

Ikääntyneiden tarpeet asuinympäristöille ja esimerkkejä ikäystävällisyyden kehittämisestä eri maissa

Anna Strandell



Suomen ympäristökeskus
Finlands miljöcentral
Finnish Environment Institute

Ikäystävällinen ja kestävä kaupunki rakennetun ympäristön ja alueiden käytön näkökulmasta (IKKUNA)

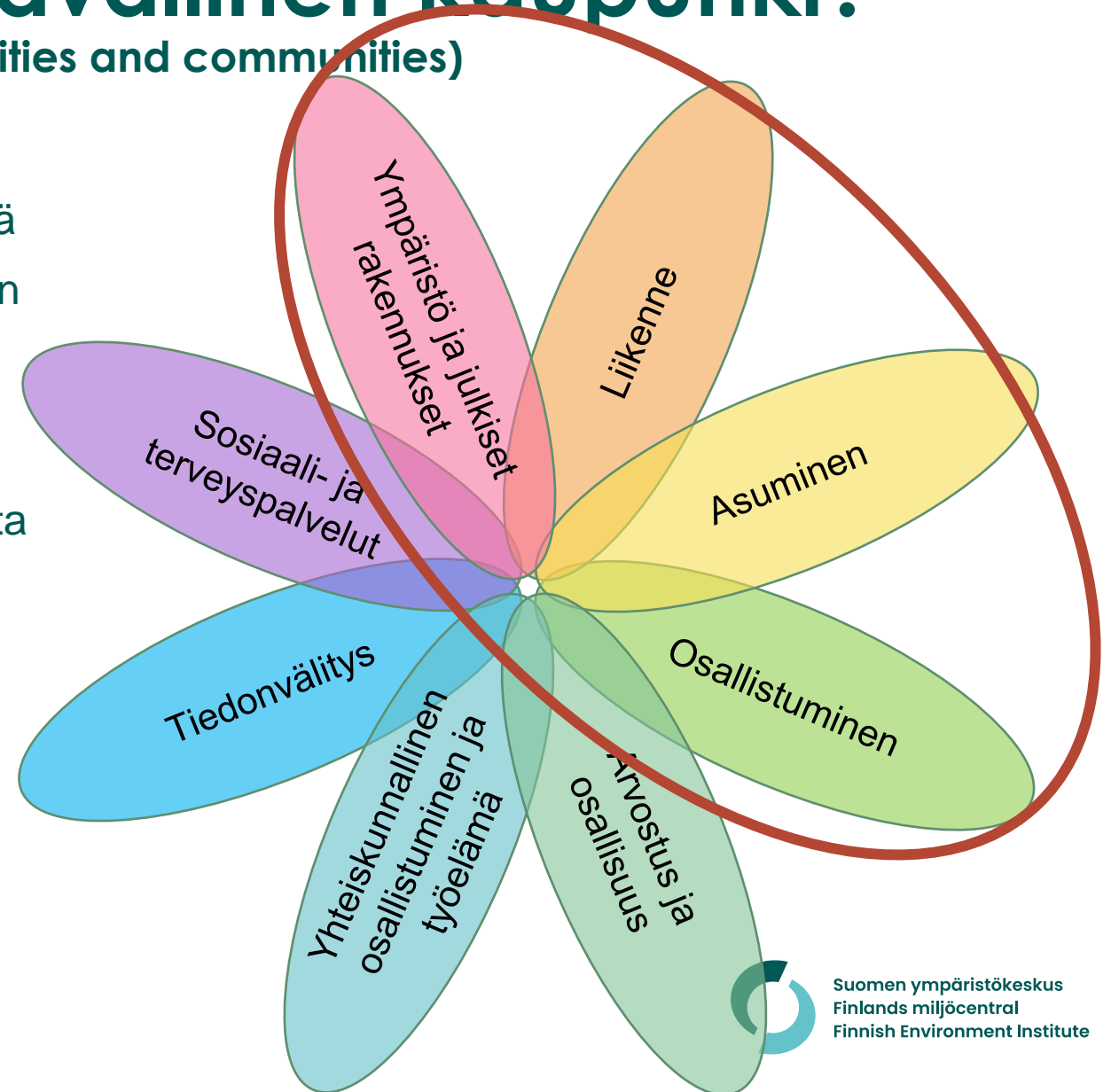
- Rahoitus YM, toteutus Syke
- Aikataulu 11/2023 – 11/2024
- Pohjana Maailman terveysjärjestön WHO:n ikäystävällisen kaupungin (Age-friendly cities and communities) tarkastelumalli ja sen soveltaminen suomalaiseen kontekstiin rakennetun ympäristön ja alueidenkäytön näkökulmasta
- Hankkeessa arvioidaan kaupunkien ikäystävällisyyden vahvuuksia ja haasteita ja tuetaan ikäystävällisyyden kehittämistä
- Neljä case-kaupunkia: Tampere, Turku, Lahti ja Vantaa

Minkälainen on ikäystävällinen kaupunki?

Maailman terveysjärjestö WHO (Age-friendly cities and communities)

Ikäystävällinen kaupunki

- Tukee ja ylläpitää fyysistä ja psyykkistä terveyttä
- Mahdollistaa ikääntyneiden aktiivisen toimimisen myös toimintakyvyn heiketessä
- Tunnistaa ikääntyneiden laajan osaamisen ja kokemuksen voimavarana
- Ennakoi ikääntymiseen liittyviä tarpeita ja toiveita
- Kunnioittaa ikääntyneiden omia päätöksiä ja elämäntapavalintoja
- Vähentää eriarvoisuutta ja suojelee haavoittuvimpia
- Edistää ikääntyneiden osallisuutta kaikilla yhteiskunnan aloilla
- Huomioi ikääntyneiden tarpeet kaikessa toiminnassaan ja kaikilla hallinnonaloilla



Ikääntyneiden hyvinvointia ja terveyttä lisäävät asuinympäristön tekijät tutkimuskirjallisuuden perusteella

- Palvelujen läheisyys ja saavutettavuus (mm. terveyspalvelut, pt-kauppa, senioripalvelut, kulttuuriaktiviteetit)
- Käveltävyys
- Hyvät joukkoliikennepalvelut
- Esteettömyys asunnossa ja asuinympäristössä
- Viheralueet
- Yhteisöllisyys ja sosiaaliset kontaktit (mm. kohtaamispaikat puistoissa ja aukioilla, kokoontumistilat, paikallisyhteisöt, naapurustoyhteisöt, vapaaehtoistyö)
- Sopivat ja kohtuuhintaiset asumisvaihtoehdot
- Muut asuinalueen laatutekijät: turvallisuus, esteettinen laatu, siisteys, melu, ilmanlaatu jne.
- Hyvin suunniteltu fyysinen ympäristö parantaa ikääntyneiden
 - Liikkumista ja fyysistä terveyttä
 - Osallisuutta ja mielenterveyttä
 - Omatoimisuutta ja kotona asumista
 - Elämänlaatua
- Useimmin hyvinvointia lisäsi asuinympäristön/naapuruston koettu yhteisöllisyys
 - Yhteenkuuluvuus, osa yhteisöä
 - Sosiaalinen turvallisuus, saa apua tarvittaessa
 - Sosiaalisella eristäytyneisyydellä ja yksinäisyydellä on uusimpien tutkimusten mukaan merkittäviä negatiivisia vaikutuksia terveyteen ja kuolleisuuteen

WHO Commission on Social Connection 2024-26



Social isolation and loneliness have **serious health consequences.**

Their health risks are comparable to smoking daily, excessive drinking, and obesity.



The WHO Commission on Social Connection aims to catalyse global leadership in the area.

It will do so by increasing the priority of social connection as a public health issue, setting the agenda, and scaling up effective solutions.



WHO Commission on Social Connection

Up to **50%**
INCREASE IN RISK OF DEVELOPING DEMENTIA

25%
INCREASE IN RISK OF EARLY DEATH

Up to **30%**
INCREASE IN RISK OF STROKE AND CARDIOVASCULAR DISEASE

LONELINESS AND SOCIAL ISOLATION

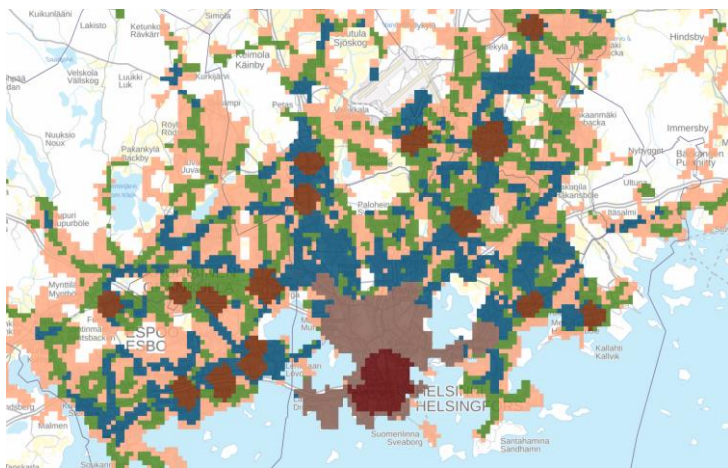
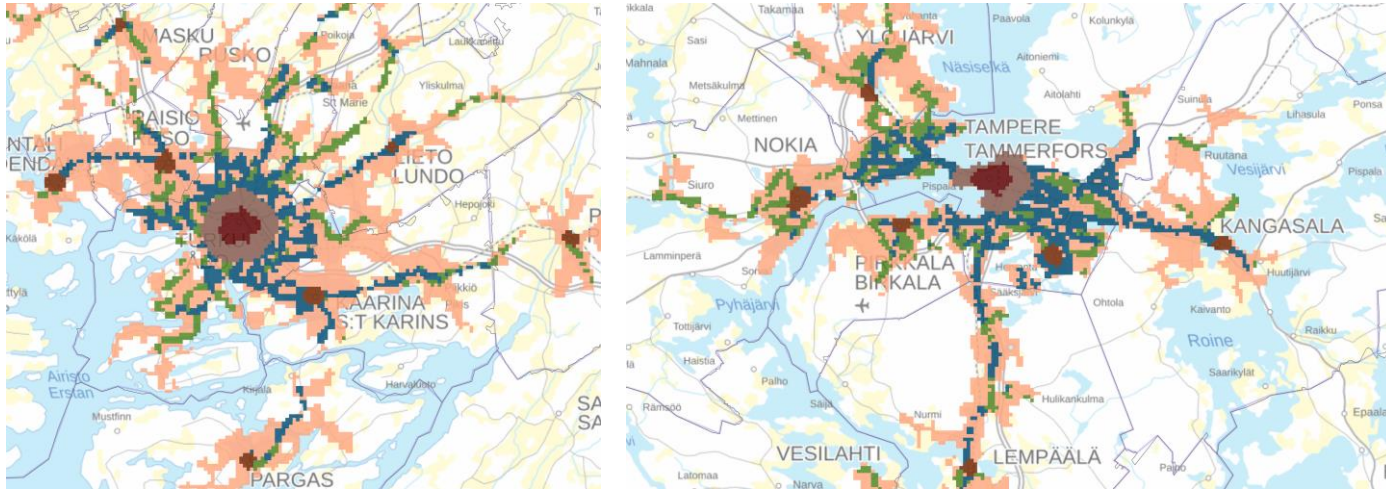
ARE HEALTH RISKS









Ikääntyneiden asumistyytyväisyys ja asumistoiveet kaupungeissa (Asukasbarometri 2022)



Asukasbarometrin vastausten linkitys yhdyskuntarakenteen vyöhykkeisiin



Yhdyskuntarakenteen vyöhykkeet

-  Keskustan jalankulkuvyöhyke
-  Alakeskuksen jalankulkuvyöhyke
-  Keskustan reunavyöhyke
-  Intensiivinen joukkoliikennevyöhyke
-  Joukkoliikennevyöhyke
-  Autovyöhyke

Esimerkkejä alakeskuksista

- Helsingin seutu: Itäkeskus, Vuosaari, Malmi, Tikkurila, Myyrmäki, Korso, Leppävaara, Tapiola, Matinkylä
- Tampereen seutu: Hervanta, Nokia, Pirkkala, Ylöjärvi, Kangasala, Lempäälä
- Turun seutu: Kaarina, Raisio, Naantali, Masku, Parainen, Paimio, Lieto
- Oulun seutu: Kempele, Haukipudas, Kiiminki
- Lahden seutu: Hollola, Nastola
- Jyväskylän seutu: Palokka, Muurame
- Kuopion seutu: Petonen, Siilinjärvi, Vuorela

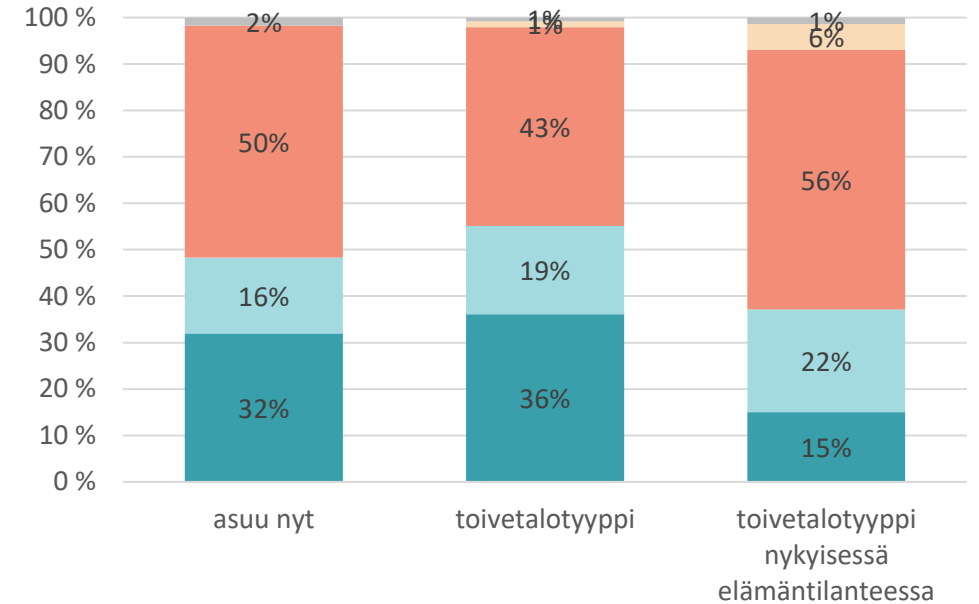
65-84-vuotiaiden näkemykset asuinympäristön laadusta vyöhykkeittäin

Vyöhyke	Vahvuudet	Heikkoudet
Keskusta ja sen reunavyöhyke	Kaupalliset palvelut, kävellen ruokakauppaan, terveyspalvelut, harrastusmahdollisuudet, puistot ja ulkoilualueet, arkkitehtuuri ja ilme, useimmiten mieluisa asuinalue, asunnon kunnossapito ei liian vaativaa	Enemmän tyytymättömyyttä alueen rauhallisuuteen, liikenteen melu, pyöräily vähemmän miellyttävää, turvattomuutta yksin illalla liikkuesssa, asuintalon pihan käyttö vähäisempää
Alakeskus	Joukkoliikennepalvelut, kaupalliset palvelut, kävellen ruokakauppaan, harrastusmahdollisuudet, liikenneturvallisuus, asunnon kunnossapito ei liian vaativaa	Enemmän tyytymättömyyttä alueen viihtyisyyteen, rauhallisuuteen, arkkitehtuuriin ja ilmeeseen sekä siisteyteen ja puhtauteen, liikenteen melu, pyöräily vähemmän miellyttävää, turvattomuutta yksin illalla liikkuesssa, ei kaikille mieluisa asuinalue
Joukkoliikennevyöhyke	Joukkoliikennepalvelut, puisto- ja ulkoilualueet, vähemmän liikenteen melua (paitsi intensiivisellä joukkoliikennevyöhykkeellä)	Enemmän tyytymättömyyttä terveyspalveluihin. Intensiivisellä joukkoliikennevyöhykkeellä myös enemmän tyytymättömyyttä siisteyteen ja puhtauteen sekä turvattomuutta yksin illalla liikkuesssa.
Autovyöhyke	Rauhallisuus ja viihtyisyys, vähemmän liikenteen melua, arkkitehtuuri ja ilme, vähemmän turvattomuutta illalla yksin liikkuesssa, asuintalon pihaa käytetään paljon	Enemmän tyytymättömyyttä kaupallisiin palveluihin, joukkoliikennepalveluihin ja kokoontumis- ja yhteistiloihin, ruokakauppaan mentävä autolla, asunnon kunnossapito useammin liian vaativaa (erit. 75-84v), asumiskustannukset useammin liian korkeat

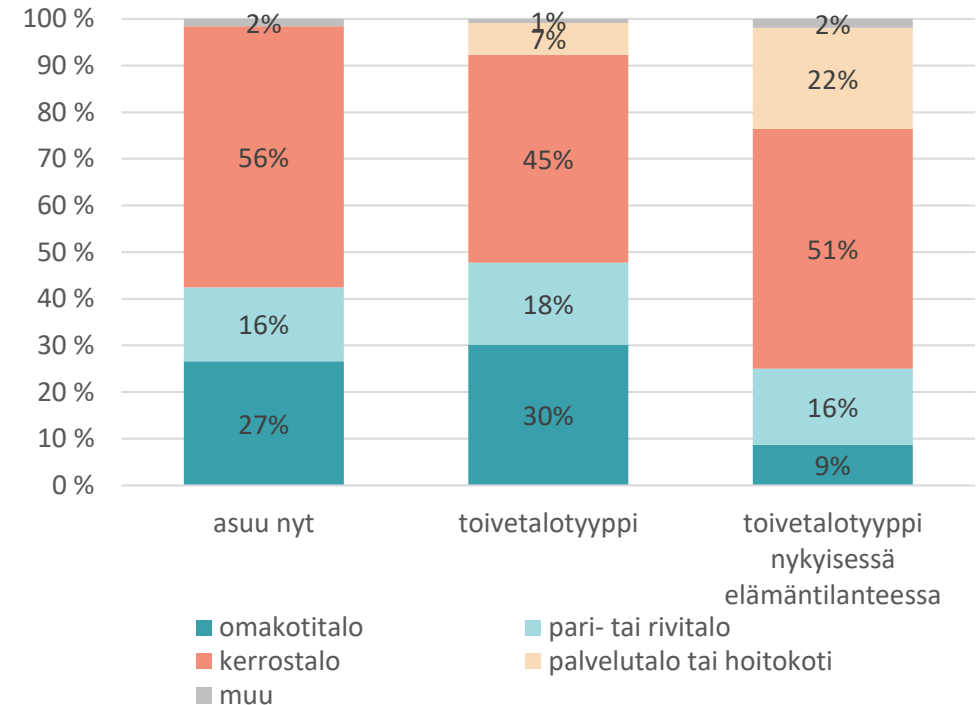
Talotyyppitoiveet

- Toivetalotyyppi (ihanneasumismuoto) ei ikääntyneillä juuri eroa nykyisestä, mutta toivetalotyyppi nykyisessä elämäntilanteessa on huomattavasti kerrostalovaltaisempi
- 65-74-vuotiaista 32 % asuu omakotitalossa, mutta vain 15 % pitää sitä parhaana nykyisessä elämäntilanteessa
- 75-84-vuotiaista 27 % asuu omakotitalossa, mutta enää 9 % pitää sitä mieluisimpana nykyisessä elämäntilanteessa
- Omakotitalossa asuvista 65-74 vuotiaista 26 % ja 75-84 vuotiaista 42 % pitää asunnon kunnossapitoa liian vaativana
- Kerrostalon suosio kasvaa iän myötä, 75-84 vuotiaista jo 73 % asuisi mieluiten kerrostalossa nykyisessä elämäntilanteessa (palvelutalot ja hoitokodit mukaan lukien)

65-74v



75-84v



Asuinaluetoiveet

- Pientaloalue on ikääntyneiden yleisin asuinalue kaupunkimaisilla alueilla ja sen osuus on kasvanut -> ei kaikilla vastaa nykyisen elämäntilanteen toiveita
- Keskustat ovat ikääntyneiden toivotuin asuinympäristö nykyisessä elämäntilanteessa, 65-74-vuotiaista 42 % ja 75-84-vuotiaista 48 % haluaisi asua keskustamaisessa ympäristössä, eli lähes kaksinkertainen osuus nykyiseen asumiseen verrattuna
- 65-74-vuotiailla pientaloalue on toiseksi toivotuin asuinympäristö, kun taas 75-84-vuotiailla kerrostaloalue



Ilman "ei osaa sanoa" -vastauksia

Ikääntyneiden asumiskriteerit

Asunto

- Asumisen vaivattomuus ja helppohoitoisuus
- Esteettömyys ja hissi
- Asuintalon energiatehokkuus
- Oma parveke
- Asunnon valoisuus
- Erillinen keittiö
- Tärkeitä tekijöitä jotka eivät eroa muista ikäryhmistä: alhaiset asumiskustannukset, oma päätösvalta

Asuinalue

- Kauppaan pääsee kävellen tai pyörällä
- Asuinalueen terveellisyys
- Alueen esteettömyys
- Asuinalueen hyvä maine
- Sosiaaliset kontaktit alueella
- Tuttu ympäristö
- Naapuruston asukkaiden samanhenkisyys
- Alueen historia ja identiteetti
- Tärkeitä tekijöitä jotka eivät eroa muista ikäryhmistä: turvallisuus, rauhallisuus, meluttomuus, luonnonläheisyys, hyvät kävely- ja pyöräily-yhteydet

Toimenpiteet ikäystävällisen ympäristön kehittämiseksi (kv-katsaus)



Ympäristö ja käveltävyys

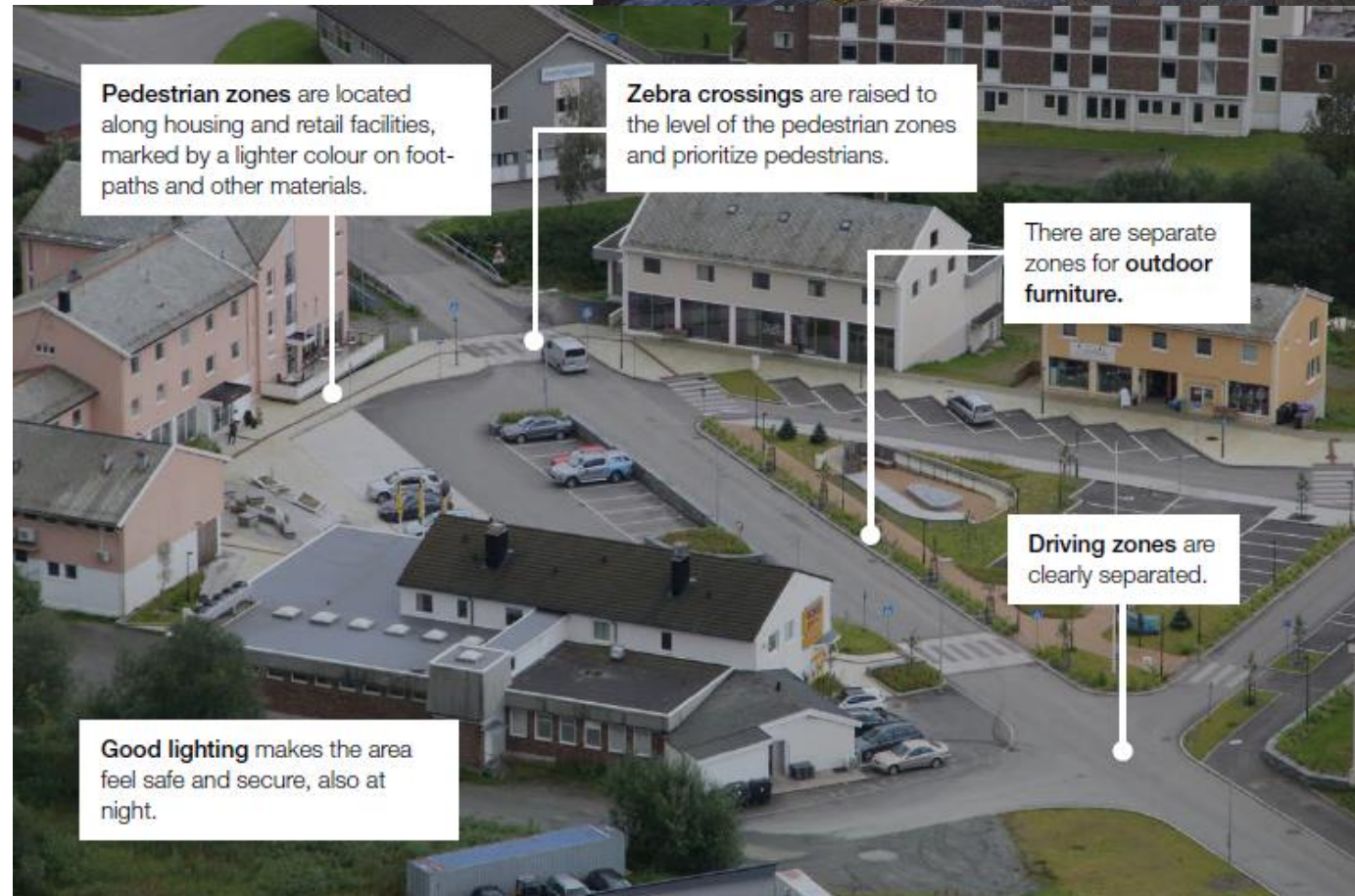
- Monipuolinen ja kytkeytynyt kävelyreittien ja jalankulkuväylien verkosto, myös rengasmaiset kävelyreitit jotka alkavat ja päättyvät samaan paikkaan
- Kaikki tärkeät palvelut keskeisellä sijainnilla niin että muodostuu käveltävä alue
- Esteetöntä kävellä (esim. talvikunnossapito, tasoerot ja esteet, valaistus, opasteet, kaiteet, työmaajärjestelyt)
- Levähdyspaikat (ulkona ja sisällä)
- Julkiset WC-tilat
- Vihreä ympäristö, puistot ja istutukset, vesistöt
- Miellyttävä mikroilmasto, suoja



- Ei liikaa häiriötä kuten melua, saasteita, roskia tai vilkasta liikennettä
- Virikkeet ja aktiviteetit (tapahtumat, yhteisöllisyys, sosiaaliset kontaktit, tapaamispaikat, kahvilat, näyteikkunat, kukkaistutukset jne.)
- Turvallista kävellä, sekä sosiaaliselta että liikenteen kannalta

Ikäystävällinen kuntakeskus Glomfjord, Norja

- Liikenneympyrä ja parkkipaikka muutettiin houkuttelevaksi keskusaukioksi
- Palvelut lähellä toisiaan kävelyalueen ympärillä
- Esteetön ja inklusiivinen
- Selkeästi erotetut ajoväylät
- Väreillä ja pinnoitteilla erotetut kävelyalueet
- Korotetut seepra-suojatiet
- Viher- ja oleskelualue
- Hyvä valaistus
- Jäävapaa alue



Pedestrian zones are located along housing and retail facilities, marked by a lighter colour on foot-paths and other materials.

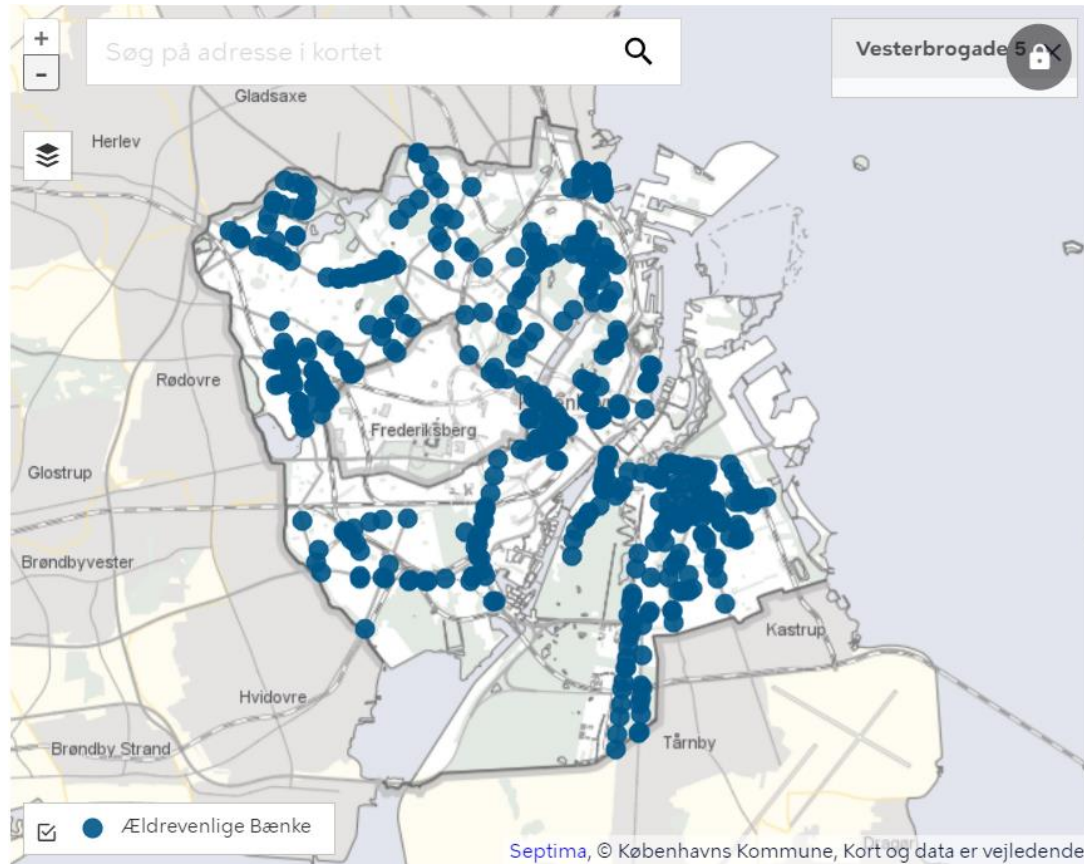
Zebra crossings are raised to the level of the pedestrian zones and prioritize pedestrians.

There are separate zones for **outdoor furniture**.

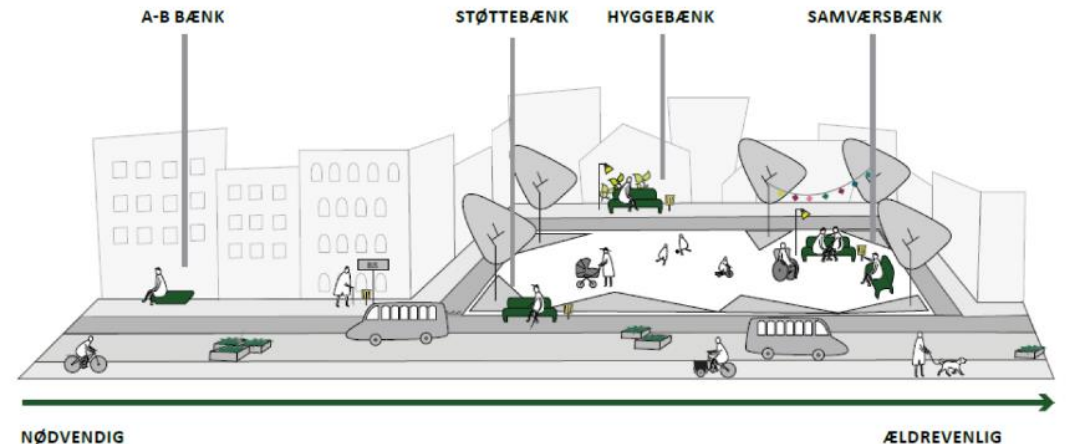
Driving zones are clearly separated.

Good lighting makes the area feel safe and secure, also at night.

Ikäystävälliset penkit Kööpenhamina, Tanska



- 500 uutta ikäystävällistä penkkiä, sijainnit karttapalvelussa
- Työkalu penkkien ja niiden ympäristön suunnitteluun sekä ikääntyneiden tarpeiden huomioimiseen
 - Esim. pinnoitteet, valaistus, muotoilu, suoja, aktiviteetit, ääniympäristö, estetiikka
 - Penkkityypit: AB-penkki, tukipenkki, mukavuuspenkki, keskustelupenkki



"Take a seat" campaign UK (Manchester, Nottingham, York...)

- Kannustaa paikallisia yrittäjiä ja kunnan toimipisteitä tarjoamaan levähdyspaikkoja ikääntyneille, ilman ostopakkoa
- Osallistuvat yritykset saavat "We are Age Friendly" –ikkunatarran



Home Instead.
To us, it's personal

CITY OF YORK
COUNCIL

This sign is in 70
York businesses'
windows.
You'll be welcome
to come in and
take a seat.

Liikenne

Joukkoliikenne

- Pysäkkien saavutettavuus sekä kotoa että kohteista käsin (kaupat, terveyspalvelut, harrastuspaikat jne.)
- Sopivat linjat ja riittävät vuorovälit, palvelulinjat ikääntyneiden tarpeisiin
- Pysäkkien ja liikennevälineiden esteettömyys
- Ikääntyneille omat istumapaikat joita kunnioitetaan
- Liikenneinformaation saatavuus
- Turvallinen ja sujuva matkustaminen (esim. rauhallinen ajotapa, huomioiminen tullessa ja poistuttaessa)
- Kulkuvälineiden sujuva vaihto
- Edulliset lippuhinnat ja lipun ostamisen helppous



Risteykset ja kadunylitys

- Liikennevalot, riittävä ylitysaika, äänet
- Madalletut reunakiveykset

Pyöräily

- Kattava pyöräilyinfra (asunto – kohteet)
- Pyöräilykoulutus ikääntyneille, sähköpyörät
- Liikenneturvallisuuden lisääminen (esim. kulkumuotojen selkeä erottelu)

Autoilu

- Ikäystävälliset parkkipaikat tärkeiden palvelujen yhteydessä ja liityntäpysäköinnissä
- Saattoliikenteen pysähtymispaikat
- Kimppakyytipalvelut

Kuskien ikäystävällisyys- koulutus Isle of Wight, UK

- Ikäystävällisyyskoulutus pakollinen kaikille joukkoliikenteen kuljettajille
- ”Ikäpuvun” avulla simuloidaan fyysisen liikkumisen haasteita liikennevälineissä
- Kuskit huomioivat ja auttavat ikääntyneitä aiempaa paremmin
- Tarvittaessa väljennetään aikatauluja



Kutsuliikennemallit Norja



- Norjassa paljon esimerkkejä erilaisista ikääntyneille suunnatuista kutsuliikennepalveluista
- Kuskilta saa myös apua
- Ikääntyneille edullisia tai ilmaisia
- Sopivat myös maaseutualueille joissa ei säännöllistä joukkoliikennettä

Asuminen

Helgetun, Bergen, Norja

Ikääntyneiden yhteisöllinen asumisratkaisu. Asukkaat voivat osallistua vieressä sijaitsevan päiväkodin aktiviteetteihin tai työskennellä kehitysvammaisten yksikössä. Asukkaiden ja päiväkodin yhteiset tilat. Tavoitteena tarjota turvallinen ja yhteisöllinen asuinpaikka, jossa ikääntyä ja samalla osallistua ja auttaa muita yhteisössä.



Norja: Handbook for Age-friendly Communities (2020)

- Kunnan aktiivinen asuntopolitiikka (erit. alueilla joissa asuntomarkkinat eivät toimi)
- Väestönkehitysskenaariot ja tulevat asumistarpeet
- Kasvavilla seuduilla voidaan kaavoituksen ja määräysten/standardien avulla lisätä ikääntyneille sopivaa asuntokantaa
- Väestöltään vähenevillä seuduilla kannattaa pohtia yhdessä kehittäjien ja yritysten kanssa kustannustehokkaita vaihtoehtoja, esim. vanhojen asuntojen muokkaaminen, tonttikauppa ja kunnan asuntokanta, lainat ja tuet
- Uuden asuntokannan keskeinen sijainti varmistettava, huomiota etenkin pienituloisiin etteivät päädy kauas palveluista
- Suunnittele aiempaa tiiviimpää ja yhteisöllisempää asumista
- Asumisen neuvontayksikön perustaminen (tietoa mm. erilaisista tukimuodoista)

Sosiaalisen kanssakäymisen edistäminen kaupunkisuunnittelussa ja -muotoilussa

- Keskeistä ymmärtää ihmisten jokapäiväistä elämää ja kerätä ikääntyneiltä itseltään tietoa ja kokemuksia
- Hyödynnetään olemassa olevia kulkureittejä ja rakennusten sisääntuloja kohtaamispaikkojen luomiseen
- Lisätään sattumanvaraisia kohtaamisia
- Tapahtumat ja aktiviteetit julkisissa ulko- ja sisätiloissa
- Eri sukupolvien tuominen yhteen samoille alueille ja yhteisiin rakennuksiin
- Universal design: alueet, sisäänkäynnit ja tilat jotka sopivat kaikille
- Moniarvoinen muotoilu, eri ikäiset voivat käyttää samaa tilaa eri tavoin
- Osallisuuden eri asteet (passiivinen katsominen, jutteleminen, osallistuminen toimintaan)
- Kohtaamispaikkojen viihtyisyys: visuaaliset tekijät, kasvillisuus, mikroilmasto, tuoksut, historia ja muistot



Esimerkkejä

Olemassa olevien reittien hyödyntäminen ja sisäänkäyntien suuntaaminen

Damme-Askeby, Tanska
(dominique + serena)

Uusi kohtaamispaikka toteutettiin kulkuväylän ja ruokakaupan sisäänkäynnin yhteyteen. Aiemmin alue oli parkkipaikkana, jota siirrettiin marketin taakse.



Age-Inclusive Public Space (2020), dominique + serena, Tanska



Ikäntyneille sopivia liikuntamahdollisuuksia

Norja



Active and Social At All Ages, Universally designed and age-friendly outdoor areas and meeting places (2024), Norja

Juttelupenkit

Göteborg, Ruotsi

”Istu tähän jos olisi mukava jutella jonkun kanssa” Penkki ehdottaa myös jutusteluaiheita, esim. ”Etsikää kolme asiaa jotka yhdistävät teitä.”



Kiitos!



Suomen ympäristökeskus
Finlands miljöcentral
Finnish Environment Institute