisesta elinkeinorakenteestaan. Matkailun vetonaulana toimii Hiekkasärkät, joka sijaitsee noin 7 km Kalajoen keskustajamasta etelän suuntaan. Kalajoki perustettiin vuonna 1865 ja Kalajoesta tuli kaupunki vuonna 2002 ja vuonna 2010 kuntaliitoksessa Himanka liitettiin Kalajokeen. Kalajoki sijaitsee kahden valtatie risteyksessä, joiden merkitys on huomattava esimerkiksi Kalajoen sataman logistiikalle.

Kalajoki on maisemaltaan perinteistä Pohjois-Pohjanmaalaista maisemaa. Merenrantakaupungille tyypillisesti, myös Kalajoella maankohoaminen muokkaa jatkuvasti ranta-alueita. Maankohoamisen vaikutuksena vesiraja vetäytyy koko ajan kauemmaksi. Hiekkasärkkiä lukuun ottamatta ranta-alueet ovat tyypillistä merenrantaa, jossa kasvaa alueelle ominaisia kasvilajeja. Kalajoen edustalla sijaitsevat Kallankarit, jotka tunnetaan aikoinaan voimissaan olleesta kalastuksesta elinkeinona.

Kalajoella sijaitsee alueellisesti merkittävä satama. Kalajoen satama toimii tavarasatamana, jossa viennin osuus on 70 %. Päävientituotteena satamasta lähtee sahattua puutavaraa. Sahatavaraa viedään eniten Englantiin, Espanjaan ja Välimeren maihin. Puutavaran lisäksi satamasta viedään jonkin verran mm. teräsrakenteita, viljaa ja rautaa. Tuonnin osuus sataman liikenteestä on 30 %. Satamaan tuodaan mm. massa- ja paperiteollisuuden käyttämiä mineraaleja, tiiliteollisuuden käyttämiä mineraaleja sekä erilaisia rehuteollisuuden tarvitsemia kasviraaka-aineita. (Kalajoen Satama 2019.)

Tämä opinnäytetyö tarkastelee luonnon ja viherympäristön vaikutuksia hyvinvointiin ja terveyteen sekä viherrakentamisen osuutta osana kaupunkisuunnittelua. Ilmastonmuutoksen aiheuttamat muutokset suunnittelujärjestelmään ja viherrakeiteisiin tulevat jatkossa saamaan entistä suuremman jalansijan suunnittelumaailmassa, kun muuttuvan ilmaston myötä sään ääri-ilmiöt yleistyvät ja rakennetun ympäristön täytyy pystyä vastaamaan tähän haasteeseen. Tulevaisuudessa ilmastonmuutoksen hillitsemisen

takia puistot ja viheralueet tulevat olemaan entistä enemmän keskustelussa ja suuremmassa roolissa myös pienempien kaupunkien suunnittelussa. Käytössä on jo nyt työkaluja, jolla suunnittelun ja kaavaratkaisujen ilmastokestävyyttä voidaan tarkastella. Opinnäytetyön kehittämisosuudessa laaditaan puistosuunnitelma, jossa hankkeen lähtötiedot, kyselyiden tulokset ja muut tavoitteet huomioidaan ja yhdistetään yhdeksi kokonaisuudeksi. Työn teoreettiseen viitekehykseen (Kuvio 1) on koottu tässä työssä käsitellyt keskeiset asiakokonaisuudet ja niiden väliset yhteydet toisiinsa.



Kuvio 1. Teoreettinen viitekehys (Kuvio: Sanna Matkaselkä)

Työn tavoitteena oli tuottaa hankkeen toimesta osoitettuun sijaintiin puistosuunnitelma. Puistosuunnitelman yhteydessä tarkasteltiin toiminnot, joita alueelle haluttiin. Toimintojen sijoittelun jälkeen puistoaluetta suunniteltiin pidemmälle Sketch Up- ohjelmalla, jolloin toimintojen sijoittumista voitiin tarkastella 3D-muodossa. Lopullinen suunnitelma toteutettiin AutoCad-ohjelmalla. Suunnitelmassa esitettiin sijainnit toiminnolle, istutuksille ja reitistöille. Tarkempi suunnittelu esimerkiksi alueelle tulevien kasvien osalta tehdään puiston toteuttamisvaiheessa ammattilaisten toimesta. Suunnitelmassa esitetyt istutus alueet ovat suuntaa antavia ja toimivat pohjana tarkemmassa suunnittelussa.

2 Kehittämishankkeen tausta

Ympäristöministeriö on käynnistänyt ikääntyneiden asumisen toimenpideohjelman vuosille 2020-2022. Ympäristöministeriön selvitys kuntien toiminnasta ikääntyneiden kotona asumisen ja palvelujen kehittämisestä tuo hyvin esiin ikääntymisen ajatusmalleja. Omaehtoisen vanhuuskäsitteen lähtökohtana on puolestaan ihmisen oikeus yksilölliseen elämään ja mielekkääseen ikääntymiseen. Tämä tarkoittaa ikäystävällisiä asumisen ratkaisuja, sosiaalisen ympäristön ja hyvän yhteiskuntasuunnittelun painottamista. Tulevaisuuden tavoitteena on kehittää entistä enemmän omaehtoisen ikääntymisen edellytyksiä kotona asumiseen. (Kalajoen kaupunki 2021a).

Sosiaali- ja terveysministeriö on julkaissut juuri oman laatusuosituksensa hyvän ikääntymisen turvaamiseksi ja palvelujen parantamiseksi vuosien 2020-2023 aikana. Tavoitteena on ikäystävällinen Suomi. Laatusuosituksessa suositellaan ikäystävällisyyden huomioimista asuinalueiden suunnittelussa ja olemassa olevien asuinympäristöjen kehittämisessä sekä edistämään ikääntyneille sopivien asumisratkaisujen toteuttamista, erityisesti välimuotoisen ja yhteisöllisen asumisen osalta. (Kalajoen kaupunki 2021a).

Kalajoen kaupunki on saanut rahoituksen ympäristöministeriöstä Ikäystävällinen Kalajoki – hankkeeseen. Hankkeen tavoitteena on laatia suunnitelma ja toteuttamisselvitys ratkaisuvaihtoehtoinen ikäystävälliseen asumiseen ja toimintaympäristöön ikäihmisten ja tulevaisuuden tarpeet huomioiden mm. esteettömyyden näkökulmasta, jotta koton asumisen olisi mahdollisimman mielekästä mahdollisimman pitkään. (Kalajoen kaupunki 2021a.)

Tavoitteena on lisätä sukupolvien välistä kohtaamista. Tulemme kuuntelemaan kuntalaisia ja järjestämään yleisötilaisuuksia. Vanhusneuvosto on keskeinen toimija hankkeessa. Tavoitteena on muodostaa tarkempi kuva siitä, millaisia toiveita, odotuksia ja tarpeita tulevaisuudessa on ikäihmisten asumisen, ympäristön ja hyvinvointipalveluiden osalta. Monen muotoisia ja monimuotoisia asumisen vaihtoehtoja tarvitaan. Hyvinvointia edistävissä palveluissa ikäystävällisyys tulee huomioida esteettömyytenä toteuttaa erilaisia asioita. Palveluiden läheisyys, luonto keskeisenä teemana ja osallisuus tulee nostaa erityiseen asemaan ikäystävällistä asumista ja toimintaympäristöä suunnitellessa. Ikäystävällisessä asumisessa huomioidaan sähköisten palveluiden käyttö osana jokapäiväistä elämää ja mahdollisuus toteuttaa omia arjen unelmiaan. (Niskanen 2021.)

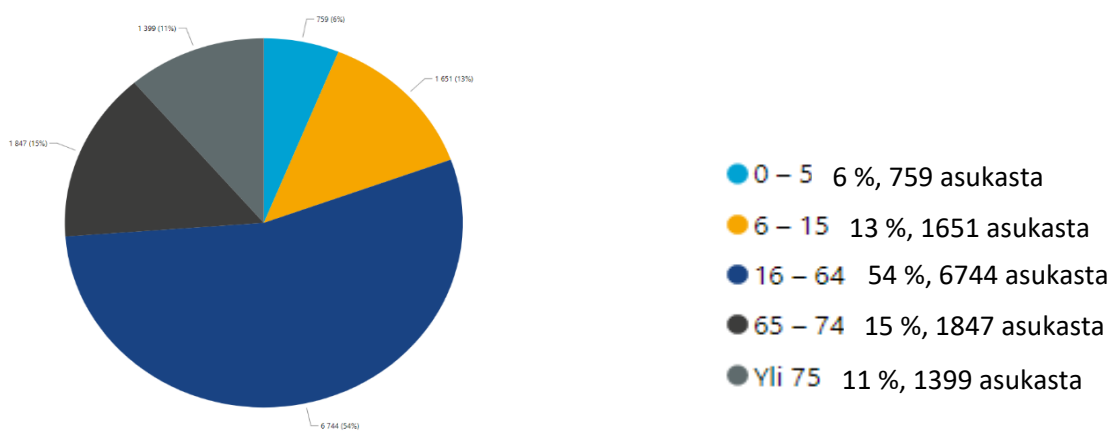
Vanhusten liikkuminen viherympäristössä tapahtuu pääosin passiivisesti tai kevyesti liikkuen. Ulkoillessa he nauttivat pääosin eri aistien kautta saaduista ärsykkeistä kuten raikkaasta ilmasta, tuoksuista, luonnon äänistä sekä luonnon tarkkailusta. Viherympäristöt

tukevat parhaimmillaan iäkkäiden ihmisten kokonaisvaltaista hyvinvointia antaen mahdollisuuden turvalliseen liikkumiseen ja mahdollistaen monipuolisten aistivirikkeiden vastaanottamisen. Yleisesti iäkkäät välttelevät paikkoja, joissa on rauhatonta tai toiminnat aiheuttavat vilkkautta alueelle. Toisaalta usein myös erilaisten tapahtumien ja toimintojen seuraaminen koetaan mielekkääksi ja virikkeelliseksi toiminnaksi. (Rappe ym. 2003, 119.)

Ympäristössä olevien kulkuväylien ja koko muun ympäristön tulee olla esteetön, liikkumiseen soveltuva ja helposti saavutettavissa. (Lehmuspuiisto & Åkerblom 2007, 6.) Iäkkäiden osalta suurimmat pelot itsenäiseen liikkumiseen liittyvät kaatumisten pelkäämiseen ja yleiseen turvattomuuden kokemiseen. (Rappe ym. 2003, 120). Esteetöntä liikkumista käsitelleessä Helsinki kaikille -hankkeessa on laadittu eri kaupunkien kanssa yhteistyössä esteettömän rakentamisen ohjeita, jotka on tiivistetty SuRaKu-kortteihin. Korteissa on koottuna käytännön ohjeita esteettömän ympäristön suunnitteluun ja toteutukseen. (Rakennusvirasto 2008.)

Nuoremmalla väestöllä puolestaan voi olla hyvinkin erilaisia toiveita puistoalueen ja siellä sijaitsevien toimintojen suhteen. Lapset kaipaavat kyselytutkimuksen mukaan kiipeily- ja leikkipaikkoja. Nuoret ja aikuiset puolestaan oleskeluun ja ohjattuun liikuntaan soveltuvia alueita sekä itsenäiseen kuntoiluun soveltuvia alueita. Alueen toimintojen sijoittelua, riittävyttä ja toimintoja voidaan arvioida puiston rakentamisen jälkeen ja muokata tarvittaessa vastaamaan kysyntää. On todettu, että toimintojen käyttöikä voi olla paikoin lyhytkin, joten olisi hyvä, jos alueet olisivat muokattavissa eri toimintojen välillä.

Kalajoen ikärakenne koostuu merkittävältä osin työikäisistä henkilöistä (16-64v). Yli puolet (54 %) Kalajoen kaupungin asukkaista sijoittuvat työikäisten ikäluokkaan (Kuvio 2). Samaan aikaan kuitenkin myös Kalajoelta pois muuttavien henkilöiden osuus on suurin juurikin työikäisten ikäluokassa. (Kalajoen kaupunki 2021b.) Yksilötasolla muuttoon johtavia syitä on monia, kuten työpaikka, opiskelut, perhe ja sukulaiset. Toisaalta, jos paikkakunnalla pystyttäisiin tarjoamaan myös työuran jälkeen mielekäs ja virikkeellinen ympäristö asumiseen, voisi muuttoliikennettä hillitä ainakin tältä osin merkittävimmissä ikäluokassa pois muuttavien osalta.



Kuvio 2. Kalajoen väestö ikäryhmittäin (mukaillen: Kalajoen kaupunki 2021b)

3 Tutkimus- ja kehittämismenetelmät

3.1 Kehittämistyön tutkimusmenetelmät

Työn tarkoituksena oli tuottaa puistosuunnitelma toimeksiantajan asettamiin lähtötietoihin perustuen. Tarkoituksena on laatia suunnitelma kaikenikäisille kuntalaisille soveltuvasta puistoalueesta, joka on esteetön ja helposti saavutettavissa. Työn tutkimuskysymyksiksi asetettiin: miten luoda virikkeellinen ja motivoiva yhteinen puistoalue eri sukupolville? Tutkimuksen alakysymyksiksi muodostui, millaisia vaikutuksia kaupunkien viheralueilla on sekä yksilön että yhteiskunnan näkökulmista sekä miten ilmastonmuutokseen voidaan vaikuttaa viheraluesuunnittelulla. Toimeksiantajan toimesta toteutettiin asukaskysely tammikuussa 2021, sekä kouluhankkeisiin liittyen on toteutettu Kalajoen kaupungin toimesta oppilaskysely luokkien 3-9 oppilaille. Tätä työtä tehtäessä käytettävissä oli oppilaskyselyn vastaukset, mutta tiedossa ei ollut kuinka moni kyselyyn oli vastannut sen toteutuksen ajankohtana vuonna 2016. Lisäksi puistosuunnitelmasta kerättiin kommentteja ja palautetta markkinoiden yhteydessä syksyllä 2021. Työn laatimiseksi on käytetty myös kirjallisuustutkimusta, laadittu analyysit alueen nykytilasta, analysoitu kyselyistä saatuja vastauksia sekä havainnollistettu suunnitelmaa 3D-muodossa.

Kyseessä on kvalitatiivinen soveltava tutkimus, jossa pyritään esimerkin avulla selvittämään, miten luoda virikkeellinen ja motivoiva yhteinen puistoalue, joka tarjoaa eri ikäisille turvallisen kohtaamispaikan. Tutkimuksen kohdejoukkona on Kalajoen kaupungin asukkaat.

Kvalitatiivisella tutkimuksella pyritään tutkimaan kohteen laatua, ominaisuuksia ja merkityksiä kokonaisvaltaisesti. Kvalitatiivinen tutkimus määrittyy usein rajattuun ja pieneen tutkittavien määrään. Osana opinnäytetyötä hyödynnetään tutkimusta varten kerättyä tietoa asiakaskyselyn ja oppilaskyselyn muodossa. Kyselyn osalta kvalitatiivisen tutkimuksen kohdejoukkona ovat siis olleet Kalajoen asukkaat, jotka ovat vastanneet asukaskyselyyn sekä oppilaat, jotka ovat vastanneet oppilaskyselyyn ja kuntalaiset, jotka jättivät palautetta suunnitelmaluonnoksesta markkinoiden yhteydessä. Kvalitatiivinen tutkimus soveltuu hyvin esimerkiksi toiminnan kehittämiseen, erilaisten vaihtoehtojen vertailuun sekä sosiaalisten ongelmien tutkimiseen, kuten tässä tapauksessa toimintojen tarpeellisuuden arvioon ja kaupunkikeskustan kehittämiseen. (Heikkilä 2014).

Soveltava tutkimus puolestaan on tutkimuksen muoto, jonka tavoitteena ovat käytännön sovellutukset. Soveltavassa tutkimuksessa sovelletaan siis perustutkimuksesta (asukaskysely ja oppilaskysely) saatua tietoa johonkin käytännölliseen ongelmaan, kuten tässä tapauksessa koko kaupungin olohuoneen luomiseen. Kohdejoukkona ovat Kalajoen

kaupungin asukkaat. Kyselyiden avulla kerättyjä tutkimustuloksia ei voida pitää yleispätevinä, sillä ihmiset kokevat asioita eri tavalla merkityksellisiksi riippuen mm. asuinpaikastaan. Tämän vuoksi tuloksia ei voida yleistää. Eri kaupungeissa voidaan kokea tarpeelliseksi erilaiset toiminnot, joten kohdejoukko huomioiden myös tulokset voivat olla erilaisia. Kirjallisuustutkimuksessa kerättyä tietoa on kuitenkin mahdollista soveltaa myös muiden kaupunkien osalta huomioitavaksi suunnittelutyössä. Soveltavan tutkimuksen tarkoituksena on pyrkiä hyödyntämään tunnettuja tosiasioita ja tekemään uusia ratkaisuja, joista on teknistä ja taloudellista hyötyä. Tutkimuksen tavoite on hyödyttää ihmistä ja hänen tarpeitaan. (Jyväskylän ammattikorkeakoulu 2021).

3.2 Kyselyiden tulokset

Ikäystävällinen Kalajoki -hankkeen toteuttaman asukaskyselyn tarkoituksena oli selvittää, millaisia toiveita, odotuksia ja tarpeita kaupunkilaisilla on tulevaisuuden asumisen ja ympäristön suhteen. Kysely koostui yhteensä 20 kysymyksestä, joista 16 oli monivalintaisia ja neljä vapaasti kommentoitavissa (Liite 1.) (Kalajoen kaupunki 2021a.)

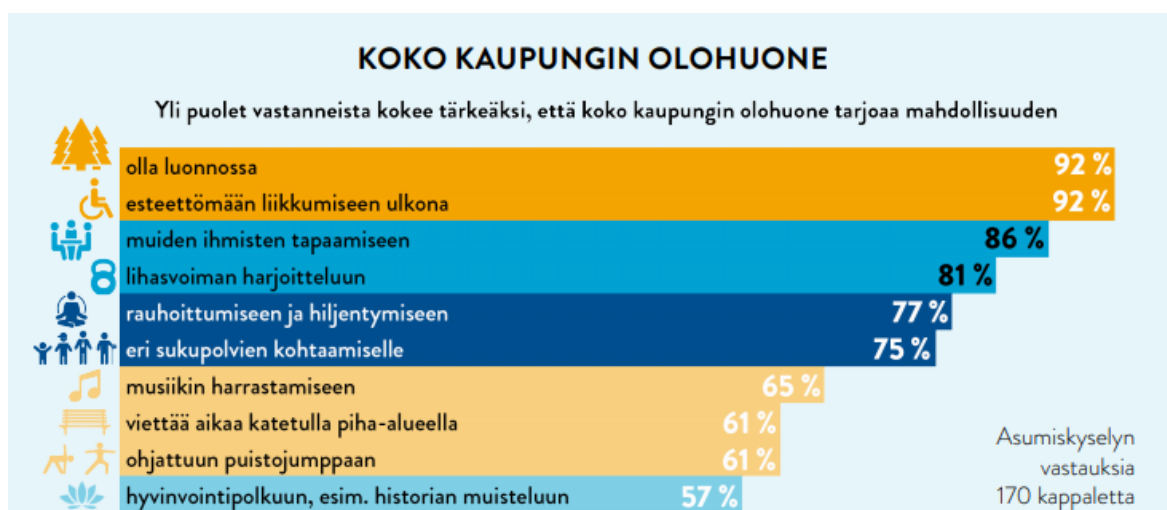
Asumiskyselyyn vastasi yhteensä 170 henkilöä. Enemmistä vastaajista oli naisia ja iältään vastaajat olivat pääosin 60-74-vuotiaita. Vastaajista 80 % asui omakotitalossa ja tiedosti, että nykyisessä asunnossa tai taloyhtiössä on liikkumista haittaavia portaita ja kynnyksiä. Kyselyn perusteella suurimmaksi puutteeksi nykyisessä asumiskohteessa koettiin ruokakaupan ja joukkoliikenteen puute.

Vastaajista 90 % haluaisi asua nykyisessä asunnossa mahdollisimman pitkään, vaikka 23 % vastaajista tiedostaa, ettei nykyinen asunto sovellu pidemmällä aikavälillä ja muutto on välttämätön. Joka kymmenes on harkinnut muuttavansa seuraavan viiden vuoden sisällä. Tulevaisuudessa 74 % vastaajista haluaisi asua omistusasunnossa, joka olisi kokoluokaltaan 51-70 neliötä. Tulevaisuuden asumista ajatellen suurin osa vastaajista koki ulkoilumahdollisuudet ja luonnon läheisyyden sekä asunnon esteettömyyden erittäin tärkeäksi. Tärkeänä pidettiin myös sitä, että asunnon lähellä sijaitsee ruokakauppa ja saatavilla on kuljetuspalvelu tai joukkoliikenne. Muita palveluita, joita kyselyn perusteella toivottiin, olivat siivouspalvelut, kotisairaanhoido sekä ruokapalvelu ja asiointiapu esimerkiksi apteekkiin pääsemiseksi, jotta kotona asuminen olisi mahdollista mahdollisimman pitkään.

Kiinnostus yhteisölliseen asumismuotoon vaihteli vastaajien välillä. Vastaajista noin kolmannes oli melko vähän kiinnostuneita, noin kolmannes melko paljon kiinnostuneita, 17 % erittäin vähän ja 13 % erittäin paljon kiinnostuneita. Tärkeimpinä yhteiskäyttöön suunnitelluista tiloista yli puolet kyselyyn vastanneista piti erityisesti monikäyttöisiä

yhteistiloja, yhteisöllisyyttä luovia tiloja sisällä ja ulkona sekä kuntosalia. Tarpeen vaatiessa vähän yli puolet vastaajista olisi valmis muuttamaan yhteisölliseen asumismuotoon esimerkiksi sosiaalisten tai terveydellisten syiden vuoksi. Kyselyyn vastanneista 29 % ei koe tällaista asumismuotoa houkuttelevana. Perusteena yhteisölliseen asumismuotoon muuttamiselle koettiin erityisesti asumismuodon tarjoama yhteisöllisyys. Muuton esteeksi puolestaan nähtiin toive pysyä nykyisellä asuinalueella sekä yksityisyys ja oma rauha.

Asumiskyselyllä selvitettiin myös kiinnostusta koko kaupungin olohuoneeseen, eli yhteiseen puistoalueeseen. Tärkeimpinä elementteinä puistoon liittyen koettiin mahdollisuus olla luonnossa sekä mahdollisuus esteettömään liikkumiseen ulkona (Kuvio 3). Yli 80 % vastaajista toivoi puistoalueen lisäävän mahdollisuutta muiden ihmisten tapaamiseen ja lihasvoiman harjoitteluun. Yli 50 % vastaajista toivoi puistoalueen antavan mahdollisuuden myös rauhoittumiselle ja hiljentymiselle, eri sukupolvien kohtaamiselle, musiikin harrastamiseen ja ohjattuun puistojumppaan sekä viettää aikaa katetulla piha-alueella ja hyvinvointipolkuun.



Kuvio 3. Asukaskyselyn vastaukset koskien koko kaupungin olohuoneen toimintoja (Kalajoen kaupunki 2021a)

Palautetta suunnitelmaluonnoksesta kerättiin kyselyn muodossa markkinoiden yhteydessä syksyllä 2021. Palautteen jätti yhteensä 40 henkilöä ja heistä merkittävä osa oli työikäistä väestöä. Palautteen perusteella puistosuunnitelma koettiin pääosin hyväksi ja toimivaksi. Iäkkäiden liikuntamahdollisuuksia pidettiin tärkeänä ja esteetön liikkuminen apuvälineillä tulee olla mahdollista. Alle 20-vuotiaat palautteen antajat toivoivat alueelle pientä kahvilaa sekä sen läheisyyteen oleskelutilaa ja pelailumahdollisuuksia. Puistoalueen sijaintia pidettiin pääosin hyvänä, mutta kauempana asuvat vastaajat kokivat, että heillä ei ole käyttöä kyseiselle puistoalueelle. Erilaiset pienimuotoiset tapahtumat kiinnostivat ja osa

vastaajista koki, että Kalajoen keskusta-alueelta puuttuu tapahtuma-aukio, jota olisi mahdollisuus hyödyntää myös toriaukiona.

Ympärivuotista toimintaa puiston alueella haluttiin kehittää ja alueelle toivottiin luistelun harjoitteluun soveltuvaa ulkoluistelukenttää, jossa pelaaminen ei olisi sallittua tapaturmariskin vuoksi. Lisäksi toivottiin tasaista hiihtolatua, jota olisi mahdollisuus hyödyntää niin pienten lasten kuin iäkkäämpienkin henkilöiden. Suunnitelmaluonnoksesta saatu palaute huomioitiin lopullisen suunnitelman laadinnassa.

3.3 Analyysit

Kokonaisuudessaan Pohjankylänpuisto muodostuu laajoista nurmialueista sekä alueella olevasta puustosta (Kuva 1). Muutoin istutuksia tai rakennelmia puistossa ei ole. Käyttöaste puistolla on nykyisellään suhteellisen heikko, johtuen osin toimintojen puutteesta sekä alueen liian yksinkertaisesta maisemasta. Alueella on yksi penkki ja muutamia roska-astioita. Viihtyisyyttä parantamalla alueen käyttöaste saataisiin paranemaan ja eri toimintoja sijoittamalla alueen käyttö hyvinkin monimuotoiseksi.



Kuva 1. Alueen maisema koostuu laajoista nurmialueista ja puustosta (Kuva: Sanna Matkaselkä)

Alueen olemassa olevat reitistöt ovat pääosin hyväkuntoisia ja helposti saavutettavissa myös liikkumisessa avustavien välineiden kanssa (Kuva 2). Korkeuseroiltaan reitit ovat todella tasaisia ja soveltuvat siksi hyvin eri ikäisille liikkujille. Talvisin alueella olevat väylät pidetään avoinna, joten liikkuminen alueella onnistuu läpi vuoden.



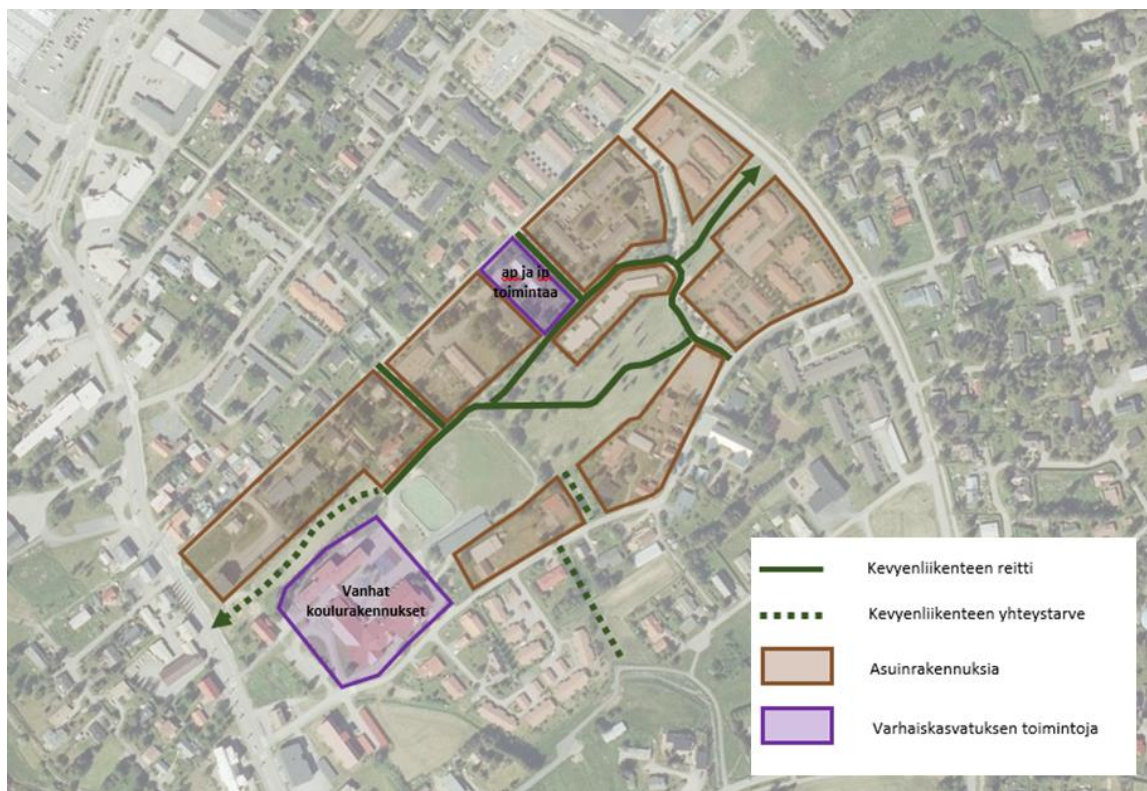
Kuva 2. Alueella olevaa reitistöä (Kuva: Sanna Matkaselkä)

Ennen suunnitelman laatimista alueen toiminnoista laadittiin maisema-, liikenne- ja toimintoanalyysit, joiden avulla voitiin havainnollistaa alueen nykytilaa alueen läheisyydessä olevien toimintojen, alueella olevan puuston ja alueella sekä sen läheisyydessä olevien teiden ja reitistöjen osalta. Maisema-analyysi keskittyi puistoalueella olemassa olevaan puustoon (Kuvio 4).



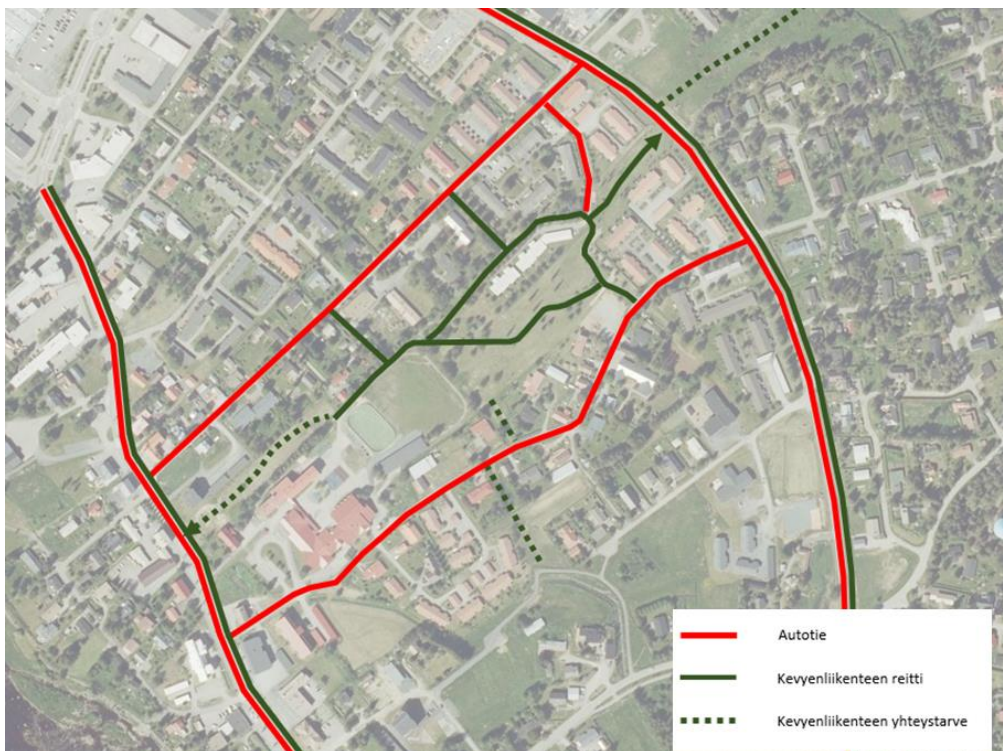
Kuvio 4. Pohjankylänpuiston alueen maisema-analyysi (Kuvio: Sanna Matkaselkä)

Toimintoanalyysissä tarkasteltiin, millaisia toimintoja alueen ympäristöön sijoittuu (Kuvio 5). Nykyisellään alueen läheisyyteen sijoittuu vanhat Pohjankylänkoulun rakennukset, joissa on nykyisellään varhaiskasvatuksen toimintoja. Kalajoella on tulevana vuosina tulossa käsittelyyn varhaiskasvatuskeskus ja sen sijainti. Yhtenä vaihtoehtona on pidetty Pohjankylän-koulun sijaintia, jonka vuoksi se huomioidaan suunnitelmassa, jättämällä alue rakentamisen alueeksi, eikä puistoa uloteta koulun tontille.



Kuvio 5. Pohjankylänpuiston ympäristön toimintoanalyysi (Kuvio: Sanna Matkaselkä)

Liikenneanalyysistä puolestaan voidaan havaita kevyenliikenteen yhteystarpeet sekä olemassa olevat reitistöt (Kuvio 6). Nykyisellään poikkikadut Kalajoentieltä Pohjankyläntielle ovat erittäin kapeita, eikä niiden yhteyteen mahdu toteuttamaan kevyenliikenteen väylästä. Sen sijaan puiston läpi kulkeva yhteys tarjoaisi koululaisille turvallisen reitin uudelle Merenojan koululle karttakuvan koillisosiin. Vanhat reitistöt yhdistettynä yhteystarpeella merkittyihin reitistöihin tarjoaisivat keskusta-alueen asukkaille mahdollisuuden kulkea rauhallista kevyenliikenteen reitistöä pitkin useiden kilometrien matkalla käytännössä koko keskusta-alueen asemakaavoitettujen alueiden osalta Pohjoisen suunnalta. Yhteys on huomioitu asemakaavatasolla muiden paitsi Kalajoentielle tulevan lyhyen yhteystarpeen osalta.



Kuvio 6. Pohjankylänpuiston ympäristö liikenneanalyysi (Kuvio: Sanna Matkaselkä)

4 Onnistuneen kaupunkiympäristön osatekijät

4.1 Hyvä kaupunkiympäristö

Hyvälle elinympäristölle on annettu jo maankäyttö- ja rakennuslaissa määritelmä. Ympäristön tulee olla terveellinen, turvallinen ja viihtyisä. Kaavoitettuihin alueisiin ja niiden läheisyyteen tulee sijoittua riittävästi puistoja ja lähivirkistysalueita. Jotta viherympäristöstä muodostuu virkistävä, tulee sen olla kaikkien esteettömästi saavutettavissa ja käytettävissä. (Rappe ym. 2003, 61.)

Viime vuosikymmeninä on alettu kiinnittämään yhä enemmän huomiota kansanterveyttä korjaaviin ympäristöihin. Nykypäivänä kaupungeissa asuu yhä enemmän ihmisiä. Tiheästi asutussa kaupunkiympäristössä asuvat ovat jatkuvasti alttiina erilaisille ärsykeille, jotka vaativat paljon huomiota ja aiheuttavat henkistä väsymystä. Henkisen hyvinvoinnin kannalta on erittäin tärkeä, että luodaan korjaavia ympäristöjä, joiden avulla palautuminen on mahdollista ja aivojen kuormitus laskee. (Peschardt & Stigsdotter 2013.) Hyvä kaupunkiympäristö on parhaimmillaan moniaistinen ja saavutettava (Jokiniemi 2007, 148.)

Hyvin suunniteltu ja toteutettu alue tukee parhaimmillaan alueen turvallisuutta, kun taas huonosti toteutettu ympäristö lisää turvattomuuden tunnetta ja vähentää alueen viihtyisyyttä. Huonosti toteutetulla alueella ovat riskinä myös erilaiset rikokset ja muu häiriöllinen toiminta. (Project for Public Spaces 2020.)

Kaupunkiympäristöön sijoittuva viherrakenne ei ole luontoa sen perinteisessä merkityksessä, vaan se on yksilön luoman ja luonnollisuuden sekoitus. Monipuolinen kaupunkiluonto lisää ja ylläpitää kokemuksia ympäristön rikkaudesta. Kaupunkiympäristöön sijoittuvien viheralueiden monipuolisuus tarkoittaa toisaalta villiyden sallimista niin kasvi- kuin eläinlajienkin osalta kuin myös rohkeaa suunnittelua. (Kummala 2016, 59-60.)

Lähtökohtana suunnittelulle voidaan ajatella olevan alueen tarpeet, käytettävissä olevat resurssit, yhteisö ja sen erilaiset rajaukset, aktiivinen yhteisön osallistuminen sekä toimintasuunnitelma. (Cornelius 2019.) Hyvän alueen piirteet koostuvat monista asioista ja niiden yhteensovittamisesta. Paikan saavutettavuuden voi arvioida visuaalisten ja fyysisten yhteyksien perusteella suhteessa ympäristöönsä. Hyvään julkiseen ympäristöön on helppo päästä ja helppo poistua sekä helppo kulkea alueen läpi. Lisäksi alueen tulisi olla näkyvissä sekä kauempaa että läheltä. Tilan reuna-alueet ovat myös tärkeitä. Erilaiset toiminnot alueiden reunoilla luovat yleensä turvallisuuden tuntua ja poistavat "laitakaupungin" tuntumaa. Julkisissa tiloissa ja alueissa tärkeää on myös esteettömyys, jotta sinne tuleminen on helppoa. Henkilöautolla matkustaville tarjotaan toimivat

pysäköintimahdollisuudet sekä eteenkin isommissa kaupungeissa se on helposti julkisen liikenteen saavutettavissa. (Project for Public Spaces 2020.)

Tilan käyttöasteen määrittelee se, millainen imago alueella on, onko tila kutsuva ja viihtyisä. Mukavuuteen liitetään yleisesti turvallisuus, puhtaus ja esimerkiksi istuinpaikkojen saatavuus. Ihmisten on todettu arvostavan valinnanvapautta esimerkiksi istuinpaikkojen suhteen. (Project for Public Spaces 2020.) Keskeneräisyys ja palvelujen puuttuminen voivat puolestaan leimata asuin- tai viherympäristön epämiellyttäväksi. Ympäristön viihtyisyyttä vähentävät myös esimerkiksi roskaisuus, saasteet ja melu. (Rappe ym., 2003, 62.)

Erilaisten aktiviteettien avulla alueelle tuodaan elämää. aktiviteetit luovat alueen perusrakenteen ja ne antavat ihmisille syyä vierailta alueella sekä syyä miksi palata aina uudelleenkin alueelle. Aktiviteetit luovat alueille erilaisia identiteettejä ja muokkaavat alueista erilaisia ja ainutlaatuisia. Kun alueella tai julkisessa tilassa ei ole vierailijoilla mitään tekemistä, ei alueella myöskään ole kävijöitä ja se jää käyttämättömäksi. Tyhjä ja hiljainen alue on merkki siitä, että jotain alueella täytyisi muuttaa. (Project for Public Spaces 2020.)

Onnistuessaan alueen suunnittelu tarjoaa alueen asukkaille ja muille käyttäjille mahdollisuuden tavata ystäviään, naapureitaan ja tutustua täysin tuntemattomiin ihmisiin. Tällöin he tuntevat voimakkaan kiintymyksen yhteisöön ja paikkaan, jossa on sosiaalisia aktiviteetteja. Sosiaalisesti aktiivinen alue tarjoaa parhaimmillaan turvallisuuden tunteen, vaikka olisitkin tekemässä ennalta täysin tuntemattoman ihmisen kanssa. (Project for Public Spaces 2020.)

4.2 Maankäyttö- ja rakennuslain tavoite

Maankäyttö- ja rakennuslaki (MRL) antaa kaupunkisuunnittelulle tietyt sisältövaatimukset, joiden avulla kaavoitusta ohjataan. Maankäyttö- ja rakennuslain 1 §:n yleistä tavoitetta täydentävät 5 §:ssä osoitetut alueiden käytön suunnittelun tavoitteet. Yleisenä MRL:n mukaisen suunnittelujärjestelmän tavoitteena on luoda edellytykset hyvälle elinympäristölle sekä edistää kestävästä kehitystä ekologisesta, taloudellisesta, sosiaalisesta sekä kulttuurisesta näkökulmista. Tavoitteena on myös turvata jokaisen osallistumismahdollisuus asioiden käsittelyyn liittyen. Koko MRL:n tarkoituksena on luoda ja aikaansaada sekä säilyttää ja parantaa olemassa olevaa ympäristöä hyvän suunnittelun avulla. (Jääskeläinen, Syrjänen, Hurmeranta & Wähä 2018, 120).

MRL 5 § mukaisesti laki velvoittaa huomioimaan suunnittelun tavoitteet kaavoituksessa. Sisältövaatimuksia on osoitettu eri kaavatasoille. MRL 5 § on esitetty yhteensä 12 edistävää ja kaavoituksen keinoin käsiteltävää tavoitetta. Tavoiteryhmät jakautuvat niin, että kohdat

1-3 ja 7-11 koskevat pääosin rakennettua ympäristöä ja kohdat 4-6 luonnonympäristöä ja ympäristönsuojelua. (Jääskeläinen ym. 2018, 158.)

”Alueiden käytön suunnittelun tavoitteena on vuorovaikutteiseen suunnitteluun ja riittävään vaikutusten arviointiin perustuen edistää:

1) turvallisen, terveellisen, viihtyisän, sosiaalisesti toimivan ja eri väestöryhmien, kuten lasten, vanhusten ja vammaisten, tarpeet tyydyttävän elin- ja toimintaympäristön luomista;

2) yhdyskuntarakenteen ja alueiden käytön taloudellisuutta;

2 a) riittävän asuntotuotannon edellytyksiä, (29.12.2006/1441)

3) rakennetun ympäristön kauneutta ja kulttuuriarvojen vaalimista;

4) luonnon monimuotoisuuden ja muiden luonnonarvojen säilymistä;

5) ympäristönsuojelua ja ympäristöhaittojen ehkäisemistä;

6) luonnonvarojen säästeliästä käyttöä;

7) yhdyskuntien toimivuutta ja hyvää rakentamista;

8) yhdyskuntarakentamisen taloudellisuutta;

9) elinkeinoelämän toimintaedellytyksiä ja toimivan kilpailun kehittymistä, (6.3.2015/204)

10) palvelujen saatavuutta; sekä

11) liikenteen tarkoituksenmukaista järjestämistä sekä erityisesti joukkoliikenteen ja kevyen liikenteen toimintaedellytyksiä.

Edellä 1 momentissa säädettyjä tavoitteita toteuttavista kaavojen sisältövaatimuksista säädetään kunkin kaavamuodon osalta jäljempänä tässä laissa.”

(Maankäyttö- ja rakennuslaki 132/1999 5§.)

4.3 Turvallisuus kaupunkiympäristössä

Turvallisuus ja turvattomuus liittyvät elämisen ehtoihin ja yksilön elämänkokemuksiin. Turvallisuuden ja turvattomuuden tunteet ovat yleensä pääosin yksilöllisiä, mutta toisaalta niihin voi vaikuttaa myös esimerkiksi sukupuoli, ikä, elämänvaihe, sosioekonominen asema tai toimeentulo. Turvallisuus ja turvattomuus voidaan kokea objektiivisena eli ulkoisena tai subjektiivisena eli sisäisenä. (Niemelä & Lahikainen 2000, 21.)

Turvallisuuden näkökulmaa voidaan tarkastella monesta näkökulmasta. Turvallisuutta tai turvattomuutta voidaan kokea erilaisista syistä johtuen. Turvallisuudentunnetta voidaan lisätä sekä virallisilla että luonnollisilla keinoilla. Virallisia keinoja ovat esimerkiksi poliisien näkyvyys alueella partioinnin ja jalkautumisen keinoilla. Usein pelkkä lisääntynyt näkyvyys alueella rauhoittaa tilannetta ja lisää turvallisuuden tunnetta. Luonnollisia keinoja ovat esimerkiksi näkyvyyden parantaminen ja valaistuksen lisääminen. Usein hämärät paikat ja pimeä koetaan pelottaviksi, joten näitä poistamalla turvallisuuden tunnetta on mahdollista lisätä. (Aarrevaara 2020.)

Terveellinen ja turvallinen ympäristö on lähtökohta kaupunkisuunnittelussa. Suunnittelijalla on aina osavastuu siitä, että suunnittelu on osallistavaa ja vuorovaikutteista ja että ihmisten päivittäin käyttämä elinympäristö vastaa yhteisöjen tarpeita. Turvallinen ympäristö kannustaa ihmisiä ottamaan oman paikkansa yleisissä tiloissa ilman pelon tunnetta. Turvallinen ympäristö on avoin kaikille sekä fyysisesti että asenteellisesti, ketään ei suljeta pois. Avointen tilojen merkittävä turvallisuudentunteen luoja ovat useat seuraavat silmäparit ja kuulevat korvat ja toisaalta nämä myös vähentävät ilkivaltaa ja muuta häiriökäyttäytymistä. Alueita suunniteltaessa on kuitenkin hyvä huomioida, että turvallisuuden tunne ei välttämättä noudata tilastoja eikä ole yhteydessä todellisiin uhkiiin ja vaaroihin. Tunne on kuitenkin aina todellinen ja se on huomioitava suunnittelussa. (Hirvola, 2016, 8-9.)

Turvallisuus on yksi merkittävimmistä asioista hyvillä julkisilla alueilla. Erilaisilla rakenteellisilla ratkaisuilla on mahdollisuus vaikuttaa turvallisuudentunteeseen mm. valaistuksen kautta. Turvallisuus ja siisteys kulkevat osin myös käsi kädessä. Pusikoituneet ja epäsiistit alueet koetaan yleisesti epämiellyttävinä, turvattomina ja hämärinä paikkoina. Turvallisemman ympäristön luomisen tavoite on perinteisesti ajateltu rajoittuvan onnettomuuksien ehkäisyyn ja omaisuusrikosten vähentämiseen. Henkilöturvallisuudesta puhuttaessa se on erilainen siinä suhteessa, että siinä keskitytään siihen, kuinka mukavalta tai turvalliselta henkilöstä tuntuu eri tilanteissa suhteessa turvattomuuden uhkaan. (Project for Public Spaces 2008.)

Ympäristössä olevan rakennuskannan kunto ja muu ympäristö voi vaikuttaa turvallisuudentuntuun myös. Huonokuntoiset julkisivut ja esimerkiksi istutukset luovat vaikutelman välinpitämättömyydestä ja lisäävät siten epävarmuuden tunnetta. Hyväkuntoiset ja siistit rakennukset ja piha-alueet puolestaan viestivät ympäristön huolehtimisesta ja turvallisuudesta. (Aarrevaara 2020.)

Pelon psykologisella osa-alueella voidaan vaikuttaa puistossa liikkuviin ihmisiin. Yleisimpiä huolenaiheita ovat huonosti valaistut alueet; liikkuminen alueella, jossa joku voi olla

piiloutuneena sekä puute puistoa havainnollistavista kartoista tai opasteista esimerkiksi reitistöjen ja muun alueen osalta. Usein nämä yleisimmät huolenaiheet voidaan ratkaista hyvällä suunnittelulla ja ylläpidolla sekä kansalaisten osallistumisella. (Project for Public Spaces 2008.)

Turvallisuutta voidaan tarkastella myös liikenteen näkökulmasta. Jokin alue voidaan kokea turvattomaksi liikenteen paljouden ja nopeuden takia. Turvallisuutta pyritään tietoisesti lisäämään kaupunkien keskustoissa laskemalla nopeusrajoituksia ja toisaalta myös asettamalla kevyenliikenteen yhteydet etusijalle. (Aarrevaara 2020.)

5 Viherrakentaminen osana kaupunkisuunnittelua

5.1 Viheralueiden merkitys kaupunkisuunnittelussa

Vihreä kaupunkirakenne lisää kaupunkialueiden ilmastonkestävyyttä sekä auttaa sopeutumaan haasteisiin, jotka johtuvat muuttuvasta ilmastosta. Vihreään kaupunkirakenteeseen eli vihreään infrastruktuuriin sisältyvät kaupungin sisäiset viher- ja virkistyskäyttöön osoitetut alueet, kuten puistot ja erilaiset viherrakenteet mukaan luettuna hulevesirakenteet. Näiden lisäksi vihreään infrastruktuuriin katsotaan sisältyvän myös erilaiset luonnontilaiset alueet, kuten metsäalueet ja purot. Jotta kattava vihreä infrastruktuuri voidaan saavuttaa, tulee huomiota kiinnittää strategiseen aluesuunnitteluun. Ilmastonmuutoksen vaikutuksia voidaan rajoittaa ja hillitä säilyttämällä ja palauttamalla ekosysteemejä. On todettu, että kasvillisuuden peittämät alueet voivat osaltaan vaikuttaa mm. tulvariskin pienentämiseen, toimia hiilinieluna sekä viilentää ja puhdistaa ilmaa kaupungeissa samalla parantaen kaupunkitilan mielekkyyttä terveysvaikutukset huomioiden. (Helsingin kaupunki 2014.)

Ilmastonmuutoksen vaikutusten hillinnän ja rajoittamisen ohella vihreään infrastruktuuriin investoiminen on myös taloudellisesti järkevää. Kaupunkien vihreän infrastruktuurin on todettu vaikuttavan suoraan tonttien hintoihin ja lisäksi luonnon tuottamia positiivisia kokemuksia on lähes mahdotonta korvata keinotekoisilla ratkaisuilla. (Helsingin kaupunki 2014.)

Ajoneuvoliikenteestä kokonaan erotetut esteettömät ja turvalliset jalankulkureitit, jossa on huomioitu riittävä valaistus sekä opastus, ja jotka johtavat alueen eri palveluihin sekä virkistysalueille ovat lasten ja iäkkäiden kannalta turvallisimmat ratkaisut. Erilaisia kävelyreittimahdollisuuksia voidaan kehittää mm. kaavoituksen ja muun kaupunkisuunnittelun keinoin. Tällaisista alueista muodostuu äänimaisemaltaan miellyttäviä ympäristöjä, kun häiritsevää liikenteenmelua ja -saasteita tulee mahdollisimman vähän. (Lehmuspuiisto & Åkerblom 2007, 20.)

5.2 Ilmastonmuutoksen huomioiminen

Ilmastonmuutoksen huomioiminen kaupunkisuunnittelussa on välttämätöntä. Ilmastonmuutoksen myötä sään ääri-ilmiöt lisääntyvät, jolloin hetkittäisten sademäärien kasvuun tulee varautua rakenteellisilla ratkaisuilla, jolloin suurempia vesimääriä pystytään pidättämään ja viivyttämään. Näitä ratkaisuja kaupunkialueella ovat mm. viherkatot, hulevesipainanteet ja -altaat sekä pinnoitteiden valinta vettä läpäisevälle materiaalille. Kasvillisuuden käyttö näiden ratkaisujen yhteydessä mahdollistaa veden luonnollisen

puhdistumisen ja veden imeytymisen maaperään, kun vesimassoja ohjataan alueille, joissa on kasvillisuutta. (Green City 2012.)

Ilmastonmuutoksen ja ilmaston lämpenemisen seurauksena eri eläin- ja kasvilajien elinympäristöt vähenevät ja katoavat jopa kokonaan. Tämän seurauksena lajisto vähenee nopeasti. Erilaisilla viherratkaisuilla pystytään kuitenkin suunnittelun avulla luomaan elinympäristöjä uhanalaisille lajeille ja siten hidastamaan luonnonmonimuotoisuuden supistumista. Hyvällä kaupunkisuunnittelulla luodaan mosaiikkimaista viherrakennetta, joka turvaa eri lajien elinvoimaa rakennetussa ympäristössä. (Viherympäristöliitto 2021.)

Kasvillisuuden merkitykset rakennetussa ympäristössä ovat moninaiset. Tiiviin keskusta-alueen yksittäisilläkin puilla on merkityksensä. Kerroksellinen ja monipuolinen kasvillisuus sitoo hiilidioksidia ja epäpuhtauksia, tuottaa happea, viilentää ilmaa, luo varjoja, suodattaa sadevesiä sekä luo elinympäristöjä hyönteisille ja linnuille. (Viherympäristöliitto 2021)

5.3 Hulevesien hallinta

Veden luonnollisessa kiertokulussa osa sadevesistä imeytyy ja osa haihtuu. Imeytymisen edistämiseksi erilaisten rakennettujen viivytyrakenteiden merkitys kaupungeissa on nykypäivänä melko suuri. Pienemmissäkin kaupungeissa on lähes poikkeuksetta joka kevät valtavat määrät sulamisvesien aiheuttamia ongelmia. Sulamisvedet ovat yhtä lailla hulevesiä kuin sadevedetkin, vaikka monet eivät tätä tule ajatelleeksi. Pienemmissä kaupungeissa ja taajamissa on vettä läpäisemättömiä alueita vähemmän. Toisaalta taas runsaiden sateiden tai sulamisvesien aikaan eteenkin alavat jokien varret ovat tulva-alttiita myös maaseudulla.

Sulamisvesien aiheuttamia ongelmia olisi mahdollista vähentää mm. rakentamalla järjestelmiä, joilla hulevesien hallinta olisi kokonaisvaltaista sen sijaan, että hulevedet ainoastaan johdetaan pois. Hulevesien poisjohtaminen on ongelmallista myös siinä suhteessa että sulamis- ja sadevedet ovat yleensä saastuneita. Tulvavesien laatu on yleisesti ottaen huono. Poisjohtamalla hulevedet kuljettavat vesistöön saasteita, jotka puolestaan kuormittavat vesistöjä ja niiden ekosysteemejä. Ihannetilanteessa suodattumisen ja viivyttämisen jälkeen vesistöön päätyisi käytännössä täysin puhdasta vettä, joka on laadultaan vähintään yhtä hyvälaatuista kuin vesistö, jonne vedet johdetaan. (Ympäristö 2019.)

Sade- ja sulamisvesiä voidaan viivyttää alueella mm. erilaisten kasvien, rakenteiden ja viivytyksaltaiden avulla. Suodattuessaan hulevedet puhdistuvat ja haitallisten aineiden ja saasteiden leviäminen laajemmalle alueelle voidaan hallita. Vedet voidaan myös ohjata hallitusti pois alueelta, jolloin ne tulisi viivyttää alueen ulkopuolella. Vesien ohjaaminen pois

keskusta-alueilta on useissa kaupungeissa ainoa mahdollisuus, sillä tiiviisti rakentuneissa keskustoissa on harvoin vesien viivytämiseen tarvittavaa tilaa. Tulvilta vältytään, mikäli vesien johtaminen on hallittua. Mikäli vedet pystytään puhdistamaan hallitusti, jää myös puhdistamoiden kuormitus pienemmäksi. Kuormituksen pienentyessä säästyy myös kustannuksia ja vesien laatu ja määrä on hallittavissa. (Järveläinen 2019.)

Kasvillisuuden hyödyntäminen osana vihreää infrastruktuuria ja erityisesti hulevesirakenteissa tarjoaa runsaasti mahdollisuuksia kehittää kaupunkien viherympäristöjä ja viihtyisyyttä. Yhdistelemällä erilaisia hulevesihallinnan menetelmiä on pienemmilläkin alueilla mahdollisuuksia lisätä alueen viihtyisyyttä ja virkistyskäyttöä.

Hulevesiä on mahdollista hallita ja suunnitella kokonaisvaltaisesti. Näitä hallinta- ja suunnittelumenetelmiä ovat yleisimmin käytetyt menetelmät, jotka koskevat hulevesien muodostumisen estämistä, määrän vähentämistä eli hulevesien käsittelyä ja hyödyntämistä niiden syntypaikalla, johtamista järjestelmiin hidastaen ja suodattaen sekä johtamista erilaisille rakenteellisille hidastus- ja viivytysalueille. (Hulevesiopas 2012, 20.)

5.4 Viherkerroin suunnittelun tukena

Kaupungeissa asuvien henkilöiden mieleisimmät paikat sijoittuvat usein metsä- tai luontokohteisiin. Usein myös metsässä kulkevien liikuntareittien käytön myötä elpyminen koetaan vahvempana kuin rakennetun ympäristön katu- tai ulkotiloissa. Kaupunkeihin sijoittuvien viheralueiden laatu ei kuitenkaan aina vastaa kysyntää ja tarpeita. Nämä tekijät vaikuttavat merkittävästi rakennettujen viheralueiden viihtyvyyteen ja käyttöasteeseen. (Tyrväinen, Silvennoinen, Korpela & Ylen 2007, 73-74.)

Suomalainen kaupunkisuunnittelu on keskittynyt jo 1960-luvulta lähtien pääasiassa rakennetun alueen laajentamiseen. Tästä syystä kaupunkiemme rakenne on väljä ja etäisyydet monissa paikoissa pitkiä. Ilmastonmuutos on alkanut vaikuttaa tähän asetelmaan ja kaupunkirakenteelliset kysymykset ovat muuttuneet ajankohtaisiksi. (Mukala 2009, 13.) Muutamista kaupungeista on tullut vuosien saatossa seutujensa kasvukeskuksia. Nämä kasvukeskukset vetävät puoleensa liiketoimintaa, työpaikkoja ja uusia asukkaita. Kasvun myötä rakentaminen on kiivasta kehityksen myötä. Kasvusta johtuen uutta rakentamista ei enää sijoiteta etäälle kaupunkien keskusta-alueista, vaan pyritään täydentämään ja kehittämään olemassa olevaa kaupunkirakennetta. (Mukala, 2016, 7.) Kaupunkien tiivistyessä viherpintojen merkitys korostuu erityisesti erilaisten ekosysteemipalveluiden kannalta. Viherkertoimen avulla voidaan suunnitella ja luoda vihreitä, viihtyisiä ja ilmastokestäviä tontteja kaupunkirakenteen tiivistyessä. Viherpintojen

yleistyessä ja lisääntyessä edistetään samalla myös kaupunkialueiden sopeutumista ilmastonmuutokseen. (Helsingin kaupunki 2014.)

Viherkerroinmenetelmä on kehitetty ekologinen suunnittelutyökalu, jolla tonttien viherpinta-alaa voidaan arvioida. Menetelmässä suunnittelija asettaa tontille viherkerrointavoitetasoa, jonka avulla pihasuunnittelija voi täyttää käyttämällä erilaisia kasveja, hulevesirakenteita ja erilaisia pinnoitteita. Menetelmän avulla huomioidaan viherelementtien eroavaisuudet ekologisuuden, toiminnallisuuden, maisema-arvon ja kunnossapidon kannalta. (Helsingin kaupunki 2014.)

Tonttikohtaiset viheralueet ovat merkityksellisiä monelta näkökulmalta. Tonttiviherä tarjoaa sekä asukkaille että naapurustolle päivittäisen luontokosketuksen, rauhoittaa ja lisää hyvinvointia, auttaa hulevesien hallinnassa, luo miellyttävää pienilmastoa, sitoo hiiltä ja tukee luonnonvarojen kestävästä kehitystä. Tonttikohtaisen viherkerroinmenetelmän lisäksi on kehitetty laajempia alueita kuten esimerkiksi kaupunginosaa alueellisen viherkerroinmenetelmän avulla. Viherkerrointa laskettaessa viherelementeille annetaan pinta-alallinen tai määrällinen arvo, jonka avulla laskentatyökalu laskee tontin tai alueellisen viherkerroinmenetelmän. (Helsingin kaupunki 2014.)

6 Viherympäristön merkitys hyvinvoinnille

6.1 Fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen hyvinvointi

Hyvinvoinnin kannalta luonto on merkittävässä roolissa ympäri maailman. Luonnon avulla saavutettavat hyödyt ovat moniulotteisia aina raaka-aineiden tuotannosta virkistyskäyttöön. Luonnon ympäristö ja liikunta luonnossa vastaavat moniin nyky-yhteiskunnan terveys- ja hyvinvointihaasteisiin. Nykyisin merkittävä osa työstä tehdään istuen. Lisäksi ylipaino ja erilaiset mielenterveysongelmat ovat lisääntyneet merkittävästi. (Kaikkonen, Virkkunen, Kajala, Erkkonen, Aarnio & Korpelainen 2014.)

Metsien ja luonnonalueiden ohella kaupunkien erilaiset viheralueet tarjoavat asukkaille miellyttäviä kokemuksia. On todettu, että mahdollisuus päivittäiseen luontokontaktiin lyhytkestoisenakin on hyvinvoinnin kannalta jopa tärkeämpiä kuin yksittäiset harvemmin toteutuvat luontoretket metsiin. (Austin 2014, 27.) Viheralueet edistävät palautumista sekä alentavat stressitekijöitä ja motivoivat liikkumaan. Jotta paras mahdollinen hyöty saavutetaan, on alueiden saavutettavuuteen kiinnitettävä erityistä huomiota. Alueiden tulee olla tasavertaisia kaikille yhteiskunnan ryhmille, jotta alueelle pääseminen sekä siellä liikkuminen olisi helppoa. Koska viherympäristön hyötyjä saavutetaan jo lyhyellä luonnossa oleilulla, on myös kaupunkien puistoalueet merkittävässä osassa tukien asukkaiden hyvinvointia ja terveyttä. (Ojala 2015.)

Tutkimuksen mukaan sosiaalisen hyvinvoinnin lisääntymistä luontokokemuksen yhteydessä voidaan selittää ryhmässä liikkumisella. Ryhmässä liikkuvilla oli tutkimuksen mukaan yli kaksinkertainen todennäköisyys saada luonnossa oleilusta myönteisiä vaikutuksia sosiaaliseen hyvinvointiinsa verrattuna niihin henkilöihin, jotka tulivat luontoon yksin. Psyykkisen hyvinvoinnin kannalta merkityksellistä oli puolestaan se, yöpyikö luonnossa oleilun aikana. Fyysiseen hyvinvointiin puolestaan vaikutti merkittävästi osin se, miten koki liikuntasuorituksen toteutuneen luonnossa oleilun aikana. (Kaikkonen ym, 2014, 35-36.) Esteetön jalankulkuverkosto luo sekä lapsille että ikääntyneille turvallisen ympäristön, joka toimii alueen eri-ikäisten luontevana kohtaamispaikkana (Lehmuspuike & Åkerblom 2007, 21).

Viherympäristöllä on monenlaisia terveydellisiä hyötyjä. Lasten osalta viherympäristöt tukevat lasten luovempaa ja monipuolisempaa leikkimistä, parantavat keskittymiskykyä, motorisia taitoja sekä tunnesäätelyä. Lisäksi luontokokemuksen saaminen ja luonnossa oleilu on lapsille erityisen merkityksellistä. (Ojala 2015.)

6.2 Iäkkäät

Iäkkäiden osalta hyvinvointivaikutukset tukevat liikunta- ja toimintakyvyn säilymistä. Erilaiset viherympäristöt aktivoivat aisteja, parantavat toimintakykyä ja tukevat elämän merkityksellisyyttä. Erityisesti iäkkäiden osalta ympäristön turvallisuus nousee esiin sen monissa ulottuvuuksissa, jotta viherympäristön hyöty saavutetaan. (Ojala 2015.)

Luuston vahvistaminen, kaatumisten estäminen, lihasvoiman ja kestävyuden ylläpito, tasapaino ja liikkeiden hallinta, ylipainon ja diabeteksen torjuminen ovat iäkkään väestön osalta merkittävässä roolissa, kun mietitään ympäristön vaatimuksia ympäristöltä. Iäkkäiden osalta liikkuminen tapahtuu usein kevyenliikenteen reitistöjä hyödyntäen. Päivittäinen itsenäinen liikkuminen edellyttää kuitenkin myös rakennusten sisätilat ovat ulkotilojen lisäksi esteettömiä. Liikunnan on todettu vahvistavan luustoa myös iäkkään väestön osalta. Erilaiset luustoa kuormittavat liikkeet, kuten reipas kävely tai hyppely lisäävät verenkiertoa ja hidastavat esimerkiksi luukadon muodostumista. Lihaskuntoharjoitteet puolestaan ovat luuston ja luumassan kasvun kannalta tärkeässä asemassa. (Lehmuspuiisto & Åkerblom 2007, 5-8.)

Iäkkäillä henkilöillä liikkumista rajoittaa monesti turvattomuuden tunne sekä pelko esimerkiksi kaatumisesta (Rappe ym. 2003, 120). Kaatumistapaturmat ovat iäkkäillä tutkitusti yleisiä, ne tapahtuvat usein kotona arjen askareissa ja kuormittavat merkittävilta osin myös kansantaloudellisesti. Määrätietoisella liikkumisella ja kuntoharjoittelulla voidaan vähentää kaatumisriskejä. Liikunnan myötä yleiskunto, tasapaino, lihaskunto ja keskittymiskyky paranevat. Näiden asioiden edellytyksenä kuitenkin on, että liikkuminen mahdollistetaan esteettömässä ja virikkeellisessä ympäristössä. (Lehmuspuiisto & Åkerblom 2007, 6-7.)

Ikäihmisten motiivit liikunnan harrastamiseen on todettu olevan käytännönläheisiä. Liikunta muodostuu pääsääntöisesti arkiliikunnasta. Tutkimuksen mukaan merkittävä motivoiva tekijä liikkumiseen oli liikunnan tuottama ilo, jota iäkkäät kokivat erityisesti liikkueensa luonnossa tai erilaisilla rakennetuilla puisto- ja virkistysalueilla. (Lehmuspuiisto & Åkerblom 2007, 9.)

Iäkkäiden osalta huomioitavaa on myös se, että ulkona liikkuminen pitäisi mahdollistaa myös talvella. Tällöin jalankulkuteiden talvikunnossa pitoon tulee kiinnittää huomiota ja sen on oltava laadultaan korkeatasoista. (Lehmuspuiisto & Åkerblom 2007, 26.)

6.3 Aistit

Aistit luovat yhteyden ihmisen ja ympäristön välille. Aistien avulla ihminen havainnoi ympäristöään sekä ohjaa elimistön toimintoja sopeuttaen toiminnot ympäristön olosuhteisiin. Aistien avulla havaittavia ärsykeitä on ympäristössä tarjolla valtava määrä, joista vain osa tiedostetaan ja käytetään hyväksi jokapäiväisissä toiminnoissa. Jokaisella aistilla on sille ominainen ärsyke, jonka avulla aisti saa aikaan aistimuksen hyvin pienellä energiamäärällä ja usein jopa tiedostamatta. (Leppäluoto, Kettunen, Vakkuri, Vierimaa & Lätti 2015, 447.) Aistirajoitteisten henkilöiden itsenäinen toimintakyky on mahdollista säilyttää hyvällä tasolla, jos ympäristö tarjoaa riittävästi aistiärsykeitä toimiville aisteille. Ärsykkeiden avulla esimerkiksi näkövammaisen henkilö luo mielikuvakartan, jonka mukaan hän asennoituu ympäristöön ja kykenee itsenäiseen toimintaan. Parhaimmillaan aistirajoittuneille henkilöille suunniteltujen aistiärsykkeiden ja saavutettavuuden suunnittelun myötä ratkaisut tuottavat lisäarvoa kaikille alueen käyttäjille. (Jokiniemi 2007, 141.)

Rakennetun ympäristön aistiärsykkeiden vaikutuksia näkövammaisten toiminnallisuuteen julkisissa tiloissa on tehty tutkimustyötä. Tutkimuksen mukaan alueiden moniaistisia ympäristöjä ei yleisesti koeta yksiselitteisesti osallistumista rajoittavina tai edistävinä, vaan moniaistisen ympäristön vaikutukset riippuvat yleensä asianyhteydestä eli kontekstista. Kontekstiriippuvuus viittaa julkisiin tiloihin upotettujen aistinvaraisten ominaisuuksien vaikutuksiin riippuen yksilön näkökunnosta, aistien läheisyydestä sekä niiden toimintojen tarkoituksesta, joita sillä hetkellä suoritettiin. Tutkimuksessa mukana olleet antoivat esimerkkejä erilaisista aistinvaraisista ominaisuuksista rakennetussa ympäristössä. Näitä esimerkkejä olivat mm. erilaiset äänet ja kaiut, hajut, maanpinnan tasaisuus ja muut tunto-ominaisuudet sekä lämpötila. Havaintojen perusteella tehtiin ehdotuksia näkövammaisten ihmisten saavutettavuuden parantamiseksi julkisten tilojen käytössä. Kaikille käyttäjille sopivalla suunnittelulla voidaan lisätä merkittävältä osin julkisten tilojen esteettömyyttä samalla tarjoten monipuolisia aistitarjoumia jokaiselle alueen käyttäjälle. (Jenkins, Yuen & Vogtle 2015.) Monipuoliset aistitarjoumat vahvistavat luontokokemuksen syntymistä ja alueen kokemista viihtyisänä (Peschardt & Stigsdotter 2013.)

Laadullisesti miellyttävämpää ympäristöä voidaan tuottaa kiinnittämällä erityistä huomiota eri aistitarjoumiin. Erityisesti näkövammaisten kannalta toiminnot ja liikkuminen alueella vaatii erityistarpeiden huomioimista suunnittelutyössä, jotta saavutettavuus alueella toteutuu. Ympäristöön on sisällytettävä eri aistein tunnistettavia maamerkkejä, jolloin esimerkiksi näkö- tai kuulorajoitteiset pystyvät toimimaan alueella itsenäisesti. On todettu, että mitä useammalle aistille ärsykeitä tuotetaan, sitä suurempi etu saavutetaan

saavutettavuuden näkökulmasta, aistit ikään kuin tukevat toisiaan havainnoissa ympäristöä jonkin aistin ollessa heikentynyt. Kun aistitarjoumat ovat monipuolisia, niin jonkin aistin heikentyminen ei poista välttämättä yksilön itsenäistä toimintakykyä kokonaan. (Jokiniemi 2007, 148.)

Kulkuväylät havainnoidaan ensimmäisenä näköaistin avulla. Kun reitille astutaan, tulee mukaan myös tuntoaisti ja kuulo. Tunto- ja kuuloaistin avulla havainnoidaan kulkuväylän pintaa, muotoja, materiaalia. Näköaistiltaan rajoittuneiden heikkonäköisten henkilöiden liikkumista kulkuväylien osalta voidaan helpottaa esimerkiksi erilaisten pintamateriaalien ja värien avulla. Kulkuväylien rajaamista ja havaitsemista voidaan korostaa myös erilaisin kaitein ja istutuksin rajaamaan väylää. (Verhe & Ruti 2007, 12-17.)

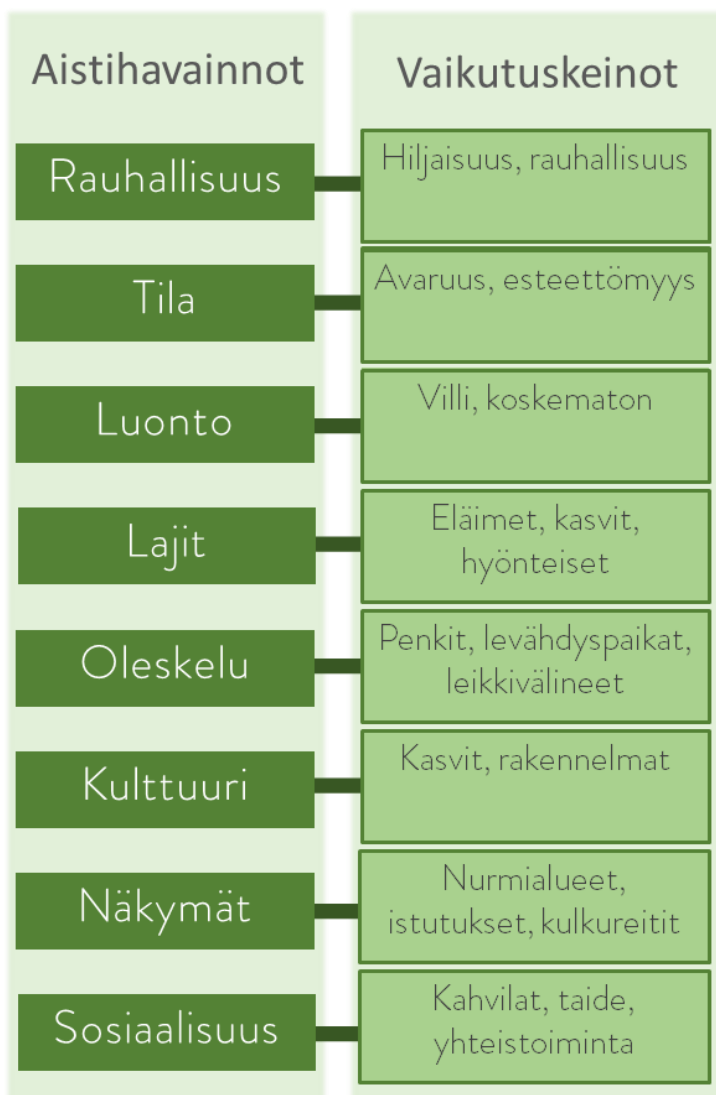
Haju- ja makuaistit toimivat ilman ja hengityksen avulla nenään kulkeutuvien ja limakalvoille liukenevien molekyylien avulla. Haju ja makuaistit ovat vahvasti yhteydessä toisiinsa. (Aalto & Kähkönen 2019, 7-8.) Hajuaistin avulla saatavat aistihavainnot ovat usein sattumanvaraisia ja muuttuvia. Hajuaistia on lisäksi hyvin haasteellista hallita. Toisaalta erilaisilla tuoksuilla voidaan vaikuttaa tilan miellyttävyyteen esimerkiksi kasveista tulevien tuoksujen avulla, mutta huomioitavaa on myös se, että vaikutus saattaa olla yksilöstä riippuen päinvastainen. Monesti esimerkiksi rakennetun ympäristön tuottamat hajut koetaan epämiellyttävinä sekä keväisin siitepölyjen ja katupölyn aiheuttamat reaktiot koetaan yleisesti epämiellyttävinä ja toimintaa rajoittavina. Joissain tapauksissa eri tuoksut ja hajusteet voivat aiheuttaa allergisia reaktioita, mikä voi estää käyttämästä jotakin tilaa ja näin ollen vähentää tasa-arvoisuutta toimintaympäristössä. (Jokiniemi 2007, 21-22.)

Ympäristöä havainnoissa äänihavainnot ovat tärkeitä mm. turvallisuuden kannalta. Toisaalta taas liian kova ja pitkäkestoinen melu saa ihmisen stressaantumaan. Luonnon äänet puolestaan koetaan rauhoittavina. Ääniä viheralueilla muodostuu esimerkiksi puiden lehdistä, linnuista ja hyönteisistä, tuulen ja sateen äänistä. (Verhe & Ruti 2007, 22.)

Eryteisesti heikkonäköisen ja kuulovammaisen henkilöiden kannalta on tärkeää, että valaistus on oikein suunniteltuna riittävä, tasainen eikä aiheuta varjokohtia. Valaistuksen avulla ympäristössä voidaan vaikuttaa moneen asiaan. Liikkumisen kannalta tärkeät alueet on valaistuksen avulla tärkeää toteuttaa niin, että liikkuminen on turvallista. Turvallisuuden ja esteettömyyden takaamiseksi valaisintolpat ja -pollarit tulee sijoittaa kulkuväylän ulkopuolelle, omalle vyöhykkeelleen. Turvallisuus näkökannan lisäksi valaistuksen avulla voidaan korostaa haluttuja yksityiskohtia ja luoda haluttua tunnelmaa. Valolla voidaan myös vaikuttaa maisemaan, joka näkijälle avautuu. (Verhe & Ruti 2007, 22.)

Luontokokemusta voidaan mitata kahdeksan aistinvaraisesti tunnistettavan tekijän avulla (Kuvio 7). Tavoitteena on näiden aistinvaraisesti havaittavien osatekijöiden avulla

muodostaa ympäristöön monipuolisia aistiärsyksiä. Mitä useampi osatekijä alueella toteutuu, sitä miellyttävämmäksi alue yleisesti koetaan. Tutkimuksen perusteella on todettu, että viher- tai puistoalueen aistillisesti havaittavissa olevalla koolla ei ole merkitystä koettuun mielekkyyteen. Sen sijaan alueen rauhallisuus ja sosiaalisuus koetaan toistuvasti tärkeimpinä elementteinä luonnossa palautumisen kannalta. (Peschardt & Stigsdotter, 2013.)



Kuvio 7. Luontokokemuksen kahdeksan aistinvaraisesti havaittavaa tekijää ja vaikutuskeinot (mukaillen: Peschardt & Stigsdotter 2013)

7 Esteettömän ja motivoivan ympäristön suunnittelu

7.1 Motivoivan ympäristön suunnittelu

Motivaatio voidaan ajatella olevan sisäistä tai ulkoista motivaatiota. Sisäisen motivaation ajatellaan olevan henkilön aitoa kiinnostusta jotain asiaa kohtaan. Ulkoisella motivaatiolla tarkoitetaan innostusta, joka syntyy esimerkiksi palkintojen saavuttamisesta tai muusta kannustuksesta. Henkilökohtaiseen motivaatioon vaikuttaa merkittävällä tavalla yksilön omat mielenkiinnon kohteet ja ajatusmaailma. (Gustafsson 2002.) Usein ihmiset arvostavat esimerkiksi hyvinvointia ja liikuntakykyä, joiden ylläpito voi olla motivaation lähteenä.

Liikunnalla on monia terveydellisiä hyötyjä, sillä se ehkäisee monia sairauksia, edistää yleistä terveyttä, parantaa työkykyä ja lisää hyvinvointia. Liikuntamotivaatioon vaikuttavilla osatekijöillä puolestaan tarkoitetaan liikkumiseen motivoivia ja erilaisia liikkumista rajoittavia tekijöitä. (Korkiakangas 2010.) Liikunnan lisäksi terveyttä voidaan edistää myös psyykkisten ja sosiaalisten osa-alueiden kautta. Ihmisen terveys muodostuu yksilön fyysisten, psyykkisten ja sosiaalisten osatekijöiden kokonaisuudesta, joiden tasapaino on terveyden edellytys. Ihmisen kokonaisvaltainen hyvinvointi eli fyysiset, psyykkiset ja sosiaaliset tarpeet muodostavat kokonaisuuden. Tämän kokonaisuuden tasapaino koetaan usein terveyden edellytyksenä. Ihminen tarvitsee kaikkien näiden kolmen osa-alueen huomioon ottamista ollakseen terve. (Stakes 2000, 1.)

Väestön ikääntymisen myötä vaaditaan myös ympäristöltä muuntautumiskykyä. Suurten ikäluokkien ikääntyessä iäkkäiden osuus väestöstä lisääntyy nopeasti ja toisaalta myös eliniän noustessa iäkkäiden osuus väestöstä on merkittävä. Ikääntyminen aiheuttaa usein erilaisia muutoksia henkilön terveyttä ja toimintakykyä ajatellen yksilölliset eroavaisuudet huomioiden. Usein ikääntymisen myötä vanhusten liikkuminen kodin ulkopuolella vähenee ja on arvioitu, että toimintakyvyn heikkeneminen johtuu jopa puolella liikunnan vähyydestä. (Rappe ym. 2003, 118-120.)

Ikääntyneiden lisäksi myös nuorempien sukupolvien liikuntatottumuksiin kannattaa kiinnittää huomiota jo varsin varhaisessa vaiheessa. Tutkimuksen mukaan liikunnan määrää lasten ja nuorten arjessa voisi pyrkiä lisäämään motivoinnin avulla. Tärkeää olisi myös, että nuorten myönteisiä kokemuksia liikunnasta ja nuoresta itsestä liikkujana tuettaisiin eri osa-alueilla vuorovaikutuksessa ja toiminnassa lasten ja nuorten kanssa. Perheen, koulun ja seuratoiminnan yhteistyöllä nuorille olisi mahdollista tarjota sopivan haasteellista toimintaa liikunnan parissa. Myöhemmän liikunta-aktiivisuuden kannalta olisi tärkeää toiminnan rutiinimaisuus. Varhaisilla myönteisillä liikuntakokemuksilla on todettu olevan merkittävä rooli liikunnan muodostumisessa tavaksi. (Jyväskylän yliopisto 2021.)

Motivoivan ja virikkeellisen ympäristön voidaan katsoa olevan merkityksellinen niin nuorten kuin ikääntyneidenkin liikkumiseen. Lapsuudessa ja nuoruudessa opitut toimintamallit positiivisten liikuntakokemusten avulla muodostavat usein toimintatapoja myös aikuisiälle. (Jyväskylän yliopisto 2021.)

7.2 Esteetön suunnittelu

Esteettömyys on tärkeä edellytys sille, että liikuntarajoitteiset henkilöt voivat elää mahdollisimman itsenäistä elämää ja osallistua monipuolisesti kaikilla elämänalueilla. Liikuntarajoitteisille henkilöille tulee tarjota yhdenvertaiset mahdollisuudet esimerkiksi johonkin fyysiseen ympäristöön.

Hyvin suunniteltu, esteetön ympäristö soveltuu kaikkiin elämäntilanteisiin eikä toimiminen silloin riipu ihmisten toimintakyvystä. Esteettömässä ympäristössä kaikilla on yhdenvertaiset mahdollisuudet elää, asua, työskennellä, opiskella, harrastaa ja hoitaa asioitaan. (Kilpelä 2019, 7.) Myös iäkkäiden liikkumisen mahdollistamiseksi tulee ympäristön olla esteetön, liikkumiseen soveltuva ja helposti saavutettavissa (Lehmuspuisto & Åkerblom 2007, 6). Iäkkäillä henkilöillä liikkumista rajoittaa monesti turvattomuuden tunne sekä pelko esimerkiksi kaatumisesta (Rappe ym. 2003, 120).

Yksi yleisimmistä vanhuksille sattuvista tapaturmista on kaatuminen. Kaatumisesta voi pahimmillaan seurata pitkäaikaisia vammoja, jotka johtavat pitkiin hoito- ja kuntoutusjaksoihin tai jopa pysyvään laitoshoitoon. Pelko kaatumisesta vähentää liikkumista kodin ulkopuolella, jolloin myös sosiaalinen ja psyykinen terveys heikentyy ja itsenäinen toimintakyky heikkenee. Liikunnan hyödyt ovat merkittävät ikääntyneiden osalta kaikilla hyvinvoinnin osa-alueilla. (Rappe ym. 2003, 120).

Esteettömyyteen liittyvää lainsäädäntöä on säädetty Suomessa useammassa laissa. Suomen perustuslaki määrittelee ihmiset tasavertaisiksi lain edessä. Yksilöön liittyvien syiden, kuten iän tai terveydentilan perusteella ketään ei lähtökohtaisesti saa asettaa eri asemaan (Suomen perustuslaki 731/1999 2. 6§). Myös Yhdenvertaisuuslaissa on linjattu vastaavasti, eli ketään ei saa syrjiä henkilöön liittyvän syyn, kuten iän, terveydentilan tai vammaisuuden perusteella (Yhdenvertaisuuslaki 1325/2014 3. 8§).

Maankäyttö- ja rakennuslaissa sekä maankäyttö- ja rakennusasetuksessa veloitetaan suunnittelijoita ja kaavoittajia suunnittelemaan ympäristöt siten, että ne ovat soveltuvia kaikkien käytettäväksi. Lain ja asetuksen tavoitteena on kehittää kestävää kehitystä ekologisesti, taloudellisesti, sosiaalisesti ja kulttuurisesti. Samalla kaikkien osallistumismahdollisuus asioiden valmisteluun tulee turvata. (Maankäyttö- ja rakennuslaki 132/1999; Maankäyttö- ja rakennusasetus 895/1999.)

8 Puistosuunnitelma

Alueita ei yleensä koeta miellyttäväksi, jos ne ovat maisemaltaan liian yksinkertaisia, monimutkaisia tai rakenteeltaan sekavia. Houkuttelevammaksi koetaan usein sellaiset alueet, joissa on laajojen nurmikenttien sijaan isoja kasveja sekä kiintopisteitä, joihin huomio kohdistuu. Erään tutkimuksen mukaan jopa 90 % kasvitieteellisessä puutarhassa vierailleista henkilöistä kertoi mieleensä jääneen näkymät, joissa on runsaasti kukkivia kasveja. (Rappe ym. 2003, 65.)

Rakennetut viheralueet lievittävät stressiä monella tavalla. Tärkeimpiä elementtejä rakennetun puiston toimintojen osalta ovat mahdollisuus harrastaa liikuntaa, vastaanottaa virikkeitä eri aisteille ja kokea elämyksiä. Viheralueen sijainti on myös keskeinen tekijä puistossa vierailuun. Puistossa tai viheralueella vierailaan usein, jos ne sijaitsevat kodin lähellä. (Rappe ym 2003, 65.)

Reittien liikenneturvallisuus, meluttomuus ja virikkeisyys ovat asioita, joihin tulee kiinnittää erityistä huomiota suunniteltaessa uusia alueita. Puistomaiset, melulta ja saasteilta suojassa olevat reitit keskustan palveluihin motivoivat ja tukevat erityisesti ikäihmisten liikkumista. (Lehmuspuiisto & Åkerblom 2007, 16.1)

Hyvällä yhdyskuntasuunnittelulla voidaan turvata iäkkäiden asukkaiden pääsy lähiympäristöön ja edesauttaa luontosuhteen ylläpitämistä. Yhteiset viheralueet ovat myös luontaisia kohtaamisen paikkoja, parantaen ja lisäten asukkaiden välistä vuorovaikutusta. Luonnossa viheralueiden monimuotoisuus ja ympäristön hitaasti tapahtuva ja jatkuva muutos aktivoi aisteja erilaisilla aistiärsykkeillä. Vaihtelevuuden kokemuksia voi viheralueilla saada myös paikoillaan ollen ja luontoa tarkkaillen. Kasvillisuudessa ja sääilmiöissä on helppo havaita myös vuodenaikojen vaihtelu. Asuinympäristön läheinen luonto lisää ulkoilua ja liikkumista sekä toiminnan mahdollisuuksia. Viheralueen tarjoamat mahdollisuudet yhteisölliseen toimintaan tukevat sosiaalista hyvinvointia. Mahdollisuudet esimerkiksi kaupunkiviljelyyn, puistojumppaan tai muihin tapahtumiin kokoavat ihmisiä yhteen ja parantavat koko kaupungin yhteisöllisyyttä. (Rappe, Kotilainen, Rajaniemi & Topo 2018, 55.) Lisäksi viheralueet lisäävät asuinalueen viihtyisyyttä ja kiinnostavuutta. Myös asumiskyselyyn vastanneista 92 % haluaisi koko kaupungin olohuoneen tarjoavan mahdollisuuden olla luonnossa.

Alueen säännöllisen huollon ja ylläpidon avulla reitit ja alue pidetään käyttökelpoisena ympäri vuoden. Kunnossapidosta vastaa pääosin alueen omistaja, eli Kalajoen kaupunki. Mahdollisuuksia kehittää yhteistä toimintaa esimerkiksi puistonhoitotöiden muodossa kuitenkin löytyy. Kesäisin hyötykasvien hoito ja syksyisin lehtien haravoiminen toimisi

samalla myös hyvästä arkiliikunnasta ja toisi kerrostaloissa asuvalle väestölle erilaista aktiviteettia.

Alueen kunto- ja ylläpitotarkastukset suoritetaan säännöllisin väliajoin. Tarkastusten yhteydessä on mahdollista korjata ja huoltaa alueella olevia kuntoilulaitteita, valaistusta, opastusta ja rakenteita. Rakenteet ja penkit puhdistetaan ja pestään säännöllisesti. Hyvin huolletut reitit ja rakenteet pysyvät turvallisina käyttäjä jatkuvan ylläpidon ja valvonnan avulla. Kulkuväylät aurataan ja hiekoitetaan talvella tapaturmien ehkäisemiseksi. Ilkivallan ehkäisemiseksi alueelle sijoitetaan kameravalvontaa ja huolehditaan, että alueen valaistus on riittävä. Mitä enemmän alueelle saadaan houkutelua ihmisiä liikkumaan, sitä epätodennäköisempää ilkivalta on.

Alueen säilyttäminen vetovoimaisena vaatii jatkuvaa seuranta sekä esteettömien rakenteiden ja palveluiden kehittämistä ympäristöön soveltuvalla tavalla. Alueen identiteetin ja yksilöllisten piirteiden säilyttäminen ja niiden korostaminen on tärkeää. Näitä asioita voidaan käyttää hyödyksi myös tiedottamisessa ja markkinoinnissa. (Verhe & Ruti 2007, 40-41.)

8.1 Suunnitelman esittely

Suunnitelman laadinta aloitettiin selvittämällä kyselyiden avulla toivottuja toimintoja alueelle. Toivotut toiminnot sijoitettiin niin, että niiden käyttö olisi mahdollisimman monipuolista ja käyttöaste korkea (Kuvio 8, Liite 2). Maankäyttö- ja rakennuslain sekä yhdenvertaisuus ja perustuslain asettamat tavoitteet on huomioitu suunnitelmassa toteuttamalla alue kokonaisuudessaan esteettömänä tukien kestävä kehityksen tavoitetta ekologisesta, taloudellisesta, sosiaalisesta ja kulttuurisesta näkökulmasta. Puiston tarkoituksena on mahdollistaa jokaisen liikkuminen alueella saavuttaen samalla luonnossa oleilun hyötyjä. Huomioitavia asioita olivat esimerkiksi liikuntarajoitteiset henkilöt, jotka tarvitsevat liikkumiseen apuvälineitä sekä erilaisia aistirajoitteita omaavat henkilöt. Lisäksi alueen toimintoja ja sijoittumista suunniteltaessa alueen eri-ikäiset käyttäjät on pyritty huomioimaan niin, että motivaatio puistossa käymiseen ja oleiluun syntyisi positiivisten kokemusten myötä.



Kuvio 8. Puistosuunnitelma (Kuvio: Sanna Matkaselkä)

Kansalaisopistolta lähtevä taitepolku mahdollistaa erilaisen puistotaiteen esittämisen. Lasten leikkipaikka sijoittuu entisen Pohjankyläkoulun läheisyyteen alueen jatkokäytön ollessa vielä ratkaisematon. Mikäli koulun tontille myöhemmässä vaiheessa tulisi varhaiskasvatuksen toimintoja, olisi leikkipaikka helposti saavutettavissa. Leikkipaikan viereen sijoitettiin pelikenttä, jota mahdollista hyödyntää myös varhaiskasvatuksen toimintoja suunniteltaessa. Pelikentällä on mahdollisuus järjestää ohjattua liikuntaa aikuisille esimerkiksi iltaisin ja viikonloppuisin. Pelikentän läheisyyteen on suunnitelmassa esitetty pieni kioskirakennus, joka toimisi alueen keskipisteenä. Kioskilta olisi mahdollista vuokrata peleihin ja leikkeihin tarvittavat välineet. Alueella oleva penkka avattaisiin keskeltä, jotta se ei jaa aluetta kahteen erilliseen osaan. Jäljellejäävät maamassat muotoillaan uudestaan ja niistä muodostetaan sopivat penkat kuntoportaille sekä toinen talvisin mäenlaskuun. Takareunalla oleva penkka suojaa myös puistoalueeseen rajoittuvaa asuintonttia. Kioskirakennuksen läheisyyteen sijoitetaan olemassa olevan puuston katveeseen ulkokuntosali- ja kuntoiluvälineitä kaikkien käytettäväksi. Suunnitelma-alueen keskeisimmälle paikalle sijoitetaan tapahtuma-aukio sekä katettu esiintymislava. Tapahtuma-aukion ja esiintymislavan ympäristöön toivottiin riittävästi vapaata tilaa, jotta erilaisten tapahtumien järjestäminen olisi mahdollista. Suunnitelma-alueella sijaitsevat reitit ovat hyväkuntoisia asfalttipinnoitettuja kevyenliikenteen reitistöjä. Suunnitelmassa samantasoisena on esitetty uusi yhteys lasten leikkipaikan kohdalta Kalajoentielle. Yhteys

on tarpeellinen koko keskusta-alueen viheryhteyksiä ajatellen. Alueen läheisyydessä olevat kadut ovat kapeita, eikä niihin ole mahdollista sijoittaa kevyenliikenteenväyliä. Uusina reitteinä suunnitelmassa on osoitettu myös puutarhapolun reitistöt, jotka on ajateltu toteutettavaksi kapeampina kivituhkapinnoitteisina. Mutkittelevat polut koetaan yleisesti mielekkäämpinä ja kutsuvampina kuin suorat kulkuväylät (Rappe ym. 2003). Puutarhapolun varteen sijoitetaan erilaisia hyötykasveja kaupunkilaisten käyttöön. Alueelle sijoitettavia hyötykasveja olisi esimerkiksi erilaiset marjapensaat ja hedelmäpuut sekä kasvulaatikoihin sijoitettavat yrtit, salaatit ja juurekset. Puutarhapolku sijoittuu suunnitelma-alueen reunamille, tarkoituksena luoda kulkijalle rauhallisempi ympäristö levähdyspaikkoineen sekä samalla rauhoittaa puistoalueeseen rajautuvien asuinkäytössä olevien tonttien läheisyys. Alueelle oli tavoitteena luoda ympäristö, missä aisteja voi käyttää monipuolisesti, Suunnittelussa on pohdittava, miten ja millaisia eri aistein aistittavia asioita voidaan tarjota alueella liikkuville ja mitä tällaisia asioita alueella jo mahdollisesti on. Huomioitavia asioita ovat mm. erilaiset värit, tuoksut, äänet, maut, pinnan muodot ja materiaalit (Rappe ym. 2018, 74).

Puistolla olisi potentiaalia myös ympärivuotiseen käyttöön, kun esimerkiksi puiston reunamille ajettaisiin latu talvisin, jossa lapset ja iäkkäämmät henkilöt voisivat hiihtää. Lisäksi alueella oleva penkka tarjoaa mahdollisuuden mäenlaskuun, alueen ollessa muutoin tasaista ja helppokulkuista. Palautekyselyn perusteella kysyntää olisi myös pienelle mailattomalle luistelukentälle, jossa lapset saisivat harjoitella luistelua ilman tapaturmauhkaa. Varsinainen pelaamiseen tarkoitettu jäädytetty kenttä löytyy Merenojan jäähallin pihalta.

8.1.1 Toiminnalliset alueet

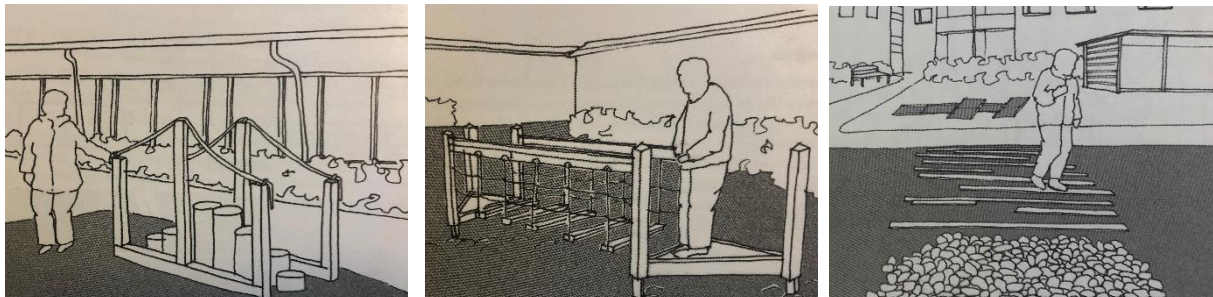
Pelikenttäalueen tarkoituksena on tarjota avointa tilaa esimerkiksi ohjatun liikunnan pitämiseen sekä lasten ja nuorten pelailuun. Tarkoituksena on kannustaa asukkaita liikkumaan eri muodoissa, ulkoliikunnan hyödyt viheralueella saavuttaen. Pelikentän käyttäjär ryhmänä olisi kaiken ikäiset harrastajaryhmät ja alue on helpposti muokattavissa erilaisiin toimintoihin ja peleihin. Tasainen kenttä sopii hyvin myös iäkkäämpien venyttelyvoimisteluun tai sauvajumppaan yhteisen sauvakävelyretken päätteeksi. Tutkimusten mukaan iäkkäiden motivaatiota liikuntaan on mahdollista ylläpitää järjestettyjen yhteisten retkien avulla. Yhteiset retket ja halukkuus osallistua niihin kannustavat liikkumaan myös itsenäisesti. Erilaiset pelit, joita kentällä on mahdollista harrastaa, harjoittavat pelaajien koordinaatiota ja tasapainoa. Alustana pelikentällä olisi hiekkatekonurmi, jolloin sen vuosittainen käyttöaika olisi huomattavasti tavallista nurmea pidempi sekä sen kestävyys parempi erityisesti erilaisia pelejä ajatellen.

Lasten leikkikenttäalue on sijoitettu vanhojen koulurakennusten läheisyyteen. Koulurakennuksessa toimii tällä hetkellä varhaiskasvatuksen toimintoja, joten alue olisi helposti heidän saavutettavissaan. Lasten leikkialueen tarkoituksena on motivoida lapsia liikkumaan puistossa erilaisten ja uusien pelailu- ja leikkimahdollisuuksien avulla. Leikkialueen alustana voisi olla myös hiekkatekonurmi, jolloin se olisi kestävä. Keväisin alue olisi käytettävissä nopeammin sekä syksyllä pidempään. Alue säilyisi myös siistimpänä yleisilmeeltään, kun vesi läpäisee pinnan nopeasti eikä vesi kerry lätäköihin. Käyttäjärühmänä leikkipaikalla olisi pääosin lapset, mutta esimerkiksi uusien interaktiivisten pelialusten sijoittaminen alueelle motivoisi varmasti myös muun ikäisiä liikkumaan alueelle. Lasten leikkialueen läheisyyteen sijoittuu myös pienehkö kaukalo, jota on mahdollisuus hyödyntää kesäisin pallopelien pelailuun sekä talvella luisteluun. Kyselyn perusteella kysyntää pienempien lasten luistelupaikalle on. Varsinaiset jääkiekkopelit järjestetään pääsääntöisesti Merenajan jäähallin kentällä. Rauhallisempi luistelupaikka olisi turvallisuuden kannalta tärkeä.

Ulkokuntosali mahdollistaa lihaskuntoharjoittelun puistoalueella. Asumiskyselyyn vastanneista 81 % haluaisi mahdollisuuden lihasvoiman harjoittamiseen. Fyysinen aktiivisuus auttaa ennaltaehkäisemään pitkäaikaissairauksia ja kognitiivisten sekä toiminnallisten kykyjen heikentymistä ja parantamaan henkistä hyvinvointia. Ikääntyneillä ulkoliikunnan on todettu parantavat mielialaa ja itsetuntoa. Luonnossa liikkumisella voi olla suora hyvinvointia lisäävä vaikutus. Ulkoliikunta tarjoaa mahdollisuuden myös sosiaaliseen vuorovaikutukseen, mikä tukee positiivisia elämäntapojen muutoksia ja pitkäjänteistä liikuntaharrastusta. Tavoitteena helpottaa lihasvoimaharjoittelua eri ikäryhmillä. Ulkokuntosali mahdollistaa tehokkaan ja progressiivisen harjoittelun ulkoilmassa. Lihasvoimaharjoittelu hyödyttää erityisesti ikääntyneitä ylläpitäen fyysistä toimintakykyä. Alaraajojen hyvä lihasvoima on vahvasti yhteydessä parempaan toimintakykyyn ja kaatumisten ehkäisyyn erityisesti ikääntyneillä. Kuntosalilaitteet valitaan painottaen alaraajojen lihasvoimaharjoittelua ja ikääntyneille soveltuviksi. Ikäystävälliset kuntosalilaitteet soveltuvat kaikille ikäryhmille. Laitteet ovat hyödynnettävissä myös useille eri harrastajaryhmille. Laitteiden yhteyteen sijoitetaan opastaulut ja järjestetään tarvittaessa henkilökohtaista opastusta turvalliseen kuntoiluun laitteiden avulla. Ulkokuntosalin alustana toimisi myös pitkäikäinen ja mukava hiekkatekonurmi, joka soveltuu monipuoliseen liikuntaan. Alustalta on mahdollista poistaa lumet jo aikaisin keväällä, jolloin kuntoilulaitteet ovat käytettävissä jo aikaisin keväällä. Käytettävyys on vahvimmillaan kesän ajan jatkuen pitkälle syksyyn.

Kuntoilulaitteiden lisäksi alueelle on suunniteltu sijoitettavaksi lyhyet kuntoiluportaat, joissa on mahdollisuus harjoitella tasapainoa. Portaiden lisäksi alueelle on mahdollista sijoittaa

erilaisia tasapainoharjoitteluun soveltuvia rakennelmia, kuten tasapainosiltoja ja nojapuita. Erilaiset maahan piirretyt viivat, ruudut ja kuviot sekä erilaiset pintamateriaalit soveltuvat hyvin tasapainon ja koordinaation harjoittamiseen. Rakennelmia olisi iäkkäiden lisäksi mahdollisuus hyödyntää myös lasten ulkoilussa (Kuvat 3-5).



Kuvat 3-5. Tasapainon ja koordinaation harjoitteluun suunniteltuja välineitä, jotka ovat soveltuvia monen ikäisille (Lehmuspuisto & Åkerblom 2007, 36-37)

Ulkokuntosalin ja pelikentän läheisyyteen on osoitettu paikka uudelle kioskirakennukselle. Kioskirakennus toimisi alueen keskipisteenä, josta mahdollisuus vuokrata peleihin ja leikkeihin tarvittavia välineitä. Kioskirakennuksen yhteyteen suunnitellut oleskelutilat tukevat sosiaalista terveyttä ja muodostavat kohtaamispaikan. Toteutetun palautekyselyn perusteella nuoret kaipaavat Kalajoelle kahvilaa, jossa voisi käydä kavereiden kanssa. Sijainti on keskeinen ja mahdollista toteuttaa valvottuna, jolloin ilkeiden mahdollisuus vähenee ja alue säilyy siistinä. Kioskirakennuksen suunnittelussa on mahdollisuus hyödyntää Kalajoella aiemmin laadittuja rakennustapaohjeita, jolloin kioskirakennuksen muodostavat Kalajoen alueella yhtenäisen ja hillityn ilmeen ulkoasultaan. Rakennustapaohjeiden mukaisesti suositaan puisia ja hillittyjä julkisivuja, joihin on mahdollisuus luoda elävyyttä mm. eri levyisillä rimoituksilla.

8.1.2 Taide- ja kulttuurialueet

Suunnitelmassa puistoon on sijoitettu tapahtuma-aukio ja esiintymislava. Musiikin on todettu vaikuttavan positiivisesti hyvinvointiin, sillä on niin psyykkisiä, fysiologisia ja sosiaalisia vaikutuksia. Musiikin avulla voidaan aktivoida aivoja erityisesti lapsena, mutta vaikutus jatkuu läpi koko elämän. On todettu, muistisairaana muistia voidaan virkistää ja mielialaa parantaa musiikin avulla. Kognitiivista ja sosiaalista toimintakykyä voidaan tukea musiikin ja erityisesti laulamisen avulla. (Soinila 2018.) Asumiskyselyyn vastanneista 65 % toivoi koko kaupungin olohuoneen tarjoavan mahdollisuuden musiikin harrastamiseen. Puistossa sijaitsevaa esiintymislavaa voitaisiin hyödyntää niin puistomusiikoiden esityksiin kuin yhteislauluihin ja konsertteihin, että teattereihin.

Kalajoentien varrella sijaitsee kansalaisopisto, jonka yhteyteen on osoitettu taidepolku. Taidepolku mahdollistaa moniulotteisen puistotaiteen esittämisen alueella. Lisäksi taidetta on mahdollista toteuttaa esimerkiksi valaistuksella ja väreillä. Sekä taide- että kulttuurialueet tukevat alueella vierailevien henkilöiden sosiaalista terveyttä, sillä näillä alueilla voidaan vieraila ja harrastaa ryhmissä, jolloin sosiaalinen kanssakäyminen lisääntyy.

8.1.3 Kulkureitit, lepopaikat ja kalusteet

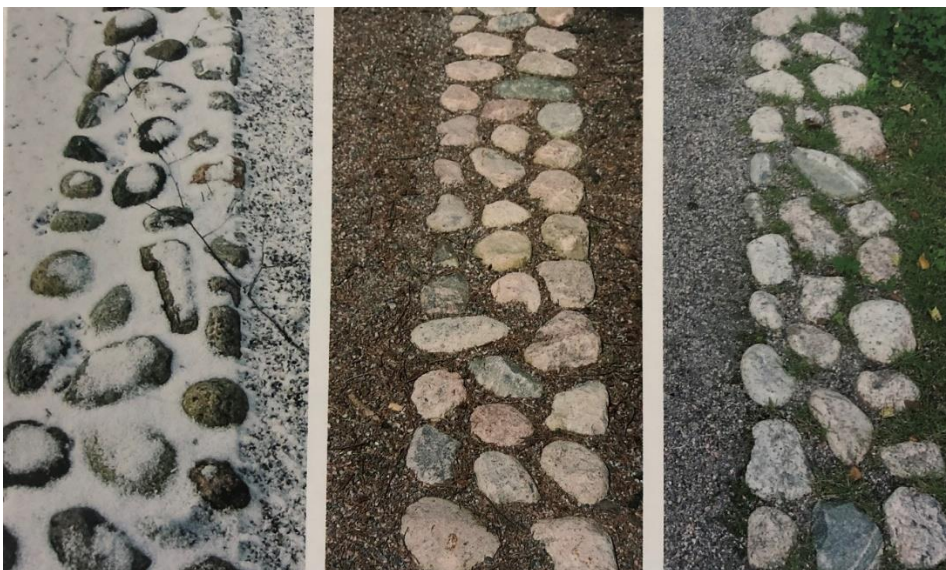
Suunnitelman reitit toteutetaan kahden tasoisina. Asfaltoidut reitit ovat esteettömiä ja ne pidetään avoinna myös talvisin. Suurelta osin asfaltoidut reitit ovat jo olemassa olevia. Suunnitelmaan on osoitettu uusi yhteys puiston reitistölle Kalajoentieltä. Nykytilassa puiston reitistö päättyy Pohjankylänkoulun tontin kulmalle, eikä puistoalueelle ole pääsyä Kalajoentieltä, joka on Kalajoen keskuskatu. Puisto on nykyisellään haastava havaita Kalajoentietä kulkiessa. Uuden yhteyden avulla mahdollistetaan kevyenliikenteen yhteydet Merenojan suuntaan. Uuden yhteyden avulla puistoalueen sisääntulosta Kalajoentieltä on mahdollisuus tehdä houkutteleva ja huomiota kiinnittävä. Uusi yhteys parantaa merkittävästi koko puiston saavutettavuutta sekä siisteyttä, kun nyt niittynä oleva alue siistitään ja hoidetaan.

Asfaltoitujen reittien lisäksi suunnitelmassa on osoitettu kapeampia polkuja, jotka on suunniteltu toteutettavaksi kivituhkapinnalla. Kivituhka tiivistyy tasaiseksi käytön myötä ja on saavutettavissa hyvin myös apuvälineiden avulla. Kivituhkan tarkoituksena on antaa aistiärsykeitä erilaisesta pinnasta verrattuna tasaiseen ja hiljaiseen asfalttipintaan. Puutarhapolku on kokonaisuudessaan osoitettu kivituhkapinnoitteella. Kapeamman polkumaisen reitin varrelle soveltuu hyvin esimerkiksi erilaiset pollarivalaistusratkaisut sekä reitin rajaaminen erilaisin istutuksin, rakentein tai kiveyksin ohjaamaan kulkua (Kuva 6). Polun varteen sijoitetaan rauhallisempia levähdyspaikkoja sekä erilaisia hyötykasveja, jolloin alueen tuoksut ja äännet monipuolistuvat.



Kuva 6. Keinoja kulun ohjaamiseen (Verhe & Ruti 2007, 35)

Suunniteltujen reittien sekä olemassa olevien reittien pinnat toteutetaan tasaisina, tiiviinä ja luistamattomina. Eri materiaalit ja reittien yhtymäkohdat liitetään toisiinsa ilman tasoeroa. Esteettömästi toteutettava reittien ohjaus on näkyvää, kuuluvaa ja tuntuva. Asfaltoiduilla reiteillä on mahdollisuus ohjata kulkua esimerkiksi erilaisin värikoodein asfaltin pinnassa. Myös muut merkinnät asfaltinpinnassa ovat mahdollisia ja ne lisäävät puistossa liikkumisen turvallisuutta. Kävelyreittien reunat voidaan rakentaa mukulakivimäisillä kiviladonnoilla, joka ohjaa reiteillä kulkemista esimerkiksi heikompinäköisten osalta (Kuvat 7-9). Puutarhapolku toteutetaan hieman kapeampana puistomaisena polkuna, jonka pintamateriaalina on hyvin tiivistetty kivituhka ja sen alla kantava murskekerros.



Kuvat 7-9. Kulkureittien rajaus luonnonkivillä (Verhe & Ruti 2007, 21)

Reitin varrelle, kulkuväylän ulkopuolelle sijoitetaan levähdyspaikkoja, jotka ovat esteettömästi saavutettavissa. Lepopaikkojen lisäksi alueelle on suunniteltu toteutettavaksi ainakin yksi rauhallinen levähdyspaikka, jonka ympärille suunnitellaan istutukset sekä rakennetaan pergola. Pienet vesiaiheet ovat myös toteutettavissa, jotta äänimaailmaa saadaan rikastutettua ja luotua rauhallista tunnelmaa. Kaikkien ulkokalusteiden tulee olla tukevia ja paikallaan pysyviä, mieluiten maahan kiinnitettyjä, jotta niihin on mahdollista tukeutua ilman kaatumisen vaaraa. Kalusteiden sijoittelussa tulee kiinnittää huomiota siihen, että ne eivät muodosta esteitä kulkureiteille tai kunnossapidolle, ja ovat sijoitettuna omalle kalustevyöhykkeellensä kulkureittien vieressä (Kuva 10). Istuimien tulee olla eri korkuisia ja niissä tulee olla käsinojat nousemisen helpottamiseksi. Lisäksi penkin läheisyyteen on hyvä varata tilaa, jotta esimerkiksi pyörätuolilla liikkuvat henkilöt pystyvät sijoittumaan vyöhykkeelle apuvälineiden kanssa eivätkä muodosta estettä kulkureitille. Levähdyspaikkojen yhteyteen sijoitetaan roska-astioita, jotka ovat helposti havaittavissa, mutta kuitenkin esteettisesti siistejä.



Kuva 10. Esteettömästi saavutettava penkki kalustevyöhykkeellä (Verhe & Ruti 2007, 21)

8.1.4 Kasvillisuus

Alueen estetiikan kannalta tärkein elementti on kasvit, joiden avulla on mahdollista luoda moniaistisia ja esteettisesti miellyttäviä tiloja. Kasvien avulla voidaan myös peittää vähemmän kauniita näkymiä, esimerkiksi roska-astioita tai sähkökaappeja. Aukkaiden ja kuntalaisten mielikuvia, tunteita ja muistoja voivat herättää kasvien värien, muotojen, makujen sekä tuoksujen tarjoama runsas aistitieto. (Rappe ym. 2018, 77.) Toisaalta myös lapset voivat hyödyntää kasveja oppiessaan ja tutkiessaan ympäristöä ja siellä olevaa lajistoa.

Puut ja kasvit ovat oleellisia tilanmuodostajia ja -rajaajia vaikuttaen koko alueen olosuhteisiin ja monimuotoisuuteen. Linnut ja oravat viihtyvät puissa tarjoten seurattavaa

alueen käyttäjille. Kasveilla voidaan vaikuttaa oleellisesti myös alueen valoisuuteen, tuulisuuteen, lämpötilaan sekä kosteuteen. Ne tarjoavat kiintopisteitä ja huomion herättäjiä, monipuolisia aistitarjoumia esimerkiksi äänien ja tuoksujen muodossa. (Rappe ym. 2018, 78.) Istutuksilla voidaan helpottaa myös kulkuväylien hahmottamista, esimerkiksi samanlaiset kasvit sisäänkäynnin molemmin puolin ohjaavat kulkemaan niiden välistä. Erilaiset kasvit tarjoavat monenlaisia elämyksiä myös kosketuksen avulla, painamalla poskea puun runkoa vasten tai silittelemällä kasvin lehteä. Elämysten on todettu olevan juuri se tekijä, joka tuottaa iloa luonnossa liikkussa ja joka motivoi liikkumaan myös uudelleen.

Alueelle valittavat kasvit kannattaa valita alueelle, ympäristöön ja ilmastoon soveltuviksi, jotta ne menestyvät alueella mahdollisimman elinvoimaisina. Perinteisiin ja alueelle ominaisiin kasvilajeihin liittyen saattaa puistossa kävijöillä olla myös omia muistoja. Kasvilajeja valitessa tulee kiinnittää huomiota siihen, että ne ovat tarkoituksen mukaisesti valittuja niiden aistittavien ja toiminnallisten ominaisuuksien perusteella. Puistoalueelle on hyvä jättää myös villi ja koskematon alue, kuten esimerkiksi kukkaniitty, jossa kasvaa perinteisiä niittykukkia. (Rappe ym. 2018, 77.)

Kasvien kasvatuksella on paljon positiivisia vaikutuksia. Se ylläpitää havaintotoimintoja, motorisia taitoja sekä muistia ja tarjoaa monipuolisesti aistivirikkeitä kaiken ikäisille kuntalaisille. Alueen merkityksellisyys kasvaa ja siitä tulee paremmin asukkaiden ja kuntalaisten oma tila, kun jokainen pääsee itse mukaan valitsemaan kasveja ja hoitamaan niitä. Yhdessä tehden viljelmät tulevat hoidetuksi ja lisätään yhteisöllisyyttä. Hyötypuutarhaan voidaan valita erilaisia kasveja. Pihan kokemuksellisuutta lisäävät syötävät kasvit. (Rappe ym. 2003, 40-41.) Asumiskyselyn perusteella 41 % vastanneista piti hyötypuutarhaa tärkeänä elementtinä yhteisen puistoalueen toimintoja suunniteltaessa

Tunnelmaan ja tilakokemukseen voidaan vaikuttaa väreillä. Iloisia, aktiivisuuteen innostavia värejä ovat lämpimät, kuten keltainen ja punainen. Näitä voidaan käyttää ohjaamaan kulkua ja suuntaaman huomiota hyvän erottuvuuden vuoksi. Sen sijaan viileät värit, kuten vihreä ja sininen eivät useinkaan erotu selkeästi taustasta. Viileät värit soveltuvat hyvin paikkoihin, jotka toimivat rauhallisina levähdyspaikkoina. (Rappe ym. 2003, 40-41.) Ympäristötiedon välittäjänä tuntoaistin merkitys korostuu näköaistin heiketessä. Kosketus voi myös rauhoittaa ja lisätä mielihyvän tunteita. Alueelle on mahdollista lisätä erilaisin aistein aistittavia elementtejä, jotka lisäävät ympäristön elämyksellisyyttä ja tietoa ympäristöstä. Tuoksut ovat ympäristökokemuksessa tärkeitä, koska ne herättävät muistoja ja tunteita liittyen paikkoihin ja tapahtumiin. Vaikka tutun kasvin tuoksun myötä vanhakin kokemus voi palautua mieleen. (Rodiek & Schwartz 2006.)

Suunnitelmassa alueelle on osoitettu puutarhapolku. Puutarhapolku ja sen varteen istutettavat hyötykasvit ovat merkittävä osa koko puiston toiminnoista ja identiteetistä. Kasvillisuuden monet merkitykset ja vaikutukset huomioiden kasvillisuutta ja lajistoa suunniteltaessa tulee huomioida monia asioita. Hoidettavien kasvien sijoittamista istutusaltaisiin suositellaan erityisesti iäkkäiden osalta, jolloin kasvien hoito aistiärsykkeiden vastaanottaminen esimerkiksi tuntoaistin avulla olisi helpommin saavutettavissa. Istutusaltaiden ulkonäköön löytyy monenlaisia vaihtoehtoja ja niiden valmistuksessa olisi mahdollista hyödyntää esimerkiksi kaupungin kuntotuttavan työ- ja toimintapalveluita (Kuvat 11-13).



Kuvat 11-13. Malleja istutusaltaiden ulkonäköön (Suomela 2021; Meillä Kotona 2017)

8.1.5 Valaistus ja opastus

Suunnitelmapikartalle ei ole osoitettu valaistusta tai opastauluja, mutta niitä on suunniteltu sijoitettavaksi puiston alueelle. Alueella on olemassa olevaa valaistusta, mutta valaistus tulisi suunnitella koko puiston alueelle yhtenäisenä kokonaisuutena. Myös tekniikka on vuosien saatossa kehittynyt ja valaistuksesta on mahdollista suunnitella alueelle sopiva, tarkoituksenmukainen sekä käyttää valaistusta osana puiston identiteettiä. Valaistuksen avulla on myös mahdollista toteuttaa alueella teeman mukaisia valotaidetapahtumia. Alueelle suunniteltavat riittävät ja nykyaikaiset opasteet ja valaistus luovat turvallisuuden tunnetta alueella liikkuville ja ovat tärkeä osa puistoaluetta. Yhtenäistämällä valaistuksen ja opasteet alue erottuu omaleimaisena ja siistinä kokonaisuutena.

8.2 Suunnitelman mallinnus

Suunnitelma toteutettiin AutoCad-ohjelmalla 2D- muotoon, jonka jälkeen puiston pääpiirteet mallinnettiin SketchUp-ohjelmalla luonnosmaisena 3D-muotoon. 3D-mallinnuksesta voidaan havaita alueen kokonaisuuden muodostuminen, koko ja alueen kasvillisuus. Työn toimeksiantajalle toimitettiin kuvia 3D-mallista halutuista kuvakulmista (Kuviot 9-12).



Kuvio 9. Näkymä lasten leikkipaikalle (Kuvio: Sanna Matkaselkä)



Kuvio 10. Näkymä kioskialueen oleskelutiloista (Kuvio: Sanna Matkaselkä)



Kuvio 11. Näkymä puiden lomaan sijoittuvasta ulkokuntosalista ja kuntoiluportaista (Kuvio: Sanna Matkaselkä)



Kuvio 12. Näkymä puutarhapolun varrelta olevasta rauhallisesta levähdyspaikasta (Kuvio: Sanna Matkaselkä)

8.3 Suunnitelman toteutus käytännössä

Suunnitelma sijaitsee kokonaisuudessaan Kalajoen kaupungin omistamalla maalla, joten toteutuksesta ja kustannuksista vastaa Kalajoen kaupunki. Toimintoja ajatellen vaihteellinen toteutus on mahdollinen. Lisäksi eri toiminnot on mahdollista toteuttaa eri palvelualueiden ohjauksessa asiantuntijuutta hyödyntäen. Toiminnalliset alueet koostuvat pääosin liikunnallisista toiminnoista, joten yhteistyö liikuntapalveluiden kanssa on ensisijaisen tärkeää kuten myös kulttuuri- ja tapahtuma-alueen osalta yhteistyö kulttuuripalveluiden kanssa. Toimintojen tarkempaa suunnittelua varten olisi hyvä hyödyntää myös erilaisia harrastajaryhmiä, jotta näkökulmat toimintojen käyttäjäystävällisyyteen rakentuisivat mahdollisimman laajaksi. Eri palvelualueiden ja mahdollisesti harrastajaryhmien on mahdollista suunnitella alue hankemuotoisina, jolloin kustannukset jakautuisivat tasaisesti. Mikäli puistoalue toteutettaisiin osissa, tulee kuitenkin koko alueen kokonaisuutta tarkastella jokaisen osa-alueen toteutuksen yhteydessä.

Puistoon muodostuu vettä läpäisemättömiä pintoja ainoastaan asfaltoiduille reiteille. Muilta osin alue on kasvillisuuden, kivituhkapinnoitteen tai suunnitelmassa esitetyn hiekkatekonurmen peittämää. Alueella ei ole suunnitelman yhteydessä laadittu suunnitelmaa hulevesien käsittelyyn. Asia tulee kuitenkin ottaa tarkasteluun tarkemman suunnittelun yhteydessä. Hulevesiä olisi mahdollisuus käsitellä alueella esimerkiksi kasvillisuuden kasteluvesinä kasvillisuuspainanteissa tai imeytyskaivantojen avulla osana puiston identiteettiä. Suunnittelussa tulee huomioida, että alue on pinnanmuodoiltaan hyvin tasaista ja rankkasateiden aikaan vedet eivät imeydy välittömästi maaperään. Muotoilemalla maanpintaan hieman korkeuseroja vedet voidaan johdattaa esimerkiksi imeytys- tai viivytykskaivantoon, joka on mahdollista maisemoida ympäristöön (Kuva 14.)



Kuva 14. Esimerkki imeytys- ja viivytykskaivannon ulkonäöstä (Gambaro, Tartaglia & Valenti 2012)

9 Pohdinta

Opinnäytetyöni käsittelee hyvinvoinnin lisäämistä viheraluesuunnittelulla. Aihe on ajankohtainen, sillä viime vuosina ihmisten kiinnostus omaa hyvinvointiaan kohtaan vaikuttaa nousseen. Myös kiinnostus luonnossa oleiluun ja retkeilyyn on noussut ja se on havaittu myös kotimaanmatkailun kasvuna. Kansallispuistojen kävijämäärät ovat kasvaneet ja kiinnostus luontoon lisääntynyt.

Aihe on mielenkiintoinen sillä Suomessa voimassa olevat lait velvoittavat suunnittelemaan alueita niin, että niistä muodostuu terveellisiä, turvallisia ja viihtyisiä. Rakennettujen ympäristöjen alueet tulee olla myös kaikkien saavutettavissa ja esteettömiä. Oma kiinnostukseni ympäristön suunnittelua, liikuntaa ja luonnossa liikkumista kohtaan on edesauttanut tämän tutkimus- ja kehittämistyön aiheen valikoitumisiksi opinnäytetyöni aiheeksi. Tämä opinnäytetyö liittyy tiiviisti työelämään, se oli ajankohtainen käynnissä olevan hankkeen osa-alueena sekä tarpeellinen toimeksiantajalle.

Opinnäytetyöni teoreettinen tietopohja rakentui kehittämistyön eli puistosuunnitelman toteuttamisen vuoksi hyvän elinympäristön ja hyvinvoinnin kautta. Teoreettisen tietopohjan rajautuminen toteutui lopulta luonnolliseksi kokonaisuudeksi niiden tekijöiden ympärille, jotka vaikuttavat merkittävältä osin viheralueiden suunnitteluun. Lait ja asetukset, kaupunkisuunnittelu, osallistaminen sekä eri toimijoiden välinen yhteistyö muodostavat kokonaisuuden antaen lähtökohdat alueiden suunnittelulle. Näiden osatekijöiden avulla kaupunkisuunnittelulla on mahdollista muodostaa hyvää elinympäristöä, johon sisältyy myös luonto-, viher- ja virkistysalueet.

Työ sai alkunsa Kalajoen kaupungin vetämästä Ikäystävällinen Kalajoki -hankkeesta ja sen osa-alueena toteutettavan puistosuunnitelman laadinnasta. Suunnitelman toteutuksen aikana teimme Kalajoen kaupungin Ikäystävällinen Kalajoki -hankkeen kanssa tiivistä yhteistyötä, jotta työn tavoitteet saatiin määriteltyä toteutettuun kyselyyn pohjautuen sekä lopullinen suunnitelma vastaamaan heidän tarpeitaan ja odotuksiaan. Puistosuunnitelma ja luonnoksenomainen 3D-mallinnus vastasi toimeksiantajan tarpeita ja tavoitteita, vaikka se jäikin luonnosmaiseksi.

9.1 Kehittämistyön lopputulos ja johtopäätökset

Tämän opinnäytetyön kehittämistyön tarkoituksena oli tuottaa toimeksiantajalle puistosuunnitelma, joka toteuttaisi koko Kalajoen yhteisen olohuoneen tavoitteita ja periaatteita. Hankkeeseen liittyen järjestettiin asukaskysely tammikuussa 2021, jossa pyrittiin selvittämään asukkaiden toiveita ja tarpeita asumiseen ja ympäristöön työuran

jälkeen. Lisäksi vuonna 2016 on toteutettu oppilaskysely, jonka tarkoituksena oli pyrkiä hahmottamaan koululaisten toiveita ja tarpeita viihtyisään ja virikkeelliseen piha-alueeseen. Koululaiskysely oli liitetty uuden Merenojan yhtenäiskoulun pihan suunnitteluun. Laaditusta puistosuunnitelmasta pyydettiin kommentteja markkinoiden yhteydessä syksyllä 2021, jotta myös työikäisille tarjottaisiin mahdollisuus osallistua sekä esittää toiveita alueen kehittämisen suhteen. Saadut vastaukset kaikista kyselyistä kuvasivat hyvin sitä, että rakennetulle puistoalueelle on kysyntää ja kiinnostusta, kun se muodostaa viihtyisän, virikkeellisen ja turvallisen ympäristön. Iäkkäämmät asukkaat kokivat liikunnan ja lihaskunnan harjoittamisen tärkeäksi, työikäiset arvostivat tapahtumien järjestämisen mahdollisuuksia ja liikuntamahdollisuuksia. Nuoret puolestaan kaipaavat kyselyiden perusteella kiipeily- ja pelailupaikkoja sekä yhteiseen oleskeluun soveltuvaa aluetta kahvilan tai muun toiminnon yhteydessä.

Kirjallisuustutkimukseen liittyen voidaan todeta, että pienilläkin asioilla voidaan vaikuttaa merkittävästi alueen mielekkyyteen. Mielekkään viherympäristön vaikutukset ovat merkittävät sekä yksilön, että yhteiskunnan kannalta. Eteenkin suuremmissa kaupungeissa vihersuunnitteluun kannattaa kiinnittää erityistä huomiota, sillä hyvin suunnitellulla ja toteutetulla alueella voi olla merkittäviä vaikutuksia mm. tonttien myyntiin ja hinnoitteluun, unohtamatta terveydenhuollon kautta saavutettavista hyödyistä, kun asukkaat pystyvät liikkumaan ja harrastamaan turvallisesti lähellä kotiaan ja ylläpitämään näin itsenäistä toimintakykyään. Terveydenhuollon kustannukset moninkertaistuvat iäkkäiden osalta verrattuna nuorempaan väestöön, mutta merkityksellistä on myös sillä, millaiset liikkumistottumukset muodostuvat lapsena. Tutkimusten perusteella lapsuudessa opittuja malleja käytetään usein myös aikuisuudessa, mikäli motivaatio liikuntaharrastuksiin on hyvä.

Liikunnan hyödyt hyvinvointiin kaiken ikäisillä ovat kiistattomat. Lapsuudessa ja nuoruudessa opitut arvot ja toimintamallit jatkuvat usein läpi elämän. Erialaisten liikuntamuotojen tarjoaminen kuntalaisille tuottaa kunnalle parhaimmillaan säästöjä terveydenhuollon kuluista ja aktivoi ihmisiä kiinnostumaan elinympäristöstään. Kokonaisvaltainen hyvinvointi rakentuu fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin tasapainosta, joista kaikkiin voidaan vaikuttaa positiivisesti liikkumisella.

Motivaation muodostamiseksi tulee pohtia syitä, miksi ihmiset hakeutuvat alueelle ja mitä he saavuttavat vierailustaan puistoalueella? Mitkä tekijät saavat ihmiset hakeutumaan puistoalueelle uudestaan ja miten motivaatiota voidaan ylläpitää? Motivaatio vaihtelee yksilöittäin riippuen usein yksilön mielenkiinnon lähteistä ja niistä asioista, joita pitää tärkeänä. Motivaation kannalta tärkeään rooliin nouseekin osallistaminen suunnittelussa,

jotta alueelle muodostettavat toiminnot vastaavat kysyntää ja tarpeita. Motivaation ylläpitoon puolestaan voidaan vaikuttaa jatkoseurannalla ja tarvittavien kehittämistoimenpiteiden toteuttamisella. Alueen viihtyvyyteen voidaan vaikuttaa merkittävältä osin myös kunnossapidolla, jolloin rikkiäiset rakenteet korjataan ja alue pidetään siistinä. Ympäristön viihtyisyys voi yleisellä tasolla olla itsessään motivaationa jollain alueella liikkumiseen.

Puistoalueiden muodostamisen haasteena voi monissa paikoissa olla kunnan taloudellinen tilanne. Rakentaminen ja kunnossapito vaativat kunnilta panostuksia sekä rahallisesti että työn muodossa, jolloin voi olla, että puistoalueiden avulla saavutettavaa hyötyä ei nähdä riittävän suurena. Mitä pienempi kunta, yleensä myös sitä lähempänä on saavutettavissa ympäröivä villi luonto ja sen tarjoamat luontokokemukset. On kuitenkin pidettävä mielessä, että täysin villi luonto ja rakennettu viheralue ovat erillisiä asioita, joilla molemmilla on omat tarkoituksensa. Rakennetusta ympäristöstä on pyrittävä muodostamaan esteetön kokonaisuus, jotta niistä saavutettavat hyödyt olisivat kaikkien saavutettavissa ja luontokokemuksen kaltaisia aistiärsyksiä olisi saatavissa myös niiden henkilöiden osalta, jotka ovat rajoittuneita saavuttamaan villin luonnon tarjoamia kokemuksia.

9.2 Vastaukset tutkimuskysymyksiin

Tämän opinnäytetyön tutkimuskysymyksiksi asetettiin: miten luoda virikkeellinen ja motivoiva yhteinen puistoalue eri sukupolville? Työn alakysymyksiksi muodostuivat: miten ilmastonmuutos voidaan huomioida viheralueiden suunnittelussa ja millaisia vaikutuksia kaupunkien viheralueilla on sekä yksilön että yhteiskunnan näkökulmista?

Tutkimus- ja kehittämistyö vastasi tutkimuskysymyksiin ja tutkimustietoon pohjautuen saatiin toteutettua puistosuunnitelma. Puistosuunnitelmassa on huomioitu laajasti eri ikäisten toiveita ja tarpeita, mutta huomioitavaa on kuitenkin se, että suhteutettuna koko Kalajoen asukaslukuun kyselyiden vastausprosentti jäi suhteellisen pieneksi. Tämän vuoksi jatkoseuranta on tarpeellinen, jotta alueen toimintoihin voidaan tehdä muutoksia kysynnän mukaan. Oletettavaa myös on, että asukkaat aktivoituvat antamaan palautetta, kun pääsevät kokemaan puistosuunnitelmassa esitettyjä toimintoja ja muodostamaan kokemuksiin perustuen oman mielipiteensä alueesta. Kalajoella ei ole toteutettu vastaavaa puistoaluetta aiemmin, joten sen toimivuus voidaan todeta vasta käytännön kautta. Palautekyselyn perusteella suhtautuminen eri sukupolvien kohtaamispaikkaan oli kuitenkin positiivista ja moni koki suunnitelman hyväksi ja toimivaksi. Kyselyiden osalta huomioitavaa on kuitenkin se, että kyselyt eivät välttämättä ole tavoittaneet kaikkia alueen käyttäjiä. Lisäksi on paljon eri harrastajaryhmiä, joiden asiantuntijuutta olisi mahdollisuus hyödyntää esimerkiksi pelipaikkoja suunniteltaessa. Kyselyn perusteella koiraharrastajat kaipaavat

Kalajoelle koirapuistoa sekä agilityharjoitteluun soveltuvaa aluetta. Puistoalueelle jää vapaata oleskelutilaa nurmipinnoitteella, jota on mahdollista hyödyntää monenlaisissa harrastuksissa. Jatkossa siis olisi tärkeää miettiä, miten myös erilaisten harrastajaryhmien ja niiden henkilöiden, joita kyselyt eivät ole saavuttaneet, äänet saadaan kuuluviin.

Koko Kalajoen väkilukuun suhteutettuna vastausprosentti jää melko pieneksi. Alhaisesta vastausprosentista johtuen olisi hyvä kehittää uudenlaisia tapoja kuntalaisten osallistamiseen ja millä tavalla kuntalaiset saadaan osallistumaan aktiivisemmin oman elinympäristönsä suunnitteluun. Vastausprosentin perusteella voidaan päätellä, että kyselyt eivät ole saavuttaneet kaikkia ja, että asukkaat eivät ole kokeneet kyselyyn vastaamisella olevan merkitystä esimerkiksi oman asuinpaikkansa sijoituessa kauemmaksi keskustajamasta tai muun syyn vuoksi. Usein kyselyiden yhteydessä koetaan myös turhautumista, mikäli kyselyistä saatujen tulosten perusteella ei toteuteta mitään konkreettisia ja näkyviä muutoksia ympäristöön.

Kirjallisuustutkimuksessa saatiin vastauksia tutkimuksen alakysymyksiin. Ilmastonmuutoksen kannalta viheralueilla on kaupunkirakenteessa merkittävä rooli. Kasvillisuudella on rakennetussa kaupunkiympäristössä monia teknisiä vaikutuksia, kuten melun torjunta, hulevesien imeyttäminen ja ohjaaminen, tuulten ja ilmavirtausten ohjaaminen, hiilidioksidin sitominen, varjostaminen ja lämpötilavaihteluiden tasaaminen. Yksi merkittävimmistä asioista rakennetussa ympäristössä on kuitenkin hulevesien hallinta, jota kasvillisuuden ja maanpinnan muotojen avulla pystytään ohjaamaan. Rakennetussa ympäristössä vettäläpäiseviä pintoja on vähemmän ja runsaiden sateiden aikaan sadevesiviemärit voivat ylikuormittua aiheuttaen kaupunkialueille tilapäisiä tulvia. Sadevesien mukana huuhtoutuu myös erilaisia saasteita, joiden suodattuminen pois hulevesistä on tärkeää ennen veden laskua luonnon vesistöihin.

Yksilön kannalta viheralueiden merkitys kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin kannalta on merkittävä. Vaikutukset ovat moniulotteisia. Yhteiskunnan kannalta puolestaan merkitystä voidaan tarkastella myöskin hyvinvoinnin näkökulmasta, mutta myös ilmastonmuutoksen hillinnän näkökulmasta. Kirjallisuustutkimuksessa löydettyjä osatekijöitä pyrittiin huomioimaan laajasti puistosuunnitelmaa laadittaessa (Taulukko 1).

Taulukko 1. Kirjallisuustutkimuksen kautta löydetty tavoitteet ja osatekijät suunnittelulle sekä osatekijöiden huomioiminen suunnitelmassa (Matkaselkä 2021).

TAVOITE	OSATEKIJÄT	SUUNNITELMA
Hyvä kaupunkiympäristö (MRL tavoite)	<ul style="list-style-type: none"> - Terveellisyys, turvallisuus, viihtyisyys - Kestävä kehitys; ekologisesti, taloudellisesti, sosiaalisesti ja kulttuurisesti 	<ul style="list-style-type: none"> - Keskeinen sijainti, helposti saavutettava - Riittävä valaistus, opastus ja pimeiden nurkkien muodostumisen estäminen - Olemassa olevan elinympäristön parantaminen, lajirikkaus - Mahdollistetaan sukupolvien kohtaaminen - Esteettömyys, palvelut kaikkien saataville
Viherrakentaminen osana kaupunkisuunnittelua	<ul style="list-style-type: none"> - Ilmastonmuutos - Hulevesien hallinta 	<ul style="list-style-type: none"> - Vihreän infrastruktuurin lisääminen - Monipuolisen kasvillisuuden lisääminen rakennettuun ympäristöön - Mahdolliset hulevesirakenteet
Viherympäristön merkitys hyvinvoinnille	<ul style="list-style-type: none"> - Fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen hyvinvointi - Eri ikäryhmien huomioiminen - Aistit 	<ul style="list-style-type: none"> - Liikuntamahdollisuudet, yhteisöllinen toiminta, luonnon vaikutukset elpymiseen, ryhmäliikunta - Monipuoliset toiminnot, tekemistä eri sukupolville - Aistitarjoumat eri aisteille pintamateriaalien, äänien ja tuoksujen avulla
Esteetön ja motivoiva ympäristö	<ul style="list-style-type: none"> - Esteettömyys - Motivaatio 	<ul style="list-style-type: none"> - Esteettömät rakenteet, kalusteet ja kulkuväylät - Eri ikäisille suunniteltua toimintaa monipuolisesti, motivaation synnyttäminen - Ympäristön siisteys ja kunnossapito

9.3 Oman työskentelyn pohdinta

Opinnäytetyön laadinta alkoi keväällä 2021, jolloin sain toimeksiannon Kalajoen kaupungin hallinnoimasta Ikäystävällinen Kalajoki -hankkeelta. Prosessi eteni hankkeen aikataulun mukaisesti. Kyselyistä saatujen tulosten perusteella toimeksiantajan kanssa määriteltiin

tavoitteelliset toiminnot, joita alueelle haluttiin esitettävän suunnitelmassa. Puistoalueen tavoitteena oli luoda kohtaamispaikka eri ikäisille kuntaisille, tarjoten samalla turvallinen, esteetön, viihtyisä ja helposti saavutettava puistoalue. Suunnitelman laadinta aloitettiin nykytila-analyyysien laadinnalla, haluttujen toimintojen sijoittelulla ja suunnitelmakartan laadinnalla. Suunnitelmaluonnos valmistui kesällä 2021. Syksyllä suunnitelmaluonnos oli nähtävillä Kalajoen markkinoilla, jossa suunnitelmasta otettiin vielä kommentteja ja kehitysehdotuksia vastaan. Syksyn 2021 aikana työn teoreettinen osuus rakentui lopulliseen muotoonsa. Opinnäytetyön tekeminen töiden ohella oli haastavaa ja alkuperäisestä aikataulusta täytyi joustaa. Työn valmistuminen viivästyi alkuperäisestä suunnitelmasta, mutta toisaalta aikataulullisesti työ valmistui hankkeeseen nähden sopivaan aikaan, eikä viivästys haitannut hankkeen läpivientiä. Hankkeelle toteutettu puistosuunnitelma toteutui suunnitellussa aikataulussa.

Työn teoreettinen osuus muuttui opinnäytetyösuunnitelmasta ja tarkentui työn edetessä. Aihe-alueen rajaaminen helpotti tiedon etsintää, keräämistä ja työn tekoa kokonaisuudessaan oleellisesti. Lopullisessa suunnitelmassa pystyttiin huomioimaan teoriaosuudessa hankittua tietoa laajasti ja soveltamaan sitä käytäntöön. Opinnäytetyön aihealueen rajaaminen oli kokonaisuudessaan sellainen, joka kiinnostaa itseäni suuresti omien harrastusteni ja työni kautta. Opinnäytetyön aikana hankittua tietoa pystyn hyvin soveltamaan työelämässä jatkossakin.

Opinnäytetyöprosessi on ollut kokonaisuudessaan opettavainen, hyödyllinen ja haastava. Aihe tuntui alusta alkaen mielenkiintoiselta ja myös ajankohtaiselta. Työn aikana hankittu tieto on opettanut koko prosessin ajan. Aihe innosti lisäksi tutkimaan ja selvittämään monia asioita, jotka eivät ilman tätä työtä olisi nousseet esiin sekä kiinnittämään huomiota omassa työssäni tässä opinnäytetyössä käsiteltyihin asioihin. Yksi mielenkiintoisimmista osa-alueista tässä työssä on ollut tutustua viherkertoimen laskentatyökaluun. Suunnittelijoiden käytössä on jo nykyisellään työkaluja alueiden ja tonttikohtaisten viheralueiden laskentaan. Laskentatyökalua kokeillessani totesin sen olevan yksinkertainen apuväline suunnittelun tueksi. Laskentaa varten suunnittelijalla tulee olla tiedossaan alueen pinta-ala sekä säilytettävien että suunniteltavien viherelementtien pinta-alat tai kappalemäärät. Opinnäytetyöprosessin aikana avautui uusia näkökulmia suunnittelusta kaupunkialueilla sekä vahvistui ne asiat, joihin tulee tulevaisuudessa kiinnittää suunnittelutyössä yhä enemmän huomiota.

Lähteet

- Aalto, N & Kähkönen, A. 2019. Aistien aktivointi arjessa. Aistihuoneen suunnittelu ja toteutus kehitysvammaisten asuntolaan. Sosiaalipedagoginen aikuistyö. Lahden ammattikorkeakoulu. Viitattu 6.10.2021. Saatavissa <https://urn.fi/URN:NBN:fi:amk-201902072075>
- Aarrevaara, E. 2020. Safety and Security in Cities. Luento LAB-ammattikorkeakoulu. Viitattu 25.10.2021
- Austin, G. 2014. Green infrastructure for landscape planning: integrating human and natural systems. Abingdon: Routledge. Google Books. Viitattu 24.9.2021.
- Cornelius, S. 2019. Community based planning. Wits University Press. Viitattu 25.10.2021.
- Gambaro, M., Tartaglia, A & Valenti, E. 2012. The design in the sustainable management of stormwater: the case study of the province of varese (Italy). Conference: International Conference on Urban Sustainability and ResilienceAt: UCL London. Viitattu 6.11.2021.
- Gustafsson, T. 2002. Mitä luovuus on ja mistä se syntyy. Luovan ongelmanratkaisun seminaari. Viitattu 22.9.2021. Saatavissa http://salserver.org.aalto.fi/vanhat_sivut/Opinnot/Mat-2.4198/essee2001/tommigustafsson.pdf
- Gyngel, S. 2021. Sisäpihan vihreä salaisuus. Suomela. Viitattu 25.10.2021.
- Heikkilä, T. 2014. Kvantitatiivinen tutkimus. Edita Publishing Oy. Viitattu 24.8.2021. Saatavissa <http://tilastollinentutkimus.fi/1.TUTKIMUSTUKI/KvantitatiivinenTutkimus.pdf>
- Helsingin kaupunki. 2014. Ilmastokestävän kaupungin suunnitteluopas. Ilmastokestävä kaupunki (ILKKA) – työkaluja suunnitteluun -hanke. Viitattu 29.9.2021. Saatavissa <https://ilmastotyokalut.fi/>
- Hirvola, A. 2016. Turvallinen kaupunki. Näkökohtia rakennetun ympäristön suunnitteluun ja toteutukseen. Suomen ympäristö 4/2016. Viitattu 1.10.2021.
- Jenkins, G. R., Yuen, H. K & Vogtle, L. K. 2015. Experience of Multisensory Environments in Public Space among People with Visual Impairment. International Journal of Environmental Research and Public Health. MDPI. Viitattu 6.10.2021.
- Jokiniemi, J. 2007. Kaupunki kaikille aisteille. Moniaistisuus ja saavutettavuus rakennetussa ympäristössä. Teknillisen korkeakoulun arkkitehtiosaston tutkimuksia 2007/29. Aaltodoc. Viitattu 6.10.2021.

Jyväskylän ammattikorkeakoulu. 2021. Soveltavasta tutkimuksesta. Viitattu 24.8.2021. Saatavissa <https://oppimateriaalit.jamk.fi/yamk-kasikirja/soveltavat-tutkimusmenetelmat/>

Jyväskylän yliopisto. 2021. Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa – LIITU-tutkimus. Viitattu 22.9.2021. Saatavissa <https://ukkinstituutti.fi/wp-content/uploads/2021/09/Nuorten-liikuntakayttaytyminen-Suomessa-LIITU-tutkimuksen-tuloksia-2020.pdf>

Järveläinen, J. 2019. Luento Lahden ammattikorkeakoulu 18.9.2019. Viitattu 29.9.2021.

Jääskeläinen, L., Syrjänen, O., Hurmeranta, J. & Wähä, S. 2018. Maankäyttö- ja rakennuslaki. Rakennustieto. Viitattu 25.9.2021.

Kaikkonen, H., Virkkunen V., Kajala L., Erkkonen J., Aarnio M. & Korpelainen R. 2014. Terveyttä ja hyvinvointia kansallispuistoista – Tutkimus kävijöiden kokemista vaikutuksista. Metsähallitus. Viitattu 18.6.2021.

Kalajoen kaupunki. 2021a. Ikäystävällinen Kalajoki -hanke. Hankesivu. Viitattu 25.3.2021. Saatavissa <https://kalajoki.fi/sosiaali-ja-terveyspalvelut/sosiaalipalvelut/palveluasuminen/ikaystavallinen-kalajoki-hanke/>

Kalajoen kaupunki. 2021b. Visuaalinen tilastojulkaisu. Viitattu 8.7.2021. Saatavissa <https://kalajoki.fi/visuaalinen-tilastojulkaisu/>

Kalajoen satama. 2019. Satamainfo. Viitattu 29.9.2021. Saatavissa <http://portofkalajoki.fi/>

Kilpelä, N. 2019. Esteetön rakennus ja ympäristö. Rakennustieto. 3. uudistettu painos. Viitattu 22.9.2021.

Kummala, P. 2016. Tuntematon kaupunkiluonto. ARK-lehti 6/2016. Viitattu 1.10.2021.

Kuntaliitto, 2012. Hulevesiopas. Viitattu 1.10.2021. Saatavissa <https://www.kuntaliitto.fi/julkaisut/2012/1481-hulevesiopas>

Korkiakangas, E. 2010. Aikuisten liikuntamotivaatioon vaikuttavat tekijät. Oulun yliopiston lääketieteellinen tiedekunta. Viitattu 22.9.2021. Saatavissa <http://jultika.oulu.fi/files/isbn9789514263767.pdf>

Lampinen, P. 2004. Fyysinen aktiivisuus, harrastustoiminta ja liikkumiskyky iäkkäiden ihmisten psyykkisen hyvinvoinnin ennustajina. 65-84-vuotiaiden jyväskyläläisten 8-vuotisseuruututkimus. Jyväskylän Yliopisto. Viitattu 26.6.2021. Saatavissa <http://urn.fi/URN:ISBN:951-39-1839-4>

Lehmuspuiisto, V. & Åkerblom, S. 2007. Iäkkäiden ihmisten liikuntapaikkojen suunnittelu. Opetus-ministeriö liikuntapaikkajulkaisu 94. Vammala: Vammalan kirjapaino Oy.

Leppäluoto, J., Kettunen, R., Rintamäki, H., Vakkuri, O., Vierimaa, H. & Lähti, S. 2015. Anatomia ja fysiologia. Rakenteesta toimintaan. Sanoma Pro Oy. Viitattu 6.10.2021.

Maankäyttö- ja rakennuslaki 5.2.1999/132.

Mukala, J. 2009. Kiinnostava kaupunki. ARK-lehti 2/2009. Viitattu 1.10.2021.

Mukala, J. 2016. Kaupunki kasvaa, ihanteet muuttuvat. ARK-lehti 5/2016. Viitattu 1.10.2021

Ojala, A. 2015. Lataa luontoa! Luonnonvarakeskus. Viitattu 2.4.2021. Saatavissa https://www.hyria.fi/files/12486/Luonnon_terveysvaikutuksista_Ojala_24092015.pdf

Peschardt, K & Stigsdotter, U. 2013. Associations between park characteristics and perceived restorativeness of small public urban greenspace. Landscape and urban planning. Elsevier. Viitattu 5.10.2021.

Project for Puplic Spaces. 2020. What makes a successfull place? Viitattu 25.10.2021. Saatavissa <https://www.pps.org/article/grplacefeat>

Project for Puplic Spaces. 2008. Understanding personal safety. Viitattu 25.10.2021. Saatavissa <https://www.pps.org/article/torontosafety1>

Rakennusvirasto 2008. Esteettömän rakentamisen ohjeet. Viitattu 9.9.2021. Saatavissa <https://www.hel.fi/helsinkikaikille/fi/ohjeita-suunnitteluun/esteettoman-rakentamisen-ohjeet>

Rappe, E & Koivunen, T. 2017. Hoitokodin kasvit. Opas – Tekoja hyvän ikääntymisen puolesta. Ikäinsituutti. Viitattu 9.10.2021.

Rappe, E., Kotilainen H., Rajaniemi J. & Topo P. 2018. Muisti- ja ikäystävällinen asuminen ja asuinympäristö. Ympäristöopas. Grano Oy. Viitattu 9.10.2021.

Rappe, E., Lindén, L. & Koivunen, T. 2003. Puisto, puutarha ja hyvinvointi. Viherympäristöliiton julkaisu 28. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Rodiek, S. & Schwarz, B. 2006. The Role of the Outdoors in Residential Environments for Aging. The Haworth Press. Viitattu 9.10.2021.

Roo, M., Roozen, N. & Long M. 2012. Green City. Terveellinen asuttava kaupunki. Viitattu 25.9.2021. Saatavissa https://www.vyl.fi/site/assets/files/1430/green_city_ohjeisto_web-1.pdf

Soinila, S. 2018. Musiikki antaa aivoille siivet. Aivoliitto. Viitattu 9.10.2021. Saatavissa <https://www.aivoliitto.fi/aivoterveys/mieli/musiikki-antaa-aivoille-siivet>

Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus. 2000. Ympäristökin vaikuttaa terveyteen. Ideakortti 1/00. Viitattu 25.9.2021. Saatavissa https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/77321/ideakortti1_00.pdf?sequence=1

Tilastokeskus. 2007. Kaskipelloilta palveluyhteiskuntaan – 90 vuotta elinkeinorakenteen muutosta. Viitattu 23.4.2021. Saatavissa <https://www.stat.fi/tup/suomi90/helmikuu.html>

Tyrväinen, L., Silvennoinen H, Korpela K. & Ylen M. 2007. Luonnon merkitys kaupunkilaisille ja vaikutus psyykkiseen hyvinvointiin. Metlan työraportti 52. Metla. Viitattu 23.4.2021. Saatavissa <http://www.metla.fi/julkaisut/workingpapers/2007/mwp052-07.pdf>

Viherympäristöliitto. 2021. Viheralan merkitys. Viherympäristöliiton verkkosivut. Viitattu 1.10.2021. Saatavissa <https://www.vyl.fi/>

Vireaho, J. 2017. Tee itse viljelylaatikko. Meillä Kotona. Viitattu 25.10.2021. Saatavissa <https://www.meillakotona.fi/artikkelit/tee-itse-viljelylaatikko>



IKÄYSTÄVÄLLINEN KALAJOKI -kehittämishanke



Ympäristöministeriö
Miljöministeriet

Kysely asumistarpeista Kalajoen ikääntyville

Kalajoen kaupunki sai rahoituksen ympäristöministeriön Ikääntyneiden asumisen toimenpideohjelmasta. 31.10.2021 saakka kestävän Ikäystävällinen Kalajoki -kehittämishankkeen tarkoituksena on laatia suunnitelma ja toteuttamisselvitys ratkaisuvaihtoehtoiseen ikäystävälliseen asumiseen. Tämän kyselyn tavoitteena on kartoittaa ikäihmisten tulevaisuuden asumistarpeita ja -odotuksia. Kysely on tarkoitettu yli 60-vuotiaille Kalajoella asuville henkilöille. Kyseessä on erinomainen mahdollisuus päästä kehittämään asumista kaupunkistrategian mukaisesti ikäystävälliseen suuntaan.

Kyselyn vastaaminen kestää noin 10 minuuttia. Laita rasti (X) sopivaan kohtaan. Vastauskuoren postimaksu on maksettu valmiiksi. Vastaathan kyselyyn viimeistään 7.2.2021.

Vastauksesi on meille arvokas – kiitos vastauksestasi jo etukäteen!

Lisätietoja hankkeesta:

Projektipäällikkö Elina Niskanen
elina.niskanen@kalajoki.fi
p. 040 480 7987

Asumispalvelupäällikkö Sanna Lastikka
sanna.lastikka@kalajoki.fi
p. 050 597 8361

1. Sukupuolesi:

- Nainen
 Mies

2. Minkä ikäinen olet:

- Alle 60 vuotta
 60-64 vuotta
 65-69 vuotta
 70-74 vuotta
 75-79 vuotta
 80 vuotta tai enemmän

Liite 1. Asukaskysely

3. Millä alueella asut tällä hetkellä?

- Kalajoki ydinkeskusta
- Kalajoki taajaman ulkopuolella, mikä kylä? _____
- Himanka kirkonkylä
- Himanka taajaman ulkopuolella, mikä kylä? _____
- Rautio taajama
- Rautio taajaman ulkopuolella, mikä kylä? _____

4. Asutko tällä hetkellä:

- Omakotitalossa
- Pari- tai rivitalossa
- Kerrostalossa

5. Onko asunnossasi/taloyhtiössäsi seuraavia liikkumista estäviä/haittaavia tekijöitä?

- Taloyhtiöstä/asunnosta puuttuu hissi
- Taloyhtiössä/asunnossa on liikkumista haittaavia portaita
- Taloyhtiössä/asunnossa on liikkumista haittaavia kynnyksiä
- Ei mitään/jokin muu, mikä? _____

6. Kuinka tyytyväinen olet nykyiseen asuntoosi?

- Erittäin tyytyväinen
- Melko tyytyväinen
- Melko tyytymätön
- Erittäin tyytymätön

Liite 1. Asukaskysely

7. Minkälaisia puutteita nykyisellä asuinalueellasi on ikääntymisesenne johdosta syntyviä tarpeita ajatellen? (esim. asuinalueelta puuttuu ruokakauppa, joukkoliikenne, piha/puistoja, palveluita)

8. Missä seuraavista näet itsesi asuvan seuraavien 5 - 10 vuoden aikana?

- Nykyinen asunto
- Muu asunto nykyisellä alueella
- Jokin toinen asuinalue (samassa kaupungissa), mikä? _____
- Jokin toinen kaupunki tai kunta, mikä? _____

9. Missä näet itsesi asuvan seuraavien 5-10 vuoden aikana?

- Omakotitalossa
- Rivi- tai paritalossa
- Kerrostalossa

10. Mikä seuraavista asumismuodoista sopii sinulle parhaiten tulevaisuutta ajatellen?

- Omistusasunto
- Vuokra-asunto
- Asumisoikeusasunto

Liite 1. Asukaskysely

**11. Minkälaisia ajatuksia/suunnitelmia sinulla on asumisen suhteen tulevaisuudessa?
(seuraavien 5-10 vuoden aikana)**

	Samaa mieltä	En osaa sanoa/en ole harkinnut asiaa	Eri mieltä
Haluan asua mahdollisimman pitkään nykyisessä asunnossani	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Haluaisin asua nykyisessä asunnossani, mutta asuntoni ei sovellu pidemmällä aikavälillä itselleni/perheelleni ja muutto on väistämätön	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Olen harkinnut jo muuttoa toiseen asuntoon seuraavan viiden vuoden sisällä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

12. Kuinka suureen asuntoon todennäköisimmin muuttaisit?

- maksimissaan 30 neliötä
- 31 - 50 neliötä
- 51 - 70 neliötä
- 71- 100 neliötä
- yli 100 neliötä

13. Kuinka kiinnostunut olisit asumaan yhteisöllisessä asumismuodossa, jossa on tehty suuria panostuksia yhteisiin sisä- ja ulkotiloihin (tiloja voivat olla esim. yhteinen oleskeluhuone, keittiö ruokailutiloineen, kerhuhuone, kuntosali, lukunurkkaus, sauna tms.)?

- Erittäin paljon
- Melko paljon
- Melko vähän
- Erittäin vähän

14. Minkälaisia palveluja toivoisit erityisesti olevan saatavilla, jotta kotona asuminen olisi pidemmällä aikavälillä mahdollista?

Liite 1. Asukaskysely

15. Kuinka tärkeänä pidät seuraavia asioita tulevaisuuden asumista ajatellen?

	<u>Erittäin</u> <u>tärkeää</u>	<u>Melko</u> <u>tärkeää</u>	<u>Vähän</u> <u>tärkeää</u>	<u>Ei</u> <u>lainkaan</u> <u>tärkeää</u>	En osaa sanoa/en ole harkinnut asiaa
Asunnon lähellä on ruokakauppa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Asunnon lähellä on terveystalveluja (esim. terveyskeskus)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Asunnon lähellä on saatavilla erilaisia hyvinvointipalveluja (esim. kirjastot, kulttuuripalvelut ja liikuntapalvelut)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Asunnon lähellä on ruokaravintola	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Asunnon lähellä asuu oman ikäisiä ihmisiä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Asunnon lähellä asuu eri ikäisiä ihmisiä (myös lapsiperheitä, monisukupolvisuus)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Asunnon lähellä asuu omia läheisiä ja perheenjäseniä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Asunnon esteettömyys/muunneltavuus elämäntilanteen mukaan	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Saatavilla oleva kuljetuspalvelu/joukkoliikenne	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Taloyhtiössä on yhteisiä sisä- ja ulkotiloja	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Luonto on lähellä asuntoa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Yhteisöllisyys alueen asukkaiden kesken (esim. yhteinen ryhmätoiminta tai kahvitteluhetket)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Rauhallisuus ja hiljaisuus	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ulkoilumahdollisuudet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jokin muu, mikä?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

UUDENLAISET ASUMISEN RATKAISUT

Kalajoella on käyty keskustelua uudenlaisista asumisen ratkaisuista. Kaikille soveltuva ikäystävällinen asuinympäristö voi olla yhtenäinen rakennus tai verkostomainen kortteli, jossa on uudiskohteita sekä olemassa olevaa rakennuskantaa, jota voidaan innovatiivisia ratkaisuja käyttäen kehittää ikäystävälliseen suuntaan. Mahdolliset rakennushankkeet sijoittuvat Kalajoen ydinkeskustaan, hyviä toimintamalleja hyödynnetään koko kunnan alueella. Keskeisenä tavoitteena on ikäihmisten tarvitsemien palveluiden läheisyys ja saatavuus, asuinratkaisujen esteettömyys ja yhteisöllisyyden edistäminen sekä sukupolvien kohtaaminen. Hankkeessa laaditaan suunnitelma myös alueen yhteisöllisyyttä ja osallisuutta tukevaan ulkoilupihaan, mistä muodostuisi koko kaupungin olohuone. Alueelle tulisi esimerkiksi aktiviteettipuisto kaiken ikäisten lihasvoimaharjoitteluun, viihtyisä viheralue sekä hyötypuutarha ja hyvinvointipolku.

16. Kuinka houkuttelevalta asumisvaihtoehdolta yllä kuvailtu asumisvaihtoehto kuulostaa?

- Kyllä, voisin olla kiinnostunut muuttamaan sinne tarpeen vaatiessa (esim. terveydelliset tai sosiaaliset syyt)
- Kyllä, voisin olla kiinnostunut muuttamaan sinne ennen varsinaista terveydellistä tai sosiaalista syytä/tarvetta
- En koe tätä kovin houkuttelevana vaihtoehtona

17. Halutessasi voit perustella edellistä vastaustasi:

Liite 1. Asukaskysely

18. Kuinka tärkeänä pidät seuraavia yhteiskäyttöön suunniteltuja vaihtoehtoja?

	Pidän tätä tärkeänä	En osaa sanoa	En pidä tärkeänä
Olohuone	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Keittiö ruokailutiloineen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Saunatilat	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kuntosali	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Pesutupa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Monikäyttöiset yhteistilat, jotka tarjoavat mahdollisuuden erilaisille harrasteryhmille ja asukkaiden järjestämille tapahtumille (esim. kokoukset, juhlat, ohjattu toiminta)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Lukunurkat, taukopaikat yms. käytävillä ja muilla sopivilla paikoilla	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Sisäpihalla/ulkona yhteisöllisyyttä luovia tiloja	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Henkilöauto	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jokin muu, mikä? _____	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Liite 1. Asukaskysely

19. Kuinka tärkeäksi koet, että koko kaupungin olohuone tarjoisi mahdollisuuden:

	Pidän tätä tärkeänä	En osaa sanoa	En pidä tärkeänä
Olla luonnossa	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Rauhoittumiseen/hiljentymiseen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Esteettömään liikkumiseen ulkona	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Viettää aikaa katetulla piha-alueella	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hyvinvointipolkuun, esim. historian muisteluun tai aivojumppaan	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Muiden ihmisten tapaamiseen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Eri sukupolvien kohtaamiselle	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Lihassoiman harjoitteluun	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kaverikoira- toimintaan tai muiden eläinten hoitamiseen	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Hyötypuutarhaan, jossa kasvien viljelyä	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Ohjattuun puisto- jumppaan	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Musiikin harrastamiseen (esim. puistomusiikki, konsertti)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Pihapeleihin (esim. pihashakki tai petankki)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Jokin muu, mikä?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

20. Millaisia muita terveisiä sinulla on kaupungin työntekijöille asumisen suhteen?

