

## 4. Seniorit ja rakennettu ympäristö

### 4.1 Senioriasumisen nykytila, kehitystarpeet ja mahdollisuudet Özlem Özer-Kemppainen

#### 4.1.1 Tutkimuksen tavoite

Tutkimuksen tavoite on ymmärtää ikäihmisten senioritaloihin muuttamisen syyt ja kehittää asumisratkaisuja, jotka mahdollistavat hyvän vanhenemisen esteettömässä, joustavassa ja teknikaltaan käyttäjäystävällisessä fyysisessä ympäristössä sekä kehittää suunnittelukriteeristö senioritalojen tilaratkaisujen ja asuinympäristön väliselle suhteelle. Senioriasumisen tarkastelu eteni aluetasolta asuntoihin, kaavoituksesta asuntosuunnitteluun.

Tutkimus muodostui kirjallisuustutkimuksesta ja kenttätutkimuksesta. Viimeksi mainittu tehtiin Oulun Taka-Lyötyn kaupunginosassa sijaitsevassa Caritas-kylässä. Tutkimusaineisto koostui Caritas-kylän senioritaloasukkaiden sekä asiantuntijoiden haastatteluista, tutkijan havainnoinnista sekä Oulun kaupungin teknisen lautakunnan pöytäkirjoista. Asukashaastatteluihin osallistui neljä yksin asuvaa asukasta ja yksi pariskunta. Haastateltavien ikä vaihteli 68:n ja 83:n vuoden välillä. Haastatteluhetkellä asukkaille oli kertynyt vajaan vuoden asumiskokemus alueella. Asukashaastattelut perustuivat tekijän väitöskirjatutkimuksen strukturoituihin haastattelukysymyksiin, räätälöitynä Caritas-kylän asukkaille sopiviksi.

Oulun kaupungin keskustan tuntumassa Taka-Lyötyn kaupunginosassa sijaitsevassa Caritas-asuinkorttelissa on toteutettu tiivistä kaupunkiasumista, jonka muodostavat eri asumismuodot ja ikäryhmät. Asuinkorttelikonaisuuteen kuuluu palvelukeskus ja -asunnot, ryhmäkoti, senioriasunnot ja tavallisia kerrostaloasuntoja. Yhteensä rakennusoikeutta on 28 150 k-a m<sup>2</sup> ja asukkaita 750–800. Caritas-kylän senioritaloista Tapiolan Caritaksessa sijaitsee vuokra-asuntoja ja Madetojanpuisto As Oy:ssä on omistusasuntoja. Korttelin viimeiset tavalliset kerrostalot valmistuivat keväällä 2005. Alueen monipuolisen väestörakenteen varmistamiseksi tontinluovutusehdoissa korttelin senioritalo-osuudelle asetettiin +55 v ikärajoitus. Caritas-kylän paikkavalinnassa keskeiset valintakriteerit olivat alueen keskeinen sijainti, hyvät liikenneyhteydet, kauppalpalvelut ja terveysaseman läheisyys sekä alueella asuvan vanhemman ikäluokan huomattava määrä.

Monipuolinen väestörakenne ei toteutunut asuinkorttelitasolla kuten oli alun perin tarkoitettu, koska palvelutalon tarjoamien monipuolisten palvelujen lisäksi keskustan läheisyys ja fyysisesti esteettömät normaalit kerrostaloasunnot vetivät myös puoleensa ikääntyvää väestöä. Niinpä korttelitasolla on muodostunut ikäkeskittymä.

Caritas-palvelukeskuksen tarjoamat monipuoliset palvelut ja tapahtumat on alun perin tarkoitettu myös Caritas-kylän ulkopuolella asuville lähiympäristön asukkaille ja myös työssä käyville ihmisille. Vuoden kokemus on osoittanut, että palveluita käyttävät suurelta osin kylän omat asukkaat johtuen siitä, että Caritaksen läheisyydessä asuvat ikääntyneet kuuluvat kaupungin järjestämän kodinhoidon piiriin ja käyttävät kaupungin palveluita. Palvelukeskuksesta ei ole muodostunut koko lähiympäristön kohtaamispaikkaa, mutta tarjolla olevat palvelut, varsinkin lounasravintola ja yleisötilaisuudet, vetävät kylän ulkopuolisia.

Caritas-kylän senioritalojen kohdalla autopaikkojen normiksi asetettu 1ap/200 k-a m<sup>2</sup> oli toteutettu rakentamalla autopaikat pihakannen alle ja kellaritiloihin. Senioritaloasukkaiden keski-ikä oli odotettua korkeampi, mistä johtuen asukkailla ei ollut enää autoja käytössä, joten suurin kustannuksin rakennetut autopaikat seisoivat käyttämättöminä. Caritas on ollut kuitenkin tässä suhteessa poikkeus, koska senioritalojen asukkaiden ikärakenne madaltuu lähitulevaisuudessa. Kun tätä talotyyppiä on riittävästi asutokannassa, ikääntyneiden asumispalvelujen paine helpottaa ja vielä työelämässä olevat ihmiset, jotka vielä

viettävät aktiivista elämää ja joilla on autoja käytössä, tulevat olemaan näiden asuntojen asukkaita. Samoin senioritalojen käyttötarkoitus muuttuu tulevaisuudessa, mm. kun elämäntapa-asumisen käsite vakiintuu rakentamisessa. Silloin ikärajan asettaminen näihin asuntoihin ei ole enää tarpeellista. Nämä asunnot olisivat yhtä sopivia nuorille ja pienperheille kuin senioreille, joten autopaikkojen tarve olisi suuri.

Senioritalojen autopaikkojen supistamisen sijasta autopaikkoja voisi kaavassa porrastaa joustavammin asunnon sijainnin ja koon mukaisesti. Autopaikkojen rakentamisen sijaan tulevaisuuden tarpeisiin voidaan varautua mm. jättämällä osa tontin autopaikoista rakentamatta ensimmäisessä vaiheessa tai varaamalla autopaikkoja muille yleisille alueille. Tämä voisi kuitenkin osoittautua vaikeaksi tiivistyneessä kaupunkirakenteessa.

Tutkimuksen eräs tavoite on ollut saada selville haastateltujen senioritaloasukkaiden Caritakseen muuton syitä. Tämän tavoitteen saavuttamisessa asuinympäristöä tarkasteltiin fyysisen esteettömyyden lisäksi sosiaalisen ja psyykkisen ympäristön näkökulmasta. Muuton syiksi esiin nousivat Caritakseen tarjoamat mahdollisuudet, erityisesti ikääntyville tarjolla olevat palvelut, enemmän kuin haastateltavien edellisen asunnon/talon puutteet. Pääasiallinen syy Caritakseen muuttamisessa olivat terveysasiat. Terveystilan heikkenemisen iän myötä tiedostaneet haastateltavat olivat päättäneet hakeutua esteettömään asuntoon, jossa palvelujen saanti on turvattu. Tällainen asumisvaihtoehto nähtiin hyvänä mahdollisuutena turvata mahdolliset tulevat sairausvuodet. Edellisen asunnon fyysisiä esteitä ei pidetty merkityksellisenä asiana muuttopäätöksessä. Omakoti- ja rivitaloasumisessa ulkotyöt ja talon kunnossapitohuoleet olivat painavia syitä muuttopäätöksessä. Terveystilan heikkenemisen myötä pelko mahdollisesta kaatumisesta tai tajunnan menettämisestä oli yleinen huolen aihe ennen senioritaloon muuttamista.

#### 4.1.2 Senioritalojen kriteerit ja suositukset

Asumismuotona uusien ja hyvin markkinoitujen senioriasuntojen keskeinen sijainti kaupungissa nostaa asuntojen houkuttelevuutta. Yhtiömuotona kiinteistöosakeyhtiömuodossa olevat senioritalot tarjoavat asukkaille varman ja pysyvän vuokra-asunnon. Omistusasuntojen kohdalla asunnon keskeinen sijainti ja hyvä jälleenyntiarvo tekevät paikasta hyvän sijoituskohteen jälkeläisiä ajatellen. Muuttopäätöksen teossa tämä taloudellinen kannattavuus on ollut vaikuttava seikka.

Tutkimuksen toinen tavoite on ollut senioriasumisen suunnittelukriteeristön kehittäminen tilaratkaisujen ja asuinympäristön väliselle suhteelle. Tutkimuksessa seniorien asuinympäristöä tarkasteltiin kaikille soveltuvien elämäntapa-asumisen peruskriteerien eli turvallisuuden, toimivuuden, esteettömyyden ja muunneltavuuden valossa. Esteettömyyskriteeriä käsiteltiin laajemmassa merkityksessään käsittäen fyysisen esteettömyyden lisäksi sosiaalisen ja psyykkisen esteettömyyden tekijöitä.

Asuinalueella senioriasumisen keskeinen sijoittuminen yhdyskuntarakenteeseen, kuten taajaman keskusta-alueelle tai esikaupungin kaupallisen keskuksen läheisyyteen, helpottaa asukkaiden omatoimista asioiden hoitoa, sosiaalisia kontakteja ja yhdyskunnan palveluiden käyttöä. Asuinalueen esteettömyysaste, välimatkojen pituus tarvittaviin palveluihin ja liikennejärjestelyt määrittävät asuinalueen toiminnan mahdollisuudet.

Asuinalueen monipuolinen väestörakenne rikastuttaa iäkkäiden ihmisten elämää ja se on myös keino ehkäistä asuinalueiden liiallista eriytymistä ja sosiaalisten ongelmien alueellista kasautumista. Asuinalueelle suunnitellut kohtaamispaikat antavat mahdollisuuden kanssakäymiseen aluetasolla. Alueen asukkaiden yhteistoiminta ja vaikuttamismahdollisuudet lisäävät ihmisten sitoutumista asuinpaikkaan.

Asuintalotasolla talojen yhteistilojen merkitys naapuruussuhteiden kehittämisessä kasvaa iän myötä. Korttelitasolla tai mahdollisesti asuintalossa yhteistilojen järjestäminen edesauttaa sosiaalista kanssakäymistä, luo yhteistoimintaa ja vaikuttamismahdollisuuksia, minkä kautta paikkatietoisuus ja paikkaan sitoutuminen tulee mahdolliseksi. Yhteistilojen tehokkaan käytön edellytyksenä ovat asukkaiden aktiivisuuden lisäksi palvelujen tuottajien intressit paikan päälle tarjottaviin palveluihin, kuten terveyspalveluihin.

Asuintalojen monitoiminnallisia yhteisiä tiloja täytyy pyrkiä järjestämään sisäänkäynnin tasolle, josta on näköyhteys sisäänkäyntiin ja jossa on muutenkin liikennettä. Tämä kasvattaa tilojen käytettävyyttä ja yhteisöllisyyttä sekä mahdollistaa sisäänkäynnin luonnollisen valvonnan. Tilojen viihtyisyyden ja toimivuuden kannalta ne on hyvä sijoittaa pihan leikki- ja oleskelualueen yhteyteen. Monitoimitilat, jotka sijaitsevat samassa talossa, ovat enemmän käytettyjä tiloja kuin erilliseen taloon järjestetyt ja yksiportaisissa asuintaloissa pääsisäänkäynnin yhteyteen sijoitettujen yhteistilojen käyttöihteys on korkeampi.

Monitoimitilojen on hyvä olla muunneltavia ja joustavia. Tilat olisi järjestettävä siten, että ne mahdollistavat yhtä aikaa eri toimintoja. Tilan on oltava riittävän suuri ja varustuksena on suotavaa olla minikeittiö tai vesipiste ja inva-wc, mikä antaisi mahdollisuuden monipuoliselle toiminnalle. Tilojen koosta ja sijainnista riippuen monitoimitiloja olisi mahdollista jakaa

ja käyttää väliaikaisesti talon asukkaiden vieraille majoitustilaksi. Huonekalujärjestelyillä ja matalilla tilanjakajilla tai kirjahyllyllä olisi mahdollista tehdä pienimittakaavaisia istuskelukonurkkia, mikä tekisi paikan helposti lähestyttäväksi ja madaltaisi kynnyksiä ihmisten sosiaaliseen kanssakäymiseen.

Esim. eläkevuokatusyhtiön tai säätiön omistamissa kiinteistöasakeyhtiömuotoisissa senioritaloissa olisi mahdollista palvelujen tai tilaratkaisujen uudelleen järjestäminen sekä tarvittaessa asuntojen yhdistäminen ja suurempien asuntojen muuttaminen lapsiperheille soveltuviksi.

Asuinalueen turvallisuutta rikollisuuden suhteen voidaan parantaa tilajärjestelyillä. Asuintalon sisäänkäyntipolku julkiselta kadulta taloon on hyvä olla näkyvässä sekä kadulta että senioritalon yhteistiloista tai sisäänkäyntiaulasta, jossa on toimintaa. Vastaavasti luhtitalojen käytävät ovat turvallisempia paikkoja kuin keskuskäytävät, jonka molemmilla puolella sijaitsee asuinyksiköitä. Matalasti rakennetussa asumisessa turvallisuuden säilyttäminen on varmempaa, koska asuinalueen valvonta on helpompaa. Matalat kerrostalot, joiden porraskäytävät palvelevat pientä määrää ihmisiä, ovat turvallisempia ratkaisuja kuin korkeat kerrostalot, joissa liikkuu enemmän ihmisiä, koska matalissa ratkaisuissa on helpompi havaita ulkopuolisen ihmisen toiminta ja puuttua asiaan. Yleisenä turvallisuustoimenpiteenä ulko-ovet pidetään lukittuina, joten ovipuhelinjärjestelmä on välttämätön senioritaloissa.

Asuintalon tilat ja niihin johtavat kulkuväylät täytyy suunnitella esteettömiksi ja turvallisiksi. Orientoitumisen on oltava helppoa. Suorat, leveät ja valoisat käytävät helpottavat orientoitumista.

Piha-alueella tarvitaan esteettömät kulkureitit kadulta asunnolle ja asunnolta jätteenkeräyspisteelle. Pääsisäänkäynnin eteen on päästävä invataksilla. Turvallisen piha-alueen edellytyksenä on myös se, että ajoneuvot pystyvät liikkumaan tontilla peruuttamatta. Tuotekehitystä tarvittaisiin myös rollaattorien pysäköimistä varten.

Asuinrakennuksen piha-alueen on oltava kovapintainen ja siellä on oltava katettu istuskelumahdollisuus. Pyörätuolilla kulkevia asukkaita varten on hyvä suunnitella tai tehdä tilavaruuksia myös kasvipenkeille, jotka sijoittuvat pyörätuolissa istuvan tasolle, noin 70 cm:n korkeudelle maasta. Piha-alueelle on suositeltavaa suunnitella kävelypolku, jonka varrelle sijoitetaan levähdyspenkkejä.

Piha-alueella kulkuyhteyksien talvikunnossapidon on oltava helppoa. Pihasuunnittelussa on otettava huomioon sekä eri vuodenaajat että eri-ikäiset ja -kuntoiset käyttäjät. Pihan valaistus lisää turvallisuutta ja lisää asuinalueen viihtyisyyttä vuoden pimeinä aikoina. Erytisen tärkeä on piha-alueen tasoerojen ja risteyskohtien valaistus ja selvästi erottuva värikontrasti. Hyvä, häikäisemätön, tasainen ja riittävän voimakas valaistus on tärkeä.

Asuintalon *apuvälinevarastosta* täytyy olla suora yhteys ulos ja rappukäytävälle. Tilassa pitäisi olla sähköpyörätuolien latausmahdollisuus ja vesipiste pyörätuolien suihkutusta varten ulkokäytön jälkeen.

*Asuntotasolla* ikääntyvien tarpeet otetaan huomioon tila- ja teknisessä suunnittelussa. Senioriasuntojen varustusta ei tarvitse valmiiksi hankkia. Ideana on, että asuntoa voidaan muunnella tarpeen mukaan.

Tilava *eteinen* antaa mahdollisuuden sekä liikkumisen apuvälineiden säilyttämiseen että istumiseen pukeutumisen yhteydessä. Mitoituksen on sallittava liikkumisapuvälineiden kääntyminen eteisessä. Ulko-oven vapaan kulkuaukon on oltava vähintään 850 mm ja kynnyksen on oltava matalat ja viistetyt. Sisä-ovien vapaan kulkuaukon on oltava vähintään 800 mm.

*Olohuoneen* keskeinen sijainti asunnossa on tärkeä. Suora yhteys wc- ja keittiötiloihin mahdollistaa olohuoneen monipuolisen käytön. Olohuone on tärkeä suunnata sinne, missä on liikettä. Matalammat ikkunan alareunakorkeudet antavat mahdollisuuden suurempaan näköalaan myös istuessa.

Edelleen itsenäiset senioritalojen asukkaat haluavat ylläpitää päivittäisiä rutiineja, joista ruoanlaitto on eräs keskeinen toiminta. Näin ollen *keittiön* mitoitus ja sen yhteys muihin tiloihin vaikuttaa tilan käyttöön. Esteetön hyvin suunniteltu keittiö toimii tehokkaasti vaatimatta käyttäjältään ylimääräistä ponnistelua. Tupakeittiön tyyppinen tilajärjestely antaa mahdollisuuden suurempaan oleskelutilaan keittiön käytön vähetessä tai jäädessä kokonaan pois.

*Keittiötasot*, joissa on detaljivalmiudet tukitankojen asennukseen, helpottavat näiden apuvälineiden ottamista käyttöön asukkaan fyysisen kunnon niin vaatiessa. Tukitankojen integroiminen valmiiksi keittiötasoihin esteettisenä kokonaisuutena voi olla toinen vaihtoehto, joka esteettisen ratkaisun ansiosta ei luo invakeittiön vaikutelmaa.

Keittiösuunnittelussa kalusteiden välisen vapaan tilan on oltava vähintään 1200 mm mahdollisten apuvälineiden kanssa liikkumisen helpottamiseksi. Liikuteltavat alakaapit mahdollistavat myös keittiön uudelleen järjestämisen ja parantavat

keittiön muunneltavuutta. Ruokailumahdollisuus keittiössä helpottaa asukkaan toimintaa. Keittiön tekniset ratkaisut, kuten ajastimella toimiva liesi ja jääkaappi, joka hälyttää oven jäätyä auki, parantavat kodin turvallisuutta.

*Parveke* koetaan hyvänä välitulana, joka antaa ikäihmiselle mahdollisuuden hallita ja tarkkailla lähiympäristöä. Senioritaloissa parvekkeiden on oltava lasitetut ja parvekkeen sijainti olohuoneen yhteydessä on hyvä ratkaisu. Parvekkeen ja sisätilojen välisen taso-eron on oltava mahdollisimman pieni ja apuvälineillä parvekkeelle pääsy mahdollinen ilman suuria ponnisteluja.

*Wc- ja suihkutilasta* on hyvä olla suora yhteys makuuhuoneeseen ja mahdollisesti olohuoneeseen. Wc:hen pääsy erityisesti makuuhuoneesta, mutta myös muista asuinhuoneista ilman ylimääräisiä käännösliekkkeitä kävelytelineen tai pyörätuolin kanssa täytyy turvata. Esteettömyysvaatimuksien lisäksi asunnon wc:n ja kylpyhuoneen seinien täytyy olla rakenteeltaan tuettuja siten, että niihin voidaan kiinnittää apuvälineitä kuten tukitankoja ym., kun tarvetta ilmenee. Seinien on oltava tuetut korkeussuunnassa 300–1500 mm:n korkeudelta lattiatasosta mitattuna. Lisäksi wc- ja pesutilojen liukuovet helpottavat tilojen käyttöä. Automaattinen valaistus näissä tiloissa helpottaa toimintaa. Pesutilojen kynnykskaivot pesuhuoneen liukuoven kohdalla pituussuunnassa helpottavat pesutilojen huoletonta käyttöä ja estävät veden pääsyn tilan ulkopuolelle. Wc- ja pesutilojen oven vapaan kulkuaukon on oltava vähintään 850 mm. Tavallisella ovella varustettujen tilojen ulkopuolella on oltava riittävä tila oven avaamista varten myös pyörätuolilla liikkuville. Wc-istuimen viereen on oltava mahdollista järjestää 800 mm:n vapaa tila. Lattiapintojen on oltava luistamattomia myös märkinä. Liikuntaesteettömiksi suunnitellut wc- ja pesutilat ovat tilavia, joten usein asukkaat suorittavat aamuliikuntaa näissä tiloissa. Lavuaarikaapistoon asennetut tukitangot antavat hyvän tuen liikunnan suorittamiselle. Näissä tiloissa myös esteettinen tuotesuunnittelu kasvattaisi välineiden hyväksyntää ja estäisi tilojen negatiivista inva-tila -ilmettä.

Senioriasuntojen *saunojen* suunnittelussa voidaan jo ennakoivasti ottaa huomioon mahdolliset liikuntarajoitteet. Kuten senioriasuntoa ylipäättään, saunaakin voidaan varustaa ja muunnella tarpeen ilmentyessä sen hetkisen teknisen tarjonnan mukaisesti. Saunan oviaukon mitoituksessa voidaan ottaa huomioon mahdollisen liikunta-apuvälineen käyttö, joten oviaukon vapaan leveyden pitäisi olla vähintään 850 mm. Saunan oven vetimien täytyy olla helposti tartuttavia. Saunan lauteille nousussa askelkorkeudet voivat olla matalampia kuin tavallisesti: 150–200 mm:n askelnousu ja saunan seinään asennettu tukikaide auttavat lauteille nousussa. Lattiapinnoitteet eivät saa olla märkinä liukkaita.

*Käytävien* mitoitus on tärkeä fyysisen esteettömyyden toteuttamisessa asunnon sisällä. Pyörätuolilla tai kävelytelineellä liikkumisen mahdollistamiseksi käytävämitoituksen on oltava väljä.

Esteetön ja suora yhteys *makuuhuoneesta* wc:hen on oltava pikemminkin vaatimus kuin suositus. Erillisen makuuhuoneen sijasta ratkaisu voi olla makuualkovi. Makuualkovin täytyy sijaita asunnossa niin, että suora näköyhteys ulko-ovelta makuualkoviin ei ole mahdollista.

Senioriasunnoissa ja -taloissa *paloturvallisuuden* kannalta käytettävän hälytysjärjestelmän tarpeista neuvotellaan palovironomaisten kanssa tapauskohtaisesti. Palojärjestelmien vaihtoehtoina ovat palovaroittimet, paloilmoinjärjestelmä ja automaattinen palonsammutusjärjestelmä.

Senioriasunnoissa antenni- ja puhelinpistorasiat voidaan asentaa joka huoneeseen. Olohuoneessa niitä voi olla useampia. On suositeltavaa asentaa pistorasiat ja katkaisimet 450–1200 mm:n korkeudelle lattiasta. Myös lämmityspattereiden säätönappien pitäisi olla ylhäällä. Senioritaloissa asukkaat hankkivat itse haluamansa laitteet ja järjestelmät. Senioritalo tulisi varustaa yleiskaapeloinnilla, joka mahdollistaa nopeat tietoliikenneyhteydet. Asuintaloon voidaan rakentaa rannekejärjestelmän tukiasemat, jotka ohjaavat hälytykset tiettyyn numeroon, esim. läheisyydessä sijaitsevaan palvelutaloon tai vastaavan palvelun tuottajalle.

### 4.1.3 Johtopäätös

Tutkimuksen yhteydessä todettiin, että senioritalojen vaihteleva laatu ja varustetaso edellyttävät sertifiointin käyttöönottoa. Tavoitteena olisi laatu- ja luokittelun kehittäminen uudis- ja korjausrakentamiseen, mikä toimisi työkaluna kaikille soveltuvien elämänkaaritasuinympäristöjen kehittämisessä.

Aihetta käsitellään tarkemmin hankkeen erillisessä osajulkaisussa: Özer-Kemppainen, Özlem. *Senioriasumisen nykytila, kehitystarpeet ja mahdollisuudet*. Oulun yliopisto Arkkitehtuurin osasto Julkaisu A 32, 2005 <http://herkules oulu.fi/isbn9514276442/isbn9514276442.pdf>