

Yhteisöllisyyttä edistävät ikäystävälliset kylät -hanke 1.5.2022 – 30.6.2023



Vantaan ja Keravan hyvinvointialue
Vanda och Kervo välfärdsområde

Hankkeen päätavoite oli Vantaan ja Keravan hyvinvointialueen ikäystävällisyyden edistäminen. Hankkeessa oli mukana monialainen kehittäjäryhmä sekä laaja osallistujajoukko, joka koostui palveluntuottajista ja henkilöstön, asiakkaiden, käyttäjien ja muiden sidosryhmien edustajista. Hankkeen luomia konsepteja voidaan hyödyntää alueiden ja palveluiden suunnittelussa.

Tavoite:

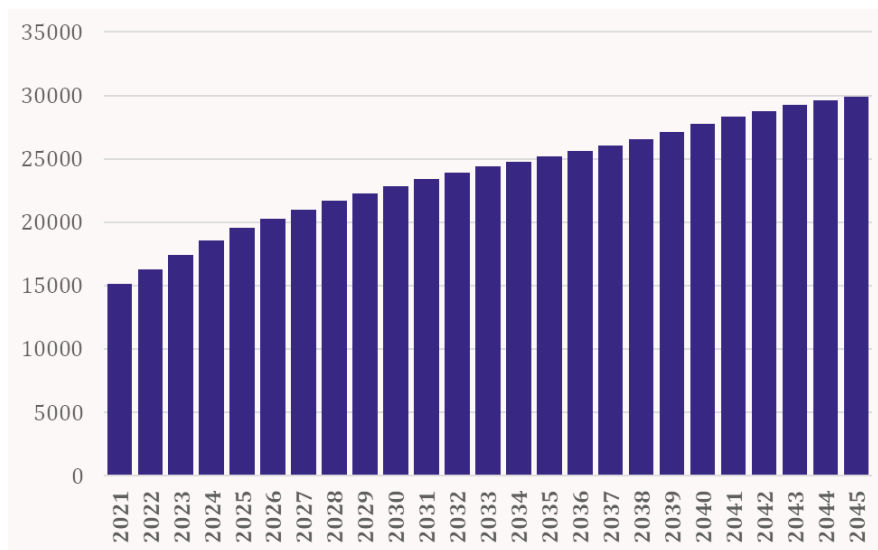
- Hankkeen tavoite oli luoda kaksi ikäystävällisen kylän konseptia, toinen Katriinaan maaseututaajamaan ja toinen Hakunilaan kaupunkikeskusta.
- Konseptit sisältävät ideoita, suunnitteluohjeita ja periaatteita tulevia asuinalueita ja palveluita varten.

Konseptit rakentuvat neljän osa-alueen ympärille:

- 1) Asumisen vaihtoehdot
- 2) Ikäystävällisen kylän palvelut
- 3) Kaupunkiympäristön laatu ja julkiset tilat
- 4) Teknologiset ratkaisut

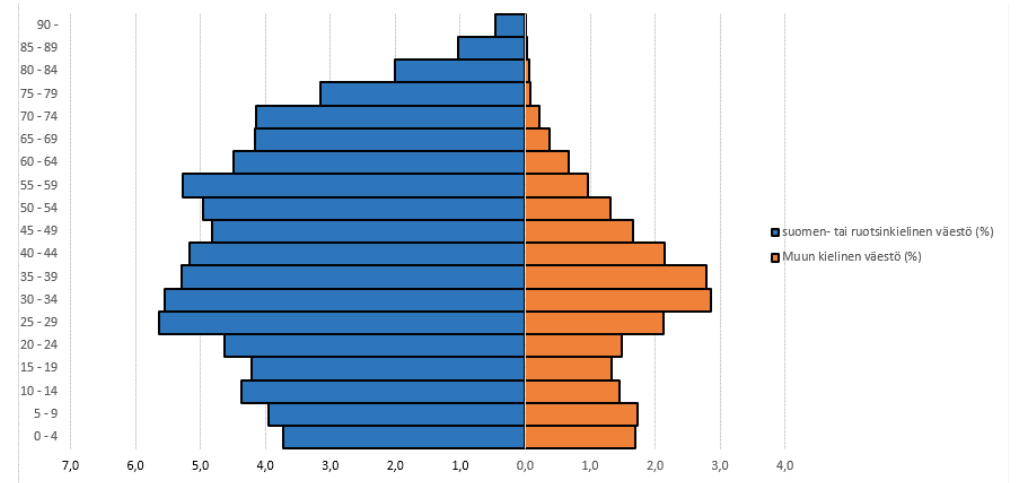
Väestö ikääntyy:

Yli 75-vuotiaan väestön määrän kehitys ja ennuste vuosina 2020-2045 Vantaalla



Monikulttuurisuus lisääntyy:

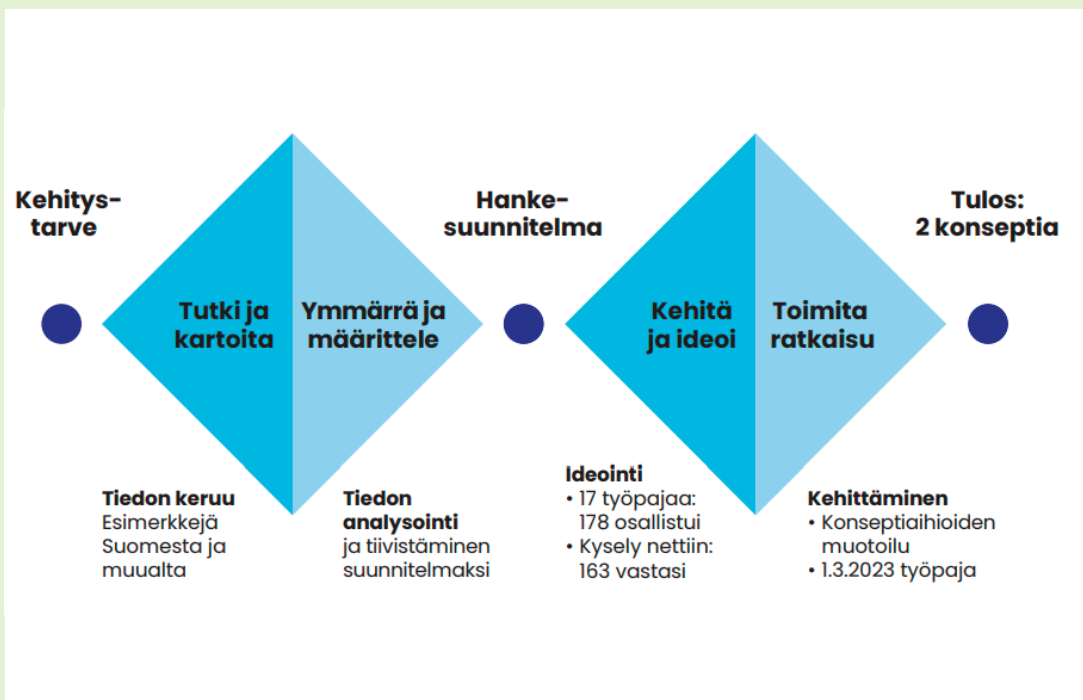
Suomen- tai ruotsinkielinen väestö vs. muun kielinen väestö Vantaalla (%)



Ympäristöministeriö
Miljöministeriet
Ministry of the Environment

Ympäristöministeriön Ikääntyneiden asumisen toimenpideohjelma rahoitti hanketta 80 000 eurolla.

Keinot



Palvelumuotoilun tuplatimanttimalli. Lähde: Design Council 2004.

Hankkeen työskentelytapana hyödynnettiin palvelumuotoilua.

Syksyllä 2022:

- järjestettiin 17 työpajaa, joissa oli yhteensä 178 osallistujaa: mm. eri ikäisten ryhmiä eri alueilta, kokemusasiantuntijoita, työntekijöitä, aluetoimijoita ja suunnittelijoita.
- Kysely oli avoinna 22.11.–31.12.2022 osallistuvavantaa.fi-alustalla. Kyselyssä esitettiin syksyn työpajojen ajatuksia. Vastauksia saatiin 163.

Keväällä 2023:

- järjestettiin työpaja, jossa tiivistettiin syksyn tuloksia. Mukana oli suunnittelijoita, kokemusasiantuntijoita, vanhusneuvoston edustajia sekä tutkijoita ja asiantuntijoita.

Tulokset



Työpajojen, kyselyn ja esimerkkien tuottama materiaali koottiin kymmeneksi ikäystävälliseksi kortiksi, jotka sisältävät ideoita, suunnitteluohjeita ja periaatteita tulevia asuinalueita ja palveluita varten.

Kortit julkaistaan saavutettavassa tekstimuodossa Vantaan ja Keravan hyvinvointialueen sivuilla <https://vakehyva.fi/fi/hankkeet/hanke/yhteisollisytta-edistavat-ikaystavalliset-kylat-hanke>.

Sivuilta löytyy myös printattavat pdf-versiot.

Printtikortit jaettiin vanhusneuvostojen jäsenille sekä hankkeen työpajoihin osallistuneille ryhmille. Printattuja kortteja on jaossa myös Vantaa-infoissa sekä terveysasemilla.

Ikäystävällinen kaupunkitila

on esteetön ja turvallinen. Kaupunkiympäristö on sekoittunutta ja eläväistä. Asumismuotoja on tarjolla eri elämänvaiheisiin ja eri-ikäisille. Katu- ja puistotilat pidetään kunnossa. Kulkutiet on valaistu ja ympäristöstä löytyy maamerkkejä, joiden avulla voi suunnistaa. Lähialueella on mahdollisuus ulkoiluun ja saada kontakteja luontoon. Vanha kulttuuri-maisema herättää muistoja. Yhteiset tilat, sisällä ja ulkona, tarjoavat elämyksiä ja mahdollistavat sosiaalisia kontakteja. Tilat muuntuvat monenlaiseen toimintaan, jolloin niiden käyttöaste on korkea.

Tavoite:

- Esteettämiä monikäyttöisiä tiloja löytyy läheltä ja niiden varaaminen on helppoa.
- Liikkuminen on helppoa, reitit ovat esteettämiä ja ne pidetään kunnossa kesällä ja talvella.

Ratkaisu:

- Yhteisiä kokoontumistiloja: puistot, piha-alueet, aulat, viherhuoneet, monitoimitilat, kauppa- ja palvelukeskukset.
- Esteettämiä reittejä, katualueiden kunnossapito, riittävästi penkkejä reittien varrella.

Raitiotie, Tampere



Vuonna 2021 valmistunut raitiotie on ikäystävällinen, sillä se on pysyvä, reitti on helppo hahmottaa, pysäkit ja vaunut ovat esteettämiä. Ikääntyneiden asuntoja kaavoitetaan lähelle pysäkkejä ja kevyen liikenteen reitit pysäkeille rakennetaan esteettämiksi.

Kuva: Laura Vanzo,
Visit Tampere

Tikkurilan kirkko, Vantaa



Tikkurilan seurakunnan ja Vanda svenska församlingin kotikirkko vihittiin käyttöön 2021. Kirkkosalin, seurakuntien hallinnon ja seurakuntatyön lisäksi rakennuksesta löytyvät Lauran Kaffila, Pienten paikka perheille, ryhmätiloja, kokous- ja työtiloja, aula sekä sisäpihan kirkkotarha.

Kuva: Tuomas Uusheimo,
Uusheimo Photography

Sairaalarinteen terveismetsä



Kajaanissa on 120 m pitkä puurakenteinen laavulle johtava esteetön reitti. Laavulla on nuotiopaikka ja istuimia. Reitien varrella on puurakenteinen levähdyspaikka, jossa on istuimet sekä opaste aistiharjoitusten tekemiseen.

Kuva: Kainuun hyvinvointialue

Seutulan VPK:n talo, Vantaa



Seutulan VPK on perustettu vuonna 1910 ja talon juhlatila on 1920-luvulta. Tila toimii edelleen juhlien ja tilaisuuksien järjestyspaikkana. Seutulan VPK:n toiminta tukee alueen yhteenkuuluvuuden tunnetta ja kulttuuriympäristö vahvistaa alueen identiteettiä. Rakennus toimii myös maamerkinä.

Kuva: Noora Laak

Hakunila



Kuva: L Arkkitehdit

Muuntojoustava kaupunkirakenne

- Korkea rakentaminen ja luonnon läheisyys sovitetaan yhteen
- Kuulluksi tuleminen ja osallistuminen päätöksentekoon

Hakunilan keskustarakenne ja korkean rakentamisen alue laajenevat tulevan raitiotien vaikutuksesta. Suunnitelmissa Hakunilan keskustan lakialuetta ympäröivä rinnemetsävyöhyke säilyy, samoin keskustan itäpuoleinen Håkansbölen kulttuurimaisema. Suunnitelmien toteutuminen voisi merkitä noin 6000 uutta asukasta Hakunilaan.

Asuinrakentaminen on aluesuunnitelmassa ehdotettu monipuoliseksi, muuntojoustavaksi ja pitkäikäiseksi. Nämä tavoitteet tukevat ikäystävällisyyssuhteita.

Katriina



Kuva: Noora Laak

Omannäköinen elämä

- Alueen ja suvun historia ja maisema voimavarana
- Kuulluksi tuleminen ja osallistuminen päätöksentekoon

Katriinan sairaalan nykyinen käyttö päättyy näillä näkymin 2020-luvun lopulla. Alueella mietitään uusia kehittämismahdollisuuksia ja selvitetään raameja alueen täydennysrakentamiselle kulttuurimaiseman ja luontoarvojen osalta kestäväällä tavalla.

Tulevaisuuden kannalta on tärkeitä kuulla asukkaita. Sosiaalisten suhteiden kehittyminen, sukupolvien välinen kanssakäyminen, esteettömät liikkumis- ja harrastusmahdollisuudet, ja luonnon mukanaan tuoma voimaantuminen takaavat omannäköisen vahvan elämän.

Lähiympäristön turvallisuus

Vantaan kaupunki on käynnistänyt useita hankkeita kävely-ympäristöjen viihtyisyyden ja toimivuuden parantamiseksi. Taustalla on syksyllä 2020 toteutettu kävelykysely. Turvalliset ja esteettömät reitit ikäihmisille -hanke on alkanut vuonna 2023. Liikkumisen edistämishanke Kävely-ympäristö ja palveluiden saavutettavuus Vantaan Korsossa ja Hakunilassa -hanke tulee myös valmiiksi vuonna 2023. Hankkeen kohderyhmänä ovat ikään-tyneet ja toisaalta lapset ja nuoret. Koettu turvallisuus on laajempi käsite, johon löytyy tietoa Valtioneuvoston selvityksestä: Turvalliseksi koetun lähiympäristön ohjauksen ja suunnittelun nykytila ja suosituksia.

Tavoite:

- Liikkumisen edistäminen
- Jalankulkijoiden turvallinen liikkuminen

Ratkaisu:

- Helposti hahmotettavat kulkuväylät ja selkeät opasteet, hyvä valaistus ja maamerkit
- Kävelyteiden erottaminen pyörateistä, suojateiden korottaminen ja selkeä merkitseminen sekä erottuvat päällystemateriaalit

Tiaisen polku, Savitaipale



Ulkoilureitti on merkitty maalamalla pinkki raita kevyen liikenteen väylille. Reitti yhdistää iäkkäiden asumista, harrastuksia ja sote-palveluita. Reitti on palkittu valtakunnallisella sosiaali- ja terveysalan turvallisuuspalkinnolla.

Kuva: Kirsi Koskelainen

Smart walk -suojatiet, Vaasa



Vaasassa on tehty led-valojen avulla kuusi hohtavaa Smart walk -suojatietä. Suojatien kohdalle on heijastettu suoja-tien kuva. Valojen avulla suoja-tie näkyy, vaikka katuun merkityt piirrokset olisivat jääneet lumen tai sohjon alle.

Kuva: Antti Haavisto, Yle

Zombie-valot, Pori



Vilkaassa risteyksessä maahan heijastuu punainen valo, Zombie-valo, kun liikennevaloissa palaa jalankulkijoille punainen. Tavoitteena on parantaa jalankulkijoiden turvallisuutta.

Kuva: Pipsa Uutto, Yle

Suojatien ledit, Sääksjärvi



Sääksjärvellä liiketunnistimella toimiva valo varoittaa ja heittää autoilijan huomion, kun suoja-tiellä liikutaan.

Kuva: Erkki Koivisto / Lempään-Vesilahden sanomat

Hakunila



Kuva: Irma Rantonen

Turvalliset kävelyreitit

- Jalankulku ja pyörätiet erilleen
- Viihtyisyys: penkit, istutukset, siisteys

Tärkein jalankulkureitti pohjois-eteläsuunnassa on Hakunilanraitti ja itä-länsisuunnassa Kyytitie. Kyytitien jatkeena oleva Ravurinpolku on vaikeakulkuinen, mutta lähellä on rinnakkainen reitti Hevoshaan rinnemet-sän kautta. Ylikulkusillat yhdistävät tehokkaasti ja turvallisesti kadun eri puolet toisiinsa, mutta huonojalkaiselle matkaa kertyy yllättävän paljon.

Turvallisuutta lisäisi reittien viihtyisyys erityisesti ostoskeskuksen ympäristössä. Reittien varrelle kaivataan tukevia penkkejä ja roskapönttöjä sekä valistusta, ettei niitä rikottaisi. Joukkoliikenteen runkolinjoille tarvitaan turvalliset, esteettömät reitit ja välitysluokkennetta.

Katriina



Kuva: Noora Laak

Turvallinen liikkuminen

- Kevyenliikenteen väylät
- Penkkejä ja levähdyspaikkoja

Katriinan alueella toiveena on turvallinen pyörä-, kävelytie, jota pitkin pääsee myös pyörätuolilla ja rollaattorilla. Kommentti työpajasta: *"30 vuoden taistelun jälkeen saatiin kävelytie, jotta saadaan kävellä turvallisesti. Juhannuksen jälkeen järjestetään bileet, kun kävelytie valmistuu."*

Turvallisista reittejä ja teiden ylityspaikkoja tarvitaan. Penkkejä ja levähdyspaikkoja reitin varrelle.

Lähiluonto lisää hyvinvointia

Liikkumisen hankaloituminen, muistisairaudet sekä näön ja kuulon heikkeneminen johtavat helposti siihen, että ikäihmiset liikkuvat hyvin vähän kotinsa ulkopuolella. Kun liikkuminen vähenee, arkuus lisääntyy ja liikkuminen vähenee entisestään.

Vuodenaikojen sekä sään kokemisen tulisi olla mahdollista kaikille. Jopa lyhyt oleskelu luonnossa vaikuttaa positiivisesti mielialoihin ja vähentää stressiä. Liikkuminen pitää lihakset ja tasapainoainin kunnossa, mikä puolestaan vähentää kaatumisriskiä.

Tavoite:

- Lähiympäristö kannustaa ulos menemiseen ja liikkumiseen
- Ulkona liikkuminen mahdollistetaan myös ympärivuorokautisessa palveluasumisessa

Ratkaisu:

- Turvallinen ja esteetön ympäristö, turvarannekkeet yms. mahdollistamassa turvallisempaa liikkumista.
- ”Seniorisiepparit” – houkuttelevat paikat, piha-alueille ja kulkuteiden varrelle penkkejä, oleskelutiloja ja kaiteita.

Yhteisöviljelmä



Blokgarden Oy:n palvelussa valmiiksi istutetut ja luonnonmukaisesti lannoitetut viljelylaatikot tuodaan paikan päälle kasvukauden alkaessa ja viedään pois syksyllä. Talven aikana multa kierrätetään ja rikastetaan seuraavaa kasvukautta varten.

Kuva: Linh Dang

Bussilla luontokohteisiin



Outdoor Express -palvelu kuljettaa ihmisiä edullisesti bussilla Tampereen keskustasta bussilla suoraan luontoon ja takaisin. Kohteina ovat Seitsemisen, Helvetinjärven ja Isojärven kansallispuistot. Palvelun toteutuksesta vastaa Ekokumppanit Oy.

Kuva: Laura Vanzo

Seniorisiepparit



Seniorisiepparina voi toimia lähellä oleva puisto, kallio tai vaikka lähipuro, jossa voi käydä keväällä katsomassa, joko valkokuokot kukkivat tai joko kuuluu sammakon kurnutus. Tarvitaan esteetön reitti ja riittävästi penkkejä reitin varrelle.

Kuva: Kimmo Brandt, Compic

Eläinkontaktit kotieläinpihalla



Katrinebergin kartanolla on pääkaupunkiseudun 4H:n kotieläinpiha. Kotieläinpiha on auki koko kesän kartanon aukioloaikoina. Pihapiiristä löytyy lampaita, pupuja, kukko ja kanoja. Eläinten seuraaminen tuottaa hyvää mieltä.

Kuva: PKS 4h, www.pks4h.fi

Hakunila



Kuva: Kimmo Brandt, Compic

Urbaani lähiluonto

- Luonnon kokeminen mahdollistettava kaikille
- Kohtaamispaikkoja, penkkejä, laavuja, näköalapaikkoja

Hakunilassa on viihtyisää lähiluontoa. Myös hankkeen työpajoissa viheralueet ja kalliot haluttiin säästää. Kävely-ympäristö ja palveluiden saatavuus Vantaan Korsossa ja Hakunilassa -hanke valmistuu vuonna 2023, joten liikkumisen esteet tulevat kartoitetuksi ja toivottavasti myös poistetuksi.

Helposti toteutettavia ratkaisuja ovat esteettömät lähipuistot, sisäpihat ja kattoterassit, mutta lähelle tarvitaan myös puita ja kallioita sekä mahdollisuus tehdä pidempiä kävely- tai pyöräretkiä luontoon.

Katriina



Kuva: Noora Laak

Laaja pelto- ja metsämaisema

- Katriinebergin kartanon puutarha ja eläinpiha
- Etappeja, pieniä keitaita pitkien kevyenliikenteen väylien varrelle

Luonto ja ympäristö tuovat hyvinvointia, iloa ja ylläpitävät aktiivisuutta. Alueella asuvilla on vahva paikkatuntemus, johon linkittyy sosiaaliset suhteet. Toisaalta on ulkopuolelta tulevia uhkakuvia, joissa ympäristöä ei arvosteta ja sosiaaliset suhteet vähenevät.

Työpajoissa Tammirinteen ja VPK:n välinen alue ehdotettiin suojeltavaksi ja sinne luontopolku. Yhteisöllinen viljelmä sopii esimerkiksi Katherinebergin puutarhan läheisyyteen. Vantaanjoen peltomaisema on alueen rikkaus. Asuminen ja muu rakentaminen tulisi sopeuttaa ympäristöön.

Asumisvaihtoehdot

Asuntotarjonnan tulisi olla monipuolista. Itsenäisesti pärjääville omistus-, omistusoikeus ja vuokra-asuntoja, joissa voisi asua yksin tai yhdessä eri-ikäisten ihmisten kanssa. Palveluja tarvitseville perhekoti, senioritalo ja ympärivuorokautinen palveluasuminen. Kaikki löytyisivät samalta alueelta, josta löytyisi myös peruspalvelut.

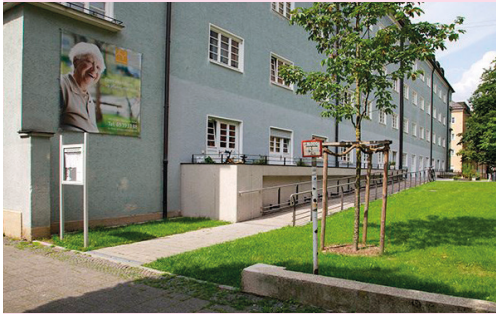
Tavoite:

- "Aging in place", eläminen omassa kodissa ja yhteisössä turvallisesti, itsenäisesti ja mukavasti iästä, tuloista tai kyvyistä riippumatta
- Monipuolisia asuinalueita, runsaasti erilaisia asumisvaihtoehtoja

Ratkaisu:

- Hybridirakentamisen keinoin toteutettu palvelukortteli. Julkisia ja yksityisiä palveluita: sosiaali-, terveys-, kulttuuri- ja kaupallisia palveluja
- Eri tahot mukaan suunnitteluprosessiin, myös ikääntyvät

Wohnen im Viertel, München



Saksassa kehitetty asunto-
projekti Wohnen im Viertel
-kiinteistön asukkailla on omat
vuokra-asunnot. Tarvittaes-
sa apua saa avohoitotiimiltä
(24/7). Tarjolla myös tilapäis-
asuntoja akuuttiin tilanteeseen.
Naapuruston kohtaamispai-
kassa on oma keittiö tai vaih-
toehtoisesti kahvila.

Kuva: Sosiaalikeskus Berg am Laim
ja Trudering non-profit GmbH

Kohtaamisen arkkitehtuuria



Jyväskylään rakentuva puu-
runkoinen yhteisöllinen Kalonin
asuntokortteli on muuntojous-
tava ja mukautuu erilaisiin
elämäntilanteisiin. Kaloniin
on tulossa muistiystävällinen
seniorivuokratalo, jossa muis-
tisairaiden on mahdollista
asua "tavallisessa" asunnossa
vaihtoehtona nykyisille ryhmä-
kotityyppisille ratkaisuille.

Kuva: Collaboratorio

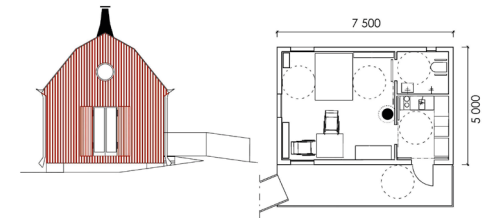
Ikäihmisten perhehoito



on mahdollisuus henkilöille,
jotka eivät pärjää enää koto-
na, mutta eivät vielä tarvitse
ympärivuorokautista hoivaa.
Perhehoito on hoivan tai huo-
lenpidon järjestämistä perhe-
hoitajan tai ikäihmisen kodissa.
Kuva ikäihmisten perhekodista
Hikiällä.

Kuva: Susanna Kekkonen,
Perhehoitoliitto ry

Tulevaisuuden senioriasunnot



Arkkitehti Sari Niemisen on ke-
hittänyt tyyppiratkaisuja, joissa
ikäntyvien tarpeet otetaan
huomioon. Suunnittelun läh-
tökohtana on ollut, että ei ole
erillistä senioriasumista vaan
ikäihmiset asuvat muiden
joukossa. Piiroksessa vaarin- ja
mummonmökki.

Kuva: Sari Nieminen,
www.arknieminen.fi

Hakunila



Kuva: Kimmo Brandt, Compic

Urbaani kaupunkiympäristö

- Palvelukeskus
- Hybridirakentaminen

Hakunila on urbaani kaupunkiympäristö, jollaisena sitä kehitetään edelleen. Alueelle on suunniteltu lisää kerrostaloasumista, ostoskeskuksen aluetta kehitetään liiketoimintojen alueeksi ja tulevaisuudessa raitiotie kytkee alueen entistä tiiviimmin Tikkurilan keskustaan, lentokentälle sekä Helsinkiin. Alueelle on suunnitteilla uusi vanhustenkeskus.

Katriina



Kuva: Noora Laak

Vahva kulttuurihistoria

- Vantaanjokilaakson viljelymaisema
- Pitkät sukuhistoriat

Katriinan alueen erityispiirteenä on jokilaakson kumpuileva, yhtenäisenä säilynyt kulttuurimaisema. Alueen keskellä on 1800-luvun alussa rakennettu Katrinebergin kartano, puutarha ja piharakennukset. Kartanon vieressä on Katriinan Sairaala, jonka toiminnot ovat siirtymässä Peijaksen sairaalan yhteyteen. Ympärillä on eriaikaisia pientaloja ja peltoaukeaa. Alueella on sekä yksityistä että kaupungin maanomistusta. Uusia asumisvaihtoehtoja suunnitellaan sairaalan alueen lähistölle.

Asuminen

Kotona asuminen on mieleisintä elämän loppuun asti. Asumisen kannalta tärkeitä ovat esteettömyys, turvallisuus, tilavuus ja muunneltavuus elämäntilanteen ja oman kunnon mukaan.

Elämänkumppaneiden tulisi voida asua yhdessä riippumatta siitä, tarvitseeko toinen enemmän hoitoa tai palveluita. Monisukupolvinen asuminen samalla alueella kiinnostaa, myös monitaustaisten tarpeet olisi otettava huomioon.

Osallisuus oman elämän ja yhteisön päätöksentekoon tulisi säilyä elämän loppuun asti.

Tavoite:

- Kodissa on tilaa asua, säilyttää henkilökohtaisia tavaroita ja viettää vapaa-aikaa perheenjäsenten kanssa. Myös hoiva-asunto on koti.
- Asunnot ovat muunneltavia eri tarpeisiin ja elämäntilanteisiin, siten pienessäkin kodissa on riittävästi tilaa.

Ratkaisu:

- Edulliset muuntojoustavat ratkaisut, joissa on riittävästi tilaa apuvälineille ja liikkumiseen. Myös ympärivuorokautisen hoivan asunnot aktivoivat asukkaiden toimintakykyä.
- Viihtyisiä, eri käyttötarkoituksiin muunneltavia yhteiskäytössä olevia tiloja sisällä ja ulkona. Esimerkiksi vierashuone, saunaosasto tai tilava keittiö.

Muuntojoustavat tilaratkaisut



Väljät huonetilat, esteettömyys ja kalusteiden muunneltavuus mahdollistavat kotona asuminen elämän loppuun asti. Kylpyhuoneen seinässä on kiinnike, johon suihkutuolin saa tarvittaessa kiinni.

Kuva: Irma Rantonen

Korjaus ja muutostyöt



Vanhustyön keskusliiton korjausneuvijat avustavat ikääntyviä ihmisiä asunnon muutostöiden kartoittamisessa, suunnittelussa ja avustusten hakemisessa. Neuvonta on maksutonta, remonttikulut asiakas maksaa itse. Korjauksiin on mahdollista saada avustusta.

Kuva: Ilkka Vuorinen

Yhteiset tilat asunnon lisänä



Martinlaakson StudioKoti on yhteisöllinen ja osallistava kerrostalo. Jokaisella on oma koti, mutta alakerroksessa on pesula sekä oleskelutila, joka on asukkaiden yhteinen olohuone. Ylimmästä kerroksesta löytyvät suuri terassi ja sauna.

Kuva: SATO Oyj

Ikkunasta näkyy luontoa



Työpajoissa toivottiin, että jokaisesta asunnosta pitää näkyä luontoa: vähintään 1 iso puu ja muuta vihreää! Jokaisesta asunnosta olisi oltava luontoyhteys visuaalisesti ja / tai konkreettisesti parvekkeen tai terassin kautta (ARA 2015).

Kuva: Kimmo Brandt, Compic

Hakunila



Kuva: Kimmo Brandt, Compic

Ikäystävällisyys kaikessa rakentamisessa

- Muuntojoustavuus, yhteiskäytössä olevat tilat
- Alueen luontoarvot huomioitava mm. ikkunanäkymissä

Hakunilassa ikäystävällisyys tulisi huomioida kaikessa uudessa rakentamisessa. Ikäystävällisyyttä tuovat esteettömyys, muuntojoustavat ratkaisut, joissa on riittävästi tilaa apuvälineiden säilytykseen ja liikkumiseen. Tarvitaan myös viihtyisiä, eri käyttötarkoituksiin ja eri vuodenaikoihin muunneltavia yhteiskäytössä olevia tiloja sisällä ja ulkona.

Katriina



Kuva: Viktor Petrovskyi

Kestävä kehitys ja luontoarvot

- Muuntojoustavia ratkaisuja
- Kulttuuriympäristön arvoja kunnioittaen

Ehdotuksia Katriinan alueelle:

Helsingin Honkasuolla Rakennusasiaintoimisto Aarre Oy:n "Aarreaittojen" hirret on veistetty käsin ja talot on maalattu perinteisillä keittomaaleilla.

Vaasassa yksityiset rakentajat ovat tuoneet Sulvan kylään vanhoja pohjalaistaloja ja piharakennuksia. 1970-luvun asemakaavassa säädettiin, että tontilla on 1½-kerroksinen tai kaksifooninkinen pohjalaistalo sekä pienempi asuinrakennus, jotka on tarkoitettu useamman sukupolven käyttöön. Tavoitteena elävä perinteinen pohjalainen kylä, jossa yhteisöllisyys korostuu.

Asumista tukevat palvelut

Ikäystävälliset palvelut ovat saavutettavia ja esteettömiä. Tulisi olla mahdollisuus valita tarvittavia palveluita elämäntilanteen mukaan omalla kielellä. Palvelut voidaan järjestää kodin ulkopuolella, kotona tai digitaalisesti. Jakamistalous on tulevaisuutta, kaikkea ei tarvitse omistaa itse.

Asumista tukevia palveluja voi järjestää julkinen, yksityinen tai kolmas sektori. Asiakkaan kannalta tärkeintä on saada tietoa, mitä palveluita hänellä on käytettävissään ja mihin hän voi olla yhteydessä.

Tavoite:

- Palvelut tukevat omassa kodissa asumista mahdollisimman kauan
- Moninaisuuden, monitaustaisuuden ja erilaisuuden hyväksyminen ja arvostaminen

Ratkaisu:

- Palvelutarvekartoitus, joka on yksinkertainen, mutta riittävän monipuolinen ja jota voidaan päivittää nopeasti ja helposti elämäntilanteiden muuttuessa
- Monikanavainen, saavutettava ja esteetön tiedotus eri palveluntuottajien palveluista

Keinupuistokeskus, Tampere



Keinupuistokeskus on alueellinen lähipalvelukeskus. Keskus tarjoaa asumispalveluja, päivätoimintaa ja kotipalveluja lähialueelle. Sisäpihalla on penkkejä, oleskelutiloja ja kaitteita, turvallinen reitti Hervannan palveluiden ääreen.

Kuva: Irma Rantonen

Kaupat ja lähipalvelut



Kaupunkialueella lähipalvelut tulisi löytyä esteettömän kävelymatkan päässä asunnosta. Tämän vuoksi ikääntyville suunnattuja asuntoja tulisi sijoittaa lähelle palvelukeskuksia ja lähikauppa tulisi löytyä n. 500 metrin päästä.

Kuva: Kimmo Brandt, Compic

Kotiapu



Kotisairaanhoido ja muu kotiin järjestettävä apu ratkaisevat, voiko ikäihminen asua kotona. Kotiin tarjottavista palveluista tulisi tiedottaa monikanavaisesti, jotta ihmiset osaisivat pyytää apua oikea-aikaisesti ja oikeasta paikasta.

Kuva: Kimmo Brandt, Compic

Ruoka- ja ateriapalvelut



mahdollistavat kotona asumisen kauemmin. Ruoka voidaan tuoda kotiin lämmitettäväksi tai järjestää mahdollisuuksia yhteiseen ateriointiin seniorikeskusten, palvelutalojen tai sairaaloiden yhteydessä.

Kuva: Kimmo Brandt, Compic

Hakunila



Kuva: Kimmo Brandt, Compic

Palvelualue – palvelukortteli

- Alueellinen palvelukokonaisuus, jossa hyödynnetään paikallisten toimijoiden palveluita ja olemassa olevaa asuntokantaa
- Esteettömät reitit ja julkinen liikenne johtavat lähipalveluiden äärelle

Hakunilassa uudet asunnot ovat esteettömiä ja monimuotoinen asujaimisto tarjoaa riittävän asiakaspohjan palveluille. Keskeisellä paikalla oleva palvelukeskus tarjoaa päivätoimintaa ja muita palveluita lähellä asuville. Palvelukeskuksessa toimii julkisia, yksityisiä ja kolmannen sektorin palveluntuottajia.

Keskuksesta johtaa turvallinen reitti kauppojen muiden palveluiden ääreen. Reitin varrella on riittävästi penkkejä, oleskelutiloja ja kaiteita ja mahdollisuus luontoelämyksiin.

Joukkoliikenteen runkolinjojen lisäksi on tarjolla liityntäliikennettä.

Katriina



Kuva: Noora Laak

Sektorirajat ylittävä toimintamalli

- Ratkaisut kuljetukseen ja kulkemiseen, julkinen liikenne ja kuljetuspalvelut
- Käyttäjälähtöiset mobiili- ja digipalvelut

Katriinan alueella palveluita on totuttu hakemaan matkan päästä. Jos ikääntyvät eivät pääse liikkumaan palveluiden ääreen, palvelut täytyy tuoda haja-asutusalueelle tai järjestää liikkumista tukevia palveluita. Tärkeintä on löytää ratkaisuja, joiden avulla ikääntyvän ei tarvitse muuttaa alueelta pois.

Sektorij- ja toimijarajat ylittävä yhteistoiminta mahdollistaa tuotteiden, palveluiden ja ihmisten kuljetuksen. Ns. mökkitalkkarit toiminta voisi olla myös asiointiapua tai digineuvontaa. Paikallistuntemuksen hyödyntäminen suunnittelussa on tärkeää.

Toimintakykyä tukevat palvelut

Paras keino ylläpitää ja tukea toimintakykyä on ennaltaehkäisevä ja kannustava toiminta ja liikkuminen. Itse tekemällä pysyy aktiivisena, oppii uutta ja muistisairauden eteneminen hidastuu. Yksinäisyyttä kamppivat matalan kynnyksen toimintatilat, yhteiset kerhot, kuten pihapiirin hoitaminen tai kävelyretket ja jumpat.

Myös sosiaali- ja terveyspalveluiden tulisi olla ennaltaehkäiseviä. Etsivä ja löytävä vanhustyö, neuvonta ja määräaikaistarkastukset tukevat arjessa jaksamista. Palveluita voivat tuottaa erilaiset toimijat.

Tavoite:

- Proaktiivisuus: osallisuuden, toimintakyvyn ja liikkumisen ylläpito
- Moninaisuuden, monitaustaisuuden ja erilaisuuden hyväksyminen ja arvostaminen

Ratkaisu:

- Proaktiiviset sosiaali- ja terveyspalvelut
- Osallisuuden ja vahvuuksien tukeminen ja monikäyttöisten tilojen varaaaminen matalan kynnyksen toiminnalle

Määräaikaistarkastukset



Määräaikaistarkastukset esim. 5 vuoden välein kannustavat pitämään itsestä huolta ja mahdolliset ongelmat löydetään varhaisessa vaiheessa.

Kuva: Sakari Manninen, Vantaan kaupunki

Liikkuva kuntosali



Liikkuvat puntit -yritys laittoi kuntosalin alle pyörät. Sama ajatustapa sopii myös muihin palveluihin. Jos asiakkaat eivät pääse palveluiden ääreen, palvelut voivat liikkua ja ilmaantua pop up -palveluina eri puolille Vantaata, jos tilaratkaisut antavat myöten.

Kuva: Liikkuvat puntit -yritys

Käsityöt, askartelu, kerhot



Käsitöiden harrastaminen rentouttaa, parantaa henkistä terveyttä, lisää hyvinvointia sekä tehostaa aivojen toimintaa. Tekemisen tulokset ovat käsin kosketeltavia. Jos käsitöitä ja askartelua tehdään yhdessä, kasvatetaan lisäksi myös sosiaalista pääomaa.

Kuva: Kimmo Brandt, Compic

Yhteinen toiminta



pitää mielen virkeänä. Yhteiset tapahtumat, tilat tapaamisille, retket kulttuuripalveluihin, uimahalliin tai kuntosalille ovat päivän kohokohtia, joita odotetaan ja jotka tukevat arjen jaksamisessa.

Kuva: Kimmo Brandt, Compic

Hakunila



Kuva: Kimmo Brandt, Compic

Ennalta ehkäisevä toiminta

- Yhteistyö palvelujen tuotannossa
- Matalan kynnyksen toiminta ja tilat

Hakunilaan tarvitaan esteettömiä reittejä palveluiden ääreen. Reitin varalle on varattava riittävästi penkkejä, oleskelutiloja ja kaiteita ja mahdollisuus luontoelämyksiin. Luonto on tärkeä elementti myös kaupunki-alueella.

Matalan kynnyksen toiminnalle tulisi varata riittävästi erilaisia tiloja sisälle ja ulos, jotta järjestöillä ja kaupallisilla toimijoilla olisi mahdollisuus vuokrata niitä. Monitoimitiloja voivat hyödyntää eri-ikäiset ihmiset päivän eri aikoina, jolloin käyttöaste on suuri. Kulttuuritoiminta, kirjasto, kerhot, askartelu ja liikkuminen yksin tai yhdessä tuovat elämään mielekkyyttä.

Katriina



Kuva: Irma Rantonen

Resilienssi – selviytymisstrategiat

- Paikalliset verkostot ja yhteistyö
- Käyttäjälähtöiset mobiili- ja digipalvelut

Liikkumisen kannalta ratkaisevaa on se, onko käytössä oma auto vai ei. Ajokortista luopuminen on valtava muutos toimintakyvyn kannalta, siihen vastauksena tulisi kehittää julkisia kulkuyhteyksiä, mobiilipalveluita ja käyttäjälähtöisiä digitaalisia palveluita.

Entisaikojen monisukupolvisia yhteisöjä ei enää ole, mutta yhteys lapsiin ja lapsenlapsiin sekä naapureihin on tärkeä voimavara, jota tulisi tukea. Alueella toimivat yhdistykset tekevät arvokasta yhteisöllistä työtä. Myös luonto on tärkeä voimavara alueella.

Teknologia

Visio: "Kun kuljen ovea kohti, se tunnistaa, että olen tulossa ja ovi aukeaa. Sisätiloissa on liiketunnistimet, joiden avulla tasot ja lattiat muuttaa korkeutta riippuen siitä, kuljenko pyörätuolilla vai keppien kanssa. Jos unohdan jotain rakkaita asioita, tulee muistutus, että tykkäsit tähän aikaan käydä ulkona tai tykkäsit lukea kirjoja. Jos tulee mieleen, vaikka Vivaldin 4 vuodenaikaa, se alkaa soida minulle. Seinät näyttävät maisemaa kuin olisin siellä itse."

Tavoite:

- Teknologia on käyttäjälähtöistä, turvallista, helppokäyttöistä, esteetöntä ja saavutettavaa.
- Paikkariippumattomat palvelut helpottavat arkea ja säästävät aikaa. Robottikäntäjä jaksaa hakea unohtuneita sanoja.

Ratkaisu:

- Käyttäjät ja kohderyhmä ovat mukana suunnittelussa.
- Rakentamisessa, korjausrakentamisessa ja liikkumisen suunnittelussa varataan tilaa uudelle teknologialle ja varmistetaan, että sitä voidaan huoltaa ja korjata.

Teknologia luo turvaa



ja mahdollistaa kotona asuminen kauemmin. Turvaa tuovat esim. turvarannekkeet, hälytintjärjestelmät, älymatto tai -lattia. Asumista helpottavat liiketunnistimet, sähköpainiketoimet, virrankatkaisu, siivous- ja keittiövälineet sekä isot näytöt, joissa suuret tekstit.

Kuva: Kimmo Brandt, Compic

Digiopastusta senioreille



Digitaidot ovat tämän päivän kansalaistaitoja, joita kannattaa rohkeasti harjoitella. Maksutonta opastusta eli digitukea löytyy ympäri Suomen mm. kirjastoista ja järjestöiltä. Tutustu opastuspaikkakarttaan ja seniorien etäopastuspalveluun osoitteessa www.seniorsurf.fi.

Kuva: Vanhustyön keskusliitto, SeniorSurf-toiminta

Maisa-asiakasportaali



yhdistää sosiaali- ja terveydenhuollon sähköisen asiainnin yhteen kanavaan. Maisa muistuttaa tapaamisista tai tutkimustuloksista. Etäyhteyksien avulla terveystietojen saavutettavuus paranee ja saadaan henkilökohtainen ja räätälöity palvelukokonaisuus.

Kuva: www.maisa.fi

Uudet kuljetusratkaisut



Uudet välineet tuovat uusia mahdollisuuksia myös ikääntyville. Yksilölliset ratkaisut henkilö- ja tavaraliikenteelle ovat tulevaisuutta. Esim. robottibussit voivat hoitaa syöttöliikennettä joukkoliikenteen runkolinjoille, dronet voivat hoitaa kuljetuksia.

Kuva: Kimmo Brandt, Compic

Hakunila



Kuva: Kimmo Brandt, Compic

Liikkumista helpottavat ratkaisut

- Käyttäjälähtöinen suunnittelu
- Apuvälineet kommunikointiin

Ympäristön hahmottamista tukeva teknologia, paikkatietoon perustuvat palvelut ja turvalaitteet antavat myös muistisairaille mahdollisuuden liikkua turvallisesti kaupunkiympäristössä. Käyttäjälähtöinen ajattelutapa vie joukkoliikenteen suunnittelua ikäystävälliseen suuntaan. Runkolinjojen tueksi tarvitaan lähiliikkuvuutta tukevia ratkaisuja.

Monitaustaisten osuus kasvaa, myös afaatikot ja muistisairaat tarvitsevat apuvälineitä kommunikointiin, jotta hädän tullen saa apua ymmärrettävästi.

Katriina



Kuva: Noora Laak

Ratkaisut kuljetukseen ja kulkemiseen

- Palvelumuotoilua ihmisiltä ihmisille
- Virtuaalipalvelut ihmiskontakteja unohtamatta

Paikallistuntemus ja yhdessä suunnittelu tuottavat tulosta. Paikkariippumattomat palvelut helpottavat arkea. Pitkien välimatkojen vuoksi kuljetuspalveluiden kehittäminen on välttämätöntä: sähköiset kulkuvälineet, robottiautot, alustat, joiden avulla voidaan järjestellä yhteiskuljetuksia joko ihmisille tai tuotteille.

Virtuaalihoito osana sosiaali- ja terveydenhuollon palveluita mahdollistaa räätälöidyn palvelun.

Etäyhteys tuo viestintä-, liikunta- ja kulttuuripalvelut lähelle, jos itse ei pääse liikkumaan palveluiden luokse.

Yhteisöllisyys

Visio: "Lähistöllä olisi paikka, jossa naapurit voisivat kokoontua, sanoa terve, juoda kupillisen kahvia tai teetä ja jutella, tutustua uusiin ihmisiin ja jakaa vaikkapa elämäntarinoita.

Sillä tavalla rakentaisimme hyvän yhteisön, jossa ihmiset auttavat ja tukevat toisiaan sekä henkisesti että fyysisesti."

Tavoite:

- Yhteisöllisyyden avulla vähennetään ikääntyvien yksinäisyyttä ja lisääntään toimintakykyä.
- Yhteisöllisyyttä edistetään tila- ja asumisjärjestelyjen avulla

Ratkaisu:

- Luodaan matalan kynnyksen tiloja, joissa voi kohdata muita ihmisiä ja vuorovaikutusta yhteisen tekemisen ja tilaisuuksien avulla.
- Synnytetään keskinäistä luottamusta yhteisten pelisääntöjen kautta.

Loppukiri, Helsinki



Aktiiviset Seniorit ry:n aloitteesta syntynyt osakeyhtiömuotoinen Loppukiri on asukkaiden, arkkitehdin ja rakennuttajan suunnittelema yhteisöllinen senioritalo. Loppukiri ei ole palvelutalo. Asukkaat itse hallitsevat talon toimintaa ruoanlaittoa, siivousta ja harrastuksia.

Kuva: Sirkka Minkkinen

Anninkadun puutalokortteli



on monisukupolvinen kyläyhteisö keskellä Tamperetta. Mittava korjausurakka tehtiin ryhmärakennushankkeena. Korttelissa on omien asuntojen lisäksi yhteiskäytössä oleva sauna ja kerhotilat, pihalla järjestetään vuosittain Annikin runofestivaali.

Kuva: Irma Rantonen

Hogeweyk, Hollanti



Maailman ensimmäinen "dementiakylä", avattiin vuonna 2009. Hogeweyk on naapurusto, jossa ihmiset asuvat yhdessä elämäntavoiltaan samankaltaisten kanssa. He voivat käydä esim. pubissa, supermarketissa tai teatterissa. Konsepti on osallistava ja aidosti ihmiskeskeinen.

Kuva: Vivium Zorggroep

Skomarsin torppa Hakunilassa



on alueen olohuone, jossa kohdataan, tehdään yhdessä ja osallistutaan harrastuksiin. Skomarsin torppa kuuluu Yhteinen pöytä -toimijoiden verkostoon ja järjestää hävikki-ruuasta mm. yhteisöruokailuja ja yhteisiä aamiaisia.

Kuva: Salli Allén, Skomarsin torppa

Hakunila



Kuva: Kimmo Brandt, Compic

Urbaania yhteenkuuluvuutta ja osallisuutta

- Matalan kynnyksen yhteisiä tiloja sisälle ja ulkotiloihin
- Monitaustaisuuden huomioiminen

Skomarsin torppa on Hakunilan asukkaiden olohuone. Työpajoissa toivottiin lisää matalan kynnyksen yhteisiä tiloja. Kerrostalojen kerhotilat, myös pienet tilat tulisi olla yhteiskäytössä. Erityistä toimintaa ei tarvitse järjestää, tilaan voisi syntyä vaikka kisakatsomo. Keittiövarustus lisäisi käyttömahdollisuuksia.

Hakunilassa voisi myös toteuttaa korttelipihoja Helsingin kaupungin julkaiseman korttelipihaoppaan pohjalta. Viihtyisä ja turvallinen piha houkuttelee ulos ja yhteinen puuhastelu, pelit, leikit ja puutarhanhoito tutustuttaa ihmiset toisiinsa ja synnyttää yhteishenkeä.

Katriina



Kuva: Noora Laak

Kyläyhteisön ylläpitäminen

- Liikkumisen ratkaisut, jotta pääsisi esim. teatteriin, konserttiin, museoihin.
- Yhteiset tapahtumat

Katrinebergin kartano on Katriinan alueen yhdistysten ja asukkaiden yhteinen tila, jonka käyttöastetta voisi nostaa nykyisestä. Yhteisöllisyyttä edistää se, että alueen ihmiset tietävät, ketä alueella asuu ja mitä sukuja alueelle liittyy. Alueella on myös paljon yhdistystoimintaa ja muuta yhteistä toimintaa. Liikkuminen ja muiden tapaaminen vähenevät dramaattisesti, jos ei voi enää ajaa omalla autolla. Sama ongelma on nuorilla, joilla ei vielä ole ajokorttia. Jos kotona ei enää pärjää, palveluiden saaminen haja-asutusalueelle voi olla vaikeaa ja uhkana on se, että joutuu muuttamaan pois yhteisöstä.

Esteettömyys

Iän myötä näkö, kuulo heikkenevät ja lihasvoima vähenee. Muutosten seurauksena liikkuminen hidastuu ja tarvitaan erilaisia apuvälineitä. Myös havainto- ja reaktiokyky heikkenevät ja sairaudet ja lääkkeet alentavat hahmotuskykyä.

Muistisairaiden ihmisten määrä lisääntyy, mikä täytyy ottaa huomioon asumista, palveluita, ympäristöä ja teknologiaa suunniteltaessa.

Tavoite:

- Esteettömyys huomioidaan kaikessa suunnittelussa. Esteettömät ratkaisut helpottavat kaikkien arkea kaikissa ympäristöissä.
- Tehdään näkyväksi, että esteettömät ratkaisut tuovat säästöjä, kun esim. liukastumiset ja lonkkamurtumat vähenevät ja ennakoiisiin palveluihin osallistutaan oikea-aikaisesti.

Ratkaisu:

- Hyödynnetään kokemusasiantuntijoiden ja eri järjestöjen asiantuntemusta sekä tietotaitoa ja kysytään eri-ikäisten nykyisten ja tulevien käyttäjien mielipidettä suunniteltaessa esteettä ympäristöjä tai palveluita.

Liikuntaesteettömyys

Liikkumisen apuvälineitä ovat kävelykeppi, kyynär- tai kainalosauvat, rollaattori, pyörätuoli tai moottoroitu kulkuväline. Suunnittelussa huomioitava myös apuvälineiden vaatima tila ja säilytys.

Keinoja:

- Minimoidaan korkeuserot ja kaltevuus
- Poistetaan kynnykset
- Portaiden rinnalle luiska
- Käsijohteet ja lepotasanteet
- Jalkakäytävät erilleen
- Keskiareke kaistojen väliin
- Riittävästi penkkejä
- Levähdys- ja palvelualueiden yhteyteen esteettömät WC-tilat.

Näkövammaisesteettömyys

Liikkumisen apuna valkoinen keppi, opaskoira tai avustaja. Lukemisen apuna silmälasit, pistekirjoitus, tietokoneissa ohjelmat, jotka muuttavat tekstin ääneksi.

Keinoja:

- Ohjauslistat ja -värit
- Suuret fontit, riittävä kontrasti
- Painikkeisiin pistekirjoitus
- Lasiseiniin ja oviin merkit
- Reunakivet kevyen liikenteen reunaan
- Äänimajakat
- Väylien kunnossapito
- Paikannusta hyödyntävä teknologia
- Luotettava avustaja

Kuuloesteettömyys

Apuvälineitä ovat kuulokojeet, kommunikaattorit, induktiosilmukat ja tärinä- ja valohälyttimet. Kommunikaation apuna viittomakieli, tekstitys ja puhelimeen saatava tulkkausmahdollisuus. Taustamelu häiritsee ja estää informaation saamista.

Keinoja:

- Akustiikan parantaminen
- Taustamelun poistaminen
- Induktiosilmukka
- Opasteet ja viitat selvästi havaittavia ja johdonmukaisia
- Hyvä valaistus
- Tulkkausmahdollisuus
- Viestinnässä selkokieli
- Tärinähälytys

Muistiesteettömyys

Muistisairauden myötä ajan ja paikan taju sekä käsitys itsestä heikkenevät. Uudet asiat eivät kiinnity muistiin, nykyisten asioiden muuttaminen hämmäntää. Toisaalta yksitoikoinen tai vieraan tuntuinen ympäristö passivoi.

Keinoja:

- Pysyvä kodikas koti
- Pysyvät kontaktit
- Suunniteltu arki
- Maamerkit
- Selkokieli
- Ympäristön kunnossapito
- Paikannusta hyödyntävä teknologia

Esteettömyys 2

Näkö-, kuulo- ja liikuntaesteiden lisäksi ikääntyvien toimimista vaikeuttavat digiesteet, aistiesteet, allergiat ja muut herkkyydet.

Kieliesteet tulevat eteen kun muistin heikkenemisen myötä elämän aikana opitut kielet alkavat unohtua.

Kuuluminen vähemmistöryhmään voi myös olla este osallistumiselle ja toimimiselle yhteiskunnan jäsenenä.

Tavoite:

- Varmistetaan monikanavainen tiedonkulku, jotta osallisuus yhteiskunnassa säilyisi koko elämän ajan.
- Taataan kaikille ihmisille oikeus turvalliseen tilaan.

Ratkaisu:

- Varmistetaan, että digitaaliset ratkaisut ovat saavutettavia ja esteettömiä ja järjestetään rinnakkaisia palveluita
- Nostetaan turvallisen tilan periaatteet ja toimintatavat keskiöön, kun suunnitellaan julkisia tiloja ja tapahtumia.

Digiesteettömyys

Osa ihmisistä ei kykene käyttämään digitaalisia palveluita. Toisen puolesta asiointi on vaikeaa, sillä rahaan ja terveyteen liittyviin asiointiin vaaditaan vahva tunnistautuminen.

Keinoja:

- Monikanavainen viestintä
- Saavutettavat digipalvelut
- Helppokäyttöiset laitteet
- Selkokieli
- Tekstivastineet kuva- yms. sisällölle
- Hyvät yhteydet
- Neuvonta ja ohjauspalvelut
- Tietokoneet yhteiskäytössä
- Puheen tunnistus- ja puheohjausmahdollisuus

Aisti- ja allergiaesteettömyys

Aistiyliherkkä henkilö reagoi näkö-, kuulo-, haju- tai muihin aistimuksiin voimakkaammin, nopeammin tai kauemmin kuin henkilö, jolla herkkyyttä ei ole.

Keinoja:

- Akustiikan parantaminen
- Taustamelun poistaminen
- Levolliset värit ja hillityt kuviot
- Hajusteiden käytön minimointi
- Voimakkaasti allergisoivien kasvien poistaminen
- Hiekoituksen puhdistaminen
- Sisäilman puhtaanapito julkisissa tiloissa
- Rauhallisia hiljentymistiloja julkisten tilojen yhteyteen

Kieli- ja kulttuuriesteettömyys

Aikuisena hankittu kielitaito voi kadota muistisairauden seurauksena ja monilla on heikot perusvalmiudet, kuten luku-, kirjoitus- ja kielitaidon puute sekä matala pohjakoulutus, kulttuuriset ja sukupolvierot sekä stereotyyppiset asenteet.

Keinoja:

- Äidinkielen ja kulttuurin ylläpitäminen
- Kielenkääntöpalvelut
- Monikanavainen viestintä
- Selkokieli
- Asiakslähtöinen kohtaaminen
- Turvallisen tilan pelisäännöt
- Vertaistuki
- Etsivä ja löytävä vanhustyö

Vähemmistöihin kuuluvat

ovat voineet kokea syrjintää koko elämänsä ajan. Heikentyvän näön, kuulon ja liikkumisen vuoksi he voivat syrjäytyä lopullisesti. Monet elävät näkö- ja kuulovammaisissa ja heille kuuluvien palveluiden ulottumattomissa. Esteettömyys tarkoittaa turvallisuutta ja sallivuutta olla juuri sellainen kuin on.

Keinoja:

- Turvallisen tilan pelisäännöt
- Etsivä ja löytävä vanhustyö
- Monikanavainen viestintä
- Selkokieli
- Vakaumuksen ja yksityisyyden kunnioittaminen
- Asiakslähtöisyys
- Vertaistuki