

TYÖPAKETTI 1

Kaivannonpuiston muistiystävälliset teematyöpajat

KAIVANNONPUISTO IKÄ- JA MUISTIYSTÄVÄLLINEN
PUISTOYMPÄRISTÖ -HANKE 1.4.2023–31.1.2024





Sisällys

1 JOHDANTO

2 TAUSTA

- 2.1 Kaivannonpuisto ja Penttilän alue
- 2.2 Ikä- ja muistiystävällinen yhteistyö Kaivannonpuistossa

3 MUISTIYSTÄVÄLLISET TYÖPAJAT – TAVOITTEET JA TOTEUTUS

- 3.1 Yhteissuunnittelua ja osallisuutta
- 3.2 Neljä teematyöpajaa

4 TEEMATYÖPAJAT 1–4

- 4.1 Johdatus muistiystävälliseen ympäristöön, taustat ja perustelut – Työpaja 1
- 4.2 Kognitio ja toiminnallisuus muistiystävällisessä puistoympäristössä – Työpaja 2
- 4.3 Äänimaailma muistiystävällisessä puistoympäristössä – Työpaja 3
- 4.4 Muistiystävällisen puistoympäristön teknologia – Työpaja 4

5 PALAUTE JA ARVIOINTI



1 JOHDANTO

Kaivannonpuiston ikä- ja muistiystävällisen puistoympäristön suunnittelun keskeisen osa-alueen muodostivat teematyöpajat, joita järjestettiin neljä. Teemat olivat 1) johdatus muistiystävälliseen ympäristöön, taustat ja perustelut, 2) kognitio ja toiminnallisuus muistiystävällisessä puistoympäristössä, 3) äänimaailma muistiystävällisessä puistoympäristössä ja 4) muistiystävällisen puistoympäristön teknologia.

Työpajojen tavoitteena oli ensinnäkin tuottaa tiedollista ymmärrystä muistiystävällisyyden käsitteestä, miltä pohjalta voidaan käytännössä toteuttaa Kaivannonpuiston muistiystävällisyyttä. Toisekseen työpajojen tarkoituksena oli vahvistaa muistisairautta sairastavien Muistiaktiivien ääntä ja lisätä monialaista yhteistyötä muistiystävällisen yhteiskunnan rakentamiseksi.

Tässä raportissa (työpaketti 1) kuvataan Kaivannonpuiston tausta sekä esitellään työpajojen tavoitteet, toteutus ja tuotokset.



2 TAUSTA

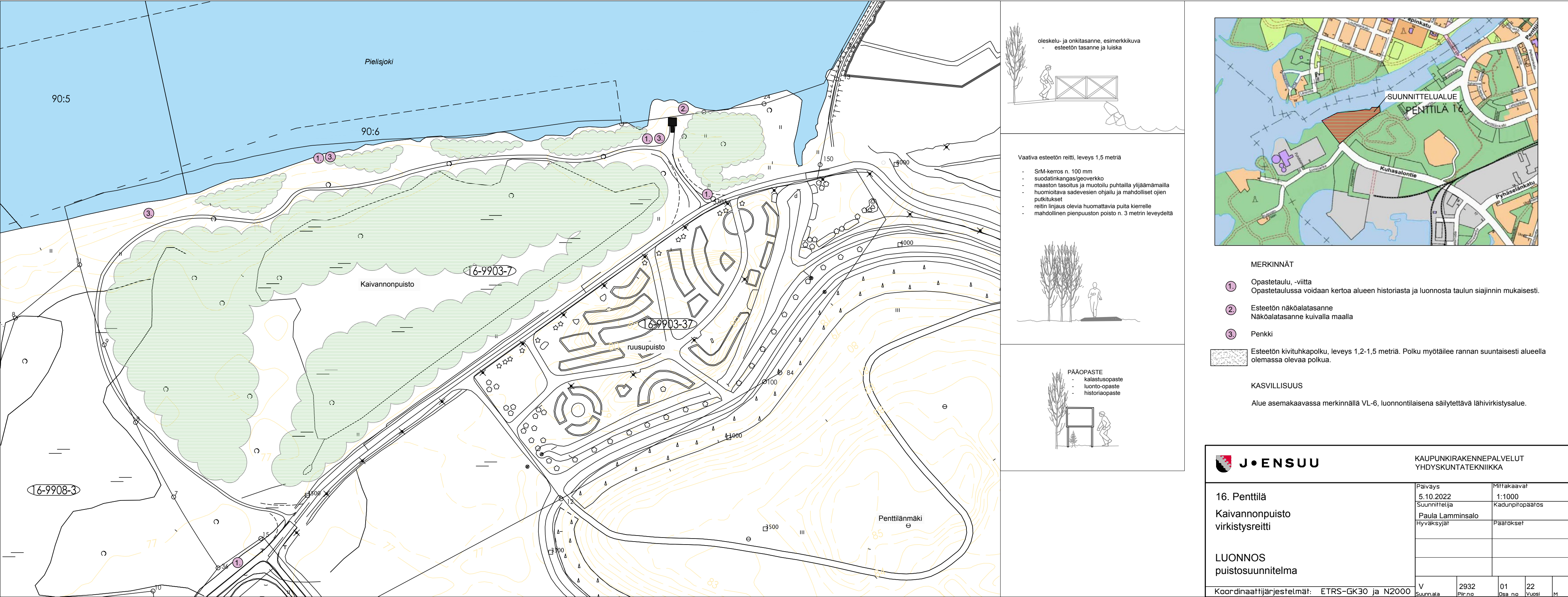
2.1 Kaivannonpuisto ja Penttilän alue

Kaivannonpuisto sijaitsee Joensuussa Penttilänrannassa Pielisjoen varrella. Sahat ja sahojen tulipalot leimaavat Penttilän alueen historiaa. Ensimmäinen höyrysaha valmistui Penttilään vuonna 1871, ja sahoista viimeisin lopetettiin vuonna 1988. Myöhemmin vuonna 1996 autiona seisonut saha paloi, ja sen jälkeen kaikki saha-alueen rakennukset purettiin. (Joensuun kaupunki 2023.)

Penttilän kaupunginosassa aloitettiin myöhemmin laaja ja monivaiheinen aluerakentamishanke. Asemakaavaluonnoksessa esitettiin, että rakennetun ympäristön vastapainoksi osa alueesta oli merkittävä viheralueiksi. Kaivannonpuiston näkökulmasta merkille pantavaa on se, että rakennetuille alueille sijoittuvat viheralueet ovat kaavan mukaan rakennettuja puistoja samalla, kun alueen reunoilla sijaitsevat viheralueet, kuten esimerkiksi Kaivannonpuisto, ovat lähempänä luonnonmukaista aluetta.

Kaivannonpuiston suunnittelun lähtökohtia linjasi jo alun alkaen myös Joensuun kaupungin ympäristönsuojelun lausunto asemakaavaluonnokseen. Kaupungin ympäristösuojelu huomautti lausunnossaan, että Kaivannonpuiston alueella on erityisiä luontoarvoja. Viitasammakon elinympäristöt olivat tuhoutuneet maaperän puhdistamistoimien takia, mutta Kaivannonpuiston jättäminen luonnontilaan avaisi kuitenkin mahdollisuuksia lajin säilymiseen alueella. (Joensuun kaupunki 2011.)

Joensuun kaupungin kaupunkirakennepalveluiden puistosuunnitelmaluonnoksessa 5.10.2022 Kaivannonpuisto kuvataan 0,5 kilometrin mittaiseksi luonnontilaiseksi lähivirkistysalueeksi. Kaivannonpuisto on luokiteltu vaativan esteettömäksi luontoreitiksi, joka on fyysisesti vaativampi kuin esteetön luontoreitti. Reittipohja voi olla pehmeä, ja sillä voi olla juuria ja kiviä. Kaivannonpuiston ajatus pohjautuu luonnonmukaisuuteen niin, että esimerkiksi rantaa raivataan mahdollisimman vähän. (Joensuun kaupunki 2022.)



Kuva 1. Kaivannonpuiston puistosuunnitelmaluonnos. 2022. Joensuun kaupunki

Kaivannonpuiston sijaintia voi luonnehtia keskeiseksi virkistysalueeksi, jonne on helppo tulla rantaraitteja ja Ylisoutajansiltaa pitkin.

2.2 Ikä- ja muistiystävällinen yhteistyö Kaivannonpuistossa

Ikä- ja muistiystävällisen Kaivannonpuiston puistoympäristön alkusanat lausuttiin muistiystävällisen yhteiskunnan kehittämiseen liittyvässä osaamisyhteisön tapaamisessa Karelia-ammattikorkeakoulussa syyskuussa 2022. Osaamisyhteisö on osa Karelia-ammattikorkeakoulun ikäystävällisen yhteiskunnan kehittämis-kokonaisuutta. (Karelia 2023.) Yhteisöön osallistuu pohjoiskarjalaisia Muistiaktiiveja, muistityön asiantuntijoita ja kouluttajia. Lisäksi yhteisössä vierailee eri alojen asiantuntijoita.

Syyskuun 2022 tapaamisessa oli kutsuttuna mukana Joensuun kaupungin kaupungininsinööri Tero Toivanen. Tapaamisessa keskusteltiin muistiystävällisen ympäristön osatekijöistä sekä arvioitiin Joensuun kaupungin muistiystävällisyyttä. Todettiin yhteisesti, että Joensuussa on edistetty esteettömyyttä jo pitkään, mutta muistiystävällisyys on erityisenä näkökulmana ollut vielä vähän esillä. Keskustelussa syntyi aloite edistää syntyi aloite edistää muistiystävällistä

Joensuuta. Suunnitteilla ollut Kaivannonpuisto tarjosi yhteiseen kehittämiseen sopivan alustan. Alue oli jo alun perin määritelty kaavassa luonnonmukaiseksi viheralueeksi, jota muokataan ja raivataan mahdollisimman vähän.

Osaamisyhteisössä todettiin, että Joensuun kaupunki rakentaa Kaivannonpuiston joka tapauksessa tulevana kesänä 2023. Ikä- ja muistiystävällisen puistoympäristön luomiseen tarvitaan monialaisen asiantuntemuksen lisäksi myös Muistiaktiivien eli muistisairauteen sairastuneiden osallistumista. Ilman Muistiaktiivien kokemusta ja näkemystä muistiystävällisiä ympäristöjä ei ole mahdollista luoda.

Joensuun kaupunki oli budjetissaan varautunut Kaivannonpuiston infran rakentamiseen. Puiston muistiystävällisten osatekijöiden suunnittelua ja toteuttamista varten päätettiin hakea kehittämishankerahoitusta. Karelia-ammattikorkeakoulu laati yhdessä Joensuun kaupungin ja Pohjois-Karjalan Muisti ry:n kanssa hankesuunnitelman ikä- ja muistiystävällisen puistoympäristön kehittämisestä Kaivannonpuistoon.

Hanketta hallinnoi Karelia-ammattikorkeakoulu, ja hankkeen kokonaisbudjetti oli 49 755 euroa. Pohjois-Karjalan maakuntaliitto myönsi hankkeelle AKKE-määrärahasta (alueiden kestävän kasvun ja elinvoiman tukeminen) rahoitusta 39 804 euroa. Ammattikorkeakoulu ja Pohjois-Karjalan Muisti ry osallistuivat hankkeen omarahoituksella.

LÄHTEET

- Joensuun kaupunki. 2022. Kaivannonpuiston puistosuunnitelmaluonnos. <https://www.joensuu.fi/documents/144181/19447736/Kaivannonpuisto%2C+virkestysreitti.pdf/c89e161e-ff95-4d36-beb8-56c09304168b?version=1.0> 15.5.2023.
- Joensuun kaupunki. 2011. Penttilänrannan 1. asemakaavamuutos. Kaavaselostus. Kaavoitusohjelman työ nro 1566 (9.2.2011, täydennetty 23.3.2011). https://www.joensuu.fi/documents/144181/19271422/1566_sel_tekstiosa_selostus.pdf/0a87d257-9efc-e5c3-9193-9d29be792ef6?version=1.0 20.9.2023.
- Joensuun kaupunki. 2023. Penttilänranta. <https://www.joensuu.fi/penttilanranta?inheritRedirect=true> 29.9.2023.
- Karelia-ammattikorkeakoulu. 2023. Ikäystävällisyys. <https://ikaosaaminen.karelia.fi> 28.9.2023.



3 MUISTIYSTÄVÄLLISET TYÖPAJAT – TAVOITTEET JA TOTEUTUS

3.1 Yhteissuunnittelua ja osallisuutta

Monialainen, moniammatillinen ja moniääninen yhteissuunnittelu oli ikä- ja muistiystävällisen puistoympäristön suunnittelun ja kehittämisen ytimessä. Kaivannonpuiston suunnittelussa ja kehittämisessä lähdettiin väljästi tutkimuksellisen kehittämistoiminnan viitekehyksestä. Toikon ja Rantasen (2009, 9–10) ajatusta mukaillen suunnittelua lähestyttiin toimijoiden osallisuuden, tiedontuotannon ja kehittämisprosessin näkökulmista.

Muistiaktiivit olivat puistoympäristön suunnittelussa keskeinen osallistujaryhmä, sillä kyse on muistiystävällisen ympäristön edistämisestä. Osallisuus oli työpajojen johtava eettinen periaate. Tiedetään, että ihmisellä on nähdä ja kuulla tulevaisuuden tarve. Hän haluaa osallistua tärkeiksi kokemiansa asioiden

edistämiseen ja haluaa kuulua ”porukkaan”. Kokemus osallisuudesta lisää sekä omaa että yhteisön hyvinvointia ja elinvoimaa. (Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2023.)

Kaikki työpajoihin osallistuneet olivat oman alansa asiantuntijoita, muun muassa muisti-osaamisen asiantuntijoita, puistorakentamisen ja puutarha-alan osaajia sekä kouluttajia, opiskelijoita ja projektikehittämisen ammattilaisia. Lisäksi työpajoihin osallistui erityisosajia muun muassa esteettömyyden, neuropsykologian, äänimaailman ja teknologian alalta.

Työpajatyöskentelyn tavoitteena oli ensinnäkin koota tietoa muistiystävällisyydestä ja erityisesti muistiystävällisestä ympäristöstä: mitä muistiystävällisyydellä tarkoitetaan, miksi muistiystävällisyyttä tarvitaan sekä millaisia kokeiluja ja kokemuksia muistiystävällisestä ympäristöstä on meillä ja muualla.

Toiseksi työpajoilla luotiin yhteistä ymmärrystä puistoympäristön muistiystävällisyydestä. Pohdittiin, mikä tiedosta on käyttökelpoista ja sovellettavaa sekä millaisia mahdollisuuksia ja rajoituksia fyysinen ympäristö ja rakentamisen aikataulu asettavat. Tarkoituksena oli tuottaa uutta osaamista ja sellaisia ideoita ja konkreettisia esityksiä, joita voidaan sekä hyödyntää ja ottaa käyttöön Kaivannonpuistossa että hyödyntää muistiystävällisten ympäristöjen rakentamisessa myös myöhemmin.

Keskusteluissa tasapainoiltiin erilaisten intressien ja näkökulmien ja toisaalta myös villien ideoiden ja realismin välimaastossa. Työpajat antoivat samalla eri toimijoille mahdollisuuden tutustua toisiinsa ja oppia yhdessä, mikä muodostaa yhteisen tekemisen perustan.

Hankkeen lähtökohta oli ikä- ja muistiystävällisyys, mutta työskentelyä kohdennettiin ja tarkennettiin erityisesti muistiystävällisyyteen. Muistiystävällisyyden edistämiseen liittyy erityisyyttä, jota ikäystävällisyys ei laajempaan ajattelun viitekehyksenä tavoita. Jatkossa täs-

sä raportissa käytetään muistiystävällisyyden käsitettä.

Kaivannonpuiston lähtötilanne oli hankkeen aikataulun näkökulmasta jännittävän kireä, sillä hankkeen alkaessa puistoalueen rakentaminen oli jo lähdössä liikkeelle. Muistiystävällisyyden näkökulmasta hankkeen vaiheistus kulki siten osittain eri tahtia. Puiston rakentamissuunnitelmat ja -aikataulu olivat kaupungilla jo valmiina, kun muistiystävällisyyden elementtejä alettiin hankkeen rahoituspäätöksen myötä vasta pohdita työpajoissa.

3.2 Neljä teematyöpajaa

Neljä teematyöpajat toteutettiin Karelia-ammatikorkeakoulussa touko-kesäkuussa 2023 tiiviillä tempolla. Aikatauluun vaikuttivat kevään konkreettinen eteneminen ja rakentamisen aikataulu Kaivannonpuiston maastossa.

Työpajojen tavoitteena oli sanoittaa muistiystävällisyyttä, miten muistiystävällisyyttä perustellaan, miten muistiystävällisyyttä voidaan käytännössä toteuttaa sekä miten muistiystä-

vällisyys tarkentuu konkreettisesti Kaivannonpuiston puistoympäristössä. Työpajatyöskentely tuotti sekä tiedon että kokemuksen pohjalta muistiystävällisiä ideoita ja konkreettisia esityksiä, joiden käytännön toteutusmahdollisuuksia käytiin yhdessä läpi.

Työpajojen teemat olivat

- Työpaja 1: Johdatus muistiystävälliseen ympäristöön
- Työpaja 2: Kognitio ja toiminnallisuus puiston suunnittelun lähtökohtina
- Työpaja 3: Äänimaailma kognition tukena
- Työpaja 4: Ikä- ja muistiystävällisen puistoympäristön teknologia

Työpajoihin kutsuttiin Muistiaktiiveja ja muistityön asiantuntijoita, ja heitä oli mukana kaikissa työpajoissa. Suuri osa heistä osallistui kaikkiin neljään työpajaan. Lisäksi kuhunkin työpajaan kutsuttiin teeman mukaan eri asiantuntijoita.



Myös opiskelijoita osallistui muutamiin työpajoihin. Työpajoihin osallistui 15–25 henkilöä, joista osa oli läsnä, osa etänä. Työpajojen tiivis rytmitys piti yllä aktiivista vireyttä ja loi työskentelyyn hyvää jatkuvuutta. Kolme neljästä työpajasta toteutettiin hybridinä, jolloin osallistuminen mahdollistui myös maakunnasta. Samalla myös tietous muistiystävällisestä ympäristöstä levisi laajemmalle. Kutsut työpajoihin lähetettiin lyhyellä aikataululla, ja etätyöpajan sijoittaminen työkalenteriin onnistui monella osallistujalla helpommin kuin läsnäoloa edellyttävä työpaja. Etätyöpajojen teknisessä toteutuksessa oli ajoittaisia pulmia muun muassa äänen kuuluvuudessa. Samoin keskinäinen vuorovaikutus ja yhteinen ideointi jäivät hybriditoteutuksessa väistämättä vähäisemmäksi kuin lähityöpajoissa.

Työpajojen keskustelut dokumentoitiin, ja osassa työpajoja myös osallistujia valokuvattiin ja videoitiin. Osallistujat allekirjoittivat kuvausluvut.

Kaikki työpajat noudattivat samaa rakennetta, johon sisältyi erityisasiantuntijoiden val-

misteltuja alustuksia, osa etänä, osa läsnä, sekä pienryhmätyöskentelyä ja keskustelua. Keskustelu oli poikkeuksetta aktiivista ja innostunutta. Työpajojen kesto oli kolme tuntia. (Liite 1 Teematyöpajat)

Seuraavaksi esitellään työpajoittain alustusten keskeiset sisällöt sekä työryhmätyöskentelyjen ja keskustelujen anti. Alustajien esitysten loppuun on merkitty keskeiset lähteet sekä esimerkkejä aineistoista lisätutustumista varten. Kognitiivisen saavutettavuuden vuoksi työpajojen teemat ja sisällöt pyritään kuvaamaan selkeästi ja nostamaan esille nimenomaan ja erityisesti muistiystävällisyyden näkökulmasta keskeiset teemat.

LÄHTEITÄ JA LISÄAINEISTOA

- Terveiden ja hyvinvoinnin laitos THL. 2023. Osallisuuden edistäjän opas. Ohjaus 10/2023. <https://www.julkari.fi/handle/10024/146717> 13.9.2023.
- Toikko, T. & Rantanen, T. 2009. Tutkimuksellinen kehittämistoiminta. Näkökulmia kehittämisprosessiin, osallistamiseen ja tiedontuotantoon. Tampere: Tampereen yliopistopaino Oy – Juvenes Print.

4 TEEMATYÖPAJAT 1–4

4.1 Johdatus muistiystävälliseen ympäristöön, taustat ja perustelut

Työpaja 1

Johdatus muistiystävälliseen ympäristöön,
taustat ja perustelut

ma 15.5.23 klo 9.00–12.00, webinaari

Ohjelma

- 9.00 **Puistoarkkitehtuuri terveyden ja hyvinvoinnin näkökulmasta**
- Laura Arpiainen, professori, Aalto-yliopisto, Aalto-yliopiston terveyden ja hyvinvointialan arkkitehtuurin professori ja Sotera-tutkimusryhmän johtaja
- 10.15 **Viheralueiden ikä- ja muistiystävällisyys**
- Raija Rappe, vanhempi tutkija, Ikäinstituutti
- 11.00 **Ikääntyneiden asuminen ja asuinympäristöt**
- Raija Hynynen, asuntoneuvos, ympäristöministeriö



Työpaja 1:n teema oli johdatus ikä- ja muistiystävällisen ympäristön taustoihin ja perusteluihin. Tutkimusten valossa pohdittiin luonnon ja viheralueiden merkitystä ikääntyvälle ja/tai muistisairautta sairastavalle ihmiselle sekä tutustuttiin kansallisiin ja kansainvälisiin esimerkeihin ikä- ja muistiystävällisistä ympäristöistä.

Seuraavassa esitetään kunkin alustuksen keskeiset näkökulmat.

Puistoarkkitehtuuri terveyden ja hyvinvoinnin näkökulmasta

Laura Arpiainen, professori

Aalto-yliopisto

Julkisten tilojen pitää palvella kaikkia eikä ketään saa sulkea yhteiskunnan ulkopuolelle. Yhteisesti käytetyt julkiset tilat parantavat yhteisöllisyyttä ja tukevat ikääntyvien ihmisten omatoimisuutta ja itsenäisyyttä.

Kaikille hyvä ja sopiva tila ei ole keneltäkään pois. Ikä- ja muistiystävällinen ympäristö pitää sisällään inklusiivisen, syrjimättömän ja osallistavan ajattelun ja toimintatavan.

Ikäystävällisen puiston elementtejä ovat muun muassa

- puiston sijainti on keskeinen ja houkutteleva, se on saavutettava ja esteetön
 - alueelle on helppo tulla, se on helppo hahmottaa, se tuo tuttuja asioita mieleen
-
- ympäristöstä löytyy sekä yksityisiä että yhteisöllisiä alueita
 - on valinnan mahdollisuutta, toisaalta hiljaisuutta ja rauhaa, toisaalta yhteisiä oleskelupaikkoja, yhteisöllisyyttä ja vuorovaikutusta
-
- alue mahdollistaa erilaisia, monenlaisia aktiviteetteja
 - löytyy yllätyksiä, jotka piristävät ja tuovat uutta ajattelua
 - ympäristö on viihtyisä ja esteettinen ja synnyttää aistillista iloa
-
- luo turvallisuuden tunnetta, alueen voi kokea omana
-
- alue tukee kestävästä kehitystä

LÄHTEITÄ JA LISÄAINEISTOA

- Juutistenaho, O. 2021. Making a neighbourhood memory-friendly. The case of Tammela, Tampere, Finland. <https://aaltodoc.aalto.fi/handle/123456789/110440>
- Joensuu, M. 2020. Yhteyksiä – Ikäystävällisen puiston ideasuunnitelma Kurikan jokirantapuistoon. <https://aaltodoc.aalto.fi/handle/123456789/44821>

Viheralueiden ikä- ja muistiystävällisyys

Raija Rappe, vanhempi tutkija

Ikäinstituutti

Luonnolla ja yhteydellä luontoon on monia kiistämättömiä hyvinvointivaikutuksia. Luonto ylläpitää ja edistää hyvinvointia, terveyttä ja toimintakykyä. Se voi pienentää sairauksien ja kuoleman riskiä. Tutkimusten mukaan (Broekhuizen ym. 2013, McMahan & Estes 2015) iäkkäiden ihmisten luontokokemusten yhteys hyvinvointiin on muihin aikuisiin verrattuna vahvempi ja yhtenäisempi.

Luonto herättää myönteisiä tunteita, ja luontokokemus virittää pystyvyyden tunnetta. Näin on todettu olevan erityisesti muistisairaiden ja masentuneiden iäkkäiden ihmisten kohdalla.

Luontokokemus voi muun muassa

- rauhoittaa ja lievittää stressiä
- kohentaa mielialaa
- tukea tiedonkäsittelytoimintoja
- lisätä fyysistä aktiivisuutta
- edistää osallisuutta, yhteisöllisyyttä ja sosiaalista vuorovaikutusta

Elinympäristön olosuhteet vaikuttavat myös elintoimintoihin. Muutoksia sisältävässä elinympäristössä aistit säilyvät paremmin verrattuna esimerkiksi hoitokodin huoneen muutumattomaan sisätilaan. Mieluisat yllätykset ovat tärkeitä. Moniaistinen elämys voi palautua yhdenkin aistin kautta. Erityisesti tuoksuilla

on vahva vaikutus. Aistittavat ominaisuudet synnyttävät tunnevasteita, joiden perusteella ympäristöä havainnoidaan ja tulkitaan.

Toiminnalliset mahdollisuudet määrittävät ja ohjaavat liikkumista ja tekemistä, siksi on tärkeää, että alueella on ”toimintatarjoumia” oma-aloitteiseen toimintaan. Toisin sanoen alueella on erilaisia paikkoja, jotka herättävät kiinnostuksen tai mielikuvia, tunteita ja muistoja. Kun alue tarjoaa myös rutiineja sekä tukee taitojen säilymistä, se lisää aktiivisuutta ja pystyvyyden tunnetta. Tällaiset onnistumiset tuottavat hallinnantunteita ja ovat samalla voimavara myös läheiselle.

Muistisairautta sairastavan ihmisen herkkyys ympäristön piirteille ja aistitiedolle kasvaa, kun sairaus etenee ja tiedolliset toiminnot



heikentyvät. Muistisairautta sairastavat ihmiset tarvitsevat runsaasti välitöntä aistitietoa ympäristöstä ja aistivirikkeillä voidaan muun muassa tukea orientaatiota.

Yhteenvetona muistiystävällisestä ympäristöstä

- esteetön, turvallinen ja esteettinen ympäristö houkuttelee liikkumaan ja on hyvä mielelle
- herättää myönteisiä tunnetiloja ja tuntuu turvalliselta
- on tuttu, muttei tylsä, on vaihteleva, muttei sekava
- on tiedollisesti tasapainoinen, ei yli- eikä alikuormita
- on selkeä rakenne, on siisti
- mahdollistaa sekä yksinolon että yhdessäolon ja osallistumisen

LÄHTEITÄ JA LISÄAINEISTOA

- Broekhuizen, K., de Vries, S.I & Pierik, F.H. 2013. Healthy aging in a green living environment: a systematic review of the literature. Behavioural and Societal Sciences. TNO report. TNO 2013 R10154. https://www.researchgate.net/publication/329935710_Healthy_aging_in_a_green_living_environment_a_systematic_review_of_the_literature. 14.9.2023.
- Jolanki, O., Leinonen, E., Rajaniemi, J., Rappe, E., Räsänen, T., Teittinen, O., Topo, P. 2017. Asumisen yhteisöllisyys ja hyvä vanhuus. Valtionneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisusarja 47/2017. <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/handle/10024/79913> 14.9.2023.
- Ikäinstituutti. 2023. Ikäystävälliset liikkumisympäristöt ja liikuntapuistot. <https://www.ikainstituutti.fi/ikaystavalliset-liikkumisymparistot> 12.9.2023.
- Ikäinstituutti. 2023. Muisti- ja ikäystävällisyyttä asuinympäristöihin. <https://www.ikainstituutti.fi/muisti-ja-ikaystavallisyutta-asuinymparistoihin-pikaopas> 10.10.2023.
- Ikäinstituutti. 2023. Turvallisuus. <https://www.ikainstituutti.fi/turvallisuus> 10.10.2023.
- Rajaniemi, J. & Rappe, E. 2020. Ikäystävällisyyden edistäminen asuinalueilla ja taajamissa. Ympäristöministeriön julkaisuja 2020:2. Helsinki: Ympäristöministeriö. http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162050/YM_2020_2.pdf?sequence=1&isAllowed=y 10.10.2023.
- Rappe, E., Rajaniemi, J. & Topo, P. 2020. Hyvä asuminen muistisairaana. Gerontologia, 34(2), 135–154. <https://doi.org/10.23989/gerontologia.84947> 10.10.2023.
- Rappe, E., Kotilainen, H., Rajaniemi, J. & Topo, P. 2018. Muisti- ja ikäystävällinen asuminen ja asuinympäristö. Ympäristöopas 2018. Helsinki: Ympäristöministeriö. <http://urn.fi/URN:ISBN:978-952-11-4806-4> 10.10.2023.
- Rappe, E., Kotilainen, H., Rajaniemi, J. & Topo, P. 2018. Muisti- ja ikäystävällisyyttä asuinympäristöihin. Opas. Helsinki: Ikäinstituutti & Ympäristöministeriö. https://www.ikainstituutti.fi/content/uploads/2018/11/Muisti-ja-ika%CC%88ysta%CC%88va%CC%88llinen-ympa%CC%88risto%CC%88-pikaopas_www.pdf 10.10.2023.
- Rappe, E. & Rajaniemi, J. 2021. Turvallinen asuinalue ikääntyneille. Ympäristöministeriön julkaisuja 2021:10. Helsinki: Ympäristöministeriö. <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/handle/10024/162877> 10.10.2023.



Ikääntyneiden asuminen ja asuinympäristöt

Raija Hynynen

Ikääntyneiden asumisen ja asuinympäristöjen suunnittelu ja edistäminen pohjautuvat Maailman terveysjärjestön WHO:n Age-Friendly Cities (WHO 2007) ja Design for All -ajatteluun. Tämän mukaan ns. paikallaan vanheneminen on ikäystävällistä, tutussa ympäristössä vanhenemista. Ikäystävällisen asumisen tai asuinympäristön suunnittelu voi kuitenkin koskea täysin uutta ympäristöä tai olla vanhan parantamista.

LÄHTEITÄ JA LISÄAINEISTOA

- Ikäinstituutti. Vie vanhus ulos. 2021. <https://www.vievanhusulos.fi/wp-content/uploads/2019/09/Luontoretken-tarkistuslista-2021.pdf> 12.10.2023.
- Ikääntyneiden asuminen. 2023. Ympäristöministeriö. <https://ym.fi/ikaantyneiden-asuminen> 12.10.2023.
- Ikääntyneiden asumisen toimenpideohjelma 2020–2022. 2023. Ympäristöministeriö. <https://ym.fi/ikaantyneiden-asuminen-2020-2022> 10.10.2023.

Keskeisiä näkökulmia ikääntyneiden asuinympäristön suunnitteluun ja kehittämiseen ovat muun muassa:

- viheralueiden merkitys ikääntyville ihmisille
- aistittavuus ja toiminta alueella
- alueen rakenne, kulkuväylät, oleskelu- ja lepopaikat, valaistus, värit
- kasvien turvallinen käyttö alueella

- Sosiaali- ja terveysministeriö. 2023. Kansallinen ikäohjelma. Poikkihallinnollinen ohjelma 2020–2030. 2023. <https://stm.fi/ikaohjelma> 10.10.2023.
- Vanhustyön keskusliitto. 2023. Asumisen aineistopankki. <https://www.vanheneminen.fi/asuminen> 13.10.2023.

Työpaja 1: ryhmätyöt ja keskustelut

Alustusten yhteydessä ja pienryhmissä käytiin vilkasta keskustelua. Osallistujat nostivat esille muun seuraavia huomioita:

Luonnolla, viherympäristöllä, luontonäkymällä ja luonnonvalolla on paljon terveysvaikutuksia, esimerkiksi stressi vähenee, unen laatu paranee, verenpaine laskee, ahdistus vähenee, kipu vähenee.

Avainsanoja ovat esteettömyys, aistillinen tila, kasvillisuus ja väriterapia. Värit rauhoittavat ja stimuloivat.

Puistonäkymä muuttuu vuorokaudenajan ja vuodenajan mukaan. Muutos näkyy luonnossa, esimerkiksi vaahtera muuttuu eriväriseksi. Tämä pitää aikaorientaatiota yllä. Aistit on hyvä ottaa eri vuodenaikoina huomioon. Äänet tuovat jo paljon aistittavaa ilman tekemistäkin.

Ilmastonmuutos vaikuttaa ikääntyvien elämään niin, että entistä enemmän tarvitaan vilvoittavia tiloja ja levähdyspaikkoja.

Alueella tulee olla elämystä, koettavaa ja yllätyksellisyyttä, mutta myös tuttua ja turvallista. Luonto itsessään tarjoaa yllätyksiä.

Puiston käyttäjät ovat todennäköisesti muistisairauden eri vaiheissa, ja silloin puiston eri elementit korostuvat.

Muistisairauden yhteydessä on otettava huomioon saavutettavuus, eksymisalttius ja turvattomuus. Oiretiedostus lisää turvattomuutta.

Kaivannonpuistossa ei ole talvihoitoa. Saavutettavuus mietityttää, jää nähtäväksi. Samoin kulkeminen, tavoittaako Kyytipoika, parkkipaikkojen riittävyys? Näitä arvioitava ensimmäinen toimintavuoden aika.

Yhteenveto työpaja 1

- ensimmäinen työpaja loi osallistujille yhteistä näkyä luonnon ja viherympäristöjen merkityksestä ihmiselle
- merkitys on ikääntyvälle ja/tai muistisairautta sairastavalle ihmiselle vielä suurempi kuin muulle aikuiselle
- ympäristön muistiystävällisyys liittyy esteettömyyteen, aistillisuuteen ja turvallisuuteen
- muistiystävällinen puisto-ympäristö ei ole tylsä, se on tuttu ja turvallinen, mutta tarjoa myös vaihtelua ja yllätyksiä
- Muistiaktiivien osallistuminen ympäristön suunnitteluun, kehittämiseen ja arviointiin on tärkeää



4.2 Kognitio ja toiminnallisuus muistiystävällisessä puistossa

Työpaja 2

22.5.2023 klo 13.00–16.00, hybridi

Ohjelma

- Kognitio ja toiminnallisuus puiston suunnittelun lähtökohtina
- Miten koemme ympäristön ja millainen ympäristö tukee meitä
- Minna Lempiäinen, neuropsykologi
- Sanna Kotisaari, neurologi
- Leena Knuuttila, toiminnanjohtaja, Pohjois-Karjalan Muisti ry.

Työpajassa 2 käsiteltiin erilaisia muistisairauksia sekä millaisia tiedonkäsittelyn pulmia eri sairaudet eri vaiheissaan voivat aiheuttaa. Mietittiin siltä pohjalta, miten muistiystävällinen puistoympäristö voi tukea tiedonkäsittelyä ja ohjata puistokokemusta. Mitä tarkoittavat kognitiivinen esteettömyys ja ymmärrettävyys puistoympäristössä?

Neuropsykologi Minna Lempiäisen esityksen pohjalta (Lempiäinen 2023.) käytiin keskustellen läpi muistisairauksien neuropsykologista taustaa. Kognitiiviset toiminnot muuttuvat muistisairauden myötä. On monia erilaisia muistisairauksia, jotka muuttavat käyttäytymistä ja kognitiivisia toimintoja eri tavalla ja tuovat mukanaan myös erilaisia motorisia oireita.

Yksinkertaistetusti voidaan sanoa, ettei ole yhtä muistisairautta, vaan on erilaisia muistisairauksia ja erilaisia oireita. Lisäksi muistisairauksien eri vaiheissa muutokset ovat erilaisia, eivätkä muistioireet ole ollenkaan aina sairauden ensimmäinen oire. Ihmiset hahmottavat ympäristöä eri tavalla, ja hahmottamiseen vaikuttaa myös sairauden vaihe. Kun kognitiiviset toiminnot muuttuvat, kyse voi olla muistamisen muodoista, visuaalisesta hahmotuksesta, puheen tuottamisesta tai toiminnanohjauksesta. Voi esiintyä myös impulsiivista käytöstä.

Alzheimerin tauti on muistisairauksista yleisin (85 % kaikista muistisairauksista). Muistin

oireina on silloin muun muassa se, että on vaikea oppia uusia asioita. Unohtaminen on nopeaa, jolloin voi olla vaikea orientoitua aikaan ja paikkaan. Voi olla vaikeuksia muistaa äsken puhuttuja ja tapahtuneita asioita, mutta menneisyyden asiat pysyvät paremmin mielessä. Voi esiintyä myös samojen asioiden toistoa.

Avaruudellisen hahmottamisen oireina voi ilmetä muun muassa suuntavaiston heikentymistä ja eksymistä. Ihminen voi pyrkiä ratkaisemaan näitä ongelmaa suosimalla samoja, tuttuja reittejä. Hankaluuksia voi ilmetä myös arkipäivän asioissa, kengännauhojen solmisessa ja pukeutumisessa tai kodinkoneiden käyttämisessä ja portaissa kulkemisessa.

Työpajan keskusteluissa ja pienryhmissä yhdistyivät teoriatieto ja arkipäivän kokemukset. Keskeinen kysymys on, miten synnytetään optimaalinen vireystila silloin, kun ihminen on muistiystävällisessä puistoympäristössä. Kaikki tiedonkäsittely lähtee hyvästä vireestä, ja silloin esimerkiksi muistaminen aktivoituu. Po-

sitiivinen tunnetila tukee tiedonkäsittelyä, ja samalla keskittymiskyky säilyy.

Tärkeitä huomioitavia asioita ovat ärsykeherkkyys ja hahmottamisen kysymykset. Kävannonpuiston polun pohja on tummanharmaa, ja märkänä se on mustaa kuin asfaltti. Tumma pohja häivyttää varjoja.

Varjot eivät kuitenkaan ole aina pahasta, vaan ne voivat virittää myös myönteisesti. Kävijä voi seurata, miten varjot vaihtelevat eri aikoina. Luonto on puistoympäristössä asia, jonka kautta vireyttä voi kasvattaa. Luonnonmukaisuus tuo hyvää oloa, ja luonto on eri vuodenaikoina aina erilainen niin värien ja varjojen kuin äänimaailmankin suhteen.

Keskustelussa käsiteltiin konkreettisesti puiston varustelua ja muun muassa opaskylttejä. Kaupungin puistorakentamisen vastuuhenkilöt ja työnjohtajat osallistuivat työpajaan, ja silloin voitiin yhdessä ja suoraan sopia rakentamisen ja varustelun seuraavista askelista.

Suunnittelu oli konkreettista, muun muassa penkit 60 metrin välein, yhteensä 9 penkkiä.

Maalataanko penkit vai ei? Jos maalataan, niin kaikki samalla värillä, koska johdonmukaisuus on tärkeää. Kiinnitetäänkö puihin värinauhoja merkiksi? Millaiset opaskyltit erityisesti yhdyskohdissa ja sisääntulossa? Fonttikoko ja värit? Opaskylttien tulee olla ytimekkäitä ja viestien lyhyitä ja selkeitä. Opaskylttien sijoittelun näkökulmasta on hyvä huomata, että katse saattaa mennä alaviistoon, jos on tasapainopulmia. Kylttien mahdollinen heijastavuus voi häiritä. Mitä selkeämpi ja mitä luonnonmukaisempi kyltti on, sitä ymmärrettävämpi se on.

Muistiystävällisen ympäristön suunnitteluun sopii ohje ”tuttu ja turvallinen, mutta sopivasti stimuloiva ja kuntouttava ympäristö”.

LÄHTEITÄ JA LISÄAINEISTOA

- **Asemaympäristön esteettömyys -suunnitteluohje.** <https://www.sujuva.info> 10.10.2023.
- **Invalidiliitto 2023. Esteettömyys.** Invalidiliitto. <https://www.invalidiliitto.fi/esteetonfi> 11.10.2023.
- **Lempiäinen, M. 2023. Muistisairauksien neuropsykologista tarkastelua.** Tausta-aineisto työpajatyöskentelyyn.

Yhteenveto työpaja 2

- ei ole vain yhtä muistisairautta
 - on useita eri muistisairauksia, jotka muuttavat käyttäytymistä, kognitiivisia toimintoja ja hahmottamista eri tavalla
 - muistisairauden eri vaiheissa ilmenee erilaisia oireita ja pulmia
 - avaruudellisen hahmottamisen oireina voi ilmetä suuntavaiston heikentymistä ja eksymistä
 - positiivinen tunnetila tukee tiedonkäsittelyä, miten se synnytetään puistoympäristössä
-
- tarvitaan konkreettista yhteissuunnittelua, jolloin tieto ja käytäntö yhdistyvät
 - suunnitellaan yhdessä puiston varustelu, opaskyltit ja viestien ymmärrettävyys sekä levähdyspaikat
 - työpajassa mukana kaikki oleelliset tahot: Muistiaktiivit, muistiosaamisen asiantuntijat ja puistorakentamisen ammattilaiset

4.3 Äänimaailma kognition tukena muistiystävällisessä puistoympäristössä

Työpaja 3

ma 29.5.2023 klo 13.00–16.00

Ohjelma

- hiljaisuus ja ääni, pysähtymisen paikat
- linnunlaulu ja ulkosoittimet, esiintymisen ja musisoinnin tila
- yhteisöllisyyden mahdollistaminen
- Paula Lamminsalo, puistosuunnittelija, Joensuun kaupunki
- Heidi Keskitalo, puutarhuri, Joensuun kaupunki
- Miia Saarinen, ohjaaja, Valo-Valmennus-yhdistys ry ja Live-säätio
- Kristiina Eemola, musiikkiterapeutti, Tahos Oy
- Kirsi Ihalainen, äänitaitelija, Kelosound Oy

Työpaja 3:n tavoitteena oli pohtia äänen ja hiljaisuuden merkitystä ihmiselle sekä muistiystävällisen äänimaailman luomista. Millaisia pysähtymisen paikkoja Kaivannonpuistoon on



mahdollista luoda ja miten eri toimintoja sijoitetaan? Miten esiintymisen ja musisoinnin tilat voivat edistää yhteisöllisyyttä? Toiminnallisessa työpajassa oli mahdollista kokeilla erilaisia soittimia.

Puistosuunnittelija Paula Lamminsalo ja puutarhuri Heidi Keskitalo kuvaavat Kaivannonpuistoa rauhallisen liikkumisen ympäristöksi. Ulkosoittimista on Joensuun kaupungilla keskusteltu jo aikaisemminkin, mutta niille ei ole ennen Kaivannonpuistoa löytynyt sopivaa paikkaa. Ulkosoittimien toimittaja on Pihaleikkiväline Oy ja alun perin soittimet tulevat Englannista (Percussio Play). Ääni on kaunis (pentatoninen 5) eikä soittimilla pysty soittamaan ”rumasti”. Ilkivalta keskusteluttaa, valvontakameroita ei ole. Jos ilkivaltaa esiintyy, tullaan jatkossa miettimään soittimille uutta sijaintia. Päiväkakkaramainen kukkasoinnin alkupäässä näkyy kävelytielle ja kutsuu tulemaan puistoon. Kaivannonpuiston vieressä on Ruusupuisto, joten risteyskohtaan syntyy ”kukkajatkumo”.

Kaivannonpuiston äänimaailmaan kuuluu rauhoitettu viitasammakko. Sen toivotaan viihtyvän ja lisääntyvän alueella. Polkua ympäröi puiden muodostama viherseinä, jonka ansiosta polku ei näy eikä kuulu viereiselle kävelytielle. Puistoympäristöön syntyy omanlaisensa maailma ja tunnelma, jota kävijät kuvaavat satumaiseksi.

Luonnon myönteiset vaikutukset

Miia Saarinen, ohjaaja

Valo-Valmennusyksikkö ry ja Live-säätiö

Miia Saarinen esitteli luonnon myönteisten vaikutusten näkökulmasta erilaisia toiminnallisia harjoitteita ja luontoavusteisia palveluita. Osallistujat virittyivät pohtimaan omaa luontosuhdettaan, olenko kevät-, kesä-, syksy- vai talvityyppi. Kuvien avulla pohdittiin mielimaailmaa. Luonnon myönteiset vaikutukset ja hyvinvointihyödyt ovat kiistämättömät. Luonto on alkuperäinen kotimme ja huikea apteekki. Luontoon ja luontosuhteeseen liittyy elvyttävyyden kokemus.

LÄHTEITÄ JA LISÄAINEISTOA

- Live-säätiö. 2023. <https://www.livesaatio.fi> 13.10.2023.
- MIELI Suomen Mielenterveysseura ry. 2015. Hyvän mielen metsäkävely. Kesä. <https://www.youtube.com/watch?v=wqasPNZd3uU> 13.10.2023.
- MIELI Suomen Mielenterveysseura ry. 2015. Hyvän mielen metsäkävely. Kevät. <https://www.youtube.com/watch?v=YAI5Ym3vgUY> 13.10.2023.
- MIELI Suomen Mielenterveysseura ry. 2015. Hyvän mielen metsäkävely. Syksy. https://www.youtube.com/watch?v=QxmREBLHI_Q 13.10.2023.
- MIELI Suomen Mielenterveysseura ry. 2015. Hyvän mielen metsäkävely. Talvi. <https://www.youtube.com/watch?v=k6sD6asKIVc> 13.10.2023.
- Valo-Valmennusyhdistys ry. 2023. <https://valo-valmennus.fi> 16.10.2023

Äänimaisemat ja äänituotteet

Kristiina Eemola, musiikkiterapeutti

Tahos Oy

Kristiina Eemola esitteli äänen ja musiikin lähtökohtia ja merkityksiä musiikkiterapeutin näkökulmasta. Musiikkiterapia on tieteeseen perustuva kuntoutus- ja hoitomuoto. Se on suunnitelmallista toimintaa eikä edellytä asiakkaalta musiikillista osaamista.

Musiikilla on monia merkityksiä. Musiikki voi toimia viihdykkeenä tai elpymisen ja elämysten lähteenä. Se voi antaa lohtua tai sen avulla voi irtautua ja purkautua jostain kokemuksesta, tunteesta tai tilanteesta. Musiikki myös edistää mielikuvatyöskentelyä. Ihmisen ikääntyessä musiikki on osa elämäntarinaa ja muistoja. Musiikki luo yhteenkuuluvuutta sekä vahvistaa minäkuvaa ja identiteettiä. Se voi vahvistaa myös itsemääräämisen ja itsehallinnan kokemista. (Musiikista ja tunteista lisää: Eerola. & Saarikallio 2010.)

Ääniympäristöä käytetään myös tietoisesti esimerkiksi luomaan viihtyisyyttä sairaalaym-

päristössä. Ääniympäristö vaikuttaa vireystilaan, ja sillä voidaan pyrkiä vaikuttamaan vaikkapa kuluttajakäyttäytymiseen.

Puistoympäristön ääniympäristöllä ei tarkoiteta sitä, että ääniärsykeitä on koko ajan. Pikemminkin pohditaan, onko jotain, joka siirtää ajatuksen itsestä ulospäin, esimerkiksi lainen liplatus. On hyvä asia, kun huomio kiinnittyy itsestä ulospäin, koska sisäinen puhe on usein negatiivista.

Keskustelussa mietittiin, milloin älylaite on äänimaailman näkökulmasta hyödyllinen, milloin ei. QR-koodia voisi esimerkiksi käyttää niin, että se ohjaisi kuuntelemaan luontoa, ei musiikkia. Polun äänimaailma voisi vaihdella, polun alkupäässä voisi olla toiminnallisempaa ja loppupäässä rauhallisempaa äänimaailmaa. Hyvät kysymykset laittavat ihmisen miettimään: mitä kuulet – kerro, mitä kuulit – mitä hiljaisuuden ääniä kuulit.

LÄHTEITÄ JA LISÄAINEISTOA

- Eerola, T. & Saarikallio, S. (2010). **Musiikki ja tunteet.** Teoksessa Louhivuori, J. & Saarikallio, S. (toim.) 2010. Musiikkipsykologia (s. 259–278). Jyväskylä: Atena Kustannus
- Tahos Oy. 2023. <https://www.tahos.fi>. 16.10.2023.

Äänimaisemat ja äänituotteet

Kirsi Ihalainen, äänitaiteilija

Kelosound Oy

Kirsi Ihalainen esitteli Kelosound Oy:n äänituotteita, jotka tuottavat mobiilisovelluksella rentouttavia äänimaisemia, äänituotteita ja -järjestelmiä mottona ”tuomme luonnon luoksesi”.

Luontoääniin liittyy positiivisia kokemuksia. Äänellä voi tuottaa elämyksiä. Kelosoundilla ääntä tuottaa soiva ja rentouttava kelopuu. Puu värisee ja soi, se ”teleporttaa” ihmisen luontoon. Yhtenä esimerkkinä voidaan mainita Saunasound, jossa seinät soivat. On myös

erilaisia äänikirjastoja ja äänimaisemia. VR:n päärautatieasemalla ja Hakaniemen metroasemalla käytetään ääniohjausjärjestelmää.

Keskustelussa pohdittiin Ideaa soivasta puistonpenkistä, joka tuottaisi spesifiä ääntä pistemäisesti. Ääni ei häiritsisi laajemmin, vaan kuuluisi vain penkin kohdalla. Kaivannonpuiston tässä vaiheessa ideaa ei ole mahdollista toteuttaa. Jää nähtäväksi, olisiko se mahdollinen jossain myöhemmässä vaiheessa joko Kaivannonpuistossa tai muualla.

LÄHTEET

• Kelosound Oy. 2023. www.kelosound.com 11.10.2023.

4.4 Muistiystävällinen ympäristö ja teknologian mahdollisuudet

Työpaja 4

ma 5.6.2023 klo 9.00–12.00, hybridi

Ohjelma

- kansainväliset esimerkit teknologisista ratkaisuista
- valaistus, ohjattu opastus esim. aivoterveelliset teot, alueen historia
- penkit, teknologiapiste (QR-koodi),
- syksyn toimintojen suunnittelua; käyttöopastus ja käyttäjäpalaute (QR-koodi)
- Cristina Andersson, Develor, Kansainväliset Ikä- ja muistiystävällisen puistoympäristön kansainväliset teknologiset ratkaisut
- Jari Huikuri, vastaava puutarhuri, Joensuun kaupunki



Ikä- ja muistiystävällisen puistoympäristön kansainväliset teknologiset ratkaisut

Cristina Andersson Develor

Cristina Andersson esitteli ikääntyvien ja muistisairaiden ihmisten käyttöön kehitettyjä teknologisia ratkaisuja. Erityisesti Japani on teknologian kehittäjänä ja käyttöönottajana edelläkävijä. Osa laitteista ja välineistä soveltuu laitospuisto- ja osa kotona asu-
misen tueksi. Osalla on sovellusarvoa myös avoimessa puisto- ja ympäristössä ja osa voi olla tulevaisuutta.

Seuraavassa esitetään kootusti Anderssonin kuvaamia erilaisia teknologisia ratkaisuja muistiystävälliseen asumiseen tai ympäristöön:

- Aistipuutarhat, aistiärsykkeet voivat herättää positiivisia tunteita ja muistoja, esimerkiksi tuoksut
- Opasteet, selkeys ja ymmärrettävyys
- Esteettömät levähdyspaikat
- Interaktiiviset näytöt, esimerkiksi alueen historiasta
- Avustavat teknologiat, esimerkiksi liikkumisen apuvälineet
- Kokeilut ja testausmahdollisuudet, teknologiatapahtumat
- Musiikki, tuttu musiikki puisto- ja ympäristössä rauhoittaa
- Robotit, kumppanirobotit, kuljetusrobotit, robottilemmikit
- Erilaiset GPS-seurantalaitteet, etävalvontajärjestelmät, tekoälykäyttöiset seuranta- ja järjestelmät
- Tietopohjainen suunnittelu analysoi käyttäjien palautetta

Ulkotiloihin soveltuvat WC-ratkaisut

Kalle Ylösjoki

Ekolet Oy

Kaivannonpuistossa ei ole WC-mahdollisuutta eikä sitä ollut kaupungin puistosuunnitelmas-
sa alun perinkään. Tällä hetkellä kaupunki ei
ole WC:tä kustannussyistä suunnitellut tule-
vaisuudessakaan. Lähin WC sijaitsee Kuhasa-
lon ulkoilualueen parkkipaikan vieressä noin
puolen kilometrin etäisyydellä. WC:n tarvetta
ovat Kaivannonpuiston suunnittelun aikana
tuoneet esille muistisairaiden ihmisten kanssa
työskentelevät ammattilaiset.

Kalle Ylösjoki esitteli Ekoletin ulkotiloihin so-
veltuvia WC-ratkaisuja. Käymälät ovat kom-
postoivia kuivakäymälöitä, jotka sopivat ulko-
tai sisäkäyttöön. Ne soveltuvat ensisijaisesti
koti- tai mökkikäyttöön. (Ekolet Oy 2023.) Kau-
pungin edustaja totesi keskustelussa, että täs-
sä vaiheessa ei ole mahdollisuuksia hank-
kia ja sijoittaa käymälää Kaivannonpuistoon.
Käymäläajatus jää jatkoideana kehiteltäväksi
Kaivannonpuistoon tai muualle.

LÄHTEET

- Ekolet 2023. <https://ekolet.com/fi> 15.10.2023.

Joensuun kaupungin näkökulma teknologisiin ratkaisuihin

Jari Huikuri

Joensuun kaupunki

Kaivannonpuiston alueella ei ole sähkölinjaa. Aurinkopaneeliratkaisu ja valaistus hämäräkytkimellä saattavat olla jossain vaiheessa mahdollisia. Alueella ei myöskään ole talvihoitoa kuten ei läheisellä Kuhasalon ulkoilualueellakaan. Kaivannonpuiston reitti on niin kapea, etteivät koneet sinne mahdu. Kuhasalossa on todettu, että siellä on niin paljon kävijöitä, että polkuja muodostuu sitä kautta luonnostaan myös talvella. Jää nähtäväksi, miten Kaivannonpuiston talvikäyttö sujuu.

Työpajassa suunniteltiin kaupungin edustajien kanssa lähestyvien avajaisten käytännön järjestelyjä, muun muassa pöydät ja teltta järjestyivät kaupungin kautta. Äänentoisto onnistui aggregaatilla ammattikorkeakoulun kautta.

Keskustelussa pohdittiin suunnitteluvaiheen aikana tulleita moninaisia ideoita puiston varustelusta ja toiminnasta. Keskeinen kysymys

mietittäväksi on se, millä asioilla on oikeasti merkitystä muistisairautta sairastavan ihmisen näkökulmasta. Ihmisen ajatuksissa liikkuu yhtä aikaa erilaisia asioita ja monia eri aikatasoja. Tätä kuvaa erään omaisen tarina. Hän kysyi sairastuneelta omaiseltaan, missä tämä oli tänään käynyt. Omainen vastasi: "Aika monessa paikassa".

Ympäristön turvallisuus ja avun saaminen hädän hetkellä nousivat keskustelussa arvioinnin ja tulevaisuuden jatkokehittämisen kohteiksi. Turvallisuutta voidaan arvioida muun muassa turvallisuuskävelyillä, joista löytyy lisätietoa sisäministeriön sisäisen turvallisuuden työryhmän aineistoista (Suomen Pelastusalan Keskusjärjestö SPEK 2023) sekä Ikäinstituutin asuin ympäristön turvallisuuden tarkistuslistasta (Ikäinstituutti 2023).

Jatkossa Kaivannonpuisto on myös osa muistiystävällisyyden vaikuttamistyötä. Puisto ympäristö kokonaisuudessaan vaikuttaa ihmisten mielikuviin muistisairauksista ja sairastuneista ihmisistä.

LÄHTEET

- Ikäinstituutti 2023. Asuin ympäristön turvallisuuskävelyn tarkistuslista. https://www.ikainstituutti.fi/content/uploads/2023/05/asuin ympäristön_turvallisuuskävelyn_tarkistuslista.pdf 12.10.2023.
- Suomen Pelastusalan Keskusjärjestö SPEK. 2023. Turvallisuuskävely, tarkistuslista <https://www.spek.fi/wp-content/uploads/2020/01/Turvallisuuskävely.pdf> 12.10.2023.

5 Palaute ja arviointi

Osallistujilta kerättiin palautetta jokaisen työpajan jälkeen. Osallistujat antoivat palautetta sekä suullisesti työpajan aikana ja jälkeen että webropol-kyselyllä kunkin työpajan jälkeen.



Muistiystävällisyyttä aiheena ja näkökulmana pidettiin mielenkiintoisena ja tärkeänä. Hybridiosallistuminen aiheutti osalle osallistujista hankaluuksia. Muuten toteutusta arvioitiin hyväksi. Alustajien esitykset olisivat osan mielestä voineet olla tahdiltaan rauhallisempia ja siten helpommin seurattavia.



Työpajan sisältö ja toteutusta pidettiin kiinnostava ja tärkeänä. Hybridiosallistuminen aiheutti ajoittain ongelmia, esimerkiksi ääni pätki välillä. Joku osallistujista hämmästyti sitä, että puisto on jo rakennettu.



Työpajan teema äänimaailma ja musiikki kiinnostivat. Myös toiminnallisuus sai kiitosta.



Kiiteltiin puistoympäristöön liittyvän keskustelun konkreettisuutta.

Yhteenvedona voidaan arvioida työpajojen onnistuneen tavoitteiltaan hyvin. Jonkin verran hankaluutta aiheutui työpajojen nopeasta suunnittelu- ja toteutusaikataulusta, joka vaikutti muun muassa alustajien rekrytointiin. Tiivis aikataulu aiheutti jossain määrin myös viestinnän vaikeuksia ja osallistujille työ- ja muita järjestelyitä. Hybridityöpajojen teknisessä toteutuksessa oli ajoittaisia pulmia muun muassa äänen kuuluvuudessa.

Teoriapainotteiset alustukset tuottivat osalle vaikeuksia, ja palautteena tuli toiveita rauhallisemmasta tahdistasta sekä kiinteämistä liittymäpinnoista käytäntöön. Yleisesti arvioiden teoria ja käytäntö olivat tasapainossa.

Palautteen perusteella voidaan arvioida, että työpajat onnistuivat molemmissa pää-tavoitteissaan: 1) koottiin olemassa olevaa tietoa muistiystävällisestä ympäristöstä ja 2) luotiin yhteissuunnittelulla ymmärrystä Kaivannonpuiston puistoympäristön muistiystävällisyydestä. Työpajoissa tuli kokemus

yhteen hiilen puhaltamisesta, uudenlaisesta oppimisen verkostosta ja keskinäisestä oppimisesta. ”Kaikki oppivat toisiltaan” -kokemus välittyi Muistiaktiiveilta, puistorakentamisen ammattilaisilta ja muistityön asiantuntijoilta. Muistiaktiiveille suunnittelutyöpajoihin osallistuminen oli vahva ja voimaannuttava kokemus siitä, että ”meitä oikeasti kuullaan, me ihan aidosti voimme vaikuttaa”.

Monialaisissa työpajoissa oli mahdollisuus suoraan vuoropuheluun Muistiaktiivien, muistiosaamisen asiantuntijoiden ja puistosuunnittelijoiden ja -rakentajien kanssa. Sovelluskelpoiset ideat, toiveet ja tarpeet voitiin ottaa heti huomioon Kaivannonpuiston rakentamisessa. Tällaisia olivat muun muassa puiston varustelu ja varusteiden sijoittelu, esimerkkeinä keinu, näköalatasanne, soittimet ja penkit. Puistoon toivottiin ”Lapsuuden kiveä” sekä käräjäkiviä, ja ne järjestyivät ongelmitta. Samoin työpajoissa käsiteltiin puiston opastusta, esimerkiksi kylttien kokoa, tekstejä ja sijoittelua. Polun pinnoitus vaihdettiin muis-

tiystävällisemmäksi tummaksi kivituhkaksi, joka varsinkin märkänä muistuttaa asfalttia ja on helppo hahmottaa metsässä. Rantaa raivattiin ja jokimaisemaa avattiin penkkien kohdalta toiveiden mukaisesti ja mahdollisuuksien rajoissa. Osa ideoista ja toiveista jäi odottamaan tulevaisuuden muistiystävällisiä ympäristöjä.

Työpajat toivat teoratietoa muistiystävällisyyden osatekijöistä, ja keskeinen kysymys oli, miten teoratiedosta edetään konkretiaan. Muistiaktiivien rooli oli merkittävä, kun kaupunkirakenneyksikön työntekijät rakensivat puistoympäristön konkretiaa. Polku teorias-ta käytäntöön oli hyvin konkreettinen, ja silloin kysyttiin, mistä muistiystävyyden polulla tunnistaa. Se tarkoittaa, mistä löytyvät tarkkailuun virittäytymisen paikat, missä kohtaa polkua ovat pysähtymisen paikat sekä miten opasteet tai luonto itsessään ohjaavat kulkijan kokemusta. Tärkeimmät oivallukset tapahtuvat kulkijan omassa päässä. Muistiystävällisyyttä ei voi suorittaa.

Työpajat toimivat samalla osana yleisen tason vaikuttamistyötä. Työpajojen viestintä, pajiin osallistuminen ja yhteiset keskustelut tekivät muistiystävällisyyden käsitettävämmäksi ja lisäsivät yleisellä tasolla muistiosaamista.

LIITE 1: KAIVANNONPUISTON TEEMATYÖPAJAT

Työpaja I, Johdatus muistiystävälliseen ympäristöön, ma 15.5.23 klo 9.00–12.00, webinaari

Tavoite

Ikä- ja muistiystävällisen ympäristön tausta ja perustelut

Osallistujat

- Ikä- ja muistiystävällisten ympäristöjen asiantuntijoita mm. Aalto-yliopistosta, Ikäinstituutista ja ympäristöministeriöstä, hankkeen osallistujia, kokemustoimijoita, ammattilaisia, opiskelijoita

Ohjelma

Alustukset

- | | |
|-------|--|
| 9.00 | Puistoarkkitehtuuri terveyden ja hyvinvoinnin näkökulmasta
Laura Arpiainen, professori, Aalto-yliopisto, Aalto-yliopiston terveyden ja hyvinvointialan arkkitehtuurin professori ja Sotera-tutkimusryhmän johtaja |
| 10.15 | Viheralueiden ikä- ja muistiystävällisyys
Raija Rappe, vanhempi tutkija, Ikäinstituutti |
| 11.00 | Ikääntyneiden asuminen ja asuinympäristöt
Raija Hynynen, asuntoneuvos, ympäristöministeriö |

Työpaja II, Kognitio ja toiminnallisuus ma 22.5.23 klo 13.00–16.00, Hybridi

Tavoite

Kognitio ja toiminnallisuus muistiystävällisessä puistossa, millä tavalla muistiystävällinen puisto tukee tiedonkäsittelyä ja ohjaa puistokokemusta

Ohjelma

- Kognitio ja toiminnallisuus puiston suunnittelun lähtökohtina
- Miten koemme ympäristön ja millainen ympäristö tukee meitä

- Minna Lempiäinen, neuropsykologi
- Sanna Kotisaari, neurologi
- Leena Knuuttila, toiminnanjohtaja, Pohjois-Karjalan Muisti ry.

Tilaisuuteen ilmoittautuminen 18.5.2023 mennessä:
<https://link.webropolsurveys.com/S/8D89A245AF94369D>

Paikka

SOTE-keskus, Tikkarinne 9, TARMOn Tupa, E251

Työpaja III, Äänimaailma kognition tukena
ma 29.5.23 klo 13.00–16.00, Tikkarinne

Tavoite

Äänimaailma ikä- ja muistiystävällisessä puistoympäristössä nyt ja tulevaisuudessa

Ohjelma

- hiljaisuus ja ääni, pysähtymisen paikat
- linnunlaulu ja ulkosoittimet, esiintymisen ja musisoinnin tila
- yhteisöllisyyden mahdollistaminen

Asiantuntijat

- Paula Lamminsalo, puistosuunnittelija, Joensuun kaupunki
- Heidi Keskitalo, puutarhuri, Joensuun kaupunki
- Kristiina Eemola, musiikkiterapeutti, Tahos Oy
- Kirsi Ihalainen, Kelosound Oy

Tilaisuuteen ilmoittautuminen 25.5.2023 mennessä:
<https://link.webropolsurveys.com/S/0838202F8C17DF2A>

Paikka

SOTE-keskus, Tikkarinne 9, Luova toiminta 1, E326

Työpaja IV, Ikä- ja muistiystävällisen puistoympäristön teknologia, ma 5.6.23 klo 9.00–12.00, Hybridi

Tavoite

Ikä- ja muistiystävällisen ympäristön teknologia

Ohjelma

- Teknologian mahdollisuudet puistoympäristön monipuolistajana nyt ja tulevaisuudessa
- valaistus, teknologiapiste (qr-koodi), ohjattu opastus esim. aivoterveelliset teot, alueen historia
 - puiston mahdollisuudet kokouskäyttöön, etäohjattuihin liikuntaryhmiin jne.
 - penkit, kivelementit ja kiikkualue
 - välineiden ja toimintojen sijoittelu
 - yhteisöllisyys, käyttöopastus

Asiantuntijat

- Jari Huikuri, vastaava puutarhuri, Joensuun kaupunki
- Elina Kerätär, projektipäällikkö, elina.keratar@lapinamk.fi
- Karelia-amk:n opiskelijat

Tilaisuuteen ilmoittautuminen 1.6.2023 mennessä:
<https://link.webropolsurveys.com/S/927B91AE072D4A28>

Paikka

SOTE-keskus, Tikkarinne 9, Luova toiminta 1, E326



Valokuvat Janne Käyhkö ja BrainyDay