

TOIMINNAN NÄKÖKULMA HONKAHARJUN PALVELUTALON PIHASUUNNIT-
TELUUN

Susanna Sepponen
Opinnäytetyö
Kevät 2012
Toimintaterapian koulutusohjelma
Oulun seudun ammattikorkeakoulu

TIIVISTELMÄ

Oulun seudun ammattikorkeakoulu
Toimintaterapian koulutusohjelma

Tekijä: Susanna Sepponen

Opinnäytetyön nimi: Toiminnan näkökulma Honkaharjun palvelutalon pihasuunnitteluun

Ohjaajat: Eliisa Niilekselä & Pirjo Lappalainen

Työn valmistumislukukausi ja – vuosi: Kevät 2012

Sivumäärä: 59 + 54 sivua liitteitä (sisältää pihasuunnitelman)

Kotipihat ja muut viherympäristöt ovat useille ikäihmisille paikkoja, jossa elämän aikana on totuttu tekemään monenlaisia tärkeitä toimintoja. Kun ikäihminen siirtyy kotoa palvelutaloon, olisi tuttujen toimintojen jatkaminen tärkeää uudessa ympäristössä hyvinvoinnin ja terveyden kannalta. Koska ympäristö luo sekä mahdollisuuksia että esteitä toimintaan osallistumiselle, nähdään ympäristöjen suunnittelu tärkeänä osana toimintaterapeuttien työtä.

Opinnäytetyöprojektissani osallistuin Kokkolan kaupungin omistaman Honkaharjun palvelutalon pihasuunnitelman laatimiseen moniammatillisessa työryhmässä. Opinnäytetyöprojektin tulosta-voitteena oli laatia pihasuunnitelma Honkaharjun palvelutalolle, ja moniammatillisessa työryhmässä roolini oli tuoda suunnitteluun toiminnan ja pihan käyttäjien näkökulma. Projektin toiminnallisena tavoitteena oli pihan käyttäjien osallistaminen mukaan suunnitteluun. Lisäksi tavoitteena oli, että suunnitelmaa käytetään pihan rakentamisessa. Pitkän aikavälin tavoitteena oli lisätä palvelutalon asukkaiden osallistumista heille merkityksellisiin toimintoihin pihaympäristössä.

Pihan käyttäjien näkökulman selvittämiseksi ja suunnitteluun mukaan ottamiseksi toteutin projektissa asukastilaisuuden, jossa menetelmänä käytin terapeutista toimintaa ryhmässä. Moniammatillisen yhteistyön tuloksena syntyi Honkaharjun palvelutalon pihasuunnitelman pohjapiirros, jonka lähtökohtana ovat pihan käyttäjille merkitykselliset toiminnot. Pohjapiirrosta täydentämään laadin Honkaharjun palvelutalon toimintalähtöisen pihasuunnitelman, jossa olen tuonut esille niitä pihan käyttäjille merkityksellisiä toimintoja, joita pihan suunnittelulla on pyritty mahdollistamaan. Lisäksi siinä on kuvailtu niitä fyysisen ympäristön ominaisuuksia, jotka mahdollistavat käyttäjien turvallista toimintaa pihalla. Pihasuunnitelmaa voidaan hyödyntää rakentamisvaiheessa, mutta lisäksi sitä voidaan käyttää mallina muitakin ikäihmisten asuinympäristöjen suunnittelussa. Myös palvelutalon henkilökunta voi hyödyntää pihasuunnitelman ehdotuksia omissa työssään esimerkiksi väli-neiden sijoittelussa tai niitä hankittaessa.

Projektista saadun kokemuksen perusteella voidaan väittää, että toimintaterapeuteilla on osaa- mista toiminnan terapeutteisesta käyttämisestä ja ryhmistä, joiden kautta niin ryhmät kuin yhteisöt-kin voidaan osallistaa ympäristöjen suunnitteluun. Toiminnan analyysin ja ympäristön mukautta- misen kautta toimintaterapeutit voivat olla kehittämässä ympäristöjä, jotka luovat ihmisille mah- dollisuuksia osallistua merkityksellisiin toimintoihin. Toiminnan näkökulma tuo ainutlaatuisen lisän ympäristöjen suunnittelu yhteistyöhön.

Asiasanat: Toiminta, ikäihminen, fyysinen ympäristö, viherympäristö

ABSTRACT

Oulu University of Applied Sciences
Degree Programme in Occupational Therapy

Author: Susanna Sepponen

Title of thesis: Occupational Perspective in the Planning of a Yard for the Elderly living in Sheltered Home

Supervisors: Eliisa Niilekselä & Pirjo Lappalainen

Term and Year when the thesis was submitted: Spring 2012

Number of pages: 59+
54 appendices

During their lives the elderly have been engaging in numerous occupations in a garden or other green environments. When the elderly move to a sheltered home, they should have the possibility to continue the occupations of their daily life. The environment provides opportunities, but it may also cause limitations and disable people. Occupational therapists design and organize environments to enable people to engage in meaningful occupations.

The purpose of the thesis was to plan a yard for a sheltered home. The short term practical aim was to include the users of the yard in the planning. The other practical aim was to create a plan, which would be used when the yard was built. The long term practical aim was to encourage the residents to engage more in the meaningful occupation in the context of the yard.

The ground plan of the yard was designed in the multiprofessional team, where my role was to bring an occupational perspective into planning. I also wrote a descriptive plan to give more precise information. To encourage the users of the yard to participate in the planning, and to gather information of their needs and desires, I arranged a social gathering where I used group work and occupation as a therapeutic tool.

The plan is based on the occupations that the users of the yard regard as meaningful. The plan includes two parts: the ground plan and the descriptive plan. The plan as a whole can be used when the yard is built. It can also be used as a model when the green environments for the elderly are planned elsewhere. The ideas of the descriptive plan can be used by the nursing staff when they organize the tools and materials in the environment to enable the residents to engage in occupation.

The experiences of the project showed that by using an activity as a therapeutic tool and the group work skills the occupational therapists can encourage individuals, groups and communities to participate in the planning of environments. The analyses of occupation and environmental adaptation are also the core skills of occupational therapists, and by using these skills the occupational therapists bring unique knowledge into the planning of environments, which promotes wellbeing, health and participation in occupation.

Keywords: Occupation, the elderly, physical environment, green environment

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ.....	2
ABSTRACT	3
1 PROJEKTIN TAUSTA JA TAVOITTEET	6
1.1 Projektin tausta.....	6
1.2 Projektin tavoitteet.....	8
2 PROJEKTIN SUUNNITTELU	11
2.1 Projektiorganisaatio.....	11
2.2 Projektin päätehtävät ja välitulokset	12
3 PROJEKTIN LÄHTÖKOHDAT.....	14
3.1 Toimintaterapian näkökulma ikäihmisten kuntoutuksessa.....	14
3.2 Ikäihminen toimijana.....	15
3.3 Ympäristöt toiminnan mahdollistajana.....	17
3.3.1 Pihaympäristön sosiaalinen ja kulttuurinen ulottuvuus	18
3.3.2 Pihaympäristön fyysinen ulottuvuus	20
3.3.3 Esteettömyys pihaympäristön institutionaalisenä ulottuvuutena.....	21
4 PROJEKTIN TOTEUTUS	24
4.1 Asiakaslähtöisyyden toteuttaminen pihasuunnittelussa.....	24
4.1.1 Asukastilaisuuden suunnittelu	25
4.1.2 Asukastilaisuuden toteutus.....	26
4.2 Pohjapiirroksen laatiminen moniammatillisessa yhteistyössä.....	27
4.2.1 Pohjapiirroksen luonnosteluprosessi	27
4.2.2 Toiminta-alueiden suunnittelu.....	29
4.3 Toimintalähtöisen pihasuunnitelman laatiminen	34
4.4 Palautelomakkeen laadinta ja palautteen kerääminen	35
5 PROJEKTIN ARVIOINTI	37
5.1 Projektin tavoitteiden saavuttamisen arviointi.....	37
5.2 Pihasuunnitelman laatukriteerien saavuttaminen	39
5.2.1 Asiakaslähtöisyys	40
5.2.2 Toimintalähtöisyys.....	40
5.2.3 Turvallisuus	42
5.2.4 Luotettavuus.....	43

5.2.5 Selkeys.....	44
5.3 Työskentelyprosessin arviointi.....	45
6 POHDINTA.....	47
LÄHTEET	51
LIITTEET	59

1 PROJEKTIN TAUSTA JA TAVOITTEET

1.1 Projektin tausta

Sosiaali- ja terveysministeriön Ikäihmisten palvelujen laatusuosituksessa (2008, 39, 43) korostetaan esteettömien, turvallisten ja viihtyisien asumis- ja hoitoympäristöjen edistämistä, jotka tarjoavat mahdollisuuksia, tukevat osallisuuteen ja mielekkääseen tekemiseen. Laatusuosituksessa muistutetaan myös pihan ja puutarhan merkityksestä hyvinvointia tukevan luontokokemuksen mahdollistajana. Tyrväisen, Silvennoisen, Korpelan & Ylenin (2007, 60, 73) mukaan viherympäristössä oleskelulla ja ulkoilulla on selkeä yhteys hyvinvointiin ja mielialaan, ja he korostavatkin viheralueiden ja esteettisten elämysten saavutettavuuden tärkeyttä. Rappen (2005, 37) tutkimuksessa viherympäristössä oleskelulla sekä kasvien- ja puutarhanhoidolla todettiin olevan mahdollisuuksia vaikuttaa palvelu- ja hoivakodeissa asuvien ikäihmisten hyvinvointiin. Myös Kivelä (2009, 134) viittaa tutkimustuloksiin, joiden mukaan luontokokemusten on todettu lievittävän ikäihmisten masennusoireita. Hän toteaaakin, että jokaisella ikäihmisellä tulisi olla mahdollisuus oleskella ulkona vähintään muutamina päivinä viikossa.

Suomalaisille luonto ja vuodenaikojen muutokset ovat tärkeitä koko elämänajan, ja aikaisemmillä sukupolvilla luonnossa liikkuminen on liittynyt vahvasti elannon hankkimiseen (Hautala, Hämäläinen, Mäkelä & Rusi-Pyykönen 2011, 78, 81). Ikäihmisen muuttaessa palvelutaloon luontoon ja ulkoiluun liittyvien toimintojen jatkaminen ei kuitenkaan ole aina mahdollista. Yhtenä syynä lienee se, että ikäihmisten asuin- ja pihaympäristöjä kuvataan usein liian hoidetuiksi, laitospäisiksi ja moderneiksi mahdollistaakseen tärkeisiin toimintoihin osallistumista. Ylipäätään ulkoilu ja luonnosta nauttiminen eivät ole vielä riittävästi osana ikäihmisten kuntoutusta. (Pikkarainen 2007b, 58.) Käytännössä tämä näkyy esimerkiksi laitosrakentamisen yhteydessä niin, että piha-alueiden osalta korostuvat helposti liikenteen, autopaikoituksen ja laajennusten tontille asettamat vaatimukset, ja asukkaiden tarpeet jäävät ottamatta huomioon (Kotilainen, Topo & Hurnasti 2008, 116).

Kun ihmisiltä evätään mahdollisuudet osallistua kulttuurisesti merkityksellisiin, terveyttä edistäviin toimintoihin, voidaan puhua toiminnallisesta epäoikeudenmukaisuudesta (Townsend & Wilcock

2004, 80). Toimintaterapia perustuu ajatukseen siitä, että toiminta vaikuttaa ihmisten hyvinvointiin ja terveyteen, ja toimintaterapeuttien pyrkimyksenä on mahdollistaa ihmisten osallistumista merkityksellisiin toimintoihin päivittäisessä elämässään (Townsend ym. 2007a, 107–108). Koska ympäristöllä ja toiminnalla on vastavuoroinen suhde, ja ympäristö vaikuttaa toiminnallisiin valintoihin ja mahdollisuuksiin, on ympäristöjen suunnittelu yksi keskeinen toimintaterapeuttien käyttämä ydintaito (Polatajko ym. 2007a, 48; Townsend ym. 2007a, 113). Ympäristöjen merkitys kuntoutuksessa tulee korostumaan enenevässä määrin painopisteen siirtyessä haittojen ehkäisyyn ja voimavarojen tukemiseen (Paatero, Lehmijoki, Kivekäs & Ståhl 2008, 50). Toimintaterapeuteilla olisikin paljon annettavaa ympäristöjen kehittämiseen (ks. Townsend, Cockburn, Letts, Thibeau & Trentham 2007b, 199).

Keväällä 2011 olin toimintaterapiaopintoihini liittyvällä harjoittelujaksolla Honkaharjun palvelutalon Vaiho-osastolla, joka tarjoaa pääasiassa lyhytaikaista hoitoa sekä hoidon- ja huolenpidon tarpeen arviointia kokkolalaisille ikäihmisille. Osastolla on 18 asukapaikkaa, ja sinne tullaan usein omaishoitajan tai omaisen levon vuoksi. Honkaharjun palvelutalo oli harjoitteluajankohtanani ollut jo pitkään saneerattavana, ja Vaiho-osasto oli saamassa uudet tilat talvella 2012. Palvelutalon esimies kertoi, että saneerauksen yhteydessä tultaisiin kiinnittämään huomiota myös piha-alueen suunnitteluun, joka toteutettaisiin palvelutalon esimiehen ja suunnittelijahortonomin yhteistyönä. Palvelutalon esimiehellä oli ajatus pihasta, joka voisi toimia eri sukupolvien kohtaamispaikkana.

Myös toimintaterapiassa kiinnostuksen kohteena on aina ihmisten osallistuminen oman yhteisönsä päivittäiseen elämään sekä yhteiskuntaan (ks. Townsend ym. 2007b, 155). Uskoin pihan suunnittelun olevan oivallinen keino toiminnallisen oikeudenmukaisuuden edistämiseksi ja tiedustelinkin mahdollisuuksistani osallistua opinnäytetyöni puitteissa piha-alueen suunnitteluun. Lisäksi tulevassa ammatissani olen kiinnostunut luonnosta ja viherympäristöistä terapeuttisena kontekstina. Toimintaterapian näkökulma nähtiinkin tärkeänä lisänä moniammatilliseen yhteistyöhön. Ehkä se otettiin innostuneesti vastaan myös siitä syystä, että Honkaharjun palvelutalon pihasuunnitelma oli ensimmäinen ikäihmisten palvelutaloympäristöön laadittu pihasuunnitelma Kokkolassa.

Pihasuunnittelu on perustunut asiakaslähtöiseen lähestymistapaan, johon on liittynyt sekä pihan käyttäjien tarpeiden ja toiveiden selvittäminen, että pyrkimys edistää heidän osallisuuttaan suunnitteluprosessissa. Tämän tavoitteen saavuttamiseksi olen hyödyntänyt toimintaterapeuttien erityistä osaamista ryhmän ohjaamisesta sekä toiminnan käyttämistä terapeuttisena välineenä. Pi-

hasuunnittelussa keskeinen ydintaito on ollut myös toiminnan analysointi, johon on liittynyt oleellisesti toimintojen ympäristölle asettamien vaatimusten tarkastelu. Työskentelyäni projektissa ohjasi toimintaterapian ammatillinen malli, Kanadalainen toiminnallisuuden ja sitoutumisen malli (Canadian Model of Occupational Performance and Engagement), joka tarjosi käsitteet ja tavan tarkastella ihmisen, toiminnan ja ympäristön välistä vuorovaikutusta. Tässä raportissa Kanadalaisesta toiminnallisuuden ja sitoutumisen mallista tulen käyttämään lyhennettä CMOP-E.

1.2 Projektin tavoitteet

Projektin tulostavoitteena oli laatia pihasuunnitelma Honkaharjun palvelutalolle. Pihasuunnitelman oli tarkoitus koostua pohjapiirroksista sekä sitä täydentävästä, kirjallisessa muodossa olevasta Honkaharjun palvelutalon toimintälähtöisestä pihasuunnitelmasta, jotka laadittaisiin syksyn 2011 aikana. Pihasuunnitelman pohjapiirros oli tavoitteena laatia moniammatillisessa yhteistyössä, johon osallistuisin yhdessä suunnittelijahortonomin ja palvelutalon esimiehen kanssa. Toimintaterapeutti-opiskelijana roolini työryhmässä oli toiminnan ja pihan käyttäjien näkökulmien tuominen pihan suunnitteluun. Suunniteltava alue rajattiin koskemaan lyhytaikaista hoitoa ja arviointia tarjoavan Vaiho-osaston piha-alueita.

Honkaharjun palvelutalon toimintälähtöisessä pihasuunnitelmassa oli tarkoitus kuvata toimintalueittain ne ympäristön ominaisuudet, jotka mahdollistavat osallistumista pihan käyttäjille merkityksellisiin toimintoihin turvallisella tavalla. Pihasuunnitelmalle asetetut laatuvaatimukset olivat asiakaslähtöisyys, toimintälähtöisyys, turvallisuus, luotettavuus ja selkeys.

Asiakaslähtöisyys perustuu toimintaterapiassa asiakkaan arvostukseen ja kumppanuuteen, ja siinä tunnustetaan asiakkaan tiedot, kokemus ja voimavarat (Law, Polatajko, Baptiste & Townsend 2002, 49). Siinä myös tuetaan asiakkaan osallistumista ja päätöksentekoa sekä edistetään hänen valintojensa mukaista toimintaa (Harra 2003, 17). Asiakaslähtöisyys on keskeinen lähestymistapa paitsi toimintaterapiassa (ks. Canadian Association of Occupational Therapists 2011, hakupäivä 14.5.2011), sen tulee olla kriteeri- ja laatumittariston johtavana periaatteena kaikissa sosiaali- ja terveyspalveluissa (Idänpää-Heikkilä, Outinen, Nordblad, Päivärinta & Mäkelä 2000, 5). Myös ajankohtainen Ikäihmisten palvelujen laatusuositus (2008) korostaa asiakaslähtöisyyttä sekä asiakkaiden, omaisten sekä laajemminkin kuntalaisten osallistumista palveluiden suunnitteluun.

Toimintälähtöisyydellä tarkoitetaan toimintaterapiassa sitä, että asiakkaan merkityksellisiin toimintoihin osallistumisen mahdollistaminen on ensisijaisena mielenkiinnonkohteena, sillä toiminnan ajatellaan vaikuttavan ihmisen hyvinvointiin ja terveyteen (ks. Harra 2003, 16; Polatajko ym. 2007b, 21). Toiminta on toimintaterapian keskeisin mielenkiinnon kohde, ja interventioissa korostuvat toimintälähtöiset menetelmät. Toimintälähtöisyyden avulla halusin varmistaa, että työskentelyni moniammatillisessa työryhmässä edustaisi nykyaikaista toimintaterapiaa, ja toisi samalla toimintaterapian näkökulmaa tunnetuksi yhteistyökumppaneille. (Ks. Fisher 2009,10.)

Turvallisuudella tässä työssä tarkoitetaan turvallista pihaympäristöä, joka mahdollistaa ulkoilun ja toiminnan turvallisella tavalla. Ikäihmisten hoitoympäristöjen turvallisuuteen on kiinnitettävä erityistä huomiota, ja sen on oltava lainsäädännön ja ohjeiden mukainen (Ikäihmisten palvelujen laatusuositus 2008, 41). Myös toimintaterapiassa toiminnan turvallisuus otetaan aina huomioon (Fisher 2009, 91).

Luotettavuudella viitataan tässä työssä pihasuunnitelman sisältämien tietojen ja ratkaisujen luotettavuuteen ja uskottavuuteen, esitettyjen tietojen tarkistettavuuteen ja virheettömään ilmaisuun. Laatuksena luotettavuus liittyy eettisesti kestävän toimintaterapian toteuttamiseen, jonka tulee perustua hyväksytyyn näyttöön perustuvaan käytäntöön sekä tutkimustietoon (Suomen Toimintaterapeuttiliitto 2011, hakupäivä 7.4.2012). Laatuksena selkeys liittyy tässä työssä pihasuunnitelman helppolukuisuuteen, havainnollisuuteen sekä tietojen löydettävyyteen.

Projektin lyhyen aikavälin toiminnallisena tavoitteena oli, että Honkaharjun palvelutalon asukkaat, heidän läheisensä sekä henkilökunta osallistuvat pihasuunnitteluun. Toisena lyhyen aikavälin toiminnallisena tavoitteena oli, että pihasuunnitelmaa käytetään pihan rakentamisessa. Projektin tulosten välittömiksi hyödynsaajiksi määriteltiin Honkaharjun palvelutalon piha-alueen suunnittelusta vastaavat tahot, jotka saivat projektin myötä laajemman näkökulman ympäristön suunnitteluun.

Pitkän aikavälin toiminnallisena tavoitteena oli, että palvelutalon asukkaiden osallistuminen merkityksellisiin toimintoihin pihaympäristössä lisääntyy eri vuodenaikoina, ja että palvelutalon asukkaat kohtaavat lähialueen asukkaita pihaympäristössä. Palvelutalon asukkaat määriteltiin siis projektin lopullisiksi hyödynsaajiksi. Hyödynsaajina nähtiin myös omaiset ja henkilökunta, jotka saivat monipuolisempia vaihtoehtoja yhteiseen toimintaan asukkaiden kanssa. Ulkoilu ja yhteiset toiminnot voisivat edistää sekä asukkaiden ja henkilökunnan välistä vuorovaikutusta, mutta myös

asukkaiden hyvinvointia, kuten unenlaatua ja mielialaa, millä voisi olla positiivista vaikutusta hoitohenkilökunnan kokemuksiin työstään (ks. Rappe 2005, 32). Lisäksi työskentely esteettömässä ympäristössä olisi turvallisempaa ja miellyttävämpää. Hyödynsaajina nähtiin myös toimintaterapeutit, joiden osaamista ympäristöjen suunnittelussa projektin myötä haluttiin tuoda esille.

Oppimistavoitteenani oli syventää ymmärrystäni ympäristön, ikäihmisen toiminnallisen osallistumisen ja hyvinvoinnin keskinäisestä vuorovaikutuksesta. Toiminnan moniulotteisuus ja sen yhteys hyvinvointiin liittyvät keskeisesti toimintaterapian uuteen paradigmaan (ks. Duncan 2007b, 31), jonka mukaisten arvojen, käsitysten ja näkökulmien sisäistäminen tukisi nykyaikaisen, toimintalähtöisen toimintaterapian toteuttamista työelämään siirtyessäni.

Toisena oppimistavoitteenani oli syventää osaamistani ympäristön suunnittelussa, joka on yksi keskeisistä toimintaterapeuttien ydintaidoista. Ympäristön suunnitteluun liittyy ympäristöjen muuttamista, asiakkaiden näkökulman esille tuomista, yhteistyötä sekä asiakkaiden osallistamista hyvinvointia edistävien ympäristöjen suunnitteluun ja rakentamiseen. (Ks. Townsend ym. 2007a, 113, 123.) Tavoite on tärkeä, sillä ympäristöihin liittyvä kehittäminen, sovittaminen ja mahdollisuuksien luominen tulee painottumaan kuntoutuksessa yhä enemmän (ks. Paatero ym. 2008, 56).

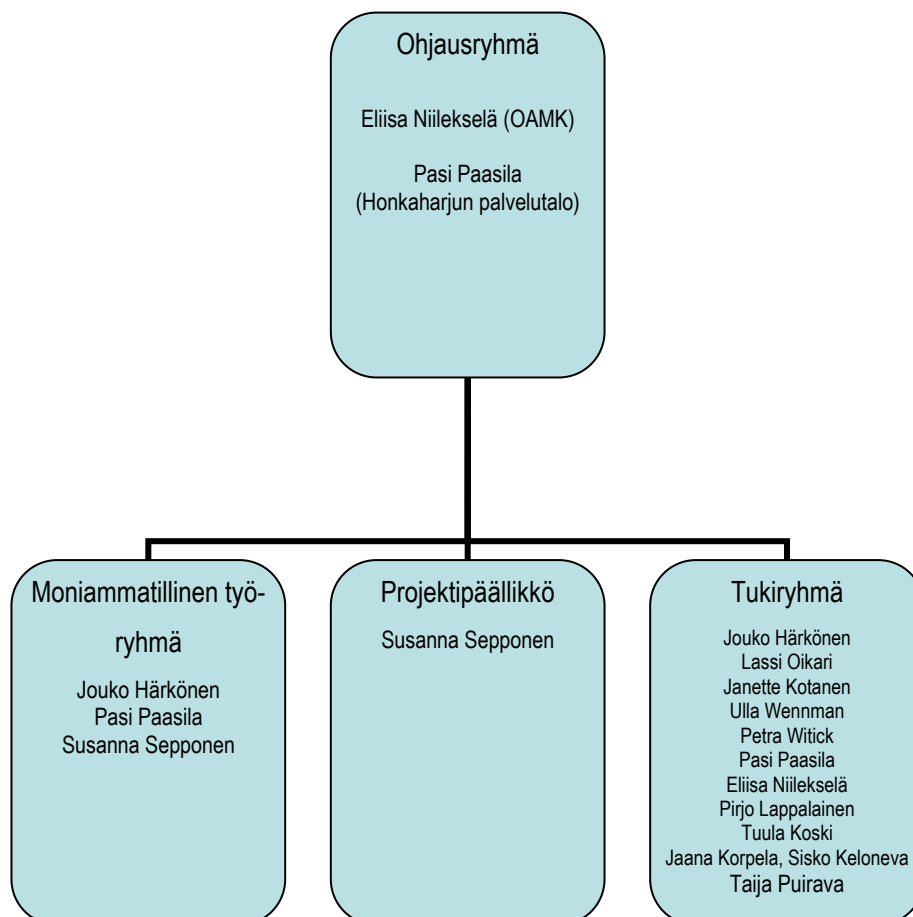
Kolmantena oppimistavoitteenani oli oppia projekti- ja työryhmätyöskentelyä moniammatillisessa työryhmässä. Projektityöskentelytaitojen oppiminen on tärkeää, sillä kuntoutuksen kehittämisessä erilaiset projektit ja kehittämisohjelmat ovat keskeisiä (ks. Suikkanen & Lindh 2008, 73). Lisäksi kuntoutuksessa tullaan yhä enemmän työskentelemään monitieteisessä- ja monialaisessa yhteistyössä ja verkostoissa, joten on tärkeää oppia toimivaa vuorovaikutusta ja dialogisuutta (ks. Järviöskö & Karjalainen 2008, 80, 92).

2 PROJEKTIN SUUNNITTELU

2.1 Projektioorganisaatio

Projektin käynnistämistä vastaavana henkilönä, projektin asettajana, toimi Honkaharjun palvelutalon esimies, Pasi Paasila. Projektin toteuttamista varten muodostettuun organisaatioon (kuvio 1.) kuuluivat ohjausryhmä, projektipäällikkö, moniammatillinen työryhmä sekä tukiryhmä.

KUVIO 1. Projektioorganisaatio



Projektin ohjausryhmä edustaa projektin asettajaa ja siihen kuuluu henkilöitä, jotka voivat nopeasti päättää projektin suunnasta ja voimavarojen myöntämisestä (Karlsson & Marttala 2001, 82; Pelin 2008, 69). Ohjausryhmään kuuluivat Honkaharjun palvelutalon esimies Pasi Paasila sekä opinnäytetyötä ohjaava toimintaterapian lehtori Eliisa Niilekselä Oulun seudun ammattikorkeakou-

lusta. Ohjausryhmä vastasi ajallisten, teknisten ja kustannuksellisten tavoitteiden määrittämisestä, projektisuunnitelman hyväksymisestä, projektin väli- ja lopputulosten hyväksymisestä sekä projektin lopettamisesta päättämisestä, jotka ovat myös Pelinin (2008, 69) mukaan ohjausryhmän keskeisimpiä tehtäviä.

Projektipäällikkö on kokonaisvastuussa projektista, sen suunnittelusta, toimeenpanosta, tehtävien valvonnasta sekä raportoinnista (Pelini 2008, 69). Vastasin projektipäällikön roolissa projektisuunnitelman laatimisesta, projektin toimeenpanemisesta ja toteuttamisesta sekä projektin dokumentoinnista ja loppuraportin laadinnasta.

Moniammatilliseen työryhmään kuuluivat minun lisäksi suunnittelijahortonomi Jouko Härkönen ja Honkaharjun palvelutalon esimies Pasi Paasila, ja se vastasi pihasuunnitelman pohjapiirroksen laadinnasta. Sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten tehtävänä on toimia tilojen käyttäjien edustajina ympäristöjä suunniteltaessa (Jämsä & Manninen 2000, 71). Moniammatillisessa työryhmässä roolini oli tuoda toiminnan näkökulma sekä käyttäjien tarpeet pihan suunnitteluun.

Tukiryhmään kuuluivat Honkaharjun palvelutalosta virikeohjaaja Janette Kotanen, kuntohoitaja Ulla Wennman, sairaanhoitaja Petra Witick sekä esimies Pasi Paasila, jotka edustivat vanhustyöhön sekä kyseisen palvelutalon toimintaympäristöön liittyvää asiantuntemusta. Tukiryhmään kuuluivat myös oman alansa asiantuntijoina suunnittelijahortonomi Jouko Härkönen ja kaupunginarkkitehti Lassi Oikari sekä toimintaterapian lehtori Eliisa Niilekselä, toimintaterapian tuntiopettaja Pirjo Lappalainen ja äidinkielen ja viestinnän lehtori Tuula Koski. Lisäksi tukiryhmään kuuluivat myös vertaisarvioijat Sisko Keloneva, Jaana Korpela ja Taija Puirava.

2.2 Projektin päätehtävät ja välitulokset

Projekti vaiheistetaan prosessikuvaukseksi, josta selviää miten vaiheet seuraavat toisiaan (Vilkkä & Airaksinen 2003, 49). Projekti jaksotettiin ajallisesti peräkkäisiin tehtäviin tehtäväluettelolomakkeen (liite 1) avulla, ja kunkin vaiheen lopussa syntyi selvä, mitattava tulos (ks. Pelini 2008, 99). Projekti oli jaettu viiteen päätehtävään, joista kukin oli jaettu osatehtäviin.

Ensimmäisenä päätehtävänä oli aiheeseen perehtyminen. Vaiheeseen liittyi projektin lopputuloksen ja toteutusvaihtoehtojen ideointi sekä alustavien keskusteluiden käyminen projektin asettajan että ohjaavan opettajan kanssa. Aiheeseen perehtyessäni oli tärkeää kartoittaa, millaisia aihepii-

riin liittyviä opinnäytetöitä on jo tehty. Kirjallisuuteen ja tutkimustietoon perehtyminen ikääntymisestä, toiminnasta ja ympäristöistä oli ideoinnin ja yhteistyöneuvottelujen kannalta välttämätöntä. Vaikka aiheeseen perehtyminen korostui projektin alkuvaiheessa ja muodosti perustan vaiheen välituloksena syntyneelle teoreettiselle viitekehykselle, perehtyminen jatkui kuitenkin koko projektin ajan.

Aloitin projektin toisen päätehtävän, projektin suunnittelun, heinäkuussa 2011. Tehtävän välituloksena syntyi projektisuunnitelma lokakuussa 2011. Projektisuunnitelman toteutussuunnitelma tehtäväluetteloineen ja ohjaussuunnitelma laadunvarmistussuunnitelmineen toimivat konkreettisenä, ohjaavana rakenteena ja työvälineenä projektin seuraavia vaiheita toteutettaessa. Projektin asettamiseen liittyi projektikuvauslomakkeen ja yhteistyösopimuksen laatiminen opiskelijan, toimeksiantajan ja Oulun seudun ammattikorkeakoulun kesken.

Projektin kolmantena päätehtävänä oli pihasuunnittelu. Siihen liittyi pihan käyttäjien näkökulman kartoittaminen ja suunnitteluun osallistaminen vierailamalla asukas- ja omaisraadissa sekä suunnittelemalla ja toteuttamalla asukastilaisuuden marraskuussa 2011. Nämä osatehtävät olivat oleellisia projektin asiakaslähtöisyyden toteutumisen kannalta. Pihasuunnittelu moniammatillisessa yhteistyössä alkoi syyskuussa 2011, ja se sisälsi erilaisia yhteistyömuotoja, kuten yhteistä suunnittelua ja tiedonvälitystä, mutta myös itsenäistä työskentelyä kuten tiedon hakemista ja toimintojen analysointia. Joulukuussa 2011 syntyi välituloksena pihasuunnitelman pohjapiirros ja helmikuussa 2012 valmistui sitä täydentävä, kirjallinen Honkaharjun palvelutalon toimintalähtöinen pihasuunnitelma (liite 8).

Projektin neljäntenä päätehtävänä oli palautteen kerääminen yhteistyökumppaneilta, jota varten laadin palautelomakkeen (liite 6). Palautteen analysoiminen mahdollisti projektityöskentelyn sekä projektin lopputuloksen laadun ja hyödynnettävyyden monipuolisen arvioimisen. Projektin päättäminen oli projektin viides ja viimeinen päätehtävä, jonka välituloksena oli projektin loppuraportti. Aloitin loppuraportin kirjoittamisen joulukuussa 2011. Valmis loppuraportti esitettiin Oulun seudun ammattikorkeakoulussa toukokuussa 2012.

3 PROJEKTIN LÄHTÖKOHDAT

3.1 Toimintaterapian näkökulma ikäihmisten kuntoutuksessa

Väestön ikääntyminen asettaa uusia vaatimuksia kuntoutukselle, jossa tullaan enenevässä määrin painottamaan haittojen ehkäisyä ja toimintakyvyn tukemista. Kuntoutus tulee myös siirtymään yhä lähemmäs ihmisten arkielämää ja lähiympäristöjä, ja keskeisenä menetelmänä tullaan korostamaan hyvinvointia tukevien ympäristöjen kehittämistä, ympäristön sovittamista sekä mahdollisuuksien luomista. (Paatero ym. 2008, 50,56.)

Ikäihmisten palvelujen laatusuosituksessa (2008) nostetaan tärkeäksi näkökulmaksi osallisuuden edistäminen, ja osallisuudella tarkoitetaan sitä, että ikäihminen on yhteisönsä täysivaltainen jäsen, jolla on mahdollisuus vaikuttaa yhteiskunnan, elinympäristönsä sekä palveluiden kehittämiseen. Osallisuus, sosiaalisten verkostojen ylläpitäminen sekä mahdollisuudet turvalliseen, mielekkääseen tekemiseen, nähdään hyvää ikääntymistä edistävinä tekijöinä. (Ikäihmisten palvelujen laatusuositus 2008, 13–14, 22.)

Toimintaterapia on kuntoutusta, joka perustuu ajatukseen siitä, että toiminta vaikuttaa ihmisten hyvinvointiin ja terveyteen. Toiminnan kautta ilmaisemme itseämme, jäsenämme aikaa ja opimme ympäristöstämme ja sen kautta luomme myös identiteettiämme. (World Federation of Occupational Therapists 2011, hakupäivä 14.5.2011; Polatajko ym. 2007b, 20–21, 27.) Merkityksellinen toiminta auttaa löytämään sisällön päivittäiselle elämälle sekä yhteyden muihin ihmisiin, joten sen ajatellaan liittyvän myös henkisyteen sekä elämänlaatuun. (Townsend & Brintnell 2002, 24). Ikäihmisten toimintaterapiassa kiinnostus kohdistuu erityisesti henkilölle merkityksellisiin toimintoihin ja niiden jatkamisen mahdollistamiseen erilaisista rajoituksista tai esteistä huolimatta, jotka voivat olla ympäristöstä tai yksilön ominaisuuksista johtuvia (Pikkarainen 2007b, 53).

Toimintaa mahdollistaessaan toimintaterapeutit auttavat ihmisiä valitsemaan, jäsentämään ja suorittamaan niistä toiminnoista, jotka ovat heille tärkeitä omissa ympäristöissään. (Law ym. 2002, 30). Toimintaterapeutit käyttävät toiminnan mahdollistamiseksi erilaisia ydintaitoja, joista ympäristöihin liittyvä suunnittelu ja rakentaminen on yksi keskeisimmistä. Tähän liittyy esimerkiksi ympäristöjen saavutettavuuden (accessibility) edistäminen. Toinen keskeinen toimintaterapeutti-

en käyttämä ydintaito on mukauttaminen, joka tarkoittaa toiminnan tai ympäristön sovittamista tiettyyn tilanteeseen tai vastaamaan toiminnallisiin haasteisiin. Ympäristön suunnitteluun ja mukauttamiseen liittyy tiiviisti myös toiminnan analysointi, jossa toiminta pilkotaan osatekijöihin ja tarkastellaan niitä vaatimuksia, joita toiminta asettaa henkilölle sekä ympäristölle. (Townsend ym. 2007a, 108, 116–117, 123.)

Toimintaterapiassa toiminta nähdään paitsi tavoitteena, toimintaa käytetään myös terapeuttisena välineenä tavoitteiden saavuttamisessa. Jotta toiminta olisi terapeuttista ja tarjoaisi juuri oikein mitoitettun haasteen, toimintaterapeutit analysoivat, mukauttavat, porrastavat ja vaihteistavat toimintaa sekä ympäristöä (Creek 2008, 64). Terapeuttisen toiminnan valintaan vaikuttavat tavoitteet ja asiakkaalle merkitykselliset toiminnot (Finlay 2001, 98). Terapeuttiseen toimintaan osallistuaan asiakkaat voivat myös ilmaista sellaisia visioita, joiden avulla voidaan luoda mahdollisuuksia ja löytää ratkaisuja ongelmiin (Townsend ym. 2007a, 102). Toimintaa voidaan käyttää myös ryhmäkontekstissa, ja Duncanin (2007a, 45) mukaan toimintaterapeuttien ydinosaamisen alueeksi määritellään myös ryhmien ohjaaminen.

Toiminnan mahdollistamisessa korostuu asiakaslähtöisyyden periaate. Toimintaterapiassa asiakaslähtöisyys perustuu asiakkaan arvostukseen ja kumppanuuteen, ja siinä tunnistetaan asiakkaan tiedot, kokemus ja voimavarat (Law ym. 2002, 49; Townsend ym. 2007a, 108.) Toimintaterapiassa asiakas voi tarkoittaa yksilöä, ryhmää tai yhteisöä, ja keskeistä on asiakkaan osallistaminen niin tavoitteiden määrittämiseen, päätöksentekoon, toimintaterapiaan kuin omaan elämänsäkin. Toimintaterapiassa osallistuminen voidaan laajimmillaan nähdä osallistumisena täysipainoisena kansalaisena oikeudenmukaiseen ja kaikille yhteiseen yhteiskuntaan. Toimintaterapeuttien tulisikin kutsua asiakkaat ilmaisemaan niitä tärkeiksi ja tarpeellisiksi kokemiaan asioita, joita tarvitaan osallistuaan valitsemiinsa merkityksellisiin toimintoihin. (Townsend ym. 2007a, 101, 107.)

3.2 Ikäihminen toimijana

Vaikka ikääntymiseen liittyy erilaisia menetyksiä ja sosiaalisia siirtymisiä, kertyvä elämäkokemus merkitsee myös voimavarojen lisääntymistä (Koskinen, Pitkälä, Saarenheimo 2008, 550). Ikääntyminen tulisikin nähdä positiivisena kokemuksena, jossa on enemmän aikaa sitoutua nautintoa tuottaviin toimintoihin, viettää aikaa läheisten kanssa ja reflektoida elämää (Pool 2008, 428). Elämäntieteessä ajatellaan, että ikäihmisellä on edessään monenlaisia kokemuksia ja

mahdollisuuksia kasvuun ja kehitykseen. Suhteita luodaan uudelleen omaan ruumiiseen ja läheisiin ihmisiin, mutta myös suhde aikaan muuttuu menneisyyden kasautuessa. (Dunderfelt 2011, 200–201.) CMOP-E korostaa yksilöä ainutlaatuisena olentona, jossa yhdistyvät henkisyys sekä yksilölliset toiminnalliset valmiudet. Myös ympäristö, yksilölliset tottumukset, elämänvaihe sekä historia vaikuttavat toiminnallisiin valintoihin, joten ikäihmisiä ei tule nähdä yhtenä yhtenäisenä ryhmänä. (Polatajko ym. 2007a, 39–40.)

Henkisyydellä tarkoitetaan henkilön minuutta, tahtoa ja motivaatiota, ja se liitetään henkilökohtaisen merkityksellisyyden kokemiseen päivittäisessä elämässä (Law ym. 2002, 42–43). Ikäihmisen arvoissa tapahtuu usein muutosta, ja elämän jäsentäminen ja elämäntarinan kertominen näyttävät tulevan tärkeäksi (Kielhofner, 2008, 136, 138). Tärkeiden elämänroolien merkitykset säilyvät, mutta esimerkiksi muistisairaus voi vaikeuttaa niiden toteuttamista, ja vaarana on, että ikäihminen nähdään ainoastaan autettavan roolissa (Pikkarainen 2004, 47). Toiminnalliset menetykset ja omista rutiineista ja rooleista luopuminen esimerkiksi laitokseen muutettaessa tai sairastuttaessa, voivat vaikuttaa syvästi kokemukseen itsestä ja pystyvyydestä aiheuttaen stressiä tai masentuneisuutta (Polatajko ym. 2007a, 57).

Elämänsä aikana ikäihmiset ovat usein luoneet vakiintuneita rutiineja ja tottumuksia, joiden ylläpitäminen on tärkeää ikääntyessä (Kielhofner 2008, 137–138). Toisaalta toiminnallisten valmiuksien heikentyessä ikäihmisen on kuitenkin usein muutettava toimintatapaa tai – ympäristöä. Hän voi myös luopua niistä elinikäisistä toiminnoistaan, joissa ei enää saavuta pätevyyden tunnetta samalla lailla kuin aikaisemmin. (Pikkarainen 2007a, 91, 108.) Yksilölliset toiminnalliset valmiudet voidaan jaotella affektiivisiin-, kognitiivisiin- sekä fyysisiin tekijöihin. Affektiivisilla tekijöillä tarkoitetaan sosiaalisia ja tunne-elämän valmiuksia kun taas kognitiivisilla tekijöillä tarkoitetaan ajatteluun ja älyllisyyteen liittyviä tekijöitä, jotka sisältävät muun muassa hahmottamisen, havainnot ja muistitoiminnot. Fyysisillä tekijöillä tarkoitetaan toiminnan tekemiseen liittyviä sensorisia, motorisia sekä sensomotorisia tekijöitä. (Law ym. 2002, 42–44.)

Ikääntymiseen liittyy muutoksia fyysisissä tekijöissä, mikä näkyy muun muassa kävelyn hidastumisena ja askelten lyhenemisenä (McIntyre & Atwall 2005, 170). Haasteet liikkumisessa voivat aiheuttaa pelkoa ja huolta kaatumisesta, mikä voi vähentää halukkuutta liikkua ympäristössä (Raitanen & Kuikka 2004, 468). Näkökyvyn haasteisiin voi liittyä esimerkiksi vaikeuksia erottaa värejä tai häikäistymistä. Kuulon heikentymiseen voi liittyä haasteita esimerkiksi korkeiden äänien kuulemisessa tai sanojen taustahälystä erottamisessa. (Chan & Glokoski 2008, 1173–1174.)

Ikäihmisillä merkittävin pitkäaikaishoitoon johtava oireyhtymä ovat muistisairaudet, jotka ovat aivojen muutoksista johtuvia, usein eteneviä tiloja. Niihin liittyy muutoksia erityisesti kognitiivisissa tekijöissä kuten muistissa, ajattelussa, orientaatioissa, käsityskyvyssä oppimiskyvyssä, kielessä ja arvostelukyvyyssä. (Pool 2008, 432.) Nämä voivat näkyä esimerkiksi eksymisenä ympäristössä tai vaikeutena tunnistaa esineitä. Myös aikaan ja paikkaan orientoitumisessa voi olla haasteita. (Ks. Sulkava 2010, 121; Eloniemi-Sulkava 2003, 12–13.) Etenevää muistisairautta, Alzheimerin tautia, sairastavalle henkilölle voi olla haasteellista kiinnittää huomiota sellaisiin ympäristön tarjoamiin vihjeisiin, jotka olisivat tärkeitä toiminnan kannalta. Myös kyvyt syvyyksien arvioimiseen ja vaarojen välttämiseen kävellessä vähenevät sairauden edetessä, ja tärkeään rooliin nouseekin kaatumisen ehkäiseminen. Sairauden myöhäisemmässä vaiheessa henkilöllä voi olla hyvin vähän aloitteellista toimintaa ja tiedostus ympäristöstä vähenee, mutta kiinnostus liikkeisiin, ääniin ja kosketukseen voi säilyä aivan sairauden loppuun saakka. (Levy 2005, 356, 366, 370.)

Valmiudet ihmisten väliseen vuorovaikutukseen liittyvät affektiivisiin tekijöihin, ja ne riippuvat pitkälti kommunikaatiotaidoista. Ikäihmisellä voi tapahtua muutoksia kommunikaatiotaidoissa erityisesti neurologisten sairauksien, kuten muistisairauksien myötä. Muistisairauksiin saattaa liittyä myös vetäytymistä sosiaalisista suhteista, mielialan muutoksia, ahdistuneisuutta ja ärtyneisyyttä. (Hänninen & Soininen 2004, 183,185; Schultz-Krohn, Foti & Glokoski 2008, 881.) Ylipäätään ikäihmisten parissa masentuneisuus on suhteellisen yleistä (McIntyre & Atwall 2005, 72; Saarenheimo & Arinen 2009, 209), ja se voi aiheuttaa surua, mielenkiinnon menettämistä ja toivotonmuuden tunteita (Kivelä 2009, 71). Myös koettu yksinäisyys on suomalaisilla ikäihmisillä yleistä, ja voi liittyä läheisen ihmissuhteen puuttumiseen tai se voi olla kokemusta ulkopuolisuudesta omassa yhteisössä (Mäkinen, Routasalo & Pitkälä 2007, 11).

3.3 Ympäristöt toiminnan mahdollistajana

Toiminta tapahtuu aina erilaisissa konteksteissa ja tilanteissa eli ympäristöissä, jotka vaikuttavat toiminnallisiin valintoihin ja mahdollisuuksiin. CMOP-E:n mukaan ympäristö koostuu fyysisistä, institutionaalisista, kulttuurisista ja sosiaalisista ulottuvuuksista. (Law ym. 2002, 44, 46; Polatajko ym. 2007a, 48.)

3.3.1 Pihaympäristön sosiaalinen ja kulttuurinen ulottuvuus

Sosiaalinen ympäristö käsittää CMOP-E:n mukaan asenteet sekä vuorovaikutuksen tavat sekä sosiaaliset ryhmät, kuten perhe tai palvelutalon henkilökunta (Law ym.2002, 46). Kielhofnerin (2008, 137) mukaan ikäihmisen sosiaalisessa ympäristössä aikuiset lapset ja lastenlapset sekä ystävät ovat tärkeässä osassa. Suomen (2003, 181–182) mukaan isovanhemmuus, joka voi olla myös yhteiskunnallista vastuuta nuoremmista ikäpolvista, voi ehkäistä ikäihmisten yksinäisyyttä ja tarpeettomuuden kokemuksia. Hänen mukaansa ensimmäinen askel sukupolvien väliseen yhteistyöhön voisi lähteä siitä, että asuinalueiden suunnittelussa luotaisiin luonnollisia ja avoimia kohtaamispaikkoja kaiken ikäisille, kuten puistot ja kahvilat. Mukautumista ikääntymisen tuomiin muutoksiin voi tukea positiiviseksi koettu suhde lapsenlapsiin tai omien kokemusten arvostaminen (Chan & Glogoski 2008, 1176).

Erityisesti laitosolosuhteissa asuville henkilöille olisi tärkeää luoda mahdollisuuksia merkityksellisiin toimintoihin, sillä vähäinenkin osallistuminen ja autonomisuuden tunne auttaa laajentamaan kuvaa itsestä toimijana. Joskus tärkeän kokemuksen toiminnasta voi saavuttaa myös tarkkailemalla toisen henkilön toteuttamaa toimintaa. (Pikkarainen 2004, 37.) Näin ollen hoiva- ja palveluympäristöissä henkilökunnalla ja vierailijoilla olisi tärkeää olla mahdollisuus osallistua monipuolisesti tuttuihin toimintoihin asukkaiden läsnä ollessa.

Sosiaaliseen ympäristöön liittyvät myös toiminnan muodot, kuten puutarhanhoito tai muisteleminen (Sumsion & Blank 2007, 113). Muisteleminen on tärkeä toiminta ikäihmiselle. Sen kautta henkilö voi ylläpitää identiteettiään, etsiä tarkoituksia elämälle tai pyrkiä selvittämään menneitä tai nykyisiä ristiriitoja. (Pool 2008, 443.) Se voi toimia myös sukupolvia yhdistävänä toimintana, sillä muistelun kautta ikäihmiset voivat jakaa nuoremmille sukupolville omaa elämäkokemustaan (Hohenthal-Antin 2009, 16,24,102). Muistelemisella on tutkittu olevan positiivisia vaikutuksia muistisairaitten henkilöiden suoriutumisen kognitiivisiin tekijöihin. Lisäksi muistelun on todettu auttavan henkilökuntaa tutustumaan paremmin asukkaisiin. (Woods, Spector, Jones, Orrel & Davies 2009, 8.)

Rappe (2005) on tutkinut viherympäristössä oleskelun ja kasvien hoitamisen merkitystä palveluasumis- ja hoivaympäristössä asuvien ikääntyneiden hyvinvointiin. Tutkimuksessa tuli esille, että kasvien hoito mahdollisti paitsi vuorovaikutuksen kasvien kanssa, kasvit olivat myös hyvä puheenaihe ja edistivät vuorovaikutusta muiden asukkaiden ja hoitajien kanssa. Kasvit myös tarjosi-

vat huolenpidon kohteen. Puutarhanhoito koettiin arvostetuksi toiminnaksi ja siihen osallistuminen edisti onnistumisen ja pätevyyden tunteita. Tutut tehtävät mahdollistivat jäljellä olevien taitojen hyödyntämisen, mikä samalla tarjosi muistisairaille keinon vähentää levottomuutta. Kasvit auttoivat paitsi luomaan kotoista tunnelmaa ja orientoitumaan aikaan, ne myös vähensivät melua ja rajojasivat alueita, mikä lisäsi turvallisuuden tunnetta. Asukkaat kokivat kasvit kauniina ja niiden kasvun seuraaminen koettiin mielenkiintoiseksi. Lisäksi kasvien ja luonnon tarkkailun koettiin rauhoittavan mieltä. Kasvien värit ja tuoksut stimuloivat aisteja ja aktivoivat muistoja, mutta asukkaat olivat myös kiinnostuneita eksoottisista kasveista. (Rappe 2005, 23, 31–33, 37–38.)

Sosiaaliseen ympäristöön sisältyvä kulttuurinen ympäristö sisältää tiedon, uskomukset, taiteen, moraalin, lait ja tavat, jotka omaksutaan tietyn yhteisön jäsenenä. Siihen liittyy myös se, mitä pidetään kullekin sopivana toimintana. (Polatajko ym. 2007a, 51–52.) Tyrväisen ym. (2007, 60, 73) luonnon merkitystä kaupunkilaisille selvittäneen tutkimuksen mukaan suomalaiset arvostavat ulkoilu- ja liikuntamahdollisuuksia sekä luontopaikan esteettisiä elämyksiä, rauhaa ja hiljaisuutta, luontoon liittyviä tuoksua ja ääniä, tilan ja vapauden tunnetta sekä luonnon tuomaa vaihtelua arkeen. Luontoon ja ajalliseen ympäristöön liittyvät vuodenaikojen muutokset ovat suomalaisille tärkeitä koko elämänajan (Pikkarainen 2007b, 47). Usealla ikäihmisellä luonnossa liikkuminen on aikanaan liittynyt elannon hankkimiseen kuten maanviljelyyn ja marjastukseen, mihin on tiiviisti liittynyt myös luonnon ja sään tarkkailu (Hautala ym. 2011, 78–81). Elämisen ympäristöt painottuvat eri tavoin eri elämänvaiheissa, ja ikäihmisten ympäristöissä painottuvat koti- ja lähiympäristöt. Muistisairauden edetessä ympäristö voi kaventua niin, että lopulta elämisen ympäristö rajoittuu omaan vuoteeseen. (Pikkarainen 2007b, 42.)

Hoivaympäristössä kotona olemisen tunnetta ja muistelua olisi mahdollisuus vahvistaa perinteisin kasvein, -esinein ja -juhlain (Noppari & Leinonen 2005, 53). Myös äänimaailma on osa ympäristöä. Marinin (2003, 33–34) mukaan suomalaiseen kulttuuriin kuuluu olennaisesti hiljaisuus, jossa ihminen löytää syvimmän itsensä. Taiteen ja kulttuurin synnyttämät arjen elämykset ja esteettisyys ovat useille ihmisille hyvän elämän edellytys ja mahdollisuus irtautua arjesta tai autettavan roolista (Liikanen 2011, 17–23).

3.3.2 Pihaympäristön fyysinen ulottuvuus

Fyysinen ympäristö käsittää CMOP-E:n mukaan sekä luonnollisen että rakennetun ympäristön, johon kuuluvat mm. rakennukset, tiet, puutarhat, säätila, välineet ja muut materiaalit, ja ne vaikuttavat siihen, mitä toimintoja ympäristössä on mahdollisuus tehdä ja ketkä niihin voivat sitoutua (Law ym. 2002, 46; Polatajko ym. 2007a, 48).

Palvelutalojen ja laitusrakennusten ympäristön suunnittelussa tulisi kiinnittää huomiota viheralueiden saavutettavuuteen ja houkuttelevuuteen. Hoitajakson aikana luontoympäristössä oleskelu edistäisi hyvinvointia muuten usein stressaavassa ympäristössä ja tarjoaisi mahdollisuuden vetäytyä omaan rauhaan. Jo näkymä ikkunasta luontomaisemaan auttaisi lievittämään stressiä. (Hautala ym. 2011, 82; Kotilainen ym. 2008, 115–116.) Asuin- ja pihaympäristöissä luonnolliset piha-alueet, puistomaiset niityt ja kukkakedot ohjaisivat ikäihmistä tarkastelemaan säätä, kasveja ja vuoden- sekä vuorokauden aikoja. Viihtyisä ympäristö auttaisi myös lisäämään ihmisen luontaista omatoimisuutta ja herättämään aikaisempia kokemuksia. (Pikkarainen 2007b, 59.) Pool (2008) on tuonut esille aisteille kokemuksia tarjoavan ja hiljaisen ympäristön vaikuttavan tilankäyttäjän mielialaan, ja sillä on hänen mukaansa vaikutusta myös muistisairaana henkilön mahdollisuuksiin ilmaista tunteitaan. Toisaalta ympäristön tarjoamien aistiärsykkeiden puuttuminen voi johtaa sensorisen deprivaaation tilaan ja lisätä muistisairaana henkilön oireita. Aistien kautta saatavia kokemuksia voidaan edistää esimerkiksi kasvien, kukkien ja eläinten kautta. (Pool 2008, 445–446.) Lisäksi ikäihminen voi kokea kasvit, puut, linnut ja muut eläimet ystävikseen, ja ne voivat myös muistuttaa elämän jatkuvuudesta oman kuoleman lähestyessä (Kivelä 2009, 134).

Ihmiset liittävät toiminnalliset tapansa ja rutiininsa omiin ympäristöihinsä, jolloin mahdollisuus ennakoida ympäristöä tukee niiden toteuttamista. Uudessa ympäristössä haasteellista voi siis olla paitsi reittien ja paikkojen löytäminen, myös omien rutiinien toteuttaminen. Rutiinien toteuttamiseen liittyy usein työvälineiden käyttämistä ja erityisesti länsimaisessa kulttuurissa on tyypillistä, että ihmiset käyttävät paljon aikaa esineiden ja välineiden parissa toimimiseen. Työvälineet ja esineet laajentavat kehon mahdollisuuksia toimia ympäristössä ja lisäksi niillä on myös moninaisia symbolisia merkityksiä. (Pierce 2003, 159–161.)

3.3.3 Esteettömyys pihaympäristön institutionaalisenä ulottuvuutena

Henkilö, ympäristö ja toiminta ovat jatkuvassa vuorovaikutuksessa toistensa kanssa, joten ympäristöt voivat joko tukea sosiaalista osallisuutta tai sulkea ihmisiä merkityksellisten toimintojen ulkopuolelle (Law ym. 2002, 30; Polatajko ym. 2007a, 48). CMOP-E:n mukaan institutionaalinen ympäristö sisältää politiikkaan, hallintoon ja päätöksentekoon liittyvät käytännöt, lait ja taloudelliset tekijät. Institutionaaliseen ympäristöön liittyy siten myös saavutettavuuteen ja esteettömyyteen liittyvät menettelytavat. (Law ym. 2002, 46.)

Esteettömyydellä tarkoitetaan kaikkien kansalaisten sujuvaa osallistumista arjen askareisiin, harrastuksiin ja kulttuuriin (Ikäihmisten palvelujen laatusuositus 2008, 49). Toimintaympäristöt määrittävät ihmisen toiminnallisia rooleja, joissa käyttäytyminen konkreettisesti tapahtuu. Esteettömässä sosiaalisessa ympäristössä ikäihminen nähdään toiminnallisista rajoituksista huolimatta täysivaltaisena, yksilöllisiä rooleja omaavana ihmisenä. Fyysisesti esteettömän ympäristön tulisi mahdollistaa erityisesti aikaisemman elämäntyylin jatkaminen. Esteettömässä kulttuurisessa ympäristössä mm. kulttuuripalveluiden saavutettavuus ja mahdollisuus olla tuottamassa ja kokemassa kulttuuria on keskeistä (Pikkarainen 2004, 35; Pikkarainen 2007b, 34, 44, 50–51.)

Esteettömän suunnittelun ja rakentamisen peruslähtökohtia ovat saavutettavuus, akustisuus, turvallisuus, havaittavuus ja hahmotettavuus, valoisuus ja valaistus sekä tilantarve ja mitoitus (Pikkarainen 2007b, 44, 50–51). Esteetön ympäristö ei aiheuta kaatumisen, kompastumisen, törmäämisen tai liukastumisen vaaraa (Kotilainen 2003, 14). Tilantarpeen ja mitoituksen osalta huomioidaan apuvälinettä käyttävän mahdollisuudet omatoimiseen ulkoiluun ja myös vuoteen siirtäminen ulos tai terassille tulisi olla mahdollista (Ikäihmisten palveluiden laatusuositus 2008, 42).

Puhtaasti fyysisen ympäristön esteettömyyteen perustuviin ratkaisuihin on kohdistettu myös kritiikkiä. Esimerkiksi Jacobsonin ja Pirisen tutkimuksen (2010, 205–206, 234) mukaan esteettömien asuin- ja lähiympäristöjen suunnittelussa jätetään usein huomioimatta ihmisten elämäntapalähtöiset vaatimukset. Kun suunnittelussa keskitytään lähinnä fyysisiin ja funktionaalisiin ominaisuuksiin ja esteettömiin yleisratkaisuihin, kokevat käyttäjät lopputuloksen usein epätydyttävänä, jopa leimaavana. Tutkimuksen mukaan esteettömyyden perustason tulisikin olla sisäänrakennettuna ominaisuutena, jota tulisi täydentää elämäntapalähtöisillä ja esteettisillä ominaisuuksilla, jotka liittyvät mielihyvään, personalisointiin sekä käyttäjien osallistumiseen ja vaikuttamiseen suunnitteluun.

Maankäyttö- ja rakennuslain 5 § määrittelee alueiden käytön suunnittelun tavoitteena olevan vuorovaikutteiseen suunnitteluun ja riittävään vaikutusten arviointiin perustuen edistää turvallisen, terveellisen, viihtyisän, sosiaalisesti toimivan ja eri väestöryhmien, kuten lasten, vanhusten ja vammaisten, tarpeet tyydyttävän elin- ja toimintaympäristön luomista. Maankäyttö- ja rakennuslain 12 § määrittelee rakentamisen ohjauksen tavoitteeksi edistää hyvän ja käyttäjien tarpeita palvelevan, terveellisen, turvallisen ja viihtyisän sekä sosiaalisesti toimivan ja esteettisesti tasapainoisen elinympäristön aikaansaamista. (Invalidiliitto Ry 2010a, hakupäivä 15.8.2011.)

Suomen rakentamismääräyskokoelman määräykset ovat velvoittavia, ja ne koskevat uuden rakennuksen rakentamista. Rakennuksen korjaus- ja muutostöissä määräyksiä sovelletaan siltä osin kuin toimenpiteen laatu ja laajuus ja muutettava käytötapa edellyttävät. (Ympäristöministeriö 2011, hakupäivä 25.9.2011.) Rakennustietosäätiön (2011) Esteetön rakennus ja ympäristö -suunnitteluoppaaseen on koottu suunnittelu- ja mitoituserusteita Suomen rakentamismääräyskokoelman osien F1 Esteetön rakennus, määräykset ja ohjeet 2005 ja G1 Asuntosuunnittelu, määräykset ja ohjeet 2005 soveltamisaloilta. Asetuksesta F2 Rakennuksen käyttöturvallisuus, määräykset ja ohjeet 2001, on huomioitu esteettömyyteen ja käyttöturvallisuuteen liittyvät näkökulmat. Oppaan suunnittelu- ja mitoituserusteet on tarkoitettu sekä julkiseen että yksityiseen rakentamiseen.

On olemassa erilaisia oppaita ja arviointimenetelmiä ympäristön esteettömyyden arvioimiseksi, mikä on aiheuttanut Suomessa tehtyjen kartoitusten kirjaviiden kriteerien käyttöön. Invalidiliiton vuosina 2007–2009 toteuttaman ESKEH-projektin (Esteettömyyden arviointimenetelmän ja kartoituslomakkeen kehittäminen) tarkoituksena oli luoda objektiivinen ja yhteismitallinen menetelmä rakennetun ympäristön esteettömyyden kartoittamiseksi Suomessa. Projektissa valmistui rakennetun ympäristön esteettömyyden kartoitusmenetelmä ja opas, jota on kehitetty yhteistyössä useiden vammais- ja vanhusjärjestöjen sekä muiden asiantuntijaorganisaatioiden kanssa. Menetelmä sisältää kartoituslomakkeet ja –kriteerit julkisten rakennusten ja katu- ja viheralueiden kartoittamiseen sekä kattavan oppaan esteettömyyskartoituksen toteuttamiseksi ja tilaamiseksi. (Ruskovaara, Rissanen, Rasa, Seppälä & Laakso 2009, 4.)

ESKEH-kartoitusmenetelmässä esteettömyyttä tarkastellaan laajasti kaikkien käyttäjäryhmien näkökulmasta ja perinteisen liikkumisen esteettömyyden lisäksi selvitetään, miten hyvin erilainen aistienvaarainen toiminta mm. orientoituminen, hahmottaminen, ymmärtäminen tai kommunikointi

ja kuuleminen sujuvat tilassa. Lomakkeita voi käyttää joustavasti erilaisten rakennusten ja erilais-
ten reittien ja alueiden kartoittamisessa. ESKEH:n kartoituskriteerit kattavat rakentamismääräys-
ten lisäksi eri tahojen laatimat esteettömyysohjeet ja suositukset, joita tarvitaan esteettömän, kai-
kille soveltuvan ympäristön toteuttamiseksi. (Ruskovaara ym. 2009, 4)

Esteettömän rakentamisen ohjeet, SuRaKu, on syntynyt kuuden kaupungin, Espoon, Helsingin,
Joensuun, Tampereen, Turun ja Vantaan yhteistyöprojektin tuloksena vuonna 2004. Käytännön
ohjeisto on päivitetty vuonna 2008, ja se ohjaa esteettömän katu-, viher- ja piha-alueiden suunnit-
telua, rakentamista ja kunnostamista. SuRaKu-ohjeet ovat kuntien, yhteisöjen ja suunnittelijoiden
vapaasti käytettävissä. Ohjeisto sisältää kriteerit, joiden avulla ulkotilojen esteettömyyttä arvioi-
daan. Lisäksi se sisältää ohjekortit, joiden avulla kriteerejä sovelletaan. Esteettömyyskriteerit löy-
tyvät mm. käsijohteille, kaiteille, istuimille, ulkoportaille, luiskille ja kulkupinnoille. Ohjekorteista
mm. julkiset piha-alueet, puistokäytävät ja levähdyspaikat ja leikkipaikat tarjoavat ohjeita esteet-
tömän piha-alueen suunnitteluun. (Ruskovaara ym. 2009, 5; Helsingin kaupungin rakennusvirasto
2010, hakupäivä 17.8.2011.)

4 PROJEKTIN TOTEUTUS

4.1 Asiakslähtöisyyden toteuttaminen pihasuunnittelussa

Projektin ensimmäinen yhteistyöpalaveri projektin asettajan, Pasi Paasilan kanssa, pidettiin heinäkuussa 2011. Palaverissa keskustelimme pihasuunnittelun ja projektin lähtökohdista. Keskustelussa toin esille asiakslähtöisen lähestymistavan tärkeyden, joka on keskeinen lähestymistapa toimintaterapiassa. Myös Ikäihmisten palvelujen laatusuositus (2008, 15) korostaa asiakslähtöisyyttä sekä asiakkaiden, omaisten sekä laajemminkin kuntalaisten osallistumista palveluiden suunnitteluun, ja osallisuutta edistävinä keinoina mainitaan asukasillat ja erilaiset neuvostot. Pasi Paasila kertoi Honkaharjun palvelutalossa säännöllisesti kokoontuvasta asukas- ja omaisraadista, johon on valittu edustaja jokaiselta osastolta. Hän ehdotti, että osallistuisin syyskuussa 2011 pidettävään asukas- ja omaisraatiin, jossa voisin esitellä opinnäytetyöprojektiani ja kertoa tulevasta pihasuunnittelusta. Paasila kannatti myös ajatustani asukastilaisuuden järjestämisestä pihan käyttäjien osallistamiseksi suunnitteluun.

Honkaharjun palvelutalon asukas- ja omaisraati tuo palveluihin asiakasnäkökulman. Syksyn 2011 aikana raati kokoontui syyskuussa ja marraskuussa. Syyskuun raadissa esittelin opinnäytetyöprojektiani, ja kannustin tuomaan esille aiheen herättämiä ajatuksia ja näkökulmia. Erityisesti pyysin raadilta ajatuksia niistä toiminnoista, jotka heidän mielestään olisivat pihalla tärkeitä heidän ja heidän läheisensä näkökulmasta. Tilaisuuden jälkeen laadin yhteenvedon asukas- ja omaisraadista esille tuomista toiminnoista (liite 2). Asukas- ja omaisraatiin osallistumiseni jälkeen oli Honkaharjun palvelutalon palautelaatikkoon ilmestynyt vielä kirje, jossa ehdotettiin piha-alueelle ”kärrypolkua”, jolla olisi mahdollista ulkoilla pyörätuolia käyttävän omaisen kanssa.

Marraskuussa osallistuin syksyn toiseen asukas- ja omaisraatiin, jossa kävin esittelemässä pohjapiirrosluonnosta ennen tuotteen viimeistelyä. Pyysin raadilta ajatuksia ja palautetta suunnitelmasta. Koska raadissa oli käsiteltävänä muitakin asioita, pyysin raatilaisia halutessaan toimittamaan minulle palautetta suunnitelmasta Honkaharjun palvelutalon palautelaatikkoon.

4.1.1 Asukastilaisuuden suunnittelu

Asukastilaisuuden suunnittelussa käytin Finlayn (2001) toimintaterapiaryhmän ryhmäkerran rakennetta, jota toimintaterapeutit voivat varsinaisten terapiaryhmien lisäksi käyttää yleistetymin erilaisissa sosiaalisissa kokoontumisissa. Rakenteen avulla suunniteltava tilaisuus jaetaan orientaatio-, valmistautumis-, virittäytymis-, toiminta- ja purkuvaiheisiin. Ryhmäkerran suunnittelu pitää sisällään tavoitteiden asettelun, toiminnan valinnan, ryhmäkerran rakenteen suunnittelun, ympäristön käytön sekä toiminnan ja ympäristön mukauttamisen. (Finlay 2001, 89.)

Olin laatinut alustavan asukastilaisuuden suunnitelman projektisuunnitelmaan, johon tein tarvittavia muutoksia ja tarkennuksia esimerkiksi toimintojen ja aikataulutuksen osalta (liite 3). Tilaisuuden yhtenä tavoitteena oli, että osallistujat tuovat esille näkökulmiaan ja osallistuvat suunnitelman ideoitiin. Kun tavoite on sosiaalisesti orientoitunut, toiminta voi liittyä vapaa-ajan- tai luovaan toimintaan (Finlay 2001,98). Tavoitteen saavuttamiseksi valitin toimintavaiheeseen kuvakollaasityöskentelyn. Käytin toiminnan analyysia määritelläkseni, mitä mahdollisuuksia ja vaatimuksia kuvakollaasin valmistamiseen liittyy, ja suunnittelin tarvittavat sovellukset niin toiminnan kuin ympäristönkin suhteen (ks. Townsend ym. 2007a, 117). Vuorovaikutusta ja ilmaisua edistääkseni suunnittelin käyttäväni kuvakollaasityöskentelyssä pienryhmiä, sillä Finlayn (2001, 70) mukaan ryhmäläisiä kannattaa ensin rohkaista työskentelyyn pienissä ryhmissä, ja vasta sen jälkeen pyrkiä rakentamaan laajempaa vuorovaikutusta. Toimintavaiheeseen lisäsin toiseksi toiminnaksi pihasuunnitelmaluonnoksen esittelyn ja yhteisen suunnittelun, jotta saisin konkreettista palautetta ja ehdotuksia alustavaan suunnitelmaluonnokseen.

Laadin asukastilaisuudesta avoimen kutsun/ilmoituksen, jonka toimitin sähköpostilla Honkaharjun palvelutalon tukiryhmän jäsenille. Lisäksi kutsuja toimitettiin Kuusikummun palvelutalon ja Vaiho-osaston keskeisimmille paikoille. Kutsut olivat nähtävillä puolitoista viikkoa ennen asukasilta. Lisäksi kopioin Vaiho-osastolle kutsuja jaettaviksi hoitajaksolla olevien asukkaiden mukana koteihin. Kutsu asukastilaisuuteen oli kaikille avoin, eikä sinne ollut etukäteisilmoittautumista, sillä aikaisemmin järjestettyihin Honkaharjun palvelutalon tilaisuuksiin oli osallistunut korkeintaan parikymmentä henkilöä. Tilaisuuden järjestämisessä sain apua Honkaharjun palvelutalon virikeohjaaja Janette Kotaselta, joka auttoi minua tilojen ja resurssien hankkimisessa, kutsujen toimittamisessa sekä tilojen valmistelussa.

4.1.2 Asukastilaisuuden toteutus

Asukastilaisuus toteutettiin marraskuun alussa arki-iltana. Asukastilaisuuteen saapui kaikkiaan 14 henkilöä, joista toimintavaiheeseen osallistui kahdeksan henkilöä. Mukana toimintavaiheessa oli henkilökunnan, asukkaiden kuin omaisten edustajia. Lisäksi Honkaharjun palvelutalon Artunpirtti-osaston henkilökunta ja asukkaat olivat laatineet listan piha-alueeseen liittyvistä toivottavista ominaisuuksista, joka minulle välitettiin tilaisuudessa.

Orientaatiovaiheen toteutin suunnitelman mukaisesti. Toimintavaiheen kuvakollaasityöskentely toteutettiin ryhmissä. Toiminnassa tarvittava materiaali oli mukautettu niin, että se tarjosi visuaalisia vihjeitä työskentelyn teemasta eli piha-alueen suunnittelusta. Valmiit kuvakollaasit esiteltiin suunnitelman mukaisesti. Toimintavaiheen toisessa toiminnassa tarkasteltiin pihasuunnitelman pohjapiirroksen alustavaa luonnosta. Se oli suurennettu kokoon 1:100, joten siitä oli helppo hahmottaa pihan ominaisuudet. Osallistujat osallistuivat keskusteluun ja tekivät konkreettisia ehdotuksia pohjapiirroksen.

Tilaisuuden purkamisvaiheessa keskusteltiin illalle asetettujen tavoitteiden saavuttamisesta, ja kerroin pihasuunnittelun etenemisestä asukasillan jälkeen. Pyysin myös lupaa saada säilyttää ja käyttää kuvakollaaseja opinnäytetyöni raportoinnissa, johon osallistujat antoivat lupansa. Asukastilaisuuden jälkeen ryhmittelin kuvakollaasityöskentelyssä ilmaistut asiat fyysisen ympäristön ja sosiaalisen ympäristön käsitteiden alle. Fyysinen ympäristö jakautui lisäksi luonnolliseen ympäristöön ja rakennettuun ympäristöön. Sosiaalisen ympäristön käsite sisälsi sosiaaliset ryhmät, roolit ja toiminnan muodot. Laadin asukastilaisuuden tuloksista kirjallisen yhteenvedon (liite 4), johon kokosin molempien toimintojen kautta esille tulleet asiat sekä Artunpirtti-osaston välittämät kirjalliset ehdotukset.

Laadin asukastilaisuudesta muistion (liite 5) palvelutalon henkilökunnan toivomuksesta ja toimitin sen sovitusti sähköpostin välityksellä tilaisuuteen osallistuneille Honkaharjun palvelutalon henkilökunnan edustajille. He toimittivat muistion edelleen tilaisuuteen osallistuneille henkilöille sekä talon ilmoitustauluille.

4.2 Pohjapiirroksen laatiminen moniammatillisessa yhteistyössä

Pihasuunnittelu moniammatillisessa työryhmässä alkoi syyskuussa 2011. Työryhmä kokoontui tarpeen mukaan, ja ryhmän kokoonpano riippui kulloisestakin asiasisällöstä. Tarvittaessa työryhmään osallistui asiantuntijana kaupunginarkkitehti Lassi Oikari. Yhteistyö toteutui tapaamisten lisäksi myös sähköpostin ja puhelimen välityksellä. Pasi Paasila välitti henkilökunnan toivomuksia suunnitteluun. Kävin myös sähköpostin välityksellä keskustelua pihan ratkaisuihin Honkaharjun palvelutalon henkilökuntaa edustavien projektin tukiryhmään kuuluvien asiantuntijajäsenten kanssa.

Ensimmäisessä moniammatillisen työryhmän tapaamisessa tarkastelimme arkkitehtitoimiston laatimia piirustuksia oleskeluterassista ja parkkialueen ja oleskeluterassin välisestä kulkuväylästä, jotka oli tarkoitus toteuttaa osana rakennusurakointia mahdollisesti hyvinkin nopealla aikataululla. Toin työryhmässä tietoa niistä terassiin liittyvistä ominaisuuksista, jotka eivät täyttäneet esteettömän ja turvallisen ympäristön kriteereitä. Pian tapaamisen jälkeen kävimme yhdessä moniammatillisen työryhmän ja kaupunginarkkitehdin kanssa paikanpäällä suunnittelemassa tarvittavia muutoksia arkkitehtitoimiston laatimiin piirustuksiin piha-alueen osalta. Olin tuonut työryhmässä esille mm. grillin turvallisuuteen liittyviä ongelmia. Pasi Paasila esittikin, että grilli jätettäisiin pihasuunnitelmasta pois kokonaan, ja kunnollinen grillikatos sijoitettaisiin keskeisemmälle paikalle palvelemaan paremmin koko palvelutaloa. Terassin laattatyyppi oli nk. nurmikivi, joka ei ollut alustana tasainen, joten esitin sen vaihtamista tasaiseen ja luistamattomaan laatoitukseen. Esitin myös parkkialueelle johtavan kulkuväylän leventämistä 1500mm leveäksi, jolloin se olisi riittävän leveä avustajan kanssa liikkumiseen. (Ks. Rakennustietosäätiö RTS 2011, 15–16.) Pohtiessamme terassin kokoa ja tarkkaa sijaintia toin esille, että terassin tulisi olla riittävän tilava erilaisten toimintojen ja tapahtumien mahdollistamiseksi ja lisäksi tilaa tarvittaisiin katettua aluetta varten. Tämän jälkeen työryhmässä suunnittelimme terassin uudet rajat, ja kaupunginarkkitehti laati uudet piirustukset terassista ja kulkuväylästä parkkipaikalle.

4.2.1 Pohjapiirroksen luonnosteluprosessi

Seuraavaksi aloitimme työryhmässä pihasuunnitelman pohjapiirroksen luonnostelun ja tarkoituksenamme oli saada asukastilaisuuteen valmiiksi luonnos, jonka kehittämiseen tilaisuuteen osal-

listujat voisivat osallistua. Työryhmässä sovimme, että aloittaisimme työskentelyn niin, että hahmottelisin aluksi pihan toiminta-alueita.

Ensimmäiseksi analysoin asukas- ja omaisraadin esittämiä toimintoja ja niiden ympäristölle asettamia vaatimuksia. Lisäksi hyödynsin kirjallisuuden ja tutkimusten asiantuntijatietoa muistelusta ja puutarhanhoidosta, jotka voisivat myös edistää eri sukupolvien välistä vuorovaikutusta mahdollistaen samalla asukkaiden osallistumisen tärkeisiin rooleihin ja pätevyyden tunteeseen. Näin muistelun mahdollistaminen huomioitiin suunnittelussa, vaikka sitä ei asukas- ja omaisraadissa tai myöhemmin asukastilaisuudessa tuotukaan esille. Muistelun mahdollistamiseksi esitin työryhmässä esimerkiksi perinteisten pihojen kasvien valitsemista piha-alueelle, minkä suunnittelijahortonomi otti huomioon suunnitellessaan pihan kasveja. Toimintojen analysoiminen osoitti myös leikkivälineiden, lintujen ruokintapaikan, puutarhanhoidon ja kukkaniityn sekä kävelyreitit tarjoamat mahdollisuudet yhteisiin toimintoihin. Suunnittelussa oli otettava huomioon myös asukkaiden mahdollisuudet tarkkailla luontoa ja toiminta-alueiden tapahtumia sisätiloista, joten selvitin pohjapiirrosten avulla, mistä osaston tiloista avautuvat ikkunat millekin pihan alueelle.

Kun olin hahmotellut tärkeitä toimintoja mahdollistavia ominaisuuksia piha-alueella, kävimme suunnitelmaluonnosta yhdessä suunnittelijahortonomin kanssa läpi ja pohdimme erilaisia ratkaisuvaihtoehtoja ja ideoimme suunnitelmaa eteenpäin yhdessä. Yhteisen tarkastelun jälkeen suunnittelijahortonomi piirsi luonnoksen kehitellen samalla pihan vihersuunnitelmaa toiminta-alueiden pohjalta ja tulosti sen lopuksi paperille. Luonnostelu eteni kuvatun prosessin mukaan niin, että luonnosversioita pohjapiirroksista syntyi kaikkiaan viisi kappaletta.

Moniammatillisessa yhteistyössä suunnittelijahortonomilla oli paljon asiantuntemusta erilaisista viherratkaisuista, puisto- ja pihavälineistä ja niiden ominaisuuksista. Kalusteiden ja leikkivälineiden suunnittelussa kävin myös läpi tuotekuvastoja ja otin myös yhteyttä tuote-edustajaan. Lisäksi kävin tutustumassa joihinkin kaluste-, materiaali- tai leikkivälinevaihtoehtoihin sekä yhdessä suunnittelijahortonomin kanssa että yksin hänen antamiensa tutustumisvinkkien perusteella. Näitä olivat esimerkiksi linnunpesäkeinu, turva-alusta, puutarhakeinu, kukka-astia, aita ja portit, suihkulähde, kivituhka-alusta ja nurmikon reunakivet. Mikäli sopiva tuote löytyi, se merkittiin pohjapiirroksen tuotetietoineen. Muutoin suunnitelmaan merkittiin tarvittavan esineen tai rakennelman yleisnimi, kappalemäärä ja esimerkkiväri. Lisäksi sovimme, että kuvaisin tuotteen suotavat ominaisuudet tarkemmin suunnitelman kirjallisessa osiossa (liite 8).

Asukastilaisuudessa oli nähtävillä kolmannen luonnostelukierroksen pohjapiirros. Asukastilaisuudessa kerätyn tiedon ja käydyn keskustelun perusteella pohjapiirrokseen tehtiin muutoksia. Asukastilaisuuden pohjalta muutettua, neljättä luonnosversiota kävin esittelemässä marraskuun asukas- ja omaisraadissa, jonka palautteen pohjalta suunnitelmaan tehtiin vielä muutoksia. Tämän jälkeen syntyi lopullinen pohjapiirros (liite 8).

4.2.2 Toiminta-alueiden suunnittelu

Oleskeluterassi

Laatoitetulle oleskeluterassille (ks. liite 8, luku 3) on käynti suoraan sisätiloista, joten se on pihan saavutettavin alue kaikkien asukkaiden kannalta. Siksi siellä tulisi voida osallistua mahdollisimman moniin asukkaille merkityksellisiin toimintoihin, kuten seurusteluun, leikkipaikan tarkkailuun, luonnon tarkkailuun ja kasvien hoitamiseen. Lisäksi oleskeluterassilla tulisi olla mahdollisuus saavuttaa erilaisia aistikokemuksia kuten keinumisen, kasvien tuoksut ja luonnon äänien ja veden soinan kuuntelun. Kirjallisuudessa ja valtakunnallisissa suosituksissa oli korostettu kulttuurin ja esteettisten kokemusten tärkeyttä, joten terassin suunnittelussa pyrin mahdollistamaan perinteisten juhlien ja kulttuuritapahtumien vaatimaa tilaa siten, että kalusteiden paikat olisivat muunneltavissa toiminnan mukaan. Lisäksi kiinnitin huomiota siihen, miten erilaiset kalusteratkaisut voisivat palvella eri käyttötarkoituksia. Esimerkiksi kasvien hoitoa varten olin alun perin pohtinut korotettua istutuslaatikkoa, jonka alle olisi päässyt pyörätuolilla. Myöhemmin tulin kuitenkin siihen tulokseen, että oikein mitoitettu pöytä mahdollistaisi paitsi ruukkukasvien hoitamisen, se voisi toimia myös monipuolisena työpöytänä tai laskutasona toiminnan vaatimusten mukaan. Pöytäryhmään ehdotin hankittavaksi penkin ja kahden tuolin sijaan neljä tuolia, joita tarpeen mukaan olisi helpompi siirrellä esimerkiksi silloin, kun tilaa tarvittaisiin pyörätuolille.

Yhdentekevää ei myöskään ollut se, miten kalusteet tulisi sijoittaa, jotta esimerkiksi luonnon tarkkailu, seurustelu ja omasta rauhasta nauttiminen mahdollistuisivat turvallisuusnäkökulmat huomioiden. Esimerkiksi kiinteästi asennettavan puutarhakeinin sijaintia pohdin turvallisuuden näkökulmasta pitkään, sillä haasteet syvyyksien arvioimisessa tai vaarojen välttämässä voivat vaikeuttaa liikkuvan keinun väistämistä (ks. Levy 2005, 366). Päädyin ehdottamaan keinun sijoittamista terassin reunalle paikkaan, johon ei liity läpikulkua, ja josta on mahdollisuus tarkkailla omassa rauhassaan suihkulähdettä, terassin ja piha-alueen tapahtumia sekä luontoa. Myös pöytäryhmää ehdotin sijoitettavaksi niin, että siitä voi seurata sekä terassin että piha-alueen tapahtumia.

Honkaharjun palvelutalon henkilökunta esitti toivomuksen aidatusta piha-alueesta, jotta asukkaiden ulkoilu olisi mahdollisimman turvallista. Työryhmässä emme halunneet lähteä aitaamaan koko piha-aluetta, sillä pihan ajatushan oli toimia avoimena kohtaamispaikkana. Pidimme tarkoituksenmukaisimpana vaihtoehtona suoraan sisäänkäyntiin liittyvän oleskeluterassin aitaamista, jotta asukkaat voisivat liikkua mahdollisimman vapaasti ulos ja sisälle. Aitamateriaaliksi valittiin koristeellinen metalliaita, jonka valintaan vaikutti se, että henkilökunnan edustajat toivat esille lautaidan estävän näkemästä piha-alueelle. Lisäksi suunnittelijahortonomi kertoi positiivisista kokemuksista mm. leikkipuistojen aitaamisessa nykyisin käytetystä metalliaitamallista, joka ei estäisi näkemästä piha-alueelle ja joka pysyy siistimpänä ja vaatii vähemmän huoltoa, kuin puumateriaali. Lisäksi hän kertoi, että kyseisen aitamallin portit ovat osoittautuneet erittäin toimiviksi. Suunnitelimme metalliaidan ilmettä pehmennettävän lisäksi kasvillisuudella.

Alustavaan luonnokseen aidan väriksi oli merkitty vaalean harmaa, jonka epäilin kuitenkin erottuvan heikosti ympäristöstä erityisesti lumisena vuodenaikana. Lisäksi pelkäsin, että harmaa metallimateriaali voisi tuoda mieleen metalliverkkoaidan, joka symboloi suljettua ja vartioitua paikkaa. Aidan korkeuteen liittyen eri tahot toivat esille, että 2000mm korkea aita olisi riittävän turvallinen sellaisten henkilöiden kannalta, jotka pyrkivät poistumaan osastolta. Toin kuitenkin esille riskiä siitä, että elvyttävä ulkoilukokemus voi vaarantua, jos asukas kokeekin olevansa ”häkissä”. Lisäksi toin esille riskejä siitä, että huomattavan korkea aita saattaa välittää ympäristölle negatiivista viestiä ikäihmisistä, kun pihan alkuperäinen ajatus oli osallisuuden lisääminen. Kävin vuoropuhelua aidan väristä ja korkeudesta myös henkilökunnan edustajien kanssa. Keskustelujen pohjalta esitin ratkaisuksi 1500mm korkeaa aitaa, jonka yli ei ole aivan helppo kiivetä. Väriksi esitin mustaa, joka koristeellisessa aitamallissa antaa arvokkaan vaikutelman ja erottuu samalla selkeästi ympäristöstä.

Pihan toiminta-alueiden välineiden ja kalusteiden, kuten roskakorin ja tuhkakupin valinnassa kiinnitin huomiota niiden tunnistettavuuteen ja visuaaliseen ohjaavuuteen, häikäsemättömyyteen ja värikontrasteihin, jotka auttavat kompensoimaan alentunutta muistikapasiteettia sekä sensorisia ja hahmotuksellisia valmiuksia (ks. Levy 2005, 329). Kannellisen roskakorin valintaan vaikutti paitsi se, etteivät tuuli tai linnut eivät pääse levittämään roskia, kansi oli tärkeä myös siitä syystä, että se voisi ehkäistä roskakorin sisällön käsittelyä, jota voi muistisairaalla henkilöllä esiintyä, kun kyky automaattisten reaktioiden estämiseen heikkenee (ks. Levy 2005, 358). Tuhkakupin suhteen kävimme työryhmässä keskustelua siitä, onko sen asentaminen tarkoituksenmukaista terveyden edistämisen näkökulmasta. Jollekin asukkaista tupakan tai piipun polttelu on kuitenkin yksi har-

voista merkityksellisistä toiminnoista, joihin ylipäätään on mahdollisuus osallistua. Toiminnan merkitystä tuotiin myös asukastilaisuudessa esille, joten pidimme tuhkakupia tästä näkökulmasta perusteltuna ratkaisuna.

Kävelyreitti

Turvallisen pihalla kävelyn mahdollistamiseksi ja eksymisen minimoimiseksi olisin toivonut, että piha-alueelle olisi saatu yhtenäinen ympyrälenkki, joka johdattaisi kulkijan takaisin lähtöpisteeseen. Piha eteläpään oli mahdollista saada pieni ympyrälenkki, mutta koska pihan pohjoispään toiminta-alueille tarvittiin myös kulkureitti, yhdistin etelä- ja pohjoispään kulkureitit yhdeksi kävelyreitiksi (ks. liite 8, luku 4), jolloin reitille saatiin myös lisää pituutta. Luonnostelin kävelyreitit kuitenkin niin, että se johtaa toiminta-alueelta toiselle, eikä se johdata kulkijaansa pois piha-alueelta.

Kävelyreitit päällystemateriaaliksi ehdotin kivituhkaa, joka on esteettömyyssuosittelun mukainen. Suunnittelijahortonomi kertoi, että olemassa on harmaan lisäksi myös punasävyistä kivituhkaa, jonka valitsimme sen esteettisyyden vuoksi. Kävelyreitit reunojen havaitsemisen edistämiseksi ehdotin esteettömyyssuosittelun mukaisesti, että reunat rajattaisiin erottuvalla materiaalilla (ks. Invalidiliitto Ry 2010b, hakupäivä 20.9.2011). Suunnittelijahortonomi toi myös esille, että rajaus helpottaisi kävelyreitit reunojen pitämistä siistinä. Levähdyspaikkojen sijoittelussa pyrin ottamaan huomioon sekä niiden sopivan etäisyyden toisiinsa nähden, myös mahdollisuuden tarkkailla niistä käsin erilaisia pihan toimintoja sekä lähiympäristöä. Kävelyreitit ja piha-alueen esteettisyyttä, houkuttelevuutta, aistikokemuksia ja muistelua mahdollistamaan kävelyreitit varrelle sijoiteltiin vanhoista pihoista tuttuja kasveja.

Asukastilaisuudessa sekä asukas- ja omaisraadissa tuotiin esille lintujen ruokinta pihan käyttäjille merkityksellisenä toimintana. Ehdotin lintulautaa sijoitettavaksi kävelyreitit varrelle lähelle oleskeluterassia, jotta se olisi helposti saavutettavissa myös lumisena vuodenaikana. Asukastilaisuudessa tuotiin kuitenkin esille, että lintujen ruokintapaikkaan voi liittyä terveysriskejä, jonka seurauksena ruokintapaikka siirrettiin lähelle pientä aukiota aivan pihan toiseen päähän. Asukastilaisuuden jälkeen asukas- ja omaisraadissa vieraillessani toin kuitenkin esille huoltani siitä, asettaako uusi lintujen ruokintapaikan sijainti esteen toiminnan toteuttamiselle, sillä etenkin pakkassäällä parinkymmenen metrin matkan kävely ruokintapaikalle voi olla asukkaalle liian pitkä. Raadin antaman palautteen pohjalta ruokintapaikka siirrettiin lähemmäs sisäänkäyntiä, puutarhanhoitoalueen läheisyyteen, joten sen tapahtumia voisi tarkkailla sekä sisältä, että levähdyspaikan penkiltä käsin.

Leikkipaikka

Sekä asukastilaisuudessa että asukas- ja omaisraadissa toivottiin piha-alueelle leikkivälineitä. Leikkipaikan (ks. liite 8, luku 5) sijoittamisessa tuli ottaa huomioon asukkaiden mahdollisuudet tarkkailla sen tapahtumia, mutta toisaalta tuli ottaa huomioon se, että oleskeluterassilla säilyisi mahdollisuudet vetäytyä omaan rauhaan. Lisäksi leikkialue tuli sijoittaa turvallisen välimatkan päässä tiestä ja parkkialueesta. Leikkivälineiden valinnassa oli otettava huomioon leikkipaikan tarjoamat mahdollisuudet sekä eri-ikäisten lasten leikkiin, mutta sen tulisi edistää myös lasten ja asukkaiden välistä vuorovaikutusta. Prellwitz ja Skär (2007, 149, 152) ovat tutkineet Ruotsissa lasten leikkipuistojen käytettävyyttä. Tutkimuksessa tuotiin esille, että malliltaan tunnistettavat leikkivälineet kuten talo tai eläin, mahdollistivat monipuolisia leikkejä, kuten rooli- ja fantasialeikkejä, mikä myös edisti lasten välistä vuorovaikutusta. Lisäksi tunnistettavat leikkivälineet näyttivät kiinnostavan lapsia pidemmän aikaa verrattuna esimerkiksi monimutkaisiin kiipeilytelineisiin tai liukumäkiin.

Leikkivälineiksi leikkipaikalle esitin aluksi leikkimökkiä, keinua ja hiekkalaatikkoa, jotka ovat pihojen ja puistojen perinteisiä leikkivälineitä. Lasten keskuudessa keinuja pidetään leikkipuiston tärkeimpänä leikkivälineenä, ja ne ovat myös käytetyimpiä leikkivälineitä (Prellwitz & Skär 2007, 148). Leikkimökki olisi ollut tunnistettava, mutta myös vuorovaikutusta, kodikkuutta ja muistelua edistävä leikkiväline pihalle. Työryhmässä tuotiin kuitenkin esille leikkimökkiin ja katosrakennelmiin liittyviä ilkövaltaan ja asiattomaan oleskeluun liittyviä ongelmia, joten siitä luovuttiin.

Leikkipaikan suunnittelussa jouduin tekemään kompromisseja esteettömyysohjeiden ja esteettisyyden ja käyttäjälähtöisyyden välillä. Esteettömyysohjeissa suositeltiin jousikeinusta selkänöjallista mallia ja hiekkalaatikosta korotettua mallia, jotka olisivat sopineet hyvin myös liikuntarajoitteiselle lapselle (ks. Esteettömän ympäristön suunnitteluohjekortti 6/8 2008, hakupäivä 14.11.2011). Eräältä valmistajalta löysin selkänöjallisen jousikeinun ja jalallisen, korotetun hiekkalaatikon, mutta niiden käyttötarkoitus ei kuitenkaan ollut visuaalisesti yhtä selkeästi tunnistettavissa verrattuna perinteiseen hiekkalaatikkoon tai keinuhevosen malliseen jousikeinuun. Päädyinkin tässä tapauksessa painottamaan leikkivälineiden tunnistettavuutta ja esteettisyyttä, ja lisäksi niiden suosittelamiseen vaikutti myös se, että ne molemmat voivat symboloida leikkiä ja lapsuutta, ja ne voivat tuoda asukkaiden mieleen muistoja esimerkiksi siitä, kun omat lapset olivat pieniä.

Toisaalta taas suunnitelmaan merkitty linnunpesäkeinu ei ole yhtä tunnistettava leikkiväline kuin perinteinen lasten keinu, mutta mallin suositteluun vaikutti se, että suunnittelijahortonomin mukaan uudet linnunpesäkeinut ovat saavuttaneet leikkipuistoissa lasten ja aikuistenkin suuren suosion, joten malli voisi houkuttaa lähialueen lapsia pihalle keinumään. Lisäksi keinuun mahtuu kerralla useampikin lapsi tai aikuinen yhdessä lapsen kanssa, mikä mahdollistaa jaetun kokemuksen. Linnunpesäkeinussa voi myös oikaista itsensä pitkälle, eikä se edellytä yhtä hyvää istumatasapainoa, kuin perinteinen keinu. Erityisesti muistisairaajat asukkaat voisivat nauttia linnunpesäkeinun tarjoamista aistikokemuksista ja toistavasta liikkeestä (ks. Levy 2005, 370).

Puutarhanhoitoalue

Puutarhanhoitoalueen (ks. liite 8, luku 6) marjapensaiden saavuttamiseksi liikkumisen apuvälinettä käyttävälle esitin kovapintaista kulkuväylää, jonka suunnittelijahortonomi piirsi niin, että kulkuväylä kiertää marjapensaita kokonaisuudessaan. Asukastilaisuudessa keräämäni tiedon pohjalta puutarhanhoitoalueelle lisättiin korotettu viljelylaatikko, jonka hoitamiseen voisivat osallistua myös henkilöt, joiden olisi haasteellista kumartua alas maahan saakka.

Useimmat piha- ja puutarhatyöt edellyttävät yksinkertaisten työvälineiden käyttöä (vrt. Pierce 2003, 161). Jotta asukkaat voisivat osallistua näihin toimintoihin, olisi työvälineiden oltava helposti sekä hoitohenkilökunnan että asukkaiden saavutettavissa. Lisäksi esineen löytyminen tietystä, ennustettavasta paikasta auttaisi pihan käyttäjiä muodostamaan rutiineita (ks. Pierce 2003, 161). Päädyinkin esittämään pihalle turvallista puutarhavajaa, josta työvälineen voisi vaivattomasti löytää, mikä mahdollistaisi esimerkiksi sen, että hoitaja voisi asettaa haravan vajan seinustalle tarjoamaan muistisairaalle asukkaalle konkreettisen vihjeen toiminnasta (ks. Levy 2005, 365).

Pohjapiirroksia tarkastellessani huomasin, että kasvien kastelua mahdollistavaa vesipistettä ei ollut sisätiloissa uloskäynnin välittömässä läheisyydessä eikä myöskään rakennuksen ulkopuolella. Esitinkin pihalle vesipistettä, jonka suunnittelijahortonomi piirsi luonnokseen. Sen jälkeen tein esityksen vesipisteen siirtämisestä riittävän kauaksi kävelyreitistä, jotta se ei aiheuttaisi kompastumisvaaraa. Lisäksi esitin vesipisteen edustan leventämistä ja pinnoittamista niin, että se olisi saavutettavissa myös liikkumisen apuvälinettä käyttävälle.

Pieni aukio

Asukastilaisuudessa esitellyssä luonnosversiossa pienellä aukiolla (ks. liite 8, luku 7) oli puutarhakeinu, kaksi puistopenkkiä ja kaksi istutuslaatikkoa. Asukastilaisuudessa tuotiin kuitenkin esille,

että pienellä aukiolla olisi suotavaa olla enemmän vapaata tilaa esimerkiksi pihapelien pelaamista varten. Toisaalta riittävä määrä istuinpaikkoja nähtiin tärkeänä. Pientä aukiota ei kuitenkaan ollut mahdollisuutta lähteä suurentamaan, joten tein työryhmälle ehdotuksen pienen aukion kalusteiden määrään ja sijaintiin liittyvistä muutoksista, jotta saataisiin aukiolle lisää vapaata tilaa. Suunnittelijahortonomi ideoi penkit pientä aukiota ympäröivien luonnonkivimuurien päälle, ja tein suosituksen penkinä toimivan muurin sopivasta korkeudesta.

Asukastilaisuudessa esitettiin kivituhkapintaiselle pienelle aukiolle pintamateriaaliksi turvalustaa, ja toisena vaihtoehtona oli tuotu esille asfalttipinnoitetta. Työryhmässä pohdimme turvalustan käytettävyyttä, sillä alustana se on melko pehmeä ja joustava, mikä voi lisätä liikkumisen työläyttä. Toisaalta pohdimme asfalttoinnin ristiriitoja suhteessa ympäristön esteettisyyteen sekä viherympäristön elvyttävyyteen mutta myös asfalttoinnin suuriin kustannuksiin. Päädyimme säilyttämään pienen aukion pintamateriaalin kivituhkana, joka on asfalttia luonnollisempi ja esteettisempi vaihtoehto, mahdollistaen kuitenkin liikkumisen myös apuvälineitä käyttäville henkilöille.

4.3 Toimintalähtöisen pihasuunnitelman laatiminen

Pihasuunnitelmaluonnostelun loppuvaiheessa luonnostelin ja toteutin suunnitelman kirjallisen osion, jonka nimesin Honkaharjun palvelutalon toimintalähtöiseksi pihasuunnitelmaksi (liite 8). Jäsensin suunnitelman toiminta-alueiden mukaan omiin päälukuihinsa, jotka olivat oleskeluterassi, kävelyreitti, leikkipaikka, puutarhanhoitoalue sekä pieni aukio. Laadin jokaiseen lukuun kuvauksen niistä toiminnoista, joita kyseinen toiminta-alue mahdollistaa. Sen jälkeen kuvasin alaluvuissa yksityiskohtaisemmin toimintaa mahdollistavia fyysisen ympäristön objekteja ja niiden ominaisuuksia. Kirjasin tarkasti sellaisia esteettömään ympäristöön liittyviä mittoja ja ominaisuuksia, jotka suoraan pihasuunnitelmasta eivät olisi nähtävissä. Näitä olivat mm. suositukset kulkuväylien kaltevuuksista. Puutarhanhoitoaluetta, kävelyreittiä ja oleskeluterassia käsittelevien luku-
jen loppuun lisäsin alaluvun, Muuta suositeltavaa välineistöä. Näissä mainitsin sellaisia esineitä ja ominaisuuksia, joita asukastilaisuudessa ja toimintaa analysoidessani olin saanut selville, mutta joita ei pohjapiirroksessa ollut tarkoituksenmukaista tuoda esille. Ne eivät siten liittyneet varsinaisesti pihan rakentamiseen, vaan ne liittyivät pikemminkin henkilökunnan työhön ja pihalle hankittavaan välineistöön.

Jotta pohjapiirros ja kirjallinen toimintalähtöinen pihasuunnitelma muodostaisivat toisiaan täydentävän kokonaisuuden, käytin kirjallisessa suunnitelmassa mahdollisimman pitkälle samoja käsit-

teitä ja merkintöjä kasvien, kalusteiden ja varusteiden, leikkivälineiden ym. perässä, kuin mitä oli käytetty pohjapiirroksen merkinnöissä. Lisäksi käytin lähdeviittauksia tietojen tarkistamisen mahdollistamiseksi. Vaikka toimintälähtöinen pihasuunnitelma sisälsi paljon tärkeää yksityiskohtaista tietoa, halusin vielä varmistua siitä, että pohjapiirroksen lukija saisi ymmärrystä kyseisten valintojen merkityksestä. Siksi laadin toimintälähtöisen pihasuunnitelman alkuun johdanto-luvun sekä luvun, jossa toin esille toiminnan merkitystä sekä piha- ja luontoympäristöjen tärkeyttä, suosituksia ja esteettömyyttä. Toisessa luvussa toin myös esille myös valaistukseen liittyviä suosituksia, joita sähkösuunnitelman laatija voisi halutessaan hyödyntää ja hakea lähdeviittausten perusteella lisätietoa.

Tekstin luettavuuteen ja selkeyteen vaikuttavat fontin koko, merkkiväli, sanaväli, rivin pituus, riviväli, tekstin asettelu ja palstan väri. Lisäksi kirjaintyyppi, jonka kirjaimet erottuvat selkeästi toisistaan, on helppolukuisempi. (Pesonen 2007, 31.) Valitsin suunnitelmassa käytettäväksi päätteettömiä groteski-kirjaimia, jotka ovat Pesosen (2007, 30) mukaan parhaimmillaan lyhyissä teksteissä. Valitsin fontin kooksi 12p, jota käytetään paljon virallisissa teksteissä, ja lisäksi se on nopeasti luettavaa, sillä se ei ole liian suurta eikä liian pientä. Toimintälähtöistä pihasuunnitelmaa laatiessani kokeilin erilaisia tiivistelmiä ja tekstilaatikoita tiivistetyn informaation ilmaisemiseksi, joilla on Ikkävalkon (1995, 85) mukaan lukemista helpottava vaikutus. Koin tarpeelliseksi lisätä tekstilaatikoita lukuihin, jotka sisälsivät runsaasti yksityiskohtaisia tietoja kuten esimerkiksi mittoja. Tekstilaatikon taustaväriksi valitsin vaaleankeltaisen, sillä keltainen väri tuntuu tulevan katsojaa lähelle (ks. Regårdh 2004, 26).

Honkaharjun palvelutalon toimintälähtöiseen pihasuunnitelmaan sain ohjaavilta opettajiltani tärkeää palautetta mm. liittyen toimintaterapeutin roolin esille tuomiseen johdanto-osiossa. Heidän palautteensa kannusti minua tuomaan toiminnan näkökulmaa näkyvämpään rooliin myös pihan toiminta-alueiden suunnittelussa.

4.4 Palautelomakkeen laadinta ja palautteen kerääminen

Kerätäkseni projektista kirjallista palautetta yhteistyökumppanilta, laadin palautelomakkeen (liite 6), jonka tarkoitus oli kerätä tietoa projektille asetettujen laatukriteerien täyttymisestä, tavoitteen saavuttamisesta sekä projektin aikana toteutuneesta yhteistyöstä. Palautelomakkeeseen laadin strukturoituja kysymyksiä, mutta myös avoimia kysymyksiä saadakseni kuvailevaa tietoa. Kun pihasuunnitelma oli hyväksytty, toimitin yhteensä kuusi palautelomaketta saatekirjeineen ja palau-

tuskuorineen projektin moniammatillisen työryhmän jäsenille sekä tukiryhmään kuuluneille palvelutalon henkilökunnan edustajille ja kaupunginarkkitehdille.

Kaikki palautekirjeen saaneet henkilöt täyttivät ja palauttavat lomakkeen. Palautteita analysoidessani kokosin annetut palautteet yhteen palautelomakepohjalle. Näin pystyin laskemaan suoraan lomakkeelta strukturoitujen kysymysten tulokset. Avointen kysymysten analysoinnissa ryhmittelin samansisältöiset vastaukset niitä kuvaavan käsitteen alle. Erottaakseni lomakkeelta palautteen antajan roolin projektiorganisaatiossa, käytin palautteiden kirjaamisessa värikoodeja.

5 PROJEKTIN ARVIOINTI

Projektin loppuraportissa arvioidaan, miten hyvin projektille asetettu tavoite on saavutettu. Projektin arvioinnin tehtävänä on saattaa projektista saadut kokemukset käyttökelpoisiksi, ja se voi painottaa mm. ratkaisujen valintaan, projektisuunnitteluun, projektiorganisaatioon, projektin aikaiseen ohjaukseen ja seurantaan sekä tavoitteen toteutumiseen. (Karlsson & Marttala 2001, 98–99.)

Toiminnan näkökulma Honkaharjun palvelutalon pihasuunnitteluun -projektin arviointi sisältää asetettujen tavoitteiden saavuttamisen arvioinnin, asetettujen laatuksiteerien saavuttamisen arvioinnin sekä työskentelyprosessin arvioinnin. Arviointi on toteutettu sekä itsearviointina että pihan käyttäjiltä ja yhteistyökumppanilta saadun palautteen ja arvioinnin pohjalta.

5.1 Projektin tavoitteiden saavuttamisen arviointi

Projektin tulostavoitteena oli Honkaharjun palvelutalolle laadittava pihasuunnitelma. Se oli tarkoitus laatia moniammatillisessa yhteistyössä, johon toimintaterapeutti-opiskelijan tehtävänä oli tuoda toiminnan- sekä pihan käyttäjien näkökulma. Pihasuunnitelman oli tarkoitus koostua pohjapiirroksista ja sitä täydentävästä kirjallisesta toimintälähtöisestä pihasuunnitelmasta.

Projektin tuloksena syntynyt pihasuunnitelma koostuu pohjapiirroksista ja sitä täydentävästä Honkaharjun palvelutalon toimintälähtöisestä pihasuunnitelmasta. Pohjapiirros on laadittu moniammatillisessa yhteistyössä, johon olen osallistunut yhdessä suunnittelijahortonomi Jouko Härkösen ja Honkaharjun palvelutalon esimiehen, Pasi Paasilan kanssa. Lisäksi kaupungin arkkitehti Lassi Oikari on tarpeen mukaan osallistunut työryhmään asiantuntijana.

Pihasuunnitelmaan on tuotu pihan käyttäjien näkökulma niin, että suunnittelun lähtökohdaksi on kerätty asukastilaisuudessa ja asukas- ja omaisraadissa tietoa pihan käyttäjille merkityksellisistä toiminnoista ja niitä mahdollistavista pihan ominaisuuksista. Olen tuonut suunnitteluun toimintaterapian teoriaperustaan liittyvää tietoa merkityksellisiin toimintoihin osallistumisesta, toiminnallisten tapojen ja tottumusten sekä tärkeiden elämänroolien merkityksestä. Lisäksi olen tuonut suunnitteluun tietoa siitä, miten esimerkiksi muistisairaus voi vaikuttaa henkilön toiminnalliseen suoriutumiseen.

seen. Tämä näkyy suunnitellulla piha-alueella esimerkiksi niin, että kävelylenkkeihin, pihan töihin sekä luonnon ja vuodenaikojen tarkkailuun liittyvien tottumusten jatkamiselle on edellytykset ko-
toa hoivaympäristöön siirryttäessä. Myös muistelun mahdollistaminen sekä monipuolisten aistiko-
kemusten mahdollistaminen sekä ympäristön tarjoamat vihjeet on otettu pihasuunnittelussa huo-
mioon.

Projektin ensimmäisenä välittömänä toiminnallisena tavoitteena oli, että Honkaharjun palvelutalon
asukkaat, läheiset ja henkilökunta osallistuvat suunnitteluun. Syyskuun kokoontumisessa asu-
kas- ja omaisraati sai tietoa pihasuunnitteluun liittyvästä projektista, ja raadin jäsenet toivat aktii-
visesti esille asukkaille merkityksellisiä toimintoja sekä sellaisia pihan ominaisuuksia, jotka kokivat
tärkeäksi oman läheisensä toimintamahdollisuuksien näkökulmasta. Myöhemmin syksyllä asu-
kas- ja omaisraati pääsi vaikuttamaan viimeistelyvaiheessa olevaan pihasuunnitelmaan. Asukas-
tilaisuus ei tavoittanut yhtään Honkaharjun palvelutalon asukasta, jonka suhteen tavoitteen saa-
vuttamista on kriittisesti pohdittava. Sen sijaan palvelutalon asukasryhmää voi katsoa edustaneen
paikalla olleet Kuusikummun palvelutalon asukkaat, jotka toivat yhteisen toiminnan mahdollista-
mana oman asiantuntemuksensa suunnitteluun. Asukastilaisuuteen osallistuneet henkilökunnan
edustajat osallistuivat niin ikään suunnitteluun, ja he toivat näkökulmiaan esille myös mm. sähkö-
postin välityksellä käymässämme kirjeenvaihdossa. Minulle välitetty kirjallinen yhteenveto Artun-
pirtti-osaston asukkaiden ja henkilökunnan ajatuksista oli tärkeä lisä pihasuunnittelun tueksi.

Asukastilaisuudessa käytetyt toiminnot edistivät osallistumista pihasuunnitteluun hyvin. Asukasti-
laisuudessa valmistetut kuvakollaasit toimivat myös itsessään erittäin informatiivisena ja rikkaana
dokumenttina perustellessani moniammatillisessa työryhmässä suunnitelmaan liittyviä ratkaisuja
ja valintoja. Erityisesti asukkaiden valmistama kuvakollaasi oli niin puhutteleva, että palvelutalon
johtaja esitti toivomuksen sen luovuttamisesta palvelutalolle projektin päättymisen jälkeen.

Projektin välittömänä toiminnallisena tavoitteena oli myös, että pihasuunnitelmaa käytetään pihan
rakentamisessa. Suunnittelijahortonomi Jouko Härkönen on laatinut pihasuunnitelmasta kustan-
nusarvion, ja suunnitelman toteuttamiseksi ollaan hakemassa rahoitusta. Oleskeluterassin laatoi-
tus ja kulkuväylä parkkialueelta oleskeluterassille on toteutettu osana rakennusurakointia jo en-
nen pihasuunnitelman valmistumista. Ne toteutettiin kaupunginarkkitehdin laatimien muutospirus-
tusten pohjalta, jotka pohjautuivat moniammatillisessa työryhmässä tehtyihin muutosehdotuksiin.

Asiakaspalautteen perusteella opinnäytetyön tarkoitus ja tavoite vastasivat projektin yhteistyökumppanin opinnäytetyölle asettamaa tavoitetta ja tarkoitusta, ja opinnäytetyö arvioitiin kiitettäväksi. Tätä mieltä olivat kaikki palautteeseen vastanneista (6/6). Kaikkien vastaajien mukaan pihasuunnitelmaa voidaan käyttää hyväksi käytännön toiminnassa erittäin paljon. Kaikki palautteeseen vastanneet toivat palautteessaan esille, että pihasuunnitelmaa voidaan käyttää hyväksi pihan toteuttamisessa. Projektin asettaja kuvasi, että pihasuunnitelma on jo otettu käyttöön, ja sen pohjalta laaditaan alueelle lähiliikuntapaikka kaiken ikäisille ihmisille. Hän toi myös esille, että suunnitelman toteuttamiseksi on haettu myös hanke-rahoitusta ja suunnitelma pyritään toteuttamaan kesän ja syksyn 2012 aikana. Palvelutalon henkilökunnan edustajien osalta mainittiin pihasuunnitelman sisältävän runsaasti tietoa ja vinkkejä, joita voidaan käyttää hyväksi käytännön työssä. Lisäksi kaksi henkilökunnan edustajaa toi esille, että pihasuunnitelmaa voidaan hyödyntää ulkoilu- ja virkistyskäytössä asukkaiden, omaisten ja lähialueen asukkaiden kanssa.

Opinnäytetyön tuloksia hyödyntäviksi tahoiksi neljässä kuudesta vastauksesta mainittiin pihan rakentaja tai suunnitelman käytäntöön panija. Lisäksi kolmessa vastauksessa mainittiin, että pihasuunnitelmaa voitaisiin hyödyntää myös muissa kohteissa. Esimerkiksi suunnittelijahortonomi toi esille, että opinnäytetyön tuloksia voidaan käyttää tulevaisuudessa suunnittelukohteissa esimerkkikohteena. Projektin asettaja uskoi, että opinnäytetyön tuloksia voisivat hyödyntää myös muut kunnat, ja hän lisäsi opinnäytetyön tuoneen esiin tarpeen huomioida ympäristö kokonaisuutena, joka jatkossa voisi auttaa huomioimaan ikäihmisten tarpeet turvalliselle ja virikkeelliselle ympäristölle. Lisäksi henkilökunnan edustajan palautteessa tuotiin esille, että kaikki vanhustenhuoltoon liittyvät tahot, myös muut laitokset ja asumisympäristöt voisivat hyödyntää tuloksia. Opinnäytetyön hyödyntämisen mahdollisiksi esteinä nähtiin rahoitukseen liittyvät pulmat, mikä tuotiin esille kahdessa palautteessa. Muita esteitä opinnäytetyön hyödyntämiselle ei palautteissa tuotu esille.

5.2 Pihasuunnitelman laatuksien saavuttaminen

Sosiaali- ja terveydenhuollossa laatu voidaan määritellä kyvyksi täyttää asiakkaan palvelujen tarve ammattitaidolla, edullisin kustannuksin ja lakien, asetusten ja määräysten mukaan. Tuotteen laatu koostuu osin näkyvistä, mitattavista ominaisuuksista, ja osin sisäisistä, vaikeasti mitattavista subjektiivisista piirteistä, jolloin laatu on asiakkaan elämys laadusta. (Idänpää-Heikkilä ym. 2000, 8-9.) Projektille asettamani laatuksien olivat toimintälähtöisyys, asiakaslähtöisyys, turvallisuus, luotettavuus sekä selkeys.

5.2.1 Asiakslähtöisyys

Pihasuunnitelman asiakslähtöisyyttä osoittavat asiakslähtöisesti, asiakkaiden arvoja kunnioittaen valitut pihan toiminnot että asiakkaiden osallistuminen suunnitteluprosessiin eri vaiheissa. Kävelyn, seurustelun, luonnon- ja eläinten tarkkailun, lintujen ruokinnan, kasvien hoidon sekä lasten leikkien tarkkailemisen mahdollistaminen on valittu suunnitelmaan asukas- ja omaisraadissa esiin nousseiden toiveiden ja tarpeiden pohjalta.

Asukastilaisuuden selkeä rakenne ja tarkoituksenmukainen toiminta mahdollistivat osallistujien omien toiminnallisten tarpeiden ja toiveiden tunnistamista ja niiden ilmaisemista edistämällä projektin asiakslähtöisyyttä. Erityisen paljon sain tietoa niistä toiveista ja tarpeista, jotka liittyvät pihalla tapahtuviin, merkityksellisiin toimintoihin eri vuodenaikoina. Tämä tieto auttoi myös varmistamaan sitä, että luonnokseen valitut toiminta-alueet olivat asiakslähtöisiä ja perusteltuja. Tilaisuuden purkamisvaiheessa asukkaat antoivat palautetta mukavasta tilaisuudesta. Lisäksi asukkaat antoivat kiitosta ruohonjuuritasolta lähtevästä työskentelytavasta.

Asiakslähtöisyyttä osoittaa myös se, että ikääntymiseen liittyvät muutokset fyysisissä-, kognitiivisissa- ja affektiivisissa tekijöissä on otettu huomioon niin, että suunnitelman ratkaisussa on noudateltu fyysisen ympäristön rakentamiselle annettuja esteettömyyssohjeita, joita on täydennetty esteettisillä ja elämäntapalähtöisillä ratkaisulla. Kaikkien kuuden asiakaspalautteeseen vastanneen mielestä asiakslähtöisyys toteutui pihasuunnitelmassa hyvin. Perusteluissaan kaikki vastaajat toivat esille asiakkaiden mahdollisuutta osallistua ja vaikuttaa pihasuunnitteluun.

5.2.2 Toimintalähtöisyys

Asukastilaisuudessa korostui toiminnan näkökulma: toimintaa käytettiin välineenä tavoitteen saavuttamiseksi, ja lisäksi käytetty ryhmätoiminta auttoi pihan käyttäjiä tutkimaan ja tunnistamaan itselleen merkityksellisiä toimintoja. Esimerkiksi eräs asukkaista kertoi kuvakollaasin valmistamisen herättäneen muistoja omalta kotipihalta. Toiminta mahdollisti osallistujia myös ilmaisemaan ajatuksiaan sekä kuulemaan toisten näkökulmia ja osallistumaan aivan konkreettisesti pihasuunnitelman kehittämiseen. Esimerkiksi eräs henkilökunnan edustajista kertoi, että kuvakollaasin valmistaminen auttoi tuomaan esille pihaan liittyviä tärkeitä ominaisuuksia, joita muutoin ei olisi muistanut ottaa esille. Ryhmätoiminta mahdollisti vuorovaikutuksen pienryhmissä, ja valmiiden

kollaasien esittelyssä toteutui vuorovaikutus ryhmien välillä. Pohjapiirrosluonnoksen tarkastelu mahdollisti konkreettisten ehdotusten tekemisen pihasuunnitelmaan. Lisäksi toimintälähtöisen lähestymistavan toteutumisesta kertoo se, että eräs henkilökunnan edustajista kertoi saaneensa asukastilaisuudesta rohkaisua ja ideoita palvelutalon asukkaiden osallistamiseksi omassa työssään.

Pihasuunnitelman toimintälähtöisyyttä osoittaa myös se, että lähtökohtaisesti pihan suunnittelussa on ollut pyrkimys mahdollistaa asukkaiden merkityksellisinä pitämiin toimintoihin osallistumista. Lisäksi pihasuunnitelman laatimisessa näkyy toimintaterapian teoriaperusta: suunnitelman avulla on pyritty edistämään esimerkiksi isovanhemman rooliin kuuluvia toimintoja niin, että leikkipaikan sijainnin ja leikkivälineiden suunnittelussa on huomioitu asukkaan mahdollisuudet osallistua yhteiseen leikkiin, kun leikkivälineet ovat tuttuja ja helposti saavutettavia. Puutarhanhoitoalue välineineen tarjoaa asukkaalle mahdollisuuden osallistua puutarhan- ja pihanhoitoon kykyjensä ja tottumuksensa mukaan, sillä toiminnot ja niihin liittyvät välineet ovat useimmille tuttuja. Kokemusta omasta pätevyydestä voi myös edistää esimerkiksi puutarhanhoito-ohjeiden antaminen nuoremmalle sukupolvelle. Lisäksi esimerkiksi levähdyspaikkojen sijoittelussa on huomioitu asukkaiden mahdollisuus osallistua toimintaan tarkkailijana, jolloin toiminnasta voi saavuttaa sekundäärisiä elämyksiä. Levähdyspaikat mahdollistavat myös toimintaan osallistumisen omien voimien mukaan.

Kirjallinen, toimintälähtöinen pihasuunnitelma on otsikoitu toiminta-alueittain ja kunkin luvun alussa esitellään ne toiminnot, joita kyseinen alue mahdollistaa. Toimintälähtöiseen pihasuunnitelmaan on koottu myös joitakin ideoita sellaisista välineistä, jotka eivät pohjapiirrokseseen sisälly, mutta jotka voivat olla tärkeitä toimintaan osallistumisen kannalta.

Asiakaspalautteen perusteella toimintälähtöisyys on toteutunut pihasuunnitelmassa erittäin paljon, tätä mieltä olivat kaikki vastaajat. Projektin asettaja toi esille pihan suunnittelun perustuneen asukkaiden piha-alueeseen liittyvien tarpeiden selvittämiseen ja hänen mukaansa toiminnallisuus oli yksi merkittävä suunnittelussa esiin noussut asia. Lisäksi palvelutalon henkilökunnan edustajista kaksi perusteli vastaustaan asukkaiden mahdollisuudella saada vaikuttaa pihasuunnitelmaan/pihasuunnitelmaan. Suunnittelijahortonomin mukaan toimintälähtöisyys on ollut keskeisessä osassa suunnitelman muotoutuessa.

5.2.3 Turvallisuus

Pihasuunnitelman fyysisen ympäristön ratkaisut perustuvat Rakennustietosäätiön (2011) Esteetön rakennus ja ympäristö -suunnitteluoppaan suunnittelu- ja mitoitusperusteisiin sekä ESKEH-kartoitusmenetelmän kriteereihin. Lisäksi suunnittelussa on hyödynnetty SuRaKu-esteettömän rakentamisen ohjekortteja ja kriteereitä sekä luotettavia, erityisesti ikääntyneiden ympäristöjen suunnitteluun tarkoitettuja oppaita.

Liikkumisen turvallisuus on huomioitu suunnitelmassa niin, että kaikki kulkuväylät ovat laatoitettuja tai kivituhkapintaisia, jotka ovat kovia materiaaleja. Kynnyksiä tai portaita ei kulkuväylillä ole, ja lisäksi kirjallisessa toimintälähtöisessä suunnitelmassa ohjeistetaan poikkeamista alustan tasaisuuden suhteen. Kaikki pihan kulkuväylät on mitoitettu suositusten mukaan niin, että liikkumiselle apuvälineen tai avustajan kanssa on riittävästi tilaa. Sisäänkäyntien, kalusteiden ja leikkivälineiden edustalle on varattu tilaa pyörätuolin kääntymistä varten. Lisäksi toimintälähtöisessä pihasuunnitelmassa on esitetty kaltevuussuositukset kulkuväylille, jotka mahdollistavat turvallisen liikkumisen esimerkiksi rollaattorin avulla. Törmäämisriskiä on pyritty minimoimaan niin, että kiinteästi asennetut kalusteet ja varusteet on sijoitettu sivuun kulkureiteiltä. Myös puutarhavaja on sijoitettu kulkuväylästä sivuun, eikä vajan ovi auki ollessaan aiheuta kävelyreitille estettä. Myös tummuuskontrastien avulla edistetään kalusteiden, varusteiden ja rakennelmien erottamista ympäristöstä. Tummuuskontrasteja on käytetty esimerkiksi terrassin kalusteissa, porteissa, puutarhakeinussa, suihkulähteen reunoissa, pergolan pylväissä ja roska-astiassa. Lisäksi piha-alueen turvallisuuteen vaikuttaa oleellisesti sekä valaistus että talviajan kunnossapito, joihin liittyviä suosituksia on yleisemmällä tasolla tuotu toimintälähtöisessä pihasuunnitelmassa esille.

Kävelyreitti on johdateltu kulkemaan toiminta-alueelta toiselle, eikä se johdata kulkijaa pois piha-alueelta. Kävelyreitti on reunustettu tummempana erottavana nurmikonreunuskivellä, mikä auttaa esimerkiksi heikkonäköistä erottamaan reitin reunat. Lisäksi muutoskohdissa erilainen reunakivetyys kertoo heikkonäköiselle poikkeamista kävelyreitillä. Kävelyreitillä varrella on levähdyspaikkoja noin kolmenkymmenen metrin välein, joka mahdollistaa turvallisen liikkumisen myös henkilölle, joka väsy nopeammin. Turvallisuutta voi lisätä myös se, että penkkien välillä on näköyhteys, jolloin kävelyreitillä liikkuja voi arvioida seuraavan levähdyspaikan etäisyyden. Lisäksi penkit on merkitty suunnitelmaan keltaisiksi, jolla on pyritty edistämään niiden erottumista ympäristöstä. Levähdyspaikkojen penkkien päähän on varattu tilaa esimerkiksi pyörätuolille ja penkin edustalle on varattu vapaata tilaa, jotta kävelyreitti jää mahdollisimman vapaaksi esteistä.

Oleskeluterassi on aidattu, ja siinä on lukittavat portit, mikä varmistaa ulkoilun turvallisuuden esimerkiksi vaelteluun taipuvaisen asukkaan kohdalla. Puutarhakeinu liikkuvana kalusteena on sijoitettu oleskeluterassin sivuun. Keinua lähestytään sivustapäin, jolloin keinun liike on helpompi havaita kuin edestäpäin lähestyttäessä. Kalusteisiin voi turvallisesti tukeutua, ja esteettömyyssuositusten mukainen mitoitus edistää kalusteisiin siirtymisen turvallisuutta. Roskakorissa on kansi, joka ehkäisee esimerkiksi palavan tupakantumpin joutumista roskien joukkoon. Lisäksi kansi voi ehkäistä roskakorin mahdollista tutkimista, ja se ehkäisee myös roskien leviämisen esimerkiksi lintujen levittämänä ympäristöön ja joutumista sieltä väriin paikkoihin. Tuhkakupissa on tuttu symboli, joka ohjaa laittamaan tumpit turvalliseen paikkaan.

Leikkipaikka on sijoitettu piha-alueella niin, että se on mahdollisimman kaukana tiestä, eikä myöskään kävelyreitti kulje leikkialueen poikki. Liikkuvien leikkivälineiden alla on käytetty turvalustaa, joka myös erottaa leikkivälineet kulkuväylästä selkeästi. Linnunpesäkeinu on sijoitettu leikkialueen sivuun, lisäksi keinualueella on rajattu kävelyreitit puoleiselta sivulta suojakaiteen avulla sekä toisesta päästään pensasistutusten avulla. Leikkipaikalla ja puutarhanhoitoalueella on kivituhkapintainen kulkuväylä, jotta leikkivälineeltä tai istutukselta toiselle siirtyminen on turvallista.

Asiakaspalautteen mukaan viisi kuudesta vastaajasta oli sitä mieltä, että turvallisuus toteutui pihasuunnitelmassa erittäin paljon ja yksi kuudesta oli sitä mieltä, että turvallisuus toteutui melko paljon. Projektin asettaja toi perustelussa esille alueen pientä kokoa haasteena suunnittelulle. Kahden palvelutalon henkilökunnan edustajan perustelussa nousi esille, että suunnittelussa on ajateltu ikäihmisiä ja heidän turvallisuuttaan huomioiden esimerkiksi muistiin ja näköön liittyvät seikat. Lisäksi kaupunginarkkitehti toi vastauksen perustelussa esille, että maaston rajoitukset otettiin huomioon suunnittelussa hyvin.

5.2.4 Luotettavuus

Näyttöön perustuva käytäntö on lähestymistapa toimintaterapeutin päätöksenteossa ja kliinisen päättelyn prosessissa, jossa kliininen asiantuntijuus yhdistetään parhaaseen saatavilla olevaan tutkimustietoon, asiakkaan arvoihin ja asiantuntemukseen sekä terapian kontekstiin (Bennet & Bennet 2000, 1,10; Ilott 2008, 174). Pihasuunnittelussa on yhdistetty toimintaterapian teoriaa ja ydintaitoja, tutkittua tietoa esimerkiksi muistelusta ja kasvien hoitamisen vaikutuksesta muistisai-

raiten ikäihmisten hyvinvointiin, asukkaitten ja heidän omaistensa sekä palvelutalon henkilökunnan asiantuntemusta sekä vihersuunnittelun asiantuntemusta.

Pihasuunnitelman luotettavuutta osoittaa se, että siinä esitetyt tiedot perustuvat luotettaviin lähteisiin, ja tiedot ovat tarkistettavissa lähdetietojen perusteella. Pihasuunnitelman fyysisen ympäristön mitoittamiseen ja sijoitteluun liittyvät ratkaisut perustuvat Rakennustietosäätiön (2011) Esteettön rakennus ja ympäristö -suunnitteluoppaan suunnittelu- ja mitoitusperusteisiin sekä ESKEH-kartoitusmenetelmän kartoituskriteereihin, jotka kattavat rakentamismääräysten lisäksi eri tahojen laatimat esteettömyysohjeet ja suositukset. Lisäksi suunnittelussa on hyödynnetty SuRaKuesteettömän rakentamisen ohjekortteja ja kriteereitä. Pihasuunnitelman pohjapiirros on laadittu tiiviissä moniammatillisessa yhteistyössä, mikä varmistaa, että pihasuunnitelman ratkaisuja on arvioitu eri asiantuntijoiden näkökulmista.

Asiakaspalautteen perusteella luotettavuus toteutui erittäin paljon viidessä vastauksessa kuudesta, ja yhdessä vastauksessa luotettavuus toteutui melko paljon. Kaupunginarkkitehti toi perusteissa esille, että esteettömyys tuotiin esille uusimman tietouden pohjalta.

5.2.5 Selkeys

Pihasuunnitelman kirjallinen, toimintälähtöinen suunnitelma on yhdistetty selkeästi pohjapiirroksen niin, että kalusteiden, varusteiden, leikkivälineiden, rakennusten ja kasvien merkitsemisessä on käytetty samoja kirjaimista ja/tai numeroista koostuvia tunnuksia, jolloin lukija voi varmistaa kyseisen objektin sijainnin pohjapiirroksesta. Toimintälähtöisen suunnitelman rakennetta on selkeytetty lukijalle johdanto-luvun avulla, ja toiminta-alueita kuvaavissa luvuissa tekstin rakenne on pidetty mahdollisimman samanlaisena. Otsikointi ja sisällysluettelo lisäävät toimintälähtöisen suunnitelman selkeyttä. Lisäksi paljon yksityiskohtaista tietoa sisältäviä lukuja on selkeytetty tekstilaatikoiden avulla.

Asiakaspalautteen mukaan kaikki kuusi vastaajaa oli sitä mieltä, että selkeys toteutui pihasuunnitelmassa erittäin paljon. Kolmessa perustelussa tuotiin esille pihasuunnitelman olevan helppo lukea. Suunnittelijahortonomi perusteli, että suunnitelman pohjalta pihan rakentaminen onnistuu. Kaupungininsinööri perusteli kuvan olevan kaunis ja selostuksen asiallinen.

5.3 Työskentelyprosessin arviointi

Projekti eteni projektisuunnitelmassa esitettyjen päätehtävien mukaisesti. Projektin aikataulua jouduin kuitenkin venyttämään, sillä se oli suunniteltu hyvin tiiviiksi johtuen sekä omista opintojen loppuun saattamiseen liittyvistä tavoitteistani että yhteistyökumppanin tarpeista saada pihasuunnitelma valmiiksi joulukuussa 2011. Pelinin (2008, 109) mukaan aikataulun venymiset eivät ole harvinaisia ja myös hänen mukaansa yksi yleisistä heikkouksista on se, että pelivaroja ei sisällytetä aikatauluihin. Viivästykset aikataulussa vaikuttivat esimerkiksi niin, että kutsut asukastilaisuuteen ehtivät olla esillä vain puolitoista viikkoa ennen asukastilaisuutta, joten kutsut ehtivät todennäköisesti tavoittaa vain osan Vaiho-osaston tilapäisasukkaista ja heidän omaishoitajistaan.

Toinen yleinen heikkous Pelinin (2008) mukaan on se, että tehtäväluettelosta puuttuu tehtäviä, mikä vaikuttaa oleellisesti aikataulussa pysymiseen. Koska en ollut huomionnut projektisuunnitelman korjaamista omana tehtävänä, vaikutti tämä myös muihin aikatauluihin. Olin arvioinut alakanttiin asukastilaisuuden suunnitteluun ja toteutukseen tarvitsemani ajalliset resurssit, ja käytin esimerkiksi asukastilaisuuden suunnitteluun tuplasti suunniteltua enemmän aikaa. Arviointivirhe johtui siitä, että olin arvioinut työmäärän liian suurena kokonaisuutena, enkä ollut huomionnut osatehtäviä jotka liittyivät mm. toimintaterapiaryhmien ohjaamiseen liittyvään teoriaan perehtymiseen, toiminnan analysoimiseen ja mukauttamiseen, materiaalien hankkimiseen ja tarvittavien mukautusten tekemiseen. Toisaalta työryhmässä aikataulujen sopiminen oli joustavaa ja yhteistyö toimi erittäin hyvin, mikä tuki projektityöskentelyäni. Muilta osin olin mielestäni ennakoinut ja huomionnut tehtäväluettelon laatimisessa oleellimmat tehtävät hyvin, mikä auttoi estämään aikataulun pettämisen entisestään. (Ks. Pelin 2008, 109, 116.)

Projektin kustannukset alittuivat hieman materiaali-, matka- sekä tiedotus- ja markkinointikulujen osalta. Kustannusarvion henkilöstömeno-luokasta löytyi pilkkuvirhe koskien tammikuuta 2012, mikä korotti kyseisen menoluokan kokonaiskustannusarvion 4016 euroon, kun alkuperäisessä kustannusarviossa henkilöstömenojen kokonaiskustannukset olivat 3980 euroa. Henkilöstömenojen osalta kustannusarvio ylittyi 404 eurolla, mikä johtui erityisesti projektin viivästymisestä. Toteutuneet kustannukset on kirjattu kustannusarviolomakkeeseen (liite 7).

Projektin työskentelyprosessissa tärkeää oli tehokas tiedon kulku projektipäällikön ja yhteistyötahon välillä. Pidin yhteistyökumppanini ajan tasalla projektin etenemisestä sekä aikatauluihin liittyvistä poikkeuksista. Tiedottaminen toteutui moniammatillisen työryhmän tapaamisissa sekä puhe-

limen ja sähköpostin välityksellä. Lisäksi laadin tapaamisista kirjallisia muistioita, jotka välitin sähköpostitse sovituille tahoille. Ohjausryhmässä hyväksyin projektin välitulokset eli projektisuunnitelman, asukastilaisuuden suunnitelman, pihasuunnitelman sekä loppuraportin. Ohjaavan opettajan ohjausta tarvitsin erityisesti projektisuunnitelman laatimisessa. Käytin opettajan ohjausta koko työskentelyprosessissa melko niukasti, sillä koin projektin etenevän suunnitelman mukaisesti ja ilman ohjausta vaativia ongelmia. Olen kuitenkin sitä mieltä, että koska toteutin projektia yksin ja ainoana toimintaterapian näkökulman edustajana moniammatillisessa yhteistyössä, olisi minun kannattanut hyödyntää ohjaavan opettajan ohjausta enemmän.

Mielestäni olen ollut sitoutunut projektityöskentelyyn, sillä olen kokenut projektin aiheen erittäin tärkeäksi, ajankohtaiseksi ja mielenkiintoiseksi. Pehdyin monipuolisesti projektin teoreettiseen viitekehukseen, mikä mahdollisti tehokkaan työskentelyn moniammatillisessa työryhmässä. Sitoutumistani projektityöskentelyyn on edistänyt myös se, että moniammatillinen työryhmä on suhtautunut yhteistyöhön erittäin positiivisesti, ja ilmapiiri työryhmässä on ollut avoin ja vuorovaikutteinen. Projektityöskentelyyn ja aiheeseen paneutumistani osoittaa mielestäni myös se, että projektin asettaja on kutsunut minua mukaan tapaamisiin pihasuunnitelmalle hankerahoitusta haettaessa.

Opinnäytetyöhön liittyvä yhteistyö sai positiivista palautetta kaikilta asiakaspalautteeseen vastaajilta. Suunnittelijahortonomi ja kaupungin arkkitehti kuvasivat yhteistyötä hyvin toimivaksi, vuorovaikutteiseksi ja opettavaksi. Palvelutalon henkilökunnan edustajista kaikki kolme toivat esille, että heidät on pidetty hyvin ajan tasalla projektin etenemisestä. Heidän vastauksissaan tuotiin myös esille yhteistyön monipuolisuutta. Lisäksi yhdessä palvelutalon henkilökunnan edustajien vastauksista mainittiin asukasillan olleen hyvä, vaikkakin omaisten lukumäärän vähyyttä harmiteltiin. Projektin asettajan mukaan yhteistyö sujui erittäin hyvin koko projektin ajan. Lisäksi hän mainitsi opinnäytetyön tekijällä olleen koko ajan selvä käsitys projektin tarpeellisuudesta ja projektin hallinnoinnista sekä johtamisesta. Projektin asettajan mukaan yhteistyö opinnäytetyön tekijän, asiakkaiden sekä kaupungin edustajien kanssa on ollut luontevaa ja ammattimaista. Hän lisäsi, että moniammatillisuus on korostunut hyvin opinnäytetyöntekijän työskentelytavassa, joka on näkynyt eri ammattien osaamisen huomioimisena ja arvostamisena.

6 POHDINTA

Oppimistavoitteenani opinnäytetyössäni oli syventää ymmärrystäni ympäristön, ikäihmisen toiminnallisen osallistumisen ja hyvinvoinnin yhteydestä. Kysymyksen äärellä ollaan aivan toimintaterapian ytimessä, ja projektin kuluessa olen joutunut pohtimaan toimintaterapian keskeisiä käsitteitä, mikä on samalla tukenut kasvuani toimintaterapeuttina. Asukastilaisuuden kautta sain lisättyä ymmärrystäni siitä, että ikäihmiset todella haluavat osallistua yhteisönsä tavallisiin, mutta tärkeisiin ja merkityksellisiin toimintoihin, joiden kautta voi kokea kuuluvansa johonkin ja samalla löytää tarkoitusta elämälle. Asukastilaisuudessa visioitiin elämänmakuisia ajatuksia portin takana piipahtavalla jäätelöautolla asioimisesta aina pihalla vierailevaan koiraan. Tässä valossa on vaikeaa olla näkemättä sitä tosiasiaa, että useilla laitososuhteissa asuvilla ikäihmisillä mahdollisuudet osallistumiseen ovat rajalliset: vähäisten henkilökunnan resurssien vuoksi ulos pääseminen voi pitkälti olla vapaa-ehtoisten tai opiskelijoiden varassa, lähiympäristöstä puuttuvat turvalliset kävelyreitit ja palvelut tai piha-alueen osalta on huomioitu lähinnä autopaikoituksen tarpeet. Vaikka lähialueella olisikin puistoja, ovat ne palvelutalon asukkaille useimmiten saavuttamattomissa. Mielestäni ilmiö liittyy toiminnalliseen (epä-)oikeudenmukaisuuteen, ja projekti on auttanut minua ymmärtämään, miten tärkeässä roolissa toimintaterapeutit voisivat olla tämän ongelman näkyväksi tekemisessä.

Osallisuutta olen joutunut pohtimaan kuitenkin myös siitä näkökulmasta, millä tasolla pihan käyttäjien osallisuus projektissa todella toteutui. Kaisa Kaseva (2011, 44) on kuvannut asiakkaan osallisuuteen ja vaikuttamiseen liittyviä mahdollisuuksia neliportaisen asteikon avulla, jonka alimmalla portaalla asiakas on palveluiden kohteena, kun taas asteikon toisessa ääripäässä asiakas nähdään palveluiden aktiivisena kehittäjänä. Tässä projektissa asiakkaat ja palveluntuottajat vaihtoivat tietoa keskenään, mutta asiakkaat olivat myös asukastilaisuuden kautta osallisina pihasuunnittelussa muun muassa esittämässä konkreettisia toimenpide-ehdotuksia pihasuunnitelmaan, joista osa myös toteutettiin.

On kuitenkin kriittisesti pohdittava esimerkiksi sitä, toteutuvatko pihasuunnitelmassa pihan käyttäjien näkökulmasta esimerkiksi esteettisyys tai käyttäjien elämäntapaa ilmentävät ominaisuudet. Kysymys on tärkeä, sillä toimintaterapeuttina minun tulee ymmärtää toiminnan kontekstuaalisuus ja kokemuksellisuus: vaikka fyysinen ympäristö mahdollistaisi jonkin tietyn tehtävän tekemisen,

on kuitenkin aivan toinen asia, mahdollistaako ympäristö tekijälleen merkitykselliseen ja tarkoituksenmukaiseen toimintaan osallistumisen. Vaikka sainkin asukastilaisuudessa paljon subjektiivista tietoa käyttäjille merkityksellisestä toiminnasta ja ympäristön tärkeistä ominaisuuksista, en ehkä sittenkään kyennyt riittävästi tavoittamaan pihan käyttäjien näkökulmaa esteettisyydestä. Tämä osoittaa, että käyttäjälähtöisyyden ja osallisuuden toteuttaminen on vaativa prosessi, jossa toimintaterapeutti tarvitsee monia ammattinsa ydintaitoja; toiminnan käyttämistä terapeuttisena välineenä, johon liittyy sekä toiminnan että ympäristön analysointia ja mukauttamista, ryhmien ohjaamiseen liittyviä taitoja, mutta aivan erityisen tärkeään rooliin näiden kaikkien rinnalle nousee taito käyttää omaa minää tietoisesti, joka liittyy nimenomaan suunniteltuun ja tavoitteelliseen vuorovaikutukseen asiakkaan kanssa.

Oppimistavoitteenani opinnäytetyöprojektissa on ollut myös oppia ympäristön suunnittelua sekä toiminnan analyysia ja mukauttamista, jotka liittyvät tiiviisti toisiinsa. Projektissa ympäristön suunnittelusta saamani kokemus on varmasti hyvin arvokasta tulevaisuuden kuntoutuksen kentällä. Positiivisen oppimiskokemuksen toiminnan analysoimisesta ja mukauttamisesta sain asukastilaisuudessa käyttämästäni toiminnasta, sillä kokemukseni osoitti, että huolellisesti valitun toiminnan kautta on mahdollista saavuttaa asetettuja tavoitteita mielekkäällä tavalla. Kokemus osoitti että toiminnan tavoitteellisen käyttämisen ohella toimintaterapeuttien ryhmiin liittyvällä osaamisella olisi tärkeää annettavaa ihmisten osallistamiseksi laajemminkin esimerkiksi erilaisten palveluiden ja ympäristöjen suunnitteluun.

Sosiaali- ja terveysalalla puhutaan paljon moniammatillisen yhteistyön tärkeydestä, ja yhtenä oppimistavoitteenani oli myös oppia työryhmyöskentelyä moniammatillisessa työryhmässä. Yleensä käsitteellä tarkoitetaan kuitenkin lähinnä sosiaali- ja terveysalalla työskentelevien ammattiryhmien välistä yhteistyötä. Projektissa pääsin kartuttamaan kokemustani tieteenalojen ja tehtäväalueiden rajoja ylittäneestä yhteistyöstä, jonka uskon olevan arvokas kokemus, sillä tulevaisuudessa kaikilla kuntien ja valtion tehtäväalueilla terveyden edistäminen tulisi ottaa valintoja ohjaavaksi periaatteeksi (ks. Sosiaali- ja terveysministeriö 2011, hakupäivä 9.1.2012).

Moniammatillisessa kontekstissa työskenneltäessä on ollut mielenkiintoista tarkastella oman alan näkökulmia ja erityisiä osaamisalueita suhteessa muihin ammatteihin, mikä on auttanut samalla vahvistamaan omaa toimintaterapeutin ammatti-identiteettiä. Uskon, että kun tulevaisuudessa tullaan toimimaan yhä enemmän monialaisissa prosesseissa, tulee yhä tärkeämmäksi vahvistaa

oman ammattialan paradigmaa sekä ydintaitoja. Se on ainut keino perustella löytää perusteltu paikka monialaisissa konteksteissa.

Kirjallisuudesta ja tutkimuksista löytyi sekä suomalaista että kansainvälistä tietoa ikäihmisten hyvinvointia tukevista toiminnoista. Myös saavutettavan ympäristön laatimiseksi on saatavilla hyviä ohjeistuksia. Olen pohtinut projektin kuluessa, millä tavoin lopputulokseen olisi vaikuttanut se, jos asukkaat läheisineen eivät olisi olleet osana prosessia? Jos olisin tukeutunut projektissa pelkästään teoria- ja tutkimustietoon, olisi pihan suunnittelu sujunut todennäköisesti nopeammin, ja pihaympäristön mahdollistamat toiminnotkin olisivat olleet pääpiirteissään samat. Kuitenkin asukas ja omaisraatiin osallistuminen ja asukastilaisuuden järjestäminen olivat koko projektin antoisimpia ja tärkeimpiä vaiheita. Niiden kautta sain kerättyä sellaista subjektiiviseen kokemukseen perustuva tietoa, jota en olisi voinut saavuttaa pelkästään teoretietoon nojautumalla. Tämä tieto ja vuoropuhelu antoivat suunnitteluun sekä varmuutta että mielekkyyttä. Asiakkaiden osallistaminen auttoi tekemään suunnittelussa ratkaisuja, jotka ovat sekä taloudellisesti että eettisesti kestäviä. Kokemukseni perusteella on turha pelätä asiakaslähtöisyyden johtavan ylimitoitettuihin ja epärealistisiin vaatimuksiin, sillä asukkaiden ja omaisten toiveet liittyivät aivan tavallisiin, päivittäisiin ja suhteellisen pienillä kustannuksilla toteutettaviin asioihin. Sain hienon oppimiskokemuksen siitä, että osallistava, asiakaslähtöinen suunnittelu antaa voimavaroja myös palveluntuottajien työskentelyyn. Lisäksi uskon, että pihan käyttäjien ottaminen mukaan suunnitteluun lisää paitsi tyytyväisyyttä palveluihin, se edistää myös kokemusta osallisuudesta ja vaikutusmahdollisuuksista.

Kokemukseni mukaan toimintaterapeuttien työ painottuu vielä voimakkaasti yksilö- ja ryhmätasolle. Kuntoutuksessa kuitenkin painotetaan yhä enemmän terveyden edistämistä ja ympäristöjen roolia, jolloin tulisi työskennellä myös yhteisöjen ja yhteiskunnan tasolla. Mielestäni ikäihmisten lähiympäristöihin liittyvä opinnäytetyöprojektini aihe oli ajankohtainen ja edusti juuri sellaista terveyden edistämisen näkökulmaa, jota tulisi painottaa toimintaterapiassakin yhä enemmän. Elinympäristöjen suunnitteluun osallistamalla toimintaterapeutit voisivat edistää yhteiskunnallisella- ja yhteisötasolla toiminnallista osallistumista ja hyvinvointia. Mitä enemmän yhteiskunnassa aletaan tunnistaa sitä, että ihmiset ovat vaarassa vieraantua hyvinvointia tukevista toiminnoista, viimeistään silloin toimintaterapeuttien tulisi ymmärtää tuoda osaamistaan ympäristöjen suunnitteluun. Toimintaterapian vahvuutena ympäristöjen suunnittelussa on asiakaslähtöisyys ja ihmisen ja yhteisön toiminnallisen historian, tapojen ja roolien merkityksen ymmärtäminen, sillä pelkästään esteettömyyskriteereihin nojaamalla ei voida luoda mahdollisuuksia merkityksellisiin toimiin ja todelliseen osallisuuteen.

Pihasuunnitteluun osallistuessani olen pohtinut paljon sitä, onko laisinkaan realistista olettaa, että henkilökunnalla olisi resursseja osallistua esimerkiksi puutarhanhoitoon asukkaiden kanssa. Kuitenkin olisi löydettävä keinoja ikääntyneiden osallisuuden lisäämiseksi ja sukupolvien kohtaamisen edistämiseksi. Entäpä jos palvelutalojen toistaiseksi vähällä käytöllä olevia piha-alueille perustettaisiin esimerkiksi pieniä kasvimaapalstoja, jossa jokin ryhmä tai yhteisö voisi toteuttaa kasvimaanhoitoa? Samalla piha-alueille tulisi asukkaille tuttuja toimintoja tarkkailtavaksi ja asukkaat saisivat mahdollisuuksia ihmisten kohtaamiseen. Ehkäpä hyötyviljelyä voitaisiin toteuttaa asukkaiden ja jonkin ryhmän yhteisenä toimintana, jossa asukkaat voisivat osallistua omien voimiensa mukaan esimerkiksi neuvoja antaen. Toimintaterapeuteilla olisi hyvät edellytykset myös vastaavan toiminnan alulle saattajana, jossa etua olisi ryhmäosaamisesta ja toiminnan terapeuttisesta käyttämisestä.

Projektin jälkeen mielenkiintoista olisi saada tietoa siitä, miten pihasuunnittelu onnistuu saavuttamaan pitkän aikavälin toiminnallisen tavoitteensa eli lisääntykö asukkaiden osallistuminen merkityksellisiin toimintoihin pihaympäristössä. Lisäksi olisi kiinnostavaa saada tietoa siitä, houkuttaako pihasuunnitelman mukaan toteutettava pihaympäristö henkilökuntaa ja/tai omaisia käyttämään enemmän aikaa yhteisiin toimintoihin asukkaiden kanssa. Mielestäni myös tiedon kerääminen siitä, onko pihaympäristön myötä monipuolistuneilla toimintamahdollisuuksilla ehkä vaikutusta omaisten ja lähialueen asukkaiden vierailujen määrään ja laatuun. Yhtenä tärkeänä aiheena näkisin myös sen, onko käyttäjien tarpeista lähteneellä pihasuunnittelulla vaikutusta hoitohenkilökunnan kokemukseen esimerkiksi asukkaiden hoidon vaativuudesta ja työn kuormittavuudesta.

LÄHTEET

Bennet, S. & Bennet, J.W. 2000. The process of evidence-based practice in occupational therapy: Informing clinical decisions. Hakupäivä 4.3.2011
<http://www.otseeker.com/resources/default.asp#1>

Canadian Association of Occupational Therapists 2011. Your well-being. What is occupational therapy. Hakupäivä 14.5.2011. <http://www.caot.ca/default.asp?pageid=3824>

Chan, M. W.K. & Glogoski, C. 2008. Special Needs of the Older Adult. Heidi Mc Hugh Pendleton & Winifred Schultz-Krohn (toim.) Pedretti's Occupational Therapy. Practice Skills for Physical Dysfunction. 6. painos. United States: Mosby Elsevier. 1169–1192.

Creek, J. 2008. Approaches to practice. Jennifer Creek & Lesley Lougher (toim.) Occupational Therapy and Mental Health. 4. painos. Elsevier, Churchill Livingstone. 59–80.

Duncan, E. AS. 2007a. Skills and Processes in Occupational Therapy. Edward AS Duncan (toim.) Foundations for Practice in Occupational Therapy. 4. painos. Elsevier. 43–57.

Duncan, E. AS. 2007b. Theoretical foundations for occupational therapy: internal influences. Edward AS Duncan (toim.) Foundations for Practice in Occupational Therapy. 4. painos. Elsevier. 25–42.

Dunderfelt, T. 2011. Elämänkaaripsykologia. Lapsen kasvusta yksilön henkiseen kehitykseen. 14.painos. Helsinki: WSOYpro Oy.

Eloniemi-Sulkava, U. 2003. Dementoituneen ihmisen asumisen tarpeet. Helinä Kotilainen, Carita Virkola, Ulla Eloniemi-Sulkava & Päivi Topo. Dementiakoti – koti hyvää elämää varten. Opas suunnittelijoille ja hoidon kehittäjille. Helsinki: Suomen dementiahoitoyhdistys. 8-13.

Esteettömän ympäristön suunnitteluohjekortti 6/8 2008. SuRaKu-projekti 2004/2008. Hakupäivä 14.11.2011.

[http://www.hel.fi/hki/hkr/fi/Helsinki+kaikille/A_Ohjeita+suunnitteluun/Esteett_m_n+rakentamisen+ohjeet+\(SuRaKu\)](http://www.hel.fi/hki/hkr/fi/Helsinki+kaikille/A_Ohjeita+suunnitteluun/Esteett_m_n+rakentamisen+ohjeet+(SuRaKu))

Finlay, L. 2001. Groupwork in Occupational Therapy. 3. painos. Cheltenham: Nelson Thornes.

Fisher, A.G. 2009. Occupational Therapy Intervention Process Model. A Model for Planning and Implementing Top-down, Client-centered and Occupation-based Interventions. Fort Collins, Colorado: Three Star Press, Inc.

Harra, T. 2003. Toimintaterapianimikkeistön teoreettiset lähtökohdat. Tupu Holma (toim.) Toimintaterapianimikkeistö 2003. Helsinki: Suomen Kuntaliitto. 16–21.

Hautala, T., Hämäläinen, T., Mäkelä, L. & Rusi-Pyykönen, M. 2011. Toiminnan voimaa. Toimintaterapia käytännössä. Helsinki: Edita.

Helsingin kaupungin rakennusvirasto 2010. Rakennusvirasto. Helsinki kaikille. Ohjeita suunnitteluun. Esteettömän rakentamisen ohjeet (SuRaKu). Hakupäivä 17.8.2011. [http://www.hel.fi/hki/hkr/fi/Helsinki+kaikille/A_Ohjeita+suunnitteluun/Esteett_m_n+rakentamisen+ohjeet+\(SuRaKu\)](http://www.hel.fi/hki/hkr/fi/Helsinki+kaikille/A_Ohjeita+suunnitteluun/Esteett_m_n+rakentamisen+ohjeet+(SuRaKu))

Hohenthal-Antin, L. 2009. Muistot näkyviksi: muistelutyön menetelmiä ja merkityksiä. PS-kustannus. Juva: Bookwell.

Hänninen, T. & Soininen, H. 2004. Muistihäiriöt ja dementia. Tarjaliisa Raitanen, Tuomo Hänninen, Hannu Pajunen & Timo Suutama (toim.). Geropsykologia. Vanhenemisen ja vanhuuden psykologia. Porvoo: WS Bookwell Oy. 182–192.

Idänpää-Heikkilä, U., Outinen, M., Nordblad, A., Päivärinta, E. & Mäkelä M. 2000. Laatuksiteerit – suuntaviivoja tekijöille ja käyttäjille. Stakes 20/2000. Helsinki: Stakesin monistamo.

Ikäihmisten palvelujen laatusuositus. 2008. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2008:3. Sosiaali- ja terveysministeriö, Suomen kuntaliitto. Helsinki: Yliopistopaino.

Ikävalko, E. 1995. Painotuotteen tekijän käsikirja. Helsinki: Tietopaketti Oy.

Ilott, I. 2008. Research, evidence-based practice and professional effectiveness. Jennifer Creek & Lesley Lougher (toim.) Occupational Therapy and Mental Health. 4. Edition. Churchill Livingstone. Elsevier. 173–195.

Invalidiliitto Ry 2010a. Esteeton.fi. Tieto-osio. Lainsäädäntö. Hakupäivä 15.8.2011. <http://www.esteeton.fi/portal/fi/tieto-osio/lainsaadanto/> .

Invalidiliitto Ry 2010b. Esteeton.fi. Tieto-osio. Luontoliikunta. Maunulan kuntopolku. Hakupäivä 20.9.2011. http://www.esteeton.fi/portal/fi/tieto-osio/luontoliikunta/maunulan_kuntopolku/

Jacobson, S. & Pirinen, A. 2010. Esteettömän asumisen edelläkävijät. Anneli Juntto (toim.) Asumisen unelmat ja arki. Suomalainen asuminen muutoksessa. Gaudeamus. 205–236.

Jämsä, K. & Manninen, E. 2000. Osaamisen tuotteistaminen sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Järvikoski, A. & Karjalainen, V. 2008. Kuntoutus monitieteisenä ja – alaisena prosessina. Paavo Rissanen, Tapani Kallanranta & Asko Suikkanen (toim.) Kuntoutus. Duodecim. 2. painos. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy. 80–93.

Karlsson, Å. & Marttala, A. 2001 Projektikirja. Onnistuneen projektin toteuttaminen. Helsinki: Kauppakaari.

Kaseva, K. 2011. Asiakkaan asema, itsemäärääminen ja vaikutusmahdollisuudet sosiaali- ja terveydenhuollon kehittämisessä. Integroitu kirjallisuuskatsaus. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. http://www.stm.fi/julkaisut/nayta/-/_julkaisu/1572350.

Kielhofner, G. 2008. Doing and Becoming: Occupational Change and Development. Gary Kielhofner (toim.) Model of Human Occupation. Theory and Application. 4. painos. Lippincott Williams & Wilkins. 126–140.

Kivelä, S-L. 2009. Depressiosta tasapainoon. Hyvä elämä iäkkäänä. Kirjapaja.

Koskinen, S., Pitkälä, K. & Saarenheimo, M. 2008. Gerontologinen kuntoutus. Paavo Rissanen, Tapani Kallanranta & Asko Suikkanen (toim.) Kuntoutus. Duodecim. 2. painos. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy. 547–563.

Kotilainen, H. 2003. Hyvän asuinympäristön tekijät. Helinä Kotilainen, Carita Virkola, Ulla Eloniemi-Sulkava & Päivi Topo. Dementiakoti – koti hyvää elämää varten. Opas suunnittelijoille ja hoidon kehittäjille. Helsinki: Suomen dementiahoitoyhdistys. 14–39.

Kotilainen, H., Topo, P. & Hurnasti, T. 2008. Asuinympäristö, apuvälineet ja teknologia. Salla Sormunen & Päivi Topo (toim.) Laadukkaat dementia palvelut. Opas kunnille. Stakes. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy. 105–118.

Law, M., Polatajko, H., Baptiste, S. & Townsend, E. 2002. Core Concepts of Occupational Therapy. Elizabeth Townsend (toim.) Enabling Occupation. An Occupational Therapy Perspective. Revised Edition. Ottawa: CAOT Publications ACE. 29–56.

Levy, L. 2005. Cognitive Aging in Perspective. Noomi Katz (toim.) Cognition & Occupation Across the Life Span. Models for Intervention in Occupational Therapy. 2. edition. American Occupational Therapy Association, Inc. Aota Press. 327–346.

Liikanen, H. 2011. Ikääntyminen ja kulttuuri. Kohti seniorikulttuuria. Oraita 1/2011. Ikäinstituutti.

Marin, M. 2003. Elämän paikallisuus ja paikat. Marjatta Marin & Sinikka Hakonen (toim.). Seniori- ja vanhustyö arjen kulttuurissa. PS-Kustannus. Juva: WS Bookwell Oy. 22–43.

McIntyre, A. & Atwall, A. 2005. Occupational Therapy and Older People. Malden, Mass: Blackwell.

Mäkinen, A., Routasalo, P. & Pitkälä, K. 2007. Psykososiaalinen kuntoutus ja ikäihmisten yksinäisyys. Toimintaterapeutti 26(2), 11–13.

Noppiari, E. & Leinonen, S. 2005. Vanhuksen kokonaisvaltaista terveyttä edistävä mielenterveys. Eija Noppiari & Paula Koistinen (toim.) Laatus vanhustyöhön. Tampere: Tammerpaino Oy. 36–91.

Paatero, H., Lehmijoki, P., Kivekäs, J. & Ståhl, T. 2008. Kuntoutusjärjestelmä. Paavo Rissanen, Tapani Kallanranta & Asko Suikkanen (toim.) Kuntoutus. Duodecim. 2. painos. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy. 31–50.

Pelin, R. 2008. Projektihallinnan käsikirja. 5.painos. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino Oy.

Pesonen, E. 2007. Julkaisijan käsikirja. Jyväskylä: Docendo Oy.

Pierce, D. 2003. Occupation by Design. Building Therapeutic Power. Philadelphia: F.A. Davis Company.

Pikkarainen, A. 2004. Toimintaterapia osana dementoituvien ihmisten kuntouttavaa hoitoa ja laadukasta arkea. Sirkka-Liisa Heimonen & Päivi Vuotilainen (toim.) Dementoituvan ihmisen kuntoutuksen lupaus. Vammala: Kustannusosakeyhtiö Tammi.34–47.

Pikkarainen, A. 2007a. Vapaa-aika ja harrastukset. Tiina-Mari Lyyra, Aila Pikkarainen & Pirjo Tiikkainen (toim.) Vanheneminen ja terveys. Helsinki: Edita. 88–113.

Pikkarainen, A. 2007b. Ympäristö. Tiina-Mari Lyyra, Aila Pikkarainen & Pirjo Tiikkainen (toim.) Vanheneminen ja terveys. Helsinki: Edita. 42–68.

Polatajko, H.J., Backman, C., Baptiste, S., Davis, J., Eftekhar, P., Harvey, A., Jarman, J., Krupa, T., Lin, N., Pentland, W., Rudman, D.L., Shaw, L., Amoroso, B. & Connor-Schisler, A. 2007a. Human occupation in context. Elizabeth A. Townsend & Helene J. Polatajko (toim.) Enabling Occupation II: Advancing an Occupational Therapy Vision for Health, Well-being & Justice through Occupation. Ottawa: CAOT Publications ACE. 37–62.

Polatajko, H.J., Davis, J., Stewart, D., Cantin, N., Amoroso, B., Purdie, L., Zimmerman, D. 2007b. Specifying the domain of concern: Occupation as a core. Elizabeth A. Townsend & Helene J. Polatajko (toim.) Enabling Occupation II: Advancing an Occupational Therapy Vision for Health, Well-being & Justice through Occupation. Ottawa: CAOT Publications ACE. 13–36.

Pool, J. 2008. Older People. Jennifer Creek & Lesley Lougher (toim.) Occupational Therapy and Mental Health. 4. painos. Churchill-Livingstone, Elsevier. 425–449.

Prellwitz, M. & Skär, L. 2007. Usability of playgrounds for children with different abilities. *Occupational Therapy International* 14(3), 144–155.

Raitanen, T. & Kuikka, P. 2004. Iäkkäiden ulkona liikkuminen ja autoilu. Tarjaliisa Raitanen, Tuomo Hänninen, Hannu Pajunen & Timo Suutama (toim.). *Geropsykologia. Vanhenemisen ja vanhuuden psykologia*. Porvoo: WS Bookwell Oy. 467–475.

Rakennustietosäätiö RTS. 2011. Esteetön rakennus ja ympäristö. Turvallinen tapa toimia ja liikkua. *Suunnitteluopas*. Helsinki: Rakennustieto Oy.

Rappe, E. 2005. The Influence of a Green Environment and Horticultural Activities on the Subjective Well-being of the Elderly Living in Long-Term Care. University of Helsinki. Helsinki: Yliopistopaino.

Regårdh, E. 2004. Puutarhan suunnittelu antaa ryhtiä rakentamiselle. Pentti Alanko, Taina Koivunen, Elina Regårdh & Meeri Sainio (toim.). *Suomalainen piha ja puutarha*. 7. painos. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy. 11–33.

Ruskovaara, A., Rissanen, H., Rasa, J. Seppälä, J. & Laakso, J. 2009. Rakennetun ympäristön esteettömyyskartoitus. Opas kartoituksen tilaajalle ja toteuttajalle. Anna Ruskovaara & Invalidiliitto ry / ESKEH-projekti (toim.) *Invalidiliiton julkaisuja* 0.38.

Saarenheimo, M. & Arinen, S. 2009. Ikäihmisen masennuksen psykososiaalinen hoito. *Gerontologia*. 23(4). 209–221.

Schultz-Krohn, W, Foti, D & Glogoski, C. 2008. Degenerative Diseases of the Central Nervous System. Heidi Mc Hugh Pendleton & Winifred Schultz-Krohn (toim.) *Pedretti's Occupational Therapy. Practice Skills for Physical Dysfunction*. 6. painos. United States: Mosby Elsevier. 875–902.

Sosiaali- ja terveysministeriö 2011. Kehittämishjelmat ja hankkeet. Terveys 2015-kansanterveysohjelma. Hakupäivä 9.1.2012.

http://www.stm.fi/vireilla/kehittamishjelmat_ja_hankkeet/terveys2015

Suikkanen, A. & Lindh, J. 2008. Yksilön ja yhteiskunnan vuorovaikutus kuntoutuksessa. Paavo Rissanen, Tapani Kallanranta & Asko Suikkanen (toim.) Kuntoutus. Duodecim. 2. painos. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy. 63–79.

Sulkava, R. 2010. Muistisairaudet. Reijo Tilvis, Kaisu Pitkälä, Timo Strandberg, Raimo Sulkava & Raimo Viitanen (toim.) Geriatria. Duodecim. 2. painos. Porvoo: WS Bookwell Oy. 120–138.

Sumsion, T. & Blank, A. 2007. The Canadian Model of Occupational Performance. Edward AS Duncan (toim.) Foundations for Practice in Occupational Therapy. 4. painos. Elsevier. 109–124.

Suomen toimintaterapeuttiliitto Ry 2011. Toimintaterapeuttien ammattieettiset ohjeet. Kannanotot ja suositukset. Hakupäivä 7.4.2012.
<http://www.toimintaterapeuttiliitto.fi/materiaalipankki/kannanotot-ja-tiedotteet.html>

Suomi, A. 2003. Sukupolvi- ja perhetyö. Marjatta Marin & Sinikka Hakonen (toim.). Seniori- ja vanhustyö arjen kulttuurissa. PS-Kustannus. Juva: WS Bookwell Oy. 179–186.

Townsend, E.A., Beagan, B., Kumas-Tan, Z., Versnel, J., Iwama, M., Landry, J., Stewart, D. & Brown, J. 2007a. Enabling: Occupational therapy's core competency. Elizabeth A. Townsend & Helene J. Polatajko (toim.) Enabling Occupation II: Advancing an Occupational Therapy Vision for Health, Well-being & Justice through Occupation. Ottawa: CAOT Publications ACE. 87–134.

Townsend, E. A., & Brintnell, S. 2002. Context of occupational therapy. Core Concepts of Occupational Therapy. Elizabeth Townsend (toim.) Enabling Occupation. An Occupational Therapy Perspective. Revised Edition. Ottawa: CAOT Publications ACE. 9-28.

Townsend, E. A., Cockburn, L., Letts, L., Thibeau, R. & Trentham, B. 2007b. Enabling social change. Elizabeth A. Townsend & Helene J. Polatajko (toim.) Enabling Occupation II: Advancing an Occupational Therapy Vision for Health, Well-being & Justice through Occupation. Ottawa: CAOT Publications ACE. 153–171.

Townsend, E. & Wilcock, A. 2004. Occupational Justice and Client-centered Practice: a Dialogue in Practice. Canadian Journal of Occupational Therapy. 71 (2) 75–84.

Tyrväinen, L., Silvennoinen, H., Korpela, K. & Ylen, M. 2007. Luonnon merkitys kaupunkilaisille ja vaikutus psyykkiseen hyvinvointiin. Metlan työraportteja 52:57–77. <http://www.metla.fi/julkaisut/workingpapers/2007/mwp052.htm>.

Vilka, H. & Airaksinen, T. 2003. Toiminnallinen opinnäytetyö. Helsinki: Tammi.

Woods, B., Spector, A.E., Jones, C.A. Orrel, M & Davies, S.P. 2009. Reminiscence Therapy for Dementia. The Cochrane Collaboration. John Wiley & Sons Ltd. <http://www.thecochranelibrary.com>

World Federation of Occupational Therapists 2011. WFOT Information. What is Occupational Therapy? Hakupäivä 22.9.2011. <http://www.wfot.org/information.asp>

Ympäristöministeriö 2011. Lainsäädäntö. Maankäyttö ja rakentaminen. Suomen rakentamismääräyskokoelma. Hakupäivä 25.9.2011. <http://www.ymparisto.fi/default.asp?contentid=388554&lan=FI>

LIITTEET

LIITE 1. Tehtäväluettelolomake

LIITE 2. Yhteenveto asukas- ja omaisraadin tuloksista

LIITE 3. Asukastilaisuuden suunnitelma

LIITE 4. Asukastilaisuuden tulokset

LIITE 5. Asukastilaisuuden muistio

LIITE 6. Palautelomake

LIITE 7. Kustannusarviolomake

LIITE 8. Honkaharjun palvelutalon toimintälähtöinen pihasuunnitelma



TEHTÄVÄLUETTELO

Laatija Susanna Sepponen

Päiväys 11/4 2012

Projekti Toiminnan näkökulma Honkaharjun palvelutalon pihasuunnitteluun

Nro	Tehtävän nimi	Alku pvm	Loppu pvm	Suunn. tunnit	Toteut. tunnit	Vastuu/ suorittaja
1.	Aiheeseen perehtyminen	6/11	9/11	105	105	Susanna Sepponen
1.1.	Projektin ideoiminen	6/11	8/11	10	13	
1.2.	Kirjallisuuteen ja tutkimuksiin perehtyminen	7/11	9/11	45	45	
1.3.	Teoreettisen viitekehyksen laadinta	7/11	9/11	45	45	
1.4.	Alustavat neuvottelut yhteistyökumppanin kanssa	7/11	8/11	5	2	
2.	Projektin suunnittelu	7/11	11/11	61	76	Susanna Sepponen
2.1.	Projektikirjallisuuteen perehtyminen ja projektisuunnitelman laatiminen	7/11	10/11	55	70	
2.2.	Projektisuunnitelman esittäminen	10/11	10/11	3	3	
2.3.	Projektin asettaminen ja sopimusten laadinta	10/11	11/11	2	2	
2.4.	Ohjausryhmä	10/11	10/11	1	1	
3.	Pihasuunnittelu	9/11	11/11	146	156	Susanna Sepponen
3.1.	Asukas- ja omaisraatiin osallistuminen	9/11	9/11	6	6	
3.2.	Asukastilaisuuden suunnittelu	9/11	10/11	10	20	
3.3.	Tilojen sopiminen ja tiedottaminen	10/11	10/11	3	5	
3.4.	Asukastilaisuuden toteuttaminen	10/11	11/11	5	4	
3.5.	Asukastilaisuuden dokumentointi ja yhteenvedon laatiminen	11/11	11/11	6	6	
3.6.	Moniammatillisen työryhmän suunnittelupalaverit	9/11	11/11	20	20	
3.7.	Tiedon välitys (sähköposti, puhelin)	9/11	11/11	15	10	
3.8.	Välineisiin ja materiaaleihin liittyvää selvitystyö, tiedon haku ja materiaaleihin tutustuminen	9/11	11/11	25	25	
3.9.	Yhteistyö palvelutalon henkilökunnan kanssa	9/11	11/11	10	5	
3.10	Kirjallisen pihasuunnitelman luonnostelu ja toteuttaminen	10/10	11/11	46	55	
4.	Palautteen kerääminen	12/11	2/12	5	5	Susanna Sepponen
4.1	Palautelomakkeen laadinta	12/11	1/12	3	3	
4.2	Palautteen analysoiminen	2/12	2/12	2	2	
5.	Projektin päättäminen	12/11	5/12	81	89	Susanna Sepponen
5.1.	Loppuraportin kirjoittaminen	12/11	4/12	77	85	
5.2.	Loppuraportin esittäminen	5/12	5/12	3	3	
5.3.	Loppuraportti Theseukseen	5/12	5/12	1	1	

Yhteenveto asukas- ja omaisraadin tuloksista

Asukas- ja omaisraadin näkökulmia merkityksellisistä toiminnoista ja pihasuunnittelussa huomioitavista asioista:

- Seurustelun ja oleskelun mahdollistamiseksi istuin-/pöytäryhmät (suoja auringolta ja tuulelta, myös katos olisi tärkeä sekä mahdollisuus lämmitykseen)
- Lasten leikkien mahdollistamiseksi hiekkalaatikko
- Kalalammikko
- Marjapensaat, mansikat
- Paljon puita ja kukkia
- Hyvä valaistus ja kontrastit ympäristössä
- Lintujen ruokinta ja linnunpöntöt
- Kävelyreitti
- Esteettömyys herätti keskustelua siitä, että sen suhteen oltava tarkkana, sillä useat esteettömäksi mainostetut kohteet eivät ole sitä todellisuudessa. Lisäksi muistutettiin, että myös esteetön voi olla esteettistä!

Tilaisuuden aika: 7.11.2011, klo 18–19.30

Paikka: Kuusikummun palvelutalon ruokasali

Tilaisuuden ohjaaja Susanna Sepponen; apuohjaaja Janette Kotanen (auttaa ohjaajaa tilojen järjestämisessä, kahvinkeitossa ja -tarjoiluissa, ryhmien jakamisessa ja materiaalin jakamisessa sekä tilojen siistimisessä)

Asukasillan tavoite: Honkaharjun palvelutalon asukkaat, läheiset sekä henkilökunnan edustajat tuovat esille niitä toiveitaan ja tarpeitaan, jotka liittyvät ulkona/pihalla tapahtuviin, merkityksellisiin toimintoihin eri vuodenaikoina. Lisäksi tilaisuuden tavoitteena on, että tilaisuuteen osallistujat osallistuvat pihan suunnitteluun tuomalla esille erilaisia näkökulmia ja tekemällä konkreettisia ehdotuksia alustavaan suunnitelmaluonnokseen.

Tilaisuuden normit: Suotavaa, että tilaisuuden ajan pidetään matkapuhelimet poissa. On tärkeää, että jokaisen näkökulma pääsee esille ja sitä, jolla on puheenvuoro, kuunnellaan.

Ennen asukastilaisuutta:

Klo 17.00 Tilaisuuteen valmistautuminen, kahvinkeitto, tilojen ja materiaalien järjestäminen. Pöytäjärjestys 3pöytää rinkiin; tuolit ulkorinkiin, resurssipöytä voi olla keskellä/ulkoringissä.

Asukastilaisuus:

Klo 18.00 **Orientaatio:** Toivotetaan osallistujat tervetulleeksi ja huomioidaan jokainen osallistuja tarjoamalla kahvia/teetä. Suljetaan ovi.

Klo 18.05 **Valmistautuminen:** Esittäytyminen. Kerrotaan kahvittelun lomassa Vaihon pihasuunnittelusta ja siihen liittyvästä opinnäytetyöstä. Esitellään tilaisuuden tavoitteet ja aikataulu.

Klo 18.15 **Virittäytyminen:** Ohjaaja lukee 4 lyhyttä vuodenaikojä kuvaavaa runoa.

Klo 18.20 **Toiminta 1. Kuvakollaasityöskentely:** osallistujat asettuvat 3-5hengen ryhmiin (henkilökunta muodostaa oman ryhmän). Pöytiin jaetaan suuri paperi sekä pihaympäristöihin ja -toimintoihin liittyviä lehdestä leikattuja kuvia, liimapuikko sekä tusseja. Ryhmiä pyydetään miettimään yhdessä niitä toimintoja ja asioita, jotka olisivat tärkeitä tulevilla piha-alueella eri vuodenaikoina, ja liimaamaan kuvia/kirjoittamaan/piirtämään tärkeitä toiminnoista/asioista paperille (15min).^{*} Ryhmiä pyydetään esittelemään vuorollaan oma paperinsa, jokaisen esittelyn jälkeen tilaa annetaan kysymyksille ja yhteiselle keskustelulle.

Ohjaaja laatii esiin nousseista asioista käsitekarttaa seinällä olevalle suurelle paperille.

Ohjaaja pyytää osallistujilta lupaa säilyttää ryhmien tuotokset ja käyttää niitä opinnäytetyöraportoinnissa.

^{*}) Tarvittaessa toiminnan porrastaminen: ohjaaja jakaa kuvat pöytään ja sanoo: "valitse muutama kuva, joka tuo sinulle mieleen tärkeitä ulkoilun ja pihamaahan liittyviä asioita. Kun osallistujat ovat valinneet kuvat, ohjaaja antaa pöytiin loput tarvikkeet ja pyytää ryhmäläisiä kokoamaan kuvista yhteisen pihamaan ja liimaamaan kuvat alustalle. Sen jälkeen ryhmä yhdessä tai ryhmän edustaja voi esitellä tuotoksen tai ohjaaja voi haastatella ryhmää tuotoksesta ja yksittäisistä kuvista.

Klo 18.55 Toiminta 2. Pihasuunnitelmaluonnoksen esittely ja yhteinen suunnittelu: suurennettu luonnos asetetaan seinälle nähtäville ja esitellään keskeiset toiminta-alueet ominaisuuksineen. Peilataan keskustellen suunnitelmaluonnosta osallistujien esille tuomiin tarpeisiin ja toiveisiin, ja kannustetaan osallistujia tekemään konkreettisia ehdotuksia luonnokseen.

Klo 19.15 Purkaminen: Keskustellaan illalle asetettujen tavoitteiden saavuttamisesta. Kerrotaan pihasuunnittelun etenemisestä asukasillan jälkeen. Osallistujia kannustetaan tuomaan esille tilaisuuden herättämiä ajatuksia ja antamaan palautetta tilaisuudesta. Sen jälkeen osallistujia kiitetään ja tilaisuus päätetään.

Asukastilaisuuden jälkeen: Ohjaaja kirjaa illan kulun ja laatii yhteenvedon pihan käyttäjille merkityksellisistä toiminnoista sekä toimintaa mahdollistavista ympäristön ominaisuuksista. Asukastilaisuudesta laaditaan lisäksi muistio Honkaharjun palvelutalon ilmoitustaululle sekä Vaihosaston seinälle nähtäväksi..

Asukasillassa tarvittavat materiaalit

Kahvitarjoilu: kahvia/vettä termospulloissa, kertakäyttömukit, lusikat, teepusseja, maitoa, sokeria, kastamista.

Toiminta 1: suuria papereita, tusseja, leikattuja kuvia, liimapuikkoja, maalarinteippiä

Toiminta 2: suurennettu suunnitelmaluonnos.

TOIMINTA 1. KUVAKOLLAASITYÖSKENTELEY

1. FYYSINEN YMPÄRISTÖ:

a) Luonnollinen ympäristö:

Asukkaat:

- Säätilat
- Omenapuut
- Marjapensaat
- Hyötykasvit (kuvissa mm. kesäkurpitsa, peruna, yrtit)
- Kukat (kuvissa mm. ruusu, samettikukka; esityksessä mainittiin mm. ruusu, tulppaani, orvokki, koiranputki ja niittyleinikki)
- Puut, pensaat, köynnökset
- Linnut, oravat, koira

Henkilökunta:

- Puut, myös lajikkeet, joihin tulee syysvärit
- Kukat: ominaisuuksina tuttuus, värikkyys, turvallisuus.
- Omenapuut ja marjapensaat
- Hyötykasvit; maisteltavat ja tuoksuvat (kuvissa mm. porkkana, persilja, avomaakurkku)
- Eläimet: Linnut, oravat, perhoset

b) Rakennettu ympäristö:

Asukkaat:

- Puisto
- Grilli ja nuotio
- Koriste-esineet mm. kynttilälyhty, koristevalot, vesiallas, kipsinaamio
- Lintujen ruokintapaikka
- Tuoli, pöytä
- Lumiukko
- Aurinkovarjo
- Pyörätuoli, kävelykeppi
- Sukset, polkupyörä
- Ruukut ja istutuslaatikko
- Työvälineet (kuvissa lapio, harava, kastelukannu, saha, vati, kori)
- Muut tarvikkeet: lankoja, veikkauskuponki, kirjat, ruokailuvälineet
- Leikkivälineitä: Keinu, hiekkalaatikko
- Piha-aitta

Henkilökunta:

- Hyvä valaistus
- Terassi:
 - Tilaa juhlille
 - Mahdollisuus tarkkailla ympäröiviä puita ja linnunpönttöjä
 - Grilli
- Linnunpöntöt ja lintujen ruokailupaikka
- Aita ja portit
- Puutarhakeinu
- Penkit
- Suihkulähde
- Kasvihuone / kasvimaa → Korotetut istutuslaatikot
- Leikkipaikka (kuvissa keinu, liukumäki, leikkimökki, nukenvaunut)
- Puistokäytävä/kävelyreitti
 - Levähdyspenkit riittävän tiheässä
 - Johtaa eri toiminta-alueille
 - Osittain tukikaide
 - Esteetön (huomioidaan talviajan kunnossapito)
 - Valaistus koko matkalta

2. SOSIAALINEN YMPÄRISTÖ (sosiaaliset ryhmät, roolit, toiminnan muodot):

Asukkaat:

- Isovanhemmuus
- Ystävät – ystävyys – seurustelu, yhteiset toiminnot
- Naapurit – naapuruston tarkkailu, tapaaminen
- Tapahtumiin/toimintoihin osallistuvat ryhmät mm. voimisteluryhmä
- Tanssiminen
- Musiikki (musiikkiesityksen seuraaminen, soittaminen)
- Voimistelu
- Grillaaminen ja makkaranpaisto
- Piirakan tarjoaminen
- Pihatöihin osallistuminen/tarkkailu: Haravointi, marjojen, omenoiden ja yrttien poimiminen, kasvien / kukkien istuttaminen ja -kasteleminen.
- Oleskelu; lintujen tarkkailu, piipun polttelu, tulen katselu
- Kävely
- Pyöräily
- Ostosten tekeminen (jäätelöauto, kauppa-auto, pihakirpputori)
- Veikkauskupongin täyttäminen
- Saappaanheitto
- Jalkakylvyn ottaminen

Henkilökunta:

- Isovanhemmuus – lasten hoivaaminen ja leikkien seuraaminen
- Ystävät
- Tapahtumiin/toimintoihin osallistuvat ryhmät kuten peliryhmä
- Grillaaminen
- Juhlien järjestäminen ja viettäminen
- Seurustelu
- Yhteispelit: petankki
- Pihalla käveleminen, pyörätuolilla liikkuminen, hiihtäminen
- Kasvien hoitaminen, maistelu ja haistelu
- Oleskelu ja luonnon tarkkailu: Veden solinan katselu ja kuuntelu, vuodenaikojen ja kasvien tarkkailu, eläinten tarkkailu; lintujen ruokintapaikan ja oravien tarkkailu

Lisäksi Artunpirtin kokoamat asukkaiden ja henkilökunnan ehdotukset asukasiltaa varten:

- Kävelyreitit esteettömiä (ottaa huomioon pyörätuolilla ja rollaattorilla liikkuvat)
- Hyvä valaistus
- Grillikatos (makkaran- ja lättyjenpaisto)
- Hedelmäpuita, marjapensaita
- Perinnekasveja (syreeni; valkoinen ja lila)
- Aistipiha
- Vesiaihe esim. pieni suihkulähde
- Dementikoille turvallinen oleskelupiha → talojenvälinen sisäpiha
- Mahdollisuus pelata pelejä pihalla → huomioidaan myös palvelutalossa vierailevat

TOIMINTA 2. PIHASUUNNITELMALUONNOKSEN ESITTELY JA YHTEINEN SUUNNITTELU

- Keskustelua ”vapaa-ajan kentästä”. Kentällä tulisi olla tilaa esimerkiksi pelaamiseen, tanssiin sekä tapahtumien järjestämiseen. Luonnoksessa puistokalusteet veivät paljon vapaata tilaa kentän pinta-alasta, mutta toisaalta tuotiin esille se, että istuimia tarvitaan.
- Kentän pintamateriaaliksi ehdotettiin turva-alustamateriaalia.
- Puistokäytävää/kävelyreittiä voisi reunustaa osalta matkaa tukikaide.
- Pihavajan tarpeellisuudesta ja sijainnista keskusteltiin, ja sopivaksi sijoituspaikaksi ehdotettiin vapaata nurmikkokaistaletta terassin edustalla.
- Lisäksi keskusteltiin aidatusta alueesta, joka mahdollistaisi turvallisen ulkoilun pihalla.
- Ehdotus pyykkiliniestä käsipyökin kuivatusta varten.
- Lintujen ruokintapaikan sijainti liian lähellä oleskeluterassia. Hygieniasyistä tulisi siirtää kauemmaksi.

Asukastilaisuus järjestettiin Kuusikummun palvelutalon ruokasalissa 7.11.2011

klo 18 -19.30. Asukastilaisuuteen saapui 14 henkilöä (6 asukasta, 1 omainen, 3 Honkaharjun palvelutalon henkilökunnan edustajaa, 4 Kuusikummun palvelutalon henkilökunnan edustajaa).

Toimintaterapeutti-opiskelija Susanna Sepponen kertoi Honkaharjun (Vaiho-osaston) pihasuunnittelusta kahvin lomassa. Pihasuunnittelu toteutetaan kuluvaan syksyyn aikana moniammatillisessa työryhmässä, johon osallistuvat suunnittelijahortonomi Jouko Härkönen, Honkaharjun palvelutalon esimies Pasi Paasila sekä toimintaterapeutti-opiskelija Susanna Sepponen.

Illan aiheeseen osallistujat johdateltiin runojen kautta. Sen jälkeen osallistujat pohtivat ryhmissä pihan tärkeitä ominaisuuksia ja toimintoja. Ryhmien esityksissä nostettiin esille mm. seuraavat asiat:

- Puistokäytävä/kävelyreitti, johtaa eri toiminta-alueille ja on hyvin valaistu. Puistokäytävän varrella riittävästi levähdyspenkkejä, ja se on esteetön mm. pyörätuolilla liikuttaessa. Lisäksi tuki-kaide voisi reunustaa puistokäytävää osittain. Puheenvuoroissa korostettiin erityisesti talviajan kunnossapidon tärkeyttä esteettömän liikkumisen kannalta.
- Oleskelualue, jossa esim. mahdollisuus tarkkailla luontoa, grillata, ruokailla, järjestää juhlia sekä tavata ystäviä.
- Vapaa-ajan kenttä, jossa mahdollisuus esim. pelata yhteispelejä, tanssia sekä järjestää tapahtumia. Kentän pintamateriaaliksi ehdotettiin turva-alustamateriaalia.
- Leikkialue, jossa lapsilla (niin lastenlapsilla kuin naapurustonkin lapsilla) mahdollisuus leikkiä esim. leikkimökki, hiekkalaatikko, keinu.
- Puutarhanhoitoon ja pihatöihin osallistumista mahdollistaisivat mm. korotetut istutuslaatikot vihanneksineen ja kukkineen, työvälineet säilytyspaikkoineen sekä marjapensaat ja hedelmäpuut. Kasvien tulisi olla tuttuja, perinteisiä, värikkäitä ja turvallisia.
- Vesiaihe: esim. soliseva suihkulähde.
- Mahdollisuus turvalliseen ulkoiluun aidatulla alueella.
- Luonnontarkkailua varten pihalla tulisi olla linnunpönttöjä puissa, lintujen ruokintapaikka (riittävän kaukana oleskelualueesta), oravia houkuttavia puita, perhosia houkuttelevia kasveja. Myös vierailevat lemmikkieläimet ovat tervetulleita.
- Muuta: pihan tulisi olla kauttaaltaan hyvin valaistu. Pihalla voisi olla pihakeinu. Lisäksi ehdotettiin pyykkitelinettä käsipyökin kuivatusta varten. Myös hiihtolatua ehdotettiin. Piha-aidan ulkopuolella voisi vierailla esim. jäätelöauto.

Tilaisuudessa esiteltiin alustavaa pihasuunnitelmaluonnosta, johon osallistujat antoivat konkreettisia ehdotuksia mm. suuremmasta vapaa-ajan kentästä ja sen pintamateriaalista, lintujen ruokintapaikan sijainnista kauemmaksi oleskelualueelta sekä kattavammasta valaistuksesta.

Muistion laatija: Susanna Sepponen 7.11.2011.

LIITE 6.

Hyvä yhteistyökumppani!

20.2.2012

Honkaharjun palvelutalon Vaiho-osaston pihasuunnitelma on laadittu syksyn 2011 aikana moniammatillisessa työryhmässä, jonka työskentelyyn olen osallistunut osana opinnäytetyöprojektiani. Yhteistyössä laadittuun pihasuunnitelman pohjapiirrokseen olen pyrkinyt tuomaan toiminnan näkökulman sekä pihan käyttäjien tarpeet. Pohjapiirrosta täydentämään olen laatinut kirjallisessa muodossa olevan Honkaharjun palvelutalon toimintälähtöisen pihasuunnitelman.

Toivonkin nyt saavani sinulta palautetta opinnäytetyöstäni, jonka voit tehdä täyttämällä oheisen palautelomakkeen. Palautteesi on tärkeää projektityöskentelyn pihasuunnitelman laadun ja sen hyödynnettävyyden arvioimiseksi sekä oman oppimiseni kannalta.

Ystävällisesti palauta palautelomake 28.2.2012 mennessä oheisessa palautuskuoressa.

Yhteistyöterveisin:

Susanna Sepponen

Toimintaterapian koulutusohjelma

Oulun seudun ammattikorkeakoulu

PALAUTELOMAKE

Opinnäytetyön tekijä: Susanna Sepponen

Opinnäytetyön nimi: Toiminnan näkökulma Honkaharjun palvelutalon pihasuunnitteluun

1. Palautteen antaja, tehtävänimike sekä organisaatio:

2. Vastasiko opinnäytetyön tavoite ja tarkoitus projektin yhteistyökumppanin asettamaa tarkoitusta ja tavoitetta opinnäytetyön suhteen?

3. Missä määrin pihasuunnitelmaa voidaan käyttää hyväksi käytännön toiminnassa?

- Erittäin paljon
- Melko paljon
- Jossain määrin
- Melko vähän
- Erittäin vähän tai ei lainkaan

4. Mikäli pihasuunnitelmaa voidaan käyttää hyväksi käytännön toiminnassa, niin millä tavoin?

5. Kenen/minkä tahojen uskot voivan hyödyntää opinnäytetyön tuloksia?

6. Mikäli työtä ei voida käyttää hyväksi käytännön toiminnassa, mitkä ovat syyt tähän?

7. Millaista opinnäytetyöprojektiin liittyvä yhteistyö on ollut projektin aikana?

8. Arvioi opinnäytetyö seuraavalla asteikolla

- 5 = Kiitettävä
- 3-4 = Hyvä
- 1-2 = Tyydyttävä

9. Projektin laatukriteereitä olivat asiakaslähtöisyys, toimintälähtöisyys, turvallisuus, luotettavuus ja selkeys. Missä määrin projektin laatukriteerit toteutuvat pihasuunnitelmassa? Halutessasi voit perustella vastaustasi.

a) Asiakaslähtöisyys? (Asiakaslähtöisyydellä tarkoitetaan asiakkaan voimavarojen tunnistamista, tämän mukaan ottamista päätöksentekoon sekä asiakkaan valintojen mukaisen toiminnan edistämistä. Asiakaslähtöisyydellä varmistetaan, että toiminnot ovat asiakkaalle mielekkäitä ja tarkoituksenmukaisia. (Ks. Harra 2003, 17; Townsend 2002, 180))

- Erittäin paljon
- Melko paljon
- Jossain määrin
- Melko vähän
- Erittäin vähän tai ei lainkaan

Perustelut:

b) Toimintälähtöisyys? (Toimintälähtöisyydellä tarkoitetaan sitä, että asiakkaan merkityksellisiin toimintoihin osallistumisen mahdollistaminen on ensisijaisena mielenkiinnonkohteena, sillä toiminnan ajatellaan vaikuttavan ihmisen hyvinvointiin ja terveyteen. (Ks. Harra 2003, 16; Polatajko ym. 2007,21).)

- Erittäin paljon
- Melko paljon
- Jossain määrin
- Melko vähän
- Erittäin vähän tai ei lainkaan

Perustelut:

c) Turvallisuus? (Turvallisuudella tarkoitetaan turvallista pihaympäristöä, joka mahdollistaa ulkoilun ja toiminnan turvallisella tavalla. Turvallinen ympäristö on lainsäädännön ja ohjeiden mukainen (Ikäihmisten palvelujen laatusuositus 2008, 41).)

- Erittäin paljon
- Melko paljon
- Jossain määrin
- Melko vähän
- Erittäin vähän tai ei lainkaan

Perustelut:

d) **Luotettavuus?** (Luotettavuudella viitataan tässä pihasuunnitelman sisältämien tietojen ja ratkaisujen luotettavuuteen ja uskottavuuteen, esitettyjen tietojen tarkistettavuuteen ja virheettömyyteen ilmaisuun.)

- Erittäin paljon
- Melko paljon
- Jossain määrin
- Melko vähän
- Erittäin vähän tai ei lainkaan

Perustelut:

e) **Selkeys?** (Selkeydellä tarkoitetaan pihasuunnitelman helppolukuisuutta, havainnollisuutta sekä tietojen löydettävyyttä.)

- Erittäin paljon
- Melko paljon
- Jossain määrin
- Melko vähän
- Erittäin vähän tai ei lainkaan

Perustelut:

Kiitos palautteestasi!

Lähteet:

Harra, T. 2003. Toimintaterapianimikkeistön teoreettiset lähtökohdat. Tupu Holma (toim.) Toimintaterapianimikkeistö 2003. Helsinki: Suomen Kuntaliitto. 16–21.

Ikäihmisten palvelujen laatusuositus 2008. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2008:3. Sosiaali- ja terveysministeriö, Suomen kuntaliitto. Helsinki: Yliopistopaino.

Polatajko, H.J., Davis, J., Stewart, D., Cantin, N., Amoroso, B., Purdie, L., Zimmerman, D. 2007. Specifying the domain of concern: Occupation as a core. Elizabeth A. Townsend & Helene J. Polatajko (toim.) Enabling Occupation II: Advancing an Occupational Therapy Vision for Health, Well-being & Justice through Occupation. Ottawa: CAOT Publications ACE. 13–36.

Townsend, E., Stanton, S., Law, M., Polatajko, H., Baptiste, S., Thompson-Franson, T., Kramer, C., Swedlowe, F., Brintnell, S. & Campanile, L. 2002. Enabling Occupation. An Occupational Perspective. Uudistettu painos. Ottawa: CAOT Publications ACE.

LIITE 7.

Liite 7.			Susanna Sepponen TTK 8 SA								
PROJEKTIN KUSTANNUS-ARVIO			Toiminnan näkökulma Honkaharjun palvelutalon pihasuunniteluun								
Kululuokat	heinä	elo	syys	loka	marras	joulu	tamm	helmi	maal	huhti	yht
Henkilöstömenot, asiantuntijoiden palkkiot, ostopalvelut Projektipääll. Työn osuus	Suun.	Suun.	Suun.	Suun.	Suun.	Suun.	Suun.	Suun.	Suun.	Suun.	
	520	1080	710	580	696	390	40	0	0	0	4016
	Tot.	Tot.	Tot.	Tot.	Tot.	Tot.	Tot.	Tot.	Tot.	Tot.	
	520	900	720	590	450	280	430	210	210	200	4510
Materiaalit	Suun.	Suun.	Suun.	Suun.	Suun.	Suun.	Suun.	Suun.	Suun.	Suun.	
	10	10	10	10	10	10	0	0	0	0	60
	Tot.	Tot.	Tot.	Tot.	Tot.	Tot.	Tot.	Tot.	Tot.	Tot.	
	7	7	0	18	0	0	0	6	0	0	38
Matkakulut	Suun.	Suun.	Suun.	Suun.	Suun.	Suun.	Suun.	Suun.	Suun.	Suun.	
	0	0	38	38	5	5	35	0	0	0	121
	Tot.	Tot.	Tot.	Tot.	Tot.	Tot.	Tot.	Tot.	Tot.	Tot.	
	0	0	32,7	35	5	5	0	0	0	50	127,7
Tiedotus ja markkinointi	Suun.	Suun.	Suun.	Suun.	Suun.	Suun.	Suun.	Suun.	Suun.	Suun.	
	0	5	5	5	5	5	5	0	0	0	30
	Tot.	Tot.	Tot.	Tot.	Tot.	Tot.	Tot.	Tot.	Tot.	Tot.	
	0	2	5	5	5	5	0	0	0	0	22
Yhteensä								Suunniteltu			4227
								To- teutunut			4697, 7

LIITE 8.

HONKAHARJUN PALVELUTALON TOIMINTALÄHTÖINEN PIHASUUNNITEL-
MA

Susanna Sepponen
Kevät 2012
Toimintaterapian koulutusohjelma
Oulun seudun ammattikorkeakoulu

SISÄLLYS

1 JOHDANTO.....	3
2 VIIHTYISÄ, TURVALLINEN JA ESTEETÖN YMPÄRISTÖ	6
3 OLESKELUTERASSI	9
3.1 Aita ja portit	10
3.2 Oleskeluterassin kulkuväylät	11
3.3 Oleskeluterassin kalusteet ja varusteet	12
3.3.1 Istuimet ja puutarhakeinu	13
3.3.2 Pöydät	14
3.3.3 Pergola	15
3.3.4 Roskakori ja tuhkakuppi	16
3.3.5 Istutusastia	17
3.4 Suihkulähde	17
3.5 Oleskeluterassin kasvit.....	18
3.6 Muuta suositeltavaa välineistöä.....	18
4 KÄVELYREITTI	19
4.1 Kävelyreitit ominaisuudet	20
4.2 Levähdyspaikat ja puistopenkit.....	21
4.3 Lintujen ja eläinten tarkkailu ja ruokinta.....	22
4.4 Muuta suositeltavaa välineistöä.....	22
5 LEIKKIPAikka	24
5.1 Leikkivälineet.....	25
5.2 Keinun suojakaide.....	25
5.3 Infotaulu	26
6 PUUTARHANHOITOALUE.....	27
6.1 Viljelylaatikko, hyötykasvit ja kukkaniitty.....	28
6.2 Puutarhavaja	29
6.3 Vesipiste.....	29
6.4 Muuta suositeltavaa välineistöä.....	30
7 PIENI AUKIO.....	31
LÄHTEET	33

1 JOHDANTO

Suomalaisille luonto ja vuodenaikojen muutokset ovat tärkeitä koko elämänajan. Kun ikääntynyt henkilö siirtyy kotoa hoiva- ja palveluasumisen pariin, hän saattaa uudessa ympäristössä joutua luopumaan tärkeistä päivittäisistä rutiineistaan (Polatajko ym. 2007, 57). Ulkoiluun liittyvien tottumusten ylläpitämistä voi vaikeuttaa myös se, että ulkoilua ja luonnosta nauttimista ei vielä ole onnistuttu riittävästi tuomaan osaksi ikääntyneiden hoitoa ja kuntoutusta, ja usein asuin- ja pihaympäristöt koetaan laitospäisiksi tai liian moderneiksi (Pikkarainen 2007, 58). Tärkeistä toiminnoista ja rutiineista luopuminen voi vaikuttaa ikääntyneen identiteettiin ja käsitykseen omasta pystyvyydestä ja voi aiheuttaa surua, stressiä tai masennusta (Polatajko ym. 2007, 57).

Sosiaali- ja terveysministeriön Ikäihmisten palvelujen laatusuosituksessa (2008, 39, 42–43) esitetään, että palvelutalojen ympäristöjen suunnittelussa tulisi pyrkiä edistämään esteettömiä, turvallisia ja viihtyisiä asumis- ja hoitoympäristöjä, jotka tarjoavat mahdollisuuksia, tukevat osallisuuden ja mielekkäaseen tekemiseen. Suosituksessa mainitaan erikseen piha- ja puutarhaympäristöjen suunnittelun merkitys ikääntyneiden ulkoilun ja hyvinvoinnin edistämisessä. Onhan viherympäristössä oleskelulla, ulkoilulla ja kasvien hoitamisella tutkitusti yhteys hyvinvointiin ja mielialaan (ks. Rappe 2005, 37; Tyrväinen, Silvennoinen, Korpela & Ylen 2007, 60, 73).

Parhailaan saneerattavana olevan Honkaharjun palvelutalon lyhytaikaishoitoa tarjoavalle Vaiho-osastolle valmistuvat uudet tilat talvella 2012. Saneerauksen yhteydessä on kiinnitetty huomiota Vaiho-osaston pihaympäristön suunnitteluun. Piha-aluetta koskevan pihasuunnitelman pohjapiirros (liite 1) on laadittu moniammatillisessa yhteistyössä suunnittelijahortonomi Jouko Härkösen ja Honkaharjun palvelutalon esimiehen, Pasi Paasilan kanssa. Olen osallistunut moniammatillisen työryhmän pihasuunnitteluun osana toimintaterapia-opintojen opinnäytetyöprojektiani. Moniammatilliseen suunnittelutyöhön osallistumisen lisäksi olen laatinut parhailaan kädessäsi olevan Honkaharjun palvelutalon toimintalähtöisen pihasuunnitelman. Sen tarkoitus on selittää ja täydentää yhteistyössä laadittua pohjapiirrosta, johon ei ollut mahdollista sisällyttää kaikkea tietoa pihan tärkeistä ominaisuuksista.

Toimintaterapia perustuu ajatukseen siitä, että toiminnan kautta ilmaisemme itseämme, jäsenämme aikaa ja opimme ympäristöstämme. Sen kautta luomme myös identiteettiämme ja an-

namme merkityksiä elämällemme. (Polatajko ym. 2007, 20–21, 27.) Toimintälähtöisyydellä tarkoitetaan toimintaterapian käsitystä ihmisestä toiminnallisena olentona, joka voi vaikuttaa hyvinvointiinsa valintojensa ja toimintansa kautta (Harra 2003, 16). Toimintaterapiassa korostuu asiakaslähtöisyyden periaate, joka perustuu asiakkaan arvostukseen ja kumppanuuteen, ja siinä tunnustetaan asiakkaan tiedot, kokemus ja voimavarat (Law, Polatajko, Baptiste & Townsend 2002, 49; Townsend ym. 2007, 108). Moniammatillisessa työryhmässä roolini on ollut tuoda Honkaharjun palvelutalon pihasuunnitteluun pihan käyttäjien- ja toiminnan näkökulma, ja mahdollistaa siten asukkaiden osallistumista pihaympäristössä tapahtuviin merkityksellisiin toimintoihin.

Työskentelyni perustaksi olen kerännyt tietoa palvelutalon asukkaille merkityksellisistä toiminnoista Honkaharjun palvelutalon asukas- ja omaisraadilta sekä järjestämäni asukastilaisuuden kautta. Molemmissa tilaisuuksissa nousivat vahvasti esille mm. pihalla kävely, luonnon ja eläinten tarkkailu, lasten leikkimahdollisuudet sekä kasvien hoito ja niiden mahdollistamat aistielämykset. Olen hyödyntänyt myös kirjallisuuden ja tutkimusten tarjoamaa tietoa ikääntyneille merkityksellisistä toiminnoista, mikä on tuonut suunnitteluun mm. muistelun näkökulman.

Toiminta tapahtuu erilaisissa ympäristöissä, jotka vaikuttavat toiminnallisiin valintoihin ja voivat sekä tukea sosiaalista osallisuutta, mutta myös sulkea ihmisiä toimintojen ulkopuolelle (Polatajko ym. 2007, 48). Toimintaterapiassa ympäristöjen suunnittelu ja mukauttaminen ovat keskeisiä ydintaitoja, joiden kautta pyritään vastaamaan ihmisten erilaisiin toiminnallisiin haasteisiin. Ympäristön suunnitteluun ja mukauttamiseen liittyy tiiviisti toimintaterapeuttien käyttämä toiminnan analysointi, jossa toiminta pilkotaan osatekijöihin ja tarkastellaan niitä vaatimuksia, joita toiminta asettaa sekä henkilölle että ympäristölle. (Townsend ym. 2007, 108, 116–117, 123.) Asiakaslähtöisesti valittujen toimintojen analysoinnin kautta olen pyrkinyt tuomaan pihasuunnitteluun tietoa fyysisen ympäristön vaatimuksista ja toimintaa mahdollistavista sovelluksista.

Honkaharjun palvelutalon toimintälähtöisessä pihasuunnitelmassa olen tuonut esille niitä pihan käyttäjille merkityksellisiä toimintoja, joita pihan eri toiminta-alueiden suunnittelulla on pyritty mahdollistamaan. Lisäksi olen kuvannut niitä fyysisen ympäristön ominaisuuksia, jotka mahdollistavat turvallista toimintoihin osallistumista erilaisista haasteista huolimatta. Näitä haasteita voivat olla esimerkiksi ikääntymiseen liittyvät muutokset liikkumisessa, näkö- tai kuuloaistissa (ks. Chan & Glokoski 2008, 1173–1174; McIntyre 2005, 170), kun taas muistisairauksiin voi liittyä haasteita esimerkiksi ympäristön hahmottamisessa tai aikaan ja paikkaan orientoitumisessa (ks. Eloniemi-Sulkava 2003, 12–13).

Honkaharjun palvelutalon toimintälähtöinen pihasuunnitelma tarjoaa tietoa pihan rakentamisesta ja toteutuksesta vastaaville tahoille, mutta myös hoito- ja kuntoutushenkilökunta voi saada siitä ideoita päivittäiseen työhönsä. Toimintälähtöinen pihasuunnitelma on jäsennetty siten, että luvussa 2 kuvataan yleisemmin palvelutalojen piha- ja viherympäristöihin liittyviä keskeisiä lähtökohtia. Toimintälähtöisen pihasuunnitelman varsinainen suunnitelmaosio (luvut 3-7) on jäsennetty pihan toiminta-alueiden mukaisesti. Niitä ovat oleskeluterassi, kävelyreitti, leikkipaikka, puutarhanhoito-alue sekä pieni aukio. Toiminta-alueita on kuvattu sekä niiden mahdollistamien toimintojen, että fyysisen ympäristön ominaisuuksien osalta. Toimintälähtöisessä pihasuunnitelmassa on esitetty myös joitakin ideoita välineistä, jotka voivat mahdollistaa merkityksellisiä toimintoja.

Pihasuunnitelman pohjapiirroksessa kalusteiden, varusteiden, leikkivälineiden, rakennusten ja kasvien merkitsemisessä on käytetty kirjaimista ja/tai numeroista koostuvaa tunnusta. Samoja tunnuksia on käytetty myös toimintälähtöisessä pihasuunnitelmassa, jolloin lukija voi varmistaa kyseisen esineen sijainnin pohjapiirroksesta ja päinvastoin. Suunnittelussa olemme pyrkineet määrittelemään mahdollisimman tarkasti kalusteet ja välineet mallia ja valmistajaa myöten. Mikäli suunnitteluvaiheessa valmistajilta löytyi sopiva malli, se merkattiin pohjapiirrokseen. Kaikkien välineiden tai kalusteiden osalta sopivaa mallia ei kuitenkaan löytynyt, joten Honkaharjun palvelutalon toimintälähtöisessä pihasuunnitelmassa olen kuvannut niiden suositeltavia ominaisuuksia myöhempiä kilpailutusta ja hankintaa varten. Pihasuunnitelman pohjapiirrokseen on merkitty suuntaa-antavat valaisinten sijainnit pyörein, keltaisin merkein. Suunnitelma ei kuitenkaan sisällä valaistuksen suunnittelua, sillä se tulee liittymään erilliseen sähkösuunnitelmaan. Koska valaistus on hyvin tärkeässä roolissa turvallisen toiminnan kannalta, siihen liittyviä suosituksia on kuvattu yleisemmin luvussa 2.

Toimintälähtöisen pihasuunnitelman fyysisen ympäristön ratkaisut ja mitoitukset täyttävät Suomen rakennusmääräyskokoelman määräykset ja ohjeet rakentamisen esteettömyyden ja käyttöturvallisuuden osalta. Suunnitelman ratkaisut perustuvat esteettömän suunnittelun oppaisiin, ohjeisiin ja kriteereihin, joita ovat mm. Rakennustietosäätiön (2011) Esteetön rakennus ja ympäristösuunnitteluopas, Invalidiliiton ESKEH-kartoitusmenetelmään sisältyvät kriteerit sekä SuRaKu-projektissa laaditut Esteettömän ympäristön suunnitteluohjekortit. Lähdeviittausten ja lähdeluettelon perusteella lukijan on mahdollista hakeutua tiedon alkuperäislähteille.

2 VIIHTYISÄ, TURVALLINEN JA ESTEETÖN YMPÄRISTÖ

Esteettömyydellä tarkoitetaan kaikkien kansalaisten sujuvaa osallistumista arjen askareisiin, harrastuksiin ja kulttuuriin. (Ikäihmisten palvelujen laatusuositus 2008, 49) Aila Pikkarainen (2007, 51) on soveltanut esteettömän ympäristön käsitettä toimintaterapian näkökulmaan. Hän määrittelee esteettömien ja turvallisten ympäristöjen mahdollistavan ikääntyneen ihmisen päivittäisen aktiivisuuden sekä aikaisemman elämäntyylin ja -tavan jatkuvuuden.

Ikäihmisten palvelutalojen ja hoivakotien piha-alueilla tulisi olla erilaisia ulko-oleskeluun houkuttelevia paikkoja. Vaihtelevilla puilla ja penssilla voidaan jäsentää pihan tiloja ja kulkureittejä, ja kasvillisuuden avulla voidaan luoda pihalle pienijakoinen, turvallisuuden tunnetta tukeva mittakaava. (Lehmuspuiisto & Åkerblom 2007, 30, 34, 40.) Luonnollinen piha-alue ja puistomaiset niityt ohjaavat ikääntynyttä tarkastelemaan säätä ja vuodenaikoja sekä niiden vaikutusta kasvien ja eläinten toimintaan (Pikkarainen 2007, 59). Esteettisyys sekä taiteen ja kulttuurin synnyttämät arjen elämykset auttavat irtautumaan arjesta ja autettavan roolista (Liikanen 2011, 17–23). Kasvien avulla voidaan myös vähentää ympäristön melua (Rappe 2005, 31).

Pihaympäristöön valitaan myrkyttömiä kasveja, jotka eivät ole kovin piikikkäitä (Kotilainen 2003, 31). Tutut ja perinteiset kasvit väreineen ja tuoksuineen tukevat muistelua, stimuloivat aisteja ja tuovat turvallisuuden tunnetta. Toisaalta myös värikkäät ja eksoottiset kasvit voivat olla kiehtovia. (Rappe 2005, 31.) Eläimiä ja perhosia houkuttelevat kasvit tuovat lisäelämyksiä pihalle. Tuoksuvilla kasveilla voidaan myös tukea näkövammaisten tilan hahmottamista ja tunnistamista (Esteettömän ympäristön suunnitteluohjekortti 6/8 2008, hakupäivä 14.11.2011). Kasvien väreihin kiinnitetään myös huomiota: sinisestä ja vihreästä valitaan voimakkaampia sävyjä, sillä niiden näkeminen heikkenee iän myötä. Punaisen ja keltaisen näkeminen säilyy paremmin, ja ne tuntuvat tulevan lähelle katsojaa. (Kotilainen 2003, 31; Regårdh 2004, 26.)

Esteettömän suunnittelun ja rakentamisen peruslähtökohtia ovat saavutettavuus, akustisuus, turvallisuus, havaittavuus ja hahmotettavuus, valoisuus ja valaistus sekä tilantarve ja mitoitus (Pikkarainen 2007, 44, 50–51). Esteetön ympäristö ei aiheuta kaatumisen, kompastumisen tai liukastumisen vaaraa. Lisäksi se on selkeästi hahmotettava ja hallittava niin, että tärkeät osat erottuvat riittävästi, ja etsityt tilat löytyvät helposti. (Kotilainen 2003, 14.) Selkeyttä voidaan lisätä pinnoitta-

malla pihan eri alueet selkeästi toisistaan erottuvilla materiaaleilla ja väreillä (Esteettömän ympäristön suunnitteluohjekortti 6/8 2008, hakupäivä 14.11.2011). Eri rakennusosissa, kalusteissa, varusteissa, painikkeissa ja opasteissa käytetään kontrasteja siten, että jokainen pinta, kaluste tai muu yksityiskohta erottuu ympäröivistä pinnoista tai taustasta tummuuserona. Kontrasti, joka vastaa keskiharmaan ja valkoisen tai keskiharmaan ja mustan eroa, on yleensä riittävä. (Invalidiliitto Ry 2010f, hakupäivä 19.11.2011.)

Pimeänä aikana valaistus on tärkeässä roolissa turvallisen ulkona liikkumisen kannalta. Yleisvalaistuksen tulee olla tasainen, riittävä ja häikäisemätön. Valaistus on alaspäin suunnattu, eikä valo saa levitä tarpeettoman kauaksi. Valaisintyyppiä valittaessa ensisijainen huomio kiinnitetään valonjako-ominaisuuksiin ja hyvään häikäisysojaukseen. Kulkuväylä on valaistu kokonaan. Valaisimet tulee sijoittaa kulkuväylän samalle puolelle optisesti ohjaaviin riveihin, jotka ovat noin metrin päässä kulkureitin reunasta. Suositeltava valaistusteho kulkuväylillä on 10–20 luxia. Toiminnallisesti tärkeiden alueiden tai risteyskohtien valaistusteho voi olla 15–50 luxia. Luiskissa valaistuksen voimakkuus on 30 luxia ja portaissa 50 luxia. Myös opastusten ja viitoitusten valaistamiseen kiinnitetään huomiota. (Esteettömän ympäristön suunnitteluohjekortti 5/8 2008, hakupäivä 14.11.2011; Könkkölä 2003, 133; Lehmuspuiisto & Åkerblom 2007, 42.) Yhteenveto valaistukseen liittyvistä esteettömyyssuosituksista löytyy taulukosta 1.

TAULUKKO 1. Valaistukseen liittyviä esteettömyyssuosituksia (Esteettömän ympäristön suunnitteluohjekortti 5/8 2008, hakupäivä 14.11.2011; Könkkölä 2003, 133; Lehmuspuisto & Åkerblom 2007, 42.)

Valaistus on häikäisemätön	
Valaistus on alaspäin suunnattu	
Kulkuväylä valaistaan koko reitiltä	
Valaisimet sijoitetaan kulkuväylän samalle puolelle	
Valaisinten sijoittelu kulkureitin reunasta	1000 mm
Valaistustehoon liittyvät suositukset:	
• Kulkuväylillä	10–20 lux
• Risteysalueet, toiminnallisesti tärkeät alueet	15–50 lux
• Luiskat	30 lux
• Portaat	50 lux

Talviajan kunnossapito vaikuttaa keskeisesti pihan esteettömyyteen. Jotta kulkuväylät pysyvät esteettöminä talvisaikaankin, tarvitaan oikea-aikaista ja laadukasta aurausta ja hiekoitusta. (Lehmuspuisto & Åkerblom 2007, 24.)

3 OLESKELUTERASSI

Oleskeluterassi sijaitsee rakennuksen etelä-päädyssä, ja sinne on kulku sekä suoraan sisätiloista ulkokuistin kautta, parkkipaikalta sekä piha-alueen kävelyreitiltä. Terassi on aidattu, mikä mahdollistaa asukkaiden vapaamman liikkumisen ulos ja sisälle ilman eksymisvaaraa. Rakennuksen pääsisäänkäynti ei ole yhteydessä piha-alueeseen, ja sisätiloista terassille kuljetaan sivuovesta. Oleskeluterassi on kooltaan 11,5 m x 6,5 m, joten se on riittävän tilava jaloitteluun ja ohjatun toiminnan, kuten esimerkiksi laulutuokioiden tai yhteisten grillijuhlien järjestämiseen. Sosiaali- ja terveysministeriön ohjeistuksen mukaisesti myös vuoteen siirtämiselle ulos on tilaa (ks. Ikäihmisten palvelujen laatusuositus 2008, 42). Terassin toisessa päässä katetun pergolan suojassa voi oleskella sateisellakin säällä, ja sen alla olevaa pöytäryhmää voi käyttää monenlaiseen toimintaan aina kahvihetkestä käsitöiden tekemiseen.

Usealla ikäihmisellä luonnossa liikkuminen on aikanaan liittynyt elannon hankkimiseen kuten maanviljelyyn ja marjastukseen, joihin on tiiviisti liittynyt myös luonnon ja sään tarkkailua (ks. Hautala, Hämäläinen, Mäkelä & Rusi-Pyykönen 2011, 78–81). Onkin tärkeää, että oleskeluterassilta käsin voi tarkkailla luontoa ja lähiympäristön tapahtumia. Kun terassilla on riittävästi istuimia, mahdollistuu ympäristön tarkkailu sekä yhdessä muiden asukkaiden kanssa tai omissa rauhassa istuskellen. Terassin viereen istutettavan kotipihlajan (Sau 1) kukat houkuttelevat kesällä hyönteisiä puoleensa ja myöhemmin pihlajan punaiset marjat houkuttelevat lintuja ruokailemaan, mikä tarjoaa tarkkailtavaa asukkaille. Luonnon ilmiöt, kuten esimerkiksi pihlajanmarjasato, voivat myös innostaa ennustamaan tulevia säitä. Läheiseen vaahteraan kiinnitettävä linnunpönttö tarjoaa katseltavaa ja kuunneltavaa pitkälle kesään. Puiden ja pensaiden väriiloisto syksyllä ja lumipuvut talvella kertovat vuodenajasta. Korkea istutusruukku kesäkukkineen voi innostaa kasvien tutkimiseen ja hoivaamiseen. Kukkien kasteleminen ja terassin lakaisu mahdollistuvat, kun tarjolla on sopivia työvälineitä.

Puutarhakeinu tuo terassille kodikkuutta. Keinussa istuskelu voi tuntua rauhoittavalta, ja keinun toistuva liike voi tarjota erityisesti levottomalle muistisairaalle henkilölle miellyttävän kokemuksen. Myös suihkulähteen rauhallinen solina voi tarjota rauhoittavaa kuunneltavaa ja katseltavaa kaikenikäisille. Vaikka tiedostus ympäristöstä muistisairauden edetessä heikkenisi, voi henkilöllä säilyä kiinnostus ääniin. (Ks. Levy 2005, 370.)

3.1 Aita ja portit

Aita (A1) on koristeellinen, sinkitty teräsverkkoaita (malli: Cronvall: Decofor recto) (ks. Cronvall 2012, hakupäivä 19.1.2012). Aita on korkeudeltaan 1500 mm, ja sen silmäkoko on 200 mm x 65 mm, joten se ei estä näkemästä piha-alueelle. Aita ja portit ovat väriltään mustat (jauhemaalattu polyesterimaalilla, RAL 7016), joten ne erottuvat ympäristöstä törmäysvaaran minimoimiseksi (ks. Rakennustietosäätiö RTS 2011, 35). Vaelteluun taipuvaisten muistisairaitten henkilöiden turvallisen ulkoilun kannalta voi olla tärkeää, että portit eivät väriltään erotu aidasta, mikä voi auttaa heikentämään terassilta poistumiseen liittyviä viestejä (ks. Eloniemi-Sulkava 2003, 11).

Porttien aukeamispuolelle tulee jättää vapaata tilaa vähintään 400 mm (Invalidiliitto Ry 2010b, hakupäivä 16.11.2011; Rakennustietosäätiö RTS 2011, 14). Portin kulkuaukon vapaan leveyden tulee olla vähintään 850 mm, eikä sen alareunassa saa olla pyörätuolin kulkua estävää poikki-rautaa. Portin tulisi olla kevyt ja avattavissa yhdellä kädellä. (Invalidiliitto Ry 2010e, hakupäivä 16.11.2011.) Portin lukitusmekanismin tulee olla 850 mm:n korkeudella ja salvan tulisi olla ovenkahvan mallinen (Esteettömän ympäristön suunnitteluohjekortti 6/8 2008, hakupäivä 14.11.2011).

Aidassa on kaksi kevyttä, helppokäyttöistä ja lukittavaa porttia, joissa on ovenkahvan mallinen salpa. Porteista toinen johtaa parkkialueelle ja toinen piha-alueelle. Portin edustalla parkkialueelta tultaessa ei ole tasaista pysähtymisaluetta, joten portin käyttöä voi helpottaa, jos sen avautumissuunta on terassille päin. Portin saranapuoli on kulkuväylän rakennuksen puoleisen reunan kanssa tasan, jolloin portin aukeamispuolelle jää 800 mm leveydeltä vapaata tilaa. Piha-alueelle johtava portti aukeaa ulospäin, jolloin terassille jää enemmän vapaata tilaa. Portin saranapuoli on rakennuksen puolella, jolloin portti ei auki ollessaan aiheuta kulkuestettä vesipisteelle (VH1). Portin saranapuoli sijoitetaan kävelyreitit rakennuksen puoleisen reunan kanssa tasan, jolloin portin aukeamispuolelle jää vähintään 400 mm vapaata tilaa. Aitaan ja portteihin liittyvät ominaisuudet on koottu taulukkoon 2.

TAULUKKO 2.. Aita ja portit (Esteettömän ympäristön suunnitteluohjekortti 5/8 2008, hakupäivä 14.11.2011; Invalidiliitto Ry 2010b, hakupäivä 16.11.2011; Invalidiliitto Ry 2010e, hakupäivä 16.11.2011; Rakennustietosäätiö RTS 2011, 14)

Vapaan tilan leveys portin aukeamispuolella	≥400 mm
Parkkialueen portti avautuu terassille päin	
Piha-alueen portti avautuu ulospäin, saranat rakennuksen puolella	
Portin kulkuaukon leveys	≥850 mm
Portin kulkuaukon alareunassa ei ole kulkua estävää kynnystä	≤ 5mm
Portti on kevyt	
Lukitusmekanismin/salvan korkeus	850 mm
Portin salpa on ovenkahvan mallinen	

3.2 Oleskeluterassin kulkuväylät

Jotta terassilla liikkuminen avustajan ja apuvälineiden kanssa olisi turvallista, tarvitaan tilaa kulkuväylille, ovien avautumiselle ja pyörätuolin pyörähdysympyrälle (Rakennustietosäätiö RTS 2011, 67). Terassin pitkälle sivulle, ulosmenojen edustalle, muodostuu vähintään 1500 mm levyinen kulkuväylä, joka on riittävä leveys myös avustajan kanssa liikkuvalla henkilölle. Kalusteet sijoitetaan terassin muille laidoille kulkuväylältä sivuun, eivätkä ne aiheuta kompastumis- tai törmäysvaaraa. Terassin kulkuväylät ovat suositusten mukaisesti vähintään 900 mm leveitä myös kalusteiden kohdalla. Kalusteiden ja rakennelmien, porttien ja kuistin oven edustalla on halkeaisjälteiltään 1500 mm:n pyörähdysympyrät pyörätuolille. (Ks. Invalidiliitto Ry 2010b, hakupäivä 16.11.2011.)

Maantasolla olevan ulkoterassin pinnan tulee olla kova, luistamaton ja tasainen (Rakennustietosäätiö RTS 2011, 67). Oleskeluterassi laatoitetaan tasaisilla ja luistamattomilla betonilaatoilla, ja sama laatoitus jatkuu kuistille yhtenäisenä ja ilman tasoeroja. Laatoitus on yksivärinen, joten se ei anna harhaanjohtavaa vaikutelmaa tasoerosta. Laattojen saumat saavat olla enintään 5 mm leveitä. Lisäksi poikkeamat alustan tasaisuudessa saavat olla enintään 5 mm korkeita. (Invalidiliitto Ry 2010a, hakupäivä 16.11.2011.) Sadevesikourut peitetään ritiläkannella, jonka rakojen enimmäisleveys on 5 mm (Könkkölä 2003, 131). Kulkuväylille ei saa päästä kerääntymään vettä tai

jäätyviä valuvesiä, vaan ne tulee johtaa pois (Lehmuspuisto & Åkerblom 2007, 43). Taulukkoon 3. on koottu oleskeluterassin ja kulkuväylien esteettömyyteen liittyviä ominaisuuksia.

TAULUKKO 3. Yhteenveto oleskeluterassin ja kulkuväylien esteettömyyteen liittyvistä ominaisuuksista (Invalidiliitto Ry 2010a, hakupäivä 16.11.2011; Lehmuspuisto & Åkerblom 2007, 43; Könkkölä 2003, 131; Rakennustietosäätiö RTS 2011, 67)

Kulkuväylillä ei ole kompastumis- tai törmäysvaaraa aiheuttavia kiinteitä esteitä	
Pyörähdysympyrä porttien ja kuistin oviaukon edustalla	1500 mm
Kulkuväylän vapaa leveys / Kulkuväylän leveys avustajan kanssa liikuttaessa	≥900 mm/ 1500 mm
Kulkuväylän vapaa korkeus	≥2200 mm
Alustan pinta tasainen, kova ja luistamaton	
Laattojen saumojen leveys	≤5 mm
Kulkuväylän pinnassa ei ole kuviointia, joka antaa vaikutelman tasoerosta	
Poikkeamat alustan tasaisuudessa	≤5 mm
Sade-/sulamisvedet johdetaan kulkuväylältä pois	
Sadevesikourut peitetään ritiläkannella	
Ritiläkannen rakojen leveys	≤5 mm
Pituuskaltevuus	≤3 %
Sivukaltevuus	≤2 %

3.3 Oleskeluterassin kalusteet ja varusteet

Kalusteiden tulee olla tukevia ja pysyä hyvin paikallaan, jolloin niihin tukeutuminen on mahdollista (Lehmuspuisto & Åkerblom 2007, 34). Kun kalusteet ovat siirrettävissä, voidaan tilaa muuttaa toiminnan vaatimalla tavalla. Kalusteiden ja varusteiden värin tulee erottua tummuuskontrastina alustan pintamateriaalista eikä niissä tule olla teräviä tai muita törmäysvaaroja aiheuttavia osia tai rakenteita (Esteettömän ympäristön suunnitteluohjekortti 5/8 2008, hakupäivä 14.11.2011). Yhteenveto istuinten ja pöytien esteettömyyteen liittyvistä ominaisuuksista on koottu taulukkoon 4.

Oleskeluterassin kalusteita ovat pöytäryhmä, pihapenkki, puutarhakeinu sekä työpöytä. Puutarhakeinu ja pöytäryhmä on sijoitettu niin, että niistä näkee hyvin piha-alueelle. Pergolan suojassa olevassa pöytäryhmässä on neljä tuolia, jotka ovat siirrettävissä tilanteen mukaan. Tämä on tärkeää erityisesti, kun pöydän ääreen tarvitaan tilaa esimerkiksi pyörätuolille. Työpöytää voidaan käyttää esimerkiksi kasvien hoitamisessa tai se voi toimia tarjoilupöytänä esimerkiksi grillattaessa.

3.3.1 Istuimet ja puutarhakeinu

Istuimia (K1, K2) on hyvä olla erikorkuisia ja -tyyppisiä. Tavanomainen istuinkorkeus on 450 mm, mutta erityisesti tarvitaan 500–550 mm korkeita istuimia henkilöille, joiden lonkat tai polvet ovat jäykät. Lisäksi voidaan varata matalampia istuimia (300 mm) lyhyille henkilöille. Pyörätuolista siirtyminen tavalliselle istuimelle mahdollistuu, jos käsinoja voidaan nostaa ylös. Istuimissa on aina selkä- ja käsinojat, tosin osassa penkkejä käsituki voi olla vain keskellä. Istuimet voivat olla syvyydeltään noin 430 mm, ja istuinosa on vaakasuora ja sen etureuna on pyöristetty. Istuimen edessä alhaalla ei saa olla vaakasuoraa poikkipuuta tai umpirakennetta, joka vaikeuttaa tuolista nousemista. Käsinojan korkeus istuimesta mitattuna on 200 mm, ja selkänojan suosituskorkeus on 500 mm. (Esteettömän ympäristön suunnitteluohjekortti 5/8 2008, hakupäivä 14.11.2011; Invalidiliitto Ry 2010b, hakupäivä 16.11.2011; Könkkölä 2003, 131–133; Rakennustietosäätiö RTS 2011, 69.)

Puutarhakeinu (K4) sijoitetaan terassin sivulle niin, että siitä on mahdollista katsella pihalle. Oleskeluterassin sivulla keinu ei aiheuta törmäysvaaraa pääkulkuväylällä liikkuville. Keinun istuinosan ja suihkulähteen väliin jää vapaata tilaa 1800 mm, joten kulkuväylä on keinun keinuessakin riittävän leveä eli 900 mm (ks. Invalidiliitto Ry 2010b, hakupäivä 16.11.2011). Jalkaosat ovat mustat, ja istuinosan punaisen ruskea (teak), jotka erottuvat tummuuskontrastina alustasta. Malliltaan puutarhakeinu on helposti tunnistettava käyttötarkoitukseltaan. Puutarhakeinun jalat pysyvät turvallisesti paikoillaan keinuttaessa, sillä ne asennetaan kiinteästi alustaan. Keinussa ei ole liikkuvaa, korotettua lattiaosaa kuten perinteisissä parikeinuissa, ja siihen pääsee siirtymään tasaiselta, kovalta ja paikallaan pysyvältä alustalta. Puutarhakeinun istuinkorkeus on 450 mm.

3.3.2 Pöydät

Pöytien (K3, K12) suosituskorkeus on 750 - 800 mm. Pöytien vapaan polvitilan tulee olla leveydeltään 900 mm, korkeudeltaan 670 mm ja syvyydeltään 600 mm, jolloin pöydän ääressä voi istua myös pyörätuolissa. (Könkkölä 2003, 133.) Oleskeluterassille mahtuu työpöytä (K12), joka on noin 1000 mm leveä ja noin 600 mm syvä, joka on myös sopivan kokoinen siirrettäväksi erilaisten tilanteiden mukaan. Myös suurempi pihapöytä (K3) tulee valita siten, että sen jalkarakente ei estä vapaan polvitilan muodostumista, ja mitoituksessa huomioidaan myös pöydän riittävä pituus, sillä pyörätuolilla sivusuunnasta pöydän ääreen ajettaessa tarvitaan vapaata leveyttä pöydänjalkojen välissä vähintään 1200 mm. (Invalidiliitto Ry 2010d, hakupäivä 16.11.2011.)

TAULUKKO 4. Yhteenveto istuinten ja pöytien esteettömyyteen liittyvistä ominaisuuksista. (Esteettömän ympäristön suunnitteluohjekortti 5/8 2008, hakupäivä 14.11.2011; Invalidiliitto Ry 2010b, hakupäivä 16.11.2011; Könkkölä 2003, 131–133; Lehmuspuisto & Åkerblom 2007, 34; Rakennustietosäätiö RTS 2011, 69.)

Kalusteisiin on mahdollisuus tukeutua	
Kalusteet erottuvat tummuuskontrastina alustasta	
Istuinkorkeus lapsille/lyhyille ihmisille	300 mm/
Normaali istuinkorkeus	450 mm/
Istuinkorkeus jäykkäpolvisille/-lonkkaisille	500–550 mm
Istuimissa on selkänojat; selkänojan korkeus	500 mm
Istuimissa on käsinojat; käsinojan korkeus	200 mm
Osassa istuimia käsinoja ylösnostettavaa mallia/käsinoja keskellä	
Istuinosa tasainen, kallistusta taaksepäin	≤1°
Istuimen etureuna on pyöristetty	
Istuimen jalkatila on avoin	
Pöydän korkeus	750–800 mm
Vapaan polvitilan mitat:	
• leveys	900 mm
• korkeus	670 mm
• syvyys	600 mm

3.3.3 Pergola

Pergola (K7) on piharakennelma, joka katetaan niin, että sen alla voi oleskella myös sateella. Pergolan vapaan korkeuden tulee olla vähintään 2200 mm ja sen tukirakenteiden tulee erottua selkeästi ympäristöstään tummuuskontrastina (ks. Esteettömän ympäristön suunnitteluohjekortti 4/8 2008, hakupäivä 14.11.2011; Rakennustietosäätiö RTS 2011, 66). Pergola maalataan punamullan väriseksi, joten sen palkit erottuvat vaaleammasta laatoituksesta tummempana. Lisäksi punamultaväri puurakenteessa luo perinteistä tunnelmaa oleskeluterassille.

3.3.4 Roskakori ja tuhkakuppi

Roskakori (K5) ja tuhkakuppi (K11) sijoitetaan kulkuväylältä sivuun niin, etteivät ne aiheuta tarttumis-, törmäys- tai kompastumisvaaraa. Esineissä ei tule olla teräviä kulmia, särmiä, ulokkeita tai helposti irtoavia tai särkyviä osia ja niiden tulee olla muotoilultaan ja käytöltään yksinkertaisia. Lisäksi esineiden tulee erottua taustasta tummempana, eikä niiden tule olla pinnaltaan heijastavia. (Rakennustietosäätiö RTS 2011, 72.)

Tupakointi on osalle asukkaista tärkeä tottumus. Tuhkakuppi (K11) on pyritty sijoittamaan niin, että se ohjaisi tupakointia tapahtumaan terassilla yhdessä paikassa, ja altistaisi muita asukkaita mahdollisimman vähän savulle. Tuhkakuppi on malliltaan puolipyöreä, pieni ja yksinkertainen. Se kiinnitetään seinään tasaiselta sivultaan, joten siinä ei ole teräviä kulmia tai ulokkeita. Se on mattapintainen ja väriltään tummanharmaa (RAL 9005). Lisäksi siinä on käyttötarkoitusta kuvaava kuvasymboli, joka voi auttaa tunnistamaan esineen käyttötarkoituksen. Tuhkakuppi sijoitetaan noin 850–1100 mm:n korkeudelle, sillä esineiden tulee olla käytettävissä myös pyörätuolia käyttäville (ks. Invalidiliitto Ry 2010b, hakupäivä 16.11.2011; Rakennustietosäätiö RTS 2011, 72).

Mustassa, pyöreän mallisessa (halkaisija 330mm) roskakorissa (K5) ei ole teräviä kulmia. Se on kiinteästi maahan asennettavaa mallia. Roskakorin kansi on 690 mm:n korkeudella, joten siihen ylettyä pyörätuolista käsin. Roskakori asennetaan oleskeluterassin reunaan niin, että se on 400 mm:n etäisyydellä oleskeluterassin nurkasta, joten se on saavutettavissa myös pyörätuolista käsin. (Ks. Invalidiliitto Ry 2010b, hakupäivä 16.11.2011; Rakennustietosäätiö RTS 2011, 72.) Taulukossa 5. on yhteenveto roskakorin ja tuhkakupin esteettömyyteen liittyvistä ominaisuuksista.

TAULUKKO 5. Roskakorin ja tuhkakupin esteettömyyteen liittyviä ominaisuuksia (Invalidiliitto Ry 2010b, hakupäivä 16.11.2011; Rakennustietosäätiö RTS 2011, 72)

Kiinteästi asennetut esineet eivät aiheuta törmäys-, kompastumis- tai tarttumisvaaraa.	
Esineiden suosituskorkeus	850- 1100 mm
Esineen etäisyys nurkasta	400 mm
Esineet erottuvat taustasta tummempana	
Esineissä on käytetty mattapintaista päällystettä	
Esineet ovat käytettävyydeltään yksinkertaisia	

3.3.5 Istutusastia

Istutusastia (K6) sijoitetaan oleskeluterassin pääkulkuväylän sivuun niin, että se ei aiheuta törmäysvaaraa. Istutusastia on muotoilultaan perinteisen ruukun mallinen. Se on korkeudeltaan 600 mm, mikä mahdollistaa istutusten hoitamisen myös liikkumis- ja toimimisesteisille. Istutusastia on jyrkävä ruukku, joka pysyy turvallisesti pystyssä. (Ks. Rakennustietosäätiö RTS 2011, 68–69.) Istutusastia on terracottan eli punasaven värinen, jonka havaittavuutta tulee korostaa voimakkaan vihreän kasvillisuuden avulla, joka rönsyyä laitojen (ks. Kotilainen 2003, 31).

3.4 Suihkulähde

Suihkulähde (VA1) on sijoitettu niin, että se on nähtävissä ja kuultavissa terassin molemmilta puolilta. Terassin reunalle sijoitettuna se ei aiheuta törmäysvaaraa porttien ja kuistin oven välillä kuljettaessa. Se toimii myös suunnistautumista helpottavana äänilähteenä (ks. Esteettömän ympäristön suunnitteluohjekortti 5/8 2008, hakupäivä 14.11.2011). Suihkulähde rajataan alustasta mustalla betonimuurikivellä, joten reunat erottuvat alustasta. Suihkulähteen keskellä on suuri myllynkivi, jonka keskeltä pulppuaa vettä. Vesi valuu myllynkiven ympärillä olevien pyöreiden kivien välistä takaisin kierto, eikä sen ympärillä ole vesiallasta, johon voisi pudota. Suihkulähde on kooltaan 2 m x 2 m.

3.5 Oleskeluterassin kasvit

Aidan ulkopuolelle oleskeluterassia reunustamaan istutetaan alppiruusuja (RHe 7), jotka kukkivat suurin, hyvin erottuvin kirkkaanpunaisin ja violetein kukin. Ne tarjoavat oleskeluterassille vehreyttä myös kylmänä vuodenaikana. Lisäksi terassin ympärille istutetaan köynnöstyviä kärhöjä (Cta 5, Cai 3), jotka kukkivat keltaisin ja liloin kukin. Terassin takasivulle aidan taakse istutetaan karminpunaisena kukkivaa hansaruusua (RrH 27). Kasvit tarjoavat suojaa auringolta ja tuulelta ja pehmentävät samalla aidan ilmettä. Oleskeluterassin välittömään läheisyyteen, pergolan puoleiselle sivulle, istutetaan perinteinen kotipihlaja (Sau 1). Istutusastiaan/-astioihin valitaan turvallisia, värikkäitä kasveja, joita voidaan vaihtaa vuodenajan mukaan. Istutusastian erottamista ympäristöstä voidaan tukea istuttamalla astiaan hyvin erottuvia kasveja, jotka valuvat ruukun laitojen yli. Kasvien huomioon otettavia ominaisuuksia on esitelty tarkemmin luvussa 2.

3.6 Muuta suositeltavaa välineistöä

Oleskeluterassilla on tärkeää olla sähköpistokkeita, jotta esimerkiksi koristevalaistuksen tai erilaisissa toiminnoissa tarvittavien laitteiden, esimerkiksi musiikkilaitteiden, käyttö mahdollistuu. Terassilla tasainen ja riittävä valaistus on pimeänä aikana turvallisen liikkumisen ja toiminnan kannalta tärkeää. Sisäänkäynnin löytämistä voidaan tukea, kun kuistin sisäänkäynti on helposti hahmottuva ja hyvin valaistu (ks. Invalidiliitto Ry 2010b, hakupäivä 16.11.2011).

Talvella esille asetettu, pitkävartinen, kevyt lumilapio voi toimia vihjeenä tarttua lumitöihin. Risu- tai pihaluuta houkuttelee lakaisemaan terassia ja tuo kotoisan tunnelman. Pimeänä aikana talli- tai kynttilälyhty voi tuoda mukavia muistoja ja luoda kaunista valoa terassille. Aitaa voidaan koristaa pimeänä aikana esimerkiksi värikkäin lyhdyin. Esille jätetty ja valmiiksi täytetty kastelukannu voisi houkutella kastelemaan kukkia. Suihkulähteeseen voi asettaa eläinaiheisen koristeen ilahduttavaksi yksityiskohdaksi.

Terassille sijoitettu tuulikello voi kuulostaa kodikkaalta ja auttaa peittämään ympäristön taustahälinää. Tuulikellon yksityiskohdat, värit ja liike voivat tarjota katseltavaa. Tuulikellon tulisi olla turvallista materiaalia, eikä siinä saisi olla teräviä tai irtoavia osia. Tämä mahdollistaisi esineen turvallisen tutkimisen myös käsin, mikä voi olla tärkeää tekemistä muistisairauden edetessä. (Ks. Levy 2005, 370.)

4 KÄVELYREITTI

Pihalla on tärkeää olla kävelyreitti, sillä palvelutalojen ja vanhustenkeskusten asiakkaiden suosituimpia liikuntamuotoja ovat kävely ja sauvakävely, ja ikääntyneiden motiivit liikkumiseen ovat usein käytännönläheisiä (Lehmuspuiisto & Åkerblom 2007, 9). Myös luonnosta nauttimiseen liittyy usein puutarhassa kävely (Pierce 2003, 108). Selkeä ja lyhyt kävelyreitti mahdollistaa omatoimisemman liikkumisen piha-alueella ilman eksymisen pelkoa. Kävelyreitti on johdateltu siten, että se ohjaa kulkijaa pihan toiminta-alueelta toiselle johdattelematta kuitenkaan pois piha-alueelta. (Ks. Kotilainen 2003, 37.) Kävelyreitti on riittävän leveä avustajan tai apuvälineen kanssa liikkumiseen, ja sen reunat on rajattu selkeiksi niin, että ne ovat hyvin hahmotettavissa. Kivituhkapinta-aisella kävelyreitillä liikkuminen voi olla nivelten kannalta miellyttävämpää kuin kovalla alustalla. (Ks. Lehmuspuiisto & Åkerblom 2007, 42.)

Ikääntyneille lintujen ruokkiminen voi olla tärkeä toiminta, jonka kautta voi kokea itsensä tarpeelliseksi. Kasvit, puut, linnut ja muut eläimet saattavat tuntua myös ystävilä. (Ks. Kivelä 2009, 134.) Suuret puut houkuttelevat lintujen lisäksi myös oravia pihapiiriin tarkkailtavaksi. Kävelyreitillä varrella on lintujen ruokintapaikka, joka mahdollistaa lintujen ja oravien ruokkimisen, ja viereiseltä levähdyspaikalta voi tarkkailla ruokintapaikan tapahtumia. Lintuhavaintojen tekeminen ja lajien tunnistaminen voi olla myös yhteinen, jaettu toiminta. Kesällä pihalla vieraillevien siilien tarkkailu ja ruokkiminen on useille suomalaisille tuttua ja mieluista puuhaa. Myös piha-alueelle sijoitetut taidesineet tai työvälineet voisivat tarjota mielenkiintoista katseltavaa, herättää muistoja ja tarjota keskusteluaiheita.

Kävelyreitillä levähdyspaikat mahdollistavat kävelyreitillä turvallisen liikkumisen omien voimien mukaan. Levähdyspaikkojen penkillä voi seuralla leikkialueen tapahtumia ja naapuruston elämää ja ne tarjoavat mahdollisuuden vetäytyä omaan rauhaan. Puutarha-alueen levähdyspaikalla voi seurata kasvien kasvua ja pihatöiden tekoa. Levähdyspaikat tarjoavat vaihtelevia mahdollisuuksia istua auringossa tai puun varjossa.

Kävelyreitti koostuu kahdesta osasta: pihan eteläpuoleisessa osassa kulkee noin 50 metrin mittainen ympyräreitti leikkipaikan ympäri. Toinen osa kävelyreitistä kulkee lintujen ruokintapaikan ja puutarhanhoitoalueen kautta pienelle aukiolle, josta palataan samaa reittiä takaisin. Edestakaisen

matkan pituudeksi tulee noin 80 metriä. Kävelyreitit varten istutetaan perinteisiltä pihoilta tuttua syreeniä (Svu 3, Sam 3).

4.1 Kävelyreitit ominaisuudet

Kävelyreitti on leveydeltään 1500 mm, joka on riittävä leveys avustajan kanssa liikkuvalla henkilölle. Kävelyreitti pinnoitetaan tiivistetyllä kivituhkalla, joka on materiaalina melko kova. Poikkeamat tasaisuudessa saavat olla enintään 5 mm. Vapaata korkeutta reitillä tulee olla vähintään 2200 mm. (Esteettömän ympäristön suunnitteluohjekortti 4/8 2008, hakupäivä 14.11.2011.) Palvelutalojen pihojen kulkuväylille suositellaan pituuskaltevuutta enintään 3 %, vaikka tavallisesti esteettömien ympäristöjen pituuskaltevuus on 5 %. Sivukaltevuutta tulee olla enintään 2 %. (Lehmuspuisto & Åkerblom 2007, 41.)

Jotta liikkuminen olisi turvallista, kävelyreitille tai muille kulkuväylille ei saa päästä kerääntymään vettä tai jäätyviä valuvesiä, vaan ne tulee johtaa pois (Lehmuspuisto & Åkerblom 2007, 43). Sadevesikourut tulisi sijoittaa niin, että ne osoittavat pääliikennesuuntia ja toimivat samalla ohjusraitoina heikkonäköisille. Kouru- ja kaivorakenteiden poikkeama päällysteen tasosta saa olla enintään 5 mm. (Esteettömän ympäristön suunnitteluohjekortti 4/8 2008, hakupäivä 14.11.2011.) Sadevesikourut tulee aina peittää ritiläkannella, jonka rakojen enimmäisleveys on 5mm (Könkkölä 2003, 131). Taulukossa 3. on esitetty yhteenvetona kulkuväylien esteettömyyteen liittyvistä suosituksista.

Näkövammaisen turvallista liikkumista kävelyreitillä mahdollistaa reitin reunan havaittavuus (Lehmuspuisto & Åkerblom 2007, 42). Suunnistautumista helpottaa kulkuväylän rajoittuminen selkeästi poikkeavan tuntuiseen pintaan, kuten nurmikkovyöhykkeeseen (Rakennustietosäätiö RTS 2011, 18). Kävelyreitit reuna rajoittuu suurimmaksi osaksi nurmikkoon, mutta reunan havaitsemisen tehostamiseksi reitin molemmin puolin kulkee punaisista nurmikon reunakivistä rakennettu raita. Reunakivistä tehty raita on 300 mm leveä, ja se helpommin erotettavissa, kun se on 5 mm koholla muusta kävelyreitistä. Raidan tummuusaste ja materiaali poikkeavat kävelyreitit kivituhkan punaruskeasta värisävystä ja materiaalista. Reunakivet asetetaan kulkuväylän suunnasta ohjaamaan kulkusuuntaa. Reunakivien väliset saumat saavat olla enintään 5 mm leveitä. Levähdyspaikan tai muiden toiminta-alueiden kohdalla (esimerkiksi leikkialue, pieni aukio, oleskeluterassi), punaisen reunakiven tilalla käytetään harmaata betonilaattaa, joka auttaa havaitsemaan muutoskohdan. (Ks. Invalidiliitto Ry 2010c, hakupäivä 20.9.2011.)

4.2 Levähdyspaikat ja puistopenkit

Kävelyreitien varrella tulisi olla riittävästi levähdyspaikkoja. Niiden suositeltava etäisyys toisistaan on 25–50 m. (Lehmuspuisto & Åkerblom 2007, 41.) Leikkialuetta kiertävän reitin varrella on kaksi levähdyspaikkaa, jotka ovat noin 15 metrin etäisyydellä toisistaan. Toinen levähdyspaikoista on sijoitettu leikkipaikan välittömään läheisyyteen, joka mahdollistaa leikkipaikan tarkkailun ja leikkiin osallistumisen voimien mukaan. Pienelle aukiolle kulkevan reitin varrella on levähdyspaikka puutarhanhoitoalueella, johon ympyräreitin levähdyspaikoilta on matkaa noin 30 metriä ja 35 metriä. Puutarhanhoitopaikan levähdyspaikalta pienen aukion penkeille on matkaa noin 33 metriä. Penkkien välillä on näköyhteys, joten liikkuja pystyy arvioimaan seuraavan levähdyspaikan etäisyyden (ks. Lehmuspuisto & Åkerblom 2007, 41).

Levähdyspaikat on sijoitettu kävelyreitien ulkopuolelle selvästi erottuvalle alueelle. Levähdyspaikoilla käytetään kävelyreitistä poikkeavaa pintamateriaalia, harmaata betonilaatoitusta. Kävelyreitien ja laatoitetun alueen välille ei tule muodostua kynnyksiä. Alustan esteettömyyssuositukset vastaavat terassien ja kulkureittien suosituksia, joista on yhteenveto taulukossa 3. (Ks. Lehmuspuisto & Åkerblom 2007, 42; Esteettömän ympäristön suunnitteluohjekortti 5/8 2008, hakupäivä 14.11.2011.)

Levähdyspaikkojen puistopenkit (K13) sijoitetaan niin, että kävelyreitien reunan ja penkin väliin jää 600 mm vapaata tilaa. Levähdyspaikkojen penkin toiseen päähän jätetään 900 mm vapaata tilaa pyörätuolia varten. Penkkien tulee muodostaa riittävästi tummuuskontrastia alustan pintamateriaalin kanssa. (Esteettömän ympäristön suunnitteluohjekortti 5/8 2008, hakupäivä 14.11.2011.) Esimerkiksi keltaiset penkit erottuvat hyvin ympäristöstä (vrt. Kotilainen 2003, 31). Taulukossa 6. on yhteenveto levähdyspaikan esteettömyyteen liittyvistä ominaisuuksista. Suositukset penkkien mitoituksista löytyvät taulukosta 4. sekä luvusta 3.3.1 Istuimet ja puutarhakeinu.

TAULUKKO 6. Yhteenveto levähdyspaikan esteettömyyteen liittyvistä ominaisuuksista (Esteettömän ympäristön suunnitteluohjekortti 5/8 2008, hakupäivä 14.11.2011; Lehmuspuisto & Åkerblom 2007, 41–42)

Levähdyspaikkojen välinen etäisyys toisiinsa nähden	25–50 m
Levähdyspaikkojen välillä on näköyhteys	
Levähdyspaikalle on esteetön kulkuyhteys	
Levähdyspaikka erottuu kulkuväylästä pintamateriaalin avulla	
Kävelyreittein reunan ja penkin etäisyys toisistaan	600 mm
Pyörätuolille tarvittava tila penkin toiseen päähän	900 mm

4.3 Lintujen ja eläinten tarkkailu ja ruokinta

Kävelyreittein varteen sijoitettu lintujen ruokintapaikka (K8) mahdollistaa lintujen ruokkimisen talvela. Ruokintapaikka on sijoitettu niin, että sen tapahtumia voi tarkkailla myös sisätiloista käsin. Tarkkailua voidaan edistää valitsemalla lintulauta tai linnunsyöttöautomaatti, joka on malliltaan helposti tunnistettava ja väriltään hyvin ympäristöstä erottuva, esimerkiksi punainen. Lintulaudan ja kävelyreittein väliin tulee jättää vapaata tilaa 300 mm, jotta se ei aiheuta törmäysvaaraa. Myös puun oksaan sidottu kauralyhde tuo pihalle kodikkuutta. Se kannattaa sijoittaa pihalle niin, että lyhteellä aterioivia lintuja voi tarkkailla ikkunasta. Ruokintapaikka voi houkuttaa paikalle myös oravia tarkkailtavaksi. Siilien vierailuja pihalla voidaan edistää ympäristöllä, joka ei ole liian huoliteltu, vaan tarjoaa suojapaikkoja kuten pensaikot, heinikot ja kompostit sekä ravintoa kuten lierot ja etanat (ks. Laine 2000, 168).

Linnunpöntöt tuovat pihapiiriin tarkkailtavaa ja linnunlaulua heti keväällä. Yksi linnunpöntöistä voidaan sijoittaa esimerkiksi johonkin puutarha-alueen takana sijaitsevistä puista, jolloin lintujen elämää voidaan seurata sisätiloista ja levähdyspaikalta käsin. Toinen linnunpönttö voidaan ripustaa esimerkiksi oleskeluterassin aidan takana olevaan vaahteraan.

4.4 Muuta suositeltavaa välineistöä

Oleskeluterassin ja kävelyreittein väliin jäävälle nurmikkoalueelle vaahteroiden edustalle on varattu tilaa taide- tai koriste-esineelle, joka voisi olla esimerkiksi eläin- tai ihmishahmoinen puuveistos

kuten pihan oma vahtikoira tai tuulimylly, joka koristaa usein perinteisiä pihvoja. Paikalliseen perinteeseen liittyvät työvälineet tms. voisivat herättää muistoja ja mahdollistaisivat myös perinnetiedon välittämisen jälkipolville. Perinteinen pyykkinaru mahdollistaisi tutun ja yksinkertaisen toiminnan - pyykkien ripustamisen, joka on samalla hyvä esimerkki toiminnasta, joka vaatii ja samalla harjoittaa monenlaisia motorisia ja sensorisia osatekijöitä, kuten kurkottelua ja tasapainoa. Muis- telun mahdollistamiseksi ja kodikkuutta luomaan pyykkinaruun voisi ripustaa tuttuja tekstiileitä, kuten räsymattoja tai astiapyyhkeitä. Pyykkinaru tulisi sijoittaa niin, että se ei aiheuta törmäys- tai takertumisvaaraa kävelyreitillä tai kulkuväylillä liikkuvalla.

5 LEIKKIPAikka

Leikkivälineet mahdollistavat tuttuihin leikkipuistoleikkeihin osallistumisen, kuten keinumisen ja hiekkaleikit. Myös isovanhempi voi osallistua näihin tuttuihin leikkeihin esimerkiksi antamalla kei-nussa istuvalle lapselle vauhtia. Leikkivälineet voivat houkuttaa asukkaiden läheisiä tuomaan pal-velutaloon vierailulle lapsia, ja leikin mahdollistaminen auttaa lapsia puolestaan viihtymään palve-lutalossa paremmin. Leikkipaikka voi houkuttaa pihalle myös naapuruston lapsia ja aikuisia, jol-loin palvelutalon asukkailla on mahdollisuus vuorovaikutukseen ja naapurustoon tutustumiseen. Leikkivälineet tai leikin tarkkailu voivat herättää ikääntyneessä muistoja esimerkiksi omasta van-hemmuudesta tai omasta lapsuudesta, mikä voi myös innostaa muistelemaan ja kertomaan nuo-remmille sukupolville esimerkiksi omista lapsuuden leikeistään.

Leikkipaikka sijoitetaan niin, että oleskeluterassilta ja läheisiltä levähdyspaikoilta on mahdollista seurata sen tapahtumia. Leikkipaikan leikkivälineitä ovat keinu (L3), hiekkalaatikko (L2) ja keinu-hevonen (L1). Leikkivälineistä erityisesti keinuhevonen ja hiekkalaatikko ovat malliltaan perintei-siä, joten ikääntyneen on mahdollista tunnistaa välineeseen liittyvä leikki tai välineen käyttötarkoi-tus. Keinua voivat käyttää kaikenkokoiset keinujat, myös aikuiset. Hiekkalaatikon laita on leven-netty, joten aikuinen voi istahtaa hiekkalaatikon reunalle yhteiseen leikkiin. Ympäröivät havupuut tarjoavat sekä suojaa auringolta, ja kävyt, pienet kepit ja havunneulaset toimivat luonnollisena leikkimateriaalina.

Kävelyreitti rajaa leikkialueen selkeästi sisäpuolelleen. Leikkipaikkaa kiertävän kävelyreitit mo-lemmilta puolilta johtaa harmaalla betonilaattarivillä erotettu 1500 mm:n levyinen kulkuväylä leik-ki paikalle. Kävelyreitistä poiketen leikkipaikan kulkuväylä on pinnoitettu harmaalla kivituhkalla, mikä auttaa jäsentämään leikkialueen omaksi kokonaisuudekseen. Leikkivälineiden sisään- ja ulosmenojen kohdilla on varattu pyörätuolille pysähtymis- ja kääntymistilaa 1500 mm x 1500 mm. (Esteettömän ympäristön suunnitteluohjekortti 6/8 2008, hakupäivä 14.11.2011.) Leikkipaikan kulkuväyliin liittyvät esteettömyyssuositukset löytyvät taulukosta 3. Erityisesti liikkuvat leikkiväli-neet, kuten keinut on aiheellista sijoittaa kontrastimateriaalivyöhykkeelle (Invalidiliitto Ry 2010e, hakupäivä 14.11.2011).

5.1 Leikkivälineet

Keinuhevonen (L1) (Hags; Milton 121560) on pienille lapsille tarkoitettu jousikeinu, jonka selässä on tilaa useammalle lapselle. Keinuhevosen alaosassa on jalkatuet ja etuosassa kädensijat molemmin puolin, mikä mahdollistaa lapsen turvallista keinumista. Keinuhevonen muistuttaa ulkomuodoltaan perinteistä keinuhevosta ja se erottuu kirkkaan punaisena ja keltaisena hyvin sekä alustasta että ympäristöstä. Keinuhevonen on sijoitettu omalle turvalaatta-alueelle, joka erottuu muusta ympäristöstä (ks. Invalidiliitto Ry 2010e, hakupäivä 14.11.2011).

Hiekkalaatikon (L2) (Hags; Toria 159532) sivujen pituus on 4 x 2000 mm ja korkeus on 390 mm. Hiekkalaatikon laidat on yläreunasta levennetty istumista varten. Hiekkalaatikon reunat ovat keltaiset, joten ne erottuvat selkeästi harmaasta kivituhkapinnasta (ks. Esteettömän ympäristön suunnitteluohjekortti 6/8 2008, hakupäivä 14.11.2011).

Liikkuvana leikkivälineenä keinu (L3) sijoitetaan leikkialueen reunaan törmäysvaaran minimoimiseksi (Esteettömän ympäristön suunnitteluohjekortti 6/8 2008, hakupäivä 14.11.2011). Keinu (Lappset; Linnunpesäkeinu 020417M) on sijoitettu omalle turvalaatta-alueelle, joka erottuu kontrastina ympäristöstä. Keinun istuinosa on halkaisijaltaan 1250 mm, joten siihen mahtuu kerralla useampi lapsi. Lisäksi se on riittävän suuri myös aikuiselle istuttavaksi. Pesämäinen istuin mahdollistaa myös keinuissa makaamisen, joten siinä keinuminen ei aseta samanlaisia vaatimuksia istumatasapainolle kuin tavallinen keinu. Keinun puuosat ovat punamullan väriset, joten ne erottuvat ympäristöstä.

5.2 Keinun suojakaide

Keinujen ja muiden liikkuvien välineiden turvallisuus tulee varmistaa ja suojata leikkipaikalla liikkuvat törmäys- ja putoamisvaaralta. Aitaamisessa tulee käyttää kiinteitä kaiteita, sillä juoksuesteitä ei käytetä esteettömillä leikkipaikoilla. (Esteettömän ympäristön suunnitteluohjekortti 6/8 2008, hakupäivä 14.11.2011.) Keinun turva-alue aidataan kiinteällä suojakaiteella (A2) kävelyreitillä puoleiselta osalta. Kaidetta ei saa sijoittaa leikkivälineen turva-alueelle. Suojakaide on 900 mm korkea, joka estää horjahtamisen kävelyreitiltä keinun turva-alueelle. Suojakaiteen alempi poikkipuu on 60–100 mm:n korkeudella, joka on tunnistettavissa mm. valkoista keppiä käyttävälle näkövammaiselle. Suojakaiteessa ei tule olla teräviä kulmia tai aiheuttaa esimerkiksi vaatteiden taker-

tumista. Lisäksi keinun turva-aluetta rajataan alppiruusu-pensailla (REI 6) kulkuväylän puoleisesta päädyistä poikittaisen läpikulun estämiseksi. (Ks. Esteettömän ympäristön suunnitteluohjekortti 6/8 2008, hakupäivä 14.11.2011; Rakennustietosäätiö RTS 2011, 18.)

5.3 Infotaulu

Leikkipaikan tarkan sijainnin ilmoittava infotaulu (K9) asetetaan kävelyreitillä toisella puolella olevaan valaisinpylvääseen. Infotaulun tulee olla läheltä katsottavissa. Se sijoitetaan kokonaisuudessaan kävelyreitillä ja levähdyspaikan ulkopuolelle, jotta se ei aiheuta törmäysvaaraa. Infotaulu kiinnitetään 1400–1600 mm:n korkeudelle maasta. Opasteen tulisi olla tasaisesti valaistu ja sen pinnan tulisi olla himmeä ja häikäisemätön. Opasteessa tulee käyttää helppolukuista kirjasintyyppiä, ja tekstin ja taustan välillä tulee olla kontrasti. Opasteessa tulisi käyttää riittävän suuria kirjaimia ja kohokirjoitusta. (Ks. Invalidiliitto Ry 2010a, hakupäivä 14.11.2011; Lehmuspuiisto & Åkerblom 2007, 42.)

6 PUUTARHANHOITOALUE

Usealle ikääntyneelle puutarhanhoito on ollut tärkeä toiminta läpi elämän. Puutarhanhoidon tuihin tehtäviin osallistuminen mahdollistaa omien tapojen ylläpitämisen ja taitojen hyödyntämisen. Kasvit tarjoavat huolenpidon kohteen ikääntyneelle, minkä kautta voi kokea itsensä tarpeelliseksi. Rappen (2005, 31–32) tutkimuksen mukaan ikääntyneet kokevat puutarhanhoidon arvostetuksi toiminnaksi, johon osallistuminen auttaa tukemaan omaa pätevyyden tunnetta. Kasvien hoito mahdollistaa paitsi vuorovaikutuksen kasvien kanssa, ne ovat myös hyvä puheenaihe muiden asukkaiden ja hoitajien kanssa.

Puutarhanhoitoalue mahdollistaa tuttujen pihatöiden tekemisen, kuten marjojen ja omenoiden poimimisen, vihannesten ja yrttien kasvattamisen, kitkemisen ja kastelun sekä haravoimisen. Puutarhassa toimiminen tarjoaa myös mahdollisuuden monipuoliseen hyötyliikuntaan, jossa tarvitaan esimerkiksi lihasvoimaa, nivelliikkuvuutta, kestävyyttä ja tasapainoa. Puutarhatöihin liittyy yleensä työvälineiden ja monenlaisten materiaalien, kuten mullan, kivien tai siementen, käsittelyä. Välineillä ja niiden käyttämisellä on ihmisille myös symbolista arvoa (Pierce 2003, 160). Lisäksi konkreettinen, kosketettava puutarhaväline, voi auttaa muistisairasta tunnistamaan esineeseen liittyvää toimintaa (ks. Levy 2005, 367). Erilaiset luonnonmateriaalit voivat houkutella koskettamaan tarjoten monenlaisia tuntoaistimuksia, jotka voivat tuoda mieleen muistoja tai tuottaa mielihyvää. Puutarhaan liittyy myös monenlaisia tuttuja tuoksuja ja makuja, kuten vastaleikatun nurmikon tuoksu tai liian varhain poimitun omenan kirpeys. Ylimääräisen sadon voi lahjoittaa esimerkiksi naapurustolle, mikä voi mahdollistaa asukkaiden ja ympäristön ihmisten kohtaamisen.

Kävelyreitit toisella puolella sijaitseva levähdyspaikka mahdollistaa puutarhanhoitoon osallistumisen omien voimien mukaan esimerkiksi puutarhanhoito-ohjeita antaen. Levähdyspaikan ympärillä sipuli- ja niittykukat houkuttelevat perhosia ja pölyttäjiä, jotka tuovat lisäelämyksiä pihapiiriin. Kevään ensimmäiset sipulikukat kertovat kesän tulosta ja uuden elämän synnystä pitkän talven jälkeen. Kukkaniitty voi viehättää paitsi aikuisia, myös lapsia, ja kukkien poiminta voi olla yhteinen, jaettu kokemus. Kukkakimpun kokoaminen mahdollistaa omien valintojen tekemisen ja kokemuksen siitä, että kykenee luomaan jotain kaunista.

Marjapensaille ja viljelylaatikolle pääsyn mahdollistaa kivituhkapintainen kulkuväylä, joka on 1500 mm leveä. Kulkuväylä erottuu kävelyreitistä erotusmerkinnän ja harmaan kivituhkapinnan avulla. Kulkuväylän esteettömyyteen liittyvät ominaisuudet esitellyt taulukossa 3. Alueella on puutarhavaja, joka mahdollistaa välineiden saavutettavuuden ja lisää erilaisia mahdollisuuksia osallistua puutarhanhoitoon. Puutarhavaja voi tuoda myös kodikkuutta pihalle. Vesipiste mahdollistaa kasvien kastelun.

6.1 Viljelylaatikko, hyötykasvit ja kukkaniitty

Korotettu viljelyalusta mahdollistaa yrtti- ja kasvimaan hoidon henkilöille, jotka käyttävät pyörätuolia tai joille esimerkiksi kumartuminen on haasteellista (ks. Lehmuspuisto & Åkerblom 2007, 41). Viljelylaatikko on kooltaan 1000 mm x 2000 mm ja sen reunat ovat betonitukimuuria, jolloin reunalle voi myös istahtaa kasveja hoitaessaan (ks. Könkkölä 2003, 134). Tähän tarkoitukseen sopivan tukimuurin korkeus on noin 500 mm (Rakennustietosäätiö RTS 2011, 69). Viljelylaatikon ja kävelyreitien väliin jätetään 300 mm tilaa, jotta viljelylaatikko ei aiheuta törmäysvaaraa kävelyreitillä liikkuvalle. Muilta sivuilta viljelylaatikkoa ympäröi 1500 mm leveä kulkuväylä.

Viljelylaatikko jaetaan viljelysruutuihin. Ruutuihin voidaan istuttaa esimerkiksi tuttuja kasvimaan kasveja. Helppohoitoisia ovat monivuotiset yrtit kuten esimerkiksi iisoppi, mäkimeirami eli oregano, sitruunamelissa, rosmariini, ruohosipuli, kirveli tai lipstikka (Koivunen 2004, 350). Kasvit voidaan merkitä nimikyltein.

Karviainen (Ruv 1), punaherukka (Rrb 1), mustaherukka (Rni 1) sekä omenapuut (Mdo 1, Mdo 1; Punakaneli ja Valkea kuulas), ovat perinteisiä ja tuttuja pihapiirin kasveja. Marjapensaat sijoitetaan viljelylaatikon viereen ja niitä kiertää kävelyreitistä erottuva, kivituhkapintainen kulkuväylä, joka on leveydeltään 1500 mm.

Omenapuut on sijoitettu nurmikolle molemmiin puolin kävelyreittiä. Omenapuut ja marjapensaat istutetaan riittävän etäälle kävelyreitistä, jotta ne eivät kasvaessaan aiheuta häiritseviä näkö- tai kulkuesteitä kulkureitillä liikkujille (ks. Esteettömän ympäristön suunnitteluohjekortti 5/8 2008, hakupäivä 14.11.2011). Rakennuksen ja kävelyreitien väliselle kaistaleelle kylvetään perinteikäs kukkaketo- ja niittyseos ja lisäksi sinne istutetaan kevätsipulikukkia. Kukkaniityn takarajalla oleva pengerrys suojataan istuttamalla hansaruusuaita (Rrh 27) (ks. Rakennustietosäätiö RTS 2011, 66).

6.2 Puutarhavaja

Kun puutarhassa on vaja, josta työvälineet ovat helposti saatavilla, mahdollistuu asukkaiden osallistuminen puutarhatöihin. Kun vaja on malliltaan ja väritään mahdollisimman perinteinen, myös sen käyttötarkoitus voi olla helpommin tunnistettavissa.

Puutarhavaja (pohjapiirroksessa varasto) (R1), kuten muutkin pihan rakennelmat, sijoitetaan kulkuväyliltä ja kävelyreitiltä sivuun (ks. Könkkölä 2003, 134). Puutarhavajan sisäänkäynnin ja kulkureitin väliin on varattu noin 1000 mm vapaata tilaa oven aukeamista varten. Vajan edusta pinnoitetaan betonilaatoilla, ja edustan kaltevuus sisäänkäynnin luona saa olla enintään 2 % (ks. Esteettömän ympäristön suunnitteluohjekortti 4/8 2008, hakupäivä 14.11.2011). Kun vajan oven edustalla on leveyttä 1500 mm, on siinä kääntyminen pyörätuolilla mahdollista. Oven avautumispuolelle jätetään 400 mm vapaata tilaa (Invalidiliitto Ry 2010b, hakupäivä 16.11.2011; Rakennustietosäätiö RTS 2011, 14). Puutarhavajan oviaukon vapaan leveyden tulee olla vähintään 850 mm (Könkkölä 2003, 134). Oven tulisi erottua selkeästi taustastaan ja sen vetimen tulisi olla 850–1100 mm:n korkeudella. Kynnyksen tulisi olla enintään 20 mm korkea (Invalidiliitto Ry 2010b, hakupäivä 14.11.2011). Taulukossa 3. on yhteenveto vajan edustan alustaan liittyvistä suosituksista.

Ollakseen saavutettavissa myös liikkumisen apuvälinettä käyttävälle, puutarhavajan sisällä tulisi olla tilaa halkaisijaltaan 1500 mm:n pyörähdysympyrälle. Riittävä valaistus on tilan hahmotettavuuden ja turvallisen toiminnan edellytys. Ulkoa sisälle siirryttäessä suureen valaistuseroon sopeutuminen voi olla haasteellista erityisesti heikkonäköisen henkilön kannalta. Valaistusero tasaan valaisemalla riittävän voimakkaasti ne sisätilat, jotka liittyvät välittömästi ulkotilaan. (Invalidiliitto Ry 2010f, hakupäivä 19.11.2011.)

6.3 Vesipiste

Ulos sijoitettu vesipiste (VH) mahdollistaa kasvien kastelun ilman, että vesiastioita tarvitsisi lähteä täyttämään sisälle. Vesipiste sijaitsee oleskeluterassin läheisyydessä kävelyreitinvarellalla. Vesipisteen ja kävelyreitinvarellan väliin jää vapaata tilaa 900 mm, joka laatoitetaan kävelyreitinvarellasta erottuvalla harmaalla betonilaatoituksella (taulukossa 3. on yhteenveto alustaan liittyvistä suosituksista). Vesipisteen laatoitus on 1500 mm leveä, mikä mahdollistaa kääntymisen apuvälineen kanssa (ks.

Esteettömän ympäristön suunnitteluohjekortti 4/8 2008, hakupäivä 14.11.2011). Jotta liikkuminen olisi turvallista vesipisteen lähistöllä, ei sieltä saa päästä kertymään kulkureitille vettä tai jäätyviä valuvesiä vaan ne tulee johtaa pois (ks. Lehmuspuiisto & Åkerblom 2007, 43). Vesipisteen puutarhahana sijoitetaan noin 800–1100 mm:n korkeudelle, jolloin sen käyttö mahdollistuu pyörätuolia käyttävälle tai henkilölle, jonka on vaikeaa tavuttaa itseään (ks. Invalidiliitto Ry 2010b, hakupäivä 16.11.2011).

6.4 Muuta suositeltavaa välineistöä

Puutarhaletku, kastelukannu ja ämpärit ovat tarpeellisia kastelemisessa. Vesiastian täyttöä vesipisteen luona voi helpottaa kastelukannun alle laitettava, siirrettävä koroke tai esimerkiksi vesisaavi, josta kastelukannu on helppo täyttää. Valmiiksi täytetty vesisaavi voi sijaita myös viljelylaatikon läheisyydessä. Käsikäyttöinen, kevyt ruohonleikkuri, kevyet haravat ja istutuslapiot mahdollistavat tuttuihin pihatöihin ja puutarhan hoitamiseen osallistumisen. Työkalut, joissa on pidentetty varsi, helpottavat mm. pyörätuolissa istuvan työskentelyä (Hiltunen 2003, 255). Jos pihalla on lehtikompostori ja kottikärryt, voidaan puutarhajäte kuljettaa suoraan kompostoitumaan. Kevyt lumikola tai lumilapio mahdollistaa talvella lumitöiden tekemisen.

7 PIENI AUKIO

Kivituhkapintainen pieni aukio piha-alueen pohjoispäässä on kooltaan noin 5,5 m x 6 m. Sitä voidaan käyttää mm. liikuntatuokioiden tai erilaisten tapahtumien järjestämiseen pienille ryhmille. Esimerkiksi Mölkky-pelin pelaamiselle on riittävästi tilaa. Pieni aukio palvelee penkkeineen myös kävelyreitit levähdys- ja verryttelypaikkana, ja aukion omaan rauhaan voi vetäytyä vaikka vierailulle saapuneiden sukulaisten kanssa. Perinteiset kasvit, humala ja juhannusruusu sekä pihasyreeni tuovat kodikkuutta ja mahdollistavat muistelua. Pienen aukion alustan ominaisuudet vastaavat suunnitelmassa aikaisemmin esiteltyjä suosituksia (ks. taulukko 3).

Kävelyreitti muuttuu aukioksi kuljettuaan köynnösportin (K10) ali. Muutoksen havaitsemista tuetaan poikittaisessa suunnassa kulkevan harmaan laattarivin avulla (ks. Invalidiliitto Ry 2010c, hakupäivä 20.9.2011). Köynnösportti tuo pihalle koristeellisen ja arvoituksellisen yksityiskohdan. Se voi toimia pihalla liikkujalle myös helposti havaittavana maamerkinä. Köynnösportin alle jäävällä tilalla tulee olla vapaata korkeutta 2200 mm, ja sen seinärakenteet sijoitetaan riittävän sivuun kävelyreitit reunasta (Könkkölä 2003, 134). Köynnösportti maalataan punamullan väriseksi ja sen reunoille istutetaan perinteistä humalaa (Hul 4).

Aukio reunustetaan kolmelta sivulta luonnonkivireunuksella, jolla voi myös istuskella. Kivireunuksen taakse istutetaan perinteistä juhannusruusua (Rpi 11). Penkit (K 13, K14) on asetettu niin, että ne jättävät aukiolle mahdollisimman paljon vapaata tilaa, ja niiltä käsin on mahdollista tarkkailla piha-aluetta ja tietä. Puistopenkit (K13) asetetaan aukion päättyyn niin, että niiden välissä on 900 mm:n levyinen vapaa tila pyörätuolia varten. Penkkien tulee muodostaa riittävästi kontrastia alustan pintamateriaalin kanssa. (Ks. Esteettömän ympäristön suunnitteluohjekortti 5/8 2008, hakupäivä 14.11.2011.) Esimerkiksi keltaiset penkit erottuvat hyvin ympäristöstä (vrt. Kotilainen 2003, 31). Suositukset penkkien mitoituksista löytyvät luvusta 3.3.1 Istuimet ja puutarhakeinu. Pientä aukiota kiertävän luonnonkivireunuksen vapaille sivuille kiinnitetään ruskeat, puiset penkit (K14), jotka erottuvat tummempana punaruskeasta kivituhka-alustasta. Kivireunuspenkin kokonaiskorkeuden tulisi olla noin 450–500 mm (ks. Invalidiliitto Ry 2010b, hakupäivä 16.11.2011).

Erilaisissa tapahtumissa ja kokoontumisissa saattaa kertyä roskaa. Jotta piha-ympäristö pysyisi siistinä ja viihtyisänä, tarvitaan pienellä aukiolla kannellinen roskakori (K5). Se kiinnitetään tol-

paan aukion reunaan niin, että se on saavutettavissa myös pyörätuolia käyttävälle henkilölle.
Roskakorin sijoittamiseen liittyvät suositukset on kuvattu tarkemmin taulukossa 5.

LÄHTEET

Chan, M. W.K. & Glogoski, C. 2008. Special Needs of the Older Adult. Heidi Mc Hugh Pendleton & Winifred Schultz-Krohn (toim.) Pedretti`s Occupational Therapy. Practice Skills for Physical Dysfunction. 6. painos. United States: Mosby Elsevier. 1169–1192.

Cronvall 2012. Rakentaminen. Aidat ja portit. Dekoratiiviset aidat. Hakupäivä 19.1.2012.
<http://www.cronvall.fi/rakentaminen/aidat-ja-portit#node-142>

Eloniemi-Sulkava, U. 2003. Dementoituneen ihmisen asumisen tarpeet. Helinä Kotilainen, Carita Virkola, Ulla Eloniemi-Sulkava & Päivi Topo. Dementiakoti – koti hyvää elämää varten. Opas suunnittelijoille ja hoidon kehittäjille. Helsinki: Suomen dementiahoitoyhdistys. 8-13.

Esteettömän ympäristön suunnitteluohjekortti 4/8 2008. SuRaKu-projekti 2004/2008. Hakupäivä 14.11.2011.

[http://www.hel.fi/hki/hkr/fi/Helsinki+kaikille/A_Ohjeita+suunnitteluun/Esteett_m_n+rakentamisen+ohjeet+\(SuRaKu\)](http://www.hel.fi/hki/hkr/fi/Helsinki+kaikille/A_Ohjeita+suunnitteluun/Esteett_m_n+rakentamisen+ohjeet+(SuRaKu))

Esteettömän ympäristön suunnitteluohjekortti 5/8 2008. SuRaKu-projekti 2004/2008. Hakupäivä 14.11.2011.

[http://www.hel.fi/hki/hkr/fi/Helsinki+kaikille/A_Ohjeita+suunnitteluun/Esteett_m_n+rakentamisen+ohjeet+\(SuRaKu\)](http://www.hel.fi/hki/hkr/fi/Helsinki+kaikille/A_Ohjeita+suunnitteluun/Esteett_m_n+rakentamisen+ohjeet+(SuRaKu))

Esteettömän ympäristön suunnitteluohjekortti 6/8 2008. SuRaKu-projekti 2004/2008. Hakupäivä 14.11.2011.

[http://www.hel.fi/hki/hkr/fi/Helsinki+kaikille/A_Ohjeita+suunnitteluun/Esteett_m_n+rakentamisen+ohjeet+\(SuRaKu\)](http://www.hel.fi/hki/hkr/fi/Helsinki+kaikille/A_Ohjeita+suunnitteluun/Esteett_m_n+rakentamisen+ohjeet+(SuRaKu))

Harra, T. 2003. Toimintaterapianimikkeistön teoreettiset lähtökohdat. Tupu Holma (toim.) Toimintaterapianimikkeistö 2003. Helsinki: Suomen Kuntaliitto. 16–21.

Hautala, T., Hämäläinen, T., Mäkelä, L. & Rusi-Pyykönen, M. 2011. Toiminnan voimaa. Toimintaterapia käytännössä. Helsinki: Edita.

Hiltunen, N. 2003. Leikkiä, pelata, harrastaa. Anna-Liisa Salminen (toim.) Apuvälinekirja. Kehitysvammaliitto. Tampere: Tammer-Paino Oy. 234–261.

Ikäihmisten palvelujen laatusuositus. 2008. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2008:3. Sosiaali- ja terveysministeriö, Suomen kuntaliitto. Helsinki: Yliopistopaino.

Invalidiliitto Ry 2010a. Esteeton.fi. Esteettömyysprojektit. Katu- ja viheralueiden kartoituslomakkeet. Hakupäivä 14.11.2011. http://www.esteeton.fi/files/attachments/katu-ja_viheralueiden_kartoituslomakkeet.xls

Invalidiliitto Ry 2010b. Esteeton.fi. Esteettömyysprojektit. Rakennusten kartoituslomakkeet. Hakupäivä 14.11.2011. http://www.esteeton.fi/files/attachments/rakennusten_kartoituslomakkeet.xls

Invalidiliitto Ry 2010c. Esteeton.fi. Tieto-osio. Luontoliikunta. Maunulan kuntopolku. Hakupäivä 20.9.2011. http://www.esteeton.fi/portal/fi/tieto-osio/luontoliikunta/maunulan_kuntopolku/

Invalidiliitto Ry 2010d. Esteeton.fi. Tieto-osio. Rakennettu ympäristö. Asunnon toiminnalliset tilat. Keittiö. Hakupäivä 14.11.2011 http://www.esteeton.fi/portal/fi/tieto-osio/rakennettu_ymparisto/asunnon_toiminnalliset_tilat/keittio/

Invalidiliitto Ry 2010e. Esteeton.fi. Tieto-osio. Rakennettu ympäristö. Ulkoalueet. Puistot ja piha-alueet. Hakupäivä 14.11.2011. http://www.esteeton.fi/portal/fi/tieto-osio/rakennettu_ymparisto/ulkoalueet/puistot_ja_piha-alueet/

Invalidiliitto Ry 2010f. Esteeton.fi. Tieto-osio. Rakennettu ympäristö. Valaistus, värit ja kontrastit. Hakupäivä 19.11.2011. http://www.esteeton.fi/portal/fi/tieto-osio/rakennettu_ymparisto/valaistus_varit_ja_kontrastit/

Kivelä, S-L. 2009. Depressiosta tasapainoon. Hyvä elämä iäkkäänä. Kirjapaja.

Koivunen, T. 2003. Hyötypuutarhan niksit. Pentti Alanko, Taina Koivunen, Elina Regårdh & Meeri Sainio (toim.). Suomalainen piha ja puutarha. 7. painos. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy. 229–363.

Kotilainen, H. 2003. Hyvän asuinympäristön tekijät. Helinä Kotilainen, Carita Virkola, Ulla Eloniemi-Sulkava & Päivi Topo. Dementiakoti – koti hyvää elämää varten. Opas suunnittelijoille ja hoidon kehittäjille. Helsinki: Suomen dementiahoitoyhdistys. 14–39.

Könkkölä, M. 2003. Esteetön asuinrakennus. Invalidiliitto ry. Pieksämäki: RT-Print Oy.

Laine, L. J. 2000. Suomen luonto-opas. Jyväskylä: WSOY.

Law, M., Polatajko, H., Baptiste, S. & Townsend, E. 2002. Core Concepts of Occupational Therapy. Elizabeth Townsend (toim.) Enabling Occupation. An Occupational Therapy Perspective. Revised Edition. Ottawa: CAOT Publications ACE. 29–56.

Lehmuspuisto, V. & Åkerblom, S. 2007. Iäkkäiden ihmisten liikuntapaikkojen suunnittelu. Arki- ja terveystoiminnan tilat palvelu- ja hoiva-asumisympäristössä. Opetusministeriön liikuntapaikkajulkaisu 94. Helsinki: Rakennustieto Oy.

Levy, L. 2005. Cognitive Aging in Perspective. Noomi Katz (toim.) Cognition & Occupation Across the Life Span. Models for Intervention in Occupational Therapy. 2. edition. American Occupational Therapy Association, Inc. Aota Press. 327–346.

Liikanen, H. 2011. Ikääntyminen ja kulttuuri. Kohti seniorikulttuuria. Oraita 1/2011. Ikäinstituutti.

McIntyre, A. 2005. Activity and participation: part 1. Anne McIntyre & Anita Atwall (toim.) Occupational Therapy and Older People. Blackwell Publishing. 158–186.

Pierce, D. 2003. Occupation by Design. Building Therapeutic Power. Philadelphia: F.A. Davis Company.

Pikkarainen, A. 2007. Ympäristö. Tiina-Mari Lyyra, Aila Pikkarainen & Pirjo Tiikkainen (toim.) Vanheneminen ja terveys. Helsinki: Edita. 42–68.

Polatajko, H.J., Backman, C., Baptiste, S., Davis, J., Eftekhar, P., Harvey, A., Jarman, J., Krupa, T., Lin, N., Pentland, W., Rudman, D.L., Shaw, L., Amoroso, B. & Connor-Schisler, A. 2007. Human occupation in context. Elizabeth A. Townsend & Helene J. Polatajko (toim.) Enabling Occupation II: Advancing an Occupational Therapy Vision for Health, Well-being & Justice through Occupation. Ottawa: CAOT Publications ACE. 37–62.

Polatajko, H.J., Davis, J., Stewart, D., Cantin, N., Amoroso, B., Purdie, L., Zimmerman, D. 2007. Specifying the domain of concern: Occupation as a core. Elizabeth A. Townsend & Helene J. Polatajko (toim.) Enabling Occupation II: Advancing an Occupational Therapy Vision for Health, Well-being & Justice through Occupation. Ottawa: CAOT Publications ACE. 13–36.

Rakennustietosäätiö RTS. 2011. Esteetön rakennus ja ympäristö. Turvallinen tapa toimia ja liikkua. Suunnitteluopas. Helsinki: Rakennustieto Oy.

Rappe, E. 2005. The Influence of a Green Environment and Horticultural Activities on the Subjective Well-being of the Elderly Living in Long-Term Care. Hakupäivä 1.11.2011. <http://ethesis.helsinki.fi/julkaisut/maa/sbiol/vk/rappe/>

Regårdh, E. 2004. Puutarhan suunnittelu antaa ryhtiä rakentamiselle. Pentti Alanko, Taina Koivunen, Elina Regårdh & Meeri Sainio (toim.). Suomalainen piha ja puutarha. 7. painos. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy. 11–33.

Townsend, E.A., Beagan, B., Kumas-Tan, Z., Versnel, J., Iwama, M., Landry, J., Stewart, D. & Brown, J. 2007. Enabling: Occupational therapy's core competency. Elizabeth A. Townsend & Helene J. Polatajko (toim.) Enabling Occupation II: Advancing an Occupational Therapy Vision for Health, Well-being & Justice through Occupation. Ottawa: CAOT Publications ACE. 87–134.

Tyrväinen, L., Silvennoinen, H., Korpela, K. & Ylen, M. 2007. Luonnon merkitys kaupunkilaisille ja vaikutus psyykkiseen hyvinvointiin. Metlan työraportteja 52:57–77. Hakupäivä 19.7.2011. <http://www.metla.fi/julkaisut/workingpapers/2007/mwp052.htm>.