

Ikäystävällinen asuinympäristö ja ikääntyneiden asukkaiden kokemukset

Ira Verma
Senior scientist, TkT
Arkkitehtuurin laitos
Aalto-yliopisto

*Keusote vanhusneuvosto
19.03.2026 Hyvinkää*

Sosiaali- ja terveydenhoidon rakentamisen tutkimusryhmä SOTERA toimii Aalto-yliopiston painopistealueilla *Terveys ja hyvinvointi* sekä *Ihmislähtöinen asuinympäristö*.

Olemme olleet mukana monialaisissa kansainvälisissä ja kansallisissa tutkimus- ja kehityshankkeissa yhteistyössä mm. YM:n, STM:n, kuntien ja hyvinvointialueiden kanssa.

Osallistumme Arkkitehtuurin laitoksen opetukseen ja aiheeseen liittyvien opinnäytetöiden ohjaukseen / valvontaan.

Kaikille sopiva suunnittelu

- Usein erilliskorjaukset leimaavat ihmisiä ja korostavat ihmisten erilaisuutta esim. vammaisuutta tai ikää.
- **Universal Design (UD)** tai **Design for All (DfA)** eli *kaikille sopiva suunnittelu* koskee normaalia suunnitteluprosessia ja mahdollisimman laajalle kohderyhmälle kohdistettuja ratkaisuja.
- Edellyttää perehtymistä ihmisten tarpeisiin, ja käyttäjien/ asukkaiden osallistamista
- Kaikille sopivalla suunnittelulla on myönteisiä sosiaalisia ja taloudellisia vaikutuksia.

Esitysmateriaali

- Kaupunkitila ja rakennetun ympäristön mukauttaminen ikääntyneille **KARMI** (2024 – 2025) (Aalto-yliopisto ja Suomen ympäristökeskus Syke, rahoitus YM Varke)
- Tulevaisuuden muistiasuminen (2025) (Aalto-yliopisto, Yrjö ja Hanna säätiö, rahoitus YM)
- Monimuotoista integroitua asumista muistisairaille **MonIA** (2021 – 2022) (Konsortio hanke: YM, ARA, kunnat, Y & H, Ecophon)
- Lähiöympäristöt ja arkkitehtuuri identiteettien rakennusaineena **Lähiöpride** (2021–2022) Lähiöohjelma

WHO Ikäystävälliset kaupungit ja yhteisöt

- KARMI –hankkeessa lähtökohtana oli WHO:n Ikäystävälliset kaupungit ja yhteisöt arviointikehikko.
- Hankkeessa toteutettiin kokonaisvaltaista laadullista ja määrällistä tarkastelua rakennetusta ympäristöstä yhteistyössä SYKE:n kanssa.
- Suomessa seitsemän kaupunkia WHO:n Ikäystävällisten kaupunkien globaalissa verkostossa.



*Mukautettu WHO, 2007,
Koivisto, J.*

Ikäystävällisyyden tarkastelu

- Miten asuinympäristön ja kaupunkitilan ominaisuudet tukevat tai estävät ikäystävällisyyden toteutumista ja millä keinoin ikäystävällisyyttä voidaan edistää?
- Minkälaiset asuinratkaisut tukevat ikääntyneitä ja muistisairaita?



Ikääntyneiden osallistaminen ympäristön kehittämiseen

- Ikääntyneillä on paljon ”hiljaista” kokemuksellista tietoa asuinympäristöstään.
- Hyödyt: Tiedon ja ymmärryksen lisääminen sekä ikääntyneiden omien taitojen ja tietojen kartuttaminen, palveluiden, toimintatapojen ja yhteisön kehittäminen sekä olemassa olevien valtasuhteiden haastaminen. (James ja Buffel, 2022).
- Tulevaisuudessa myös vanhusneuvoston tehtävät laajentuvat kaavoitukseen, palvelujen järjestämiseen, liikenteeseen ja rakennettuun ympäristöön. (Sinkkonen ym., 2024).
- Ikääntyneiden asumisen kehittäminen on osa kuntien ja hyvinvointialueiden hyvinvointisuunnitelmaa.

Osallistumisen keinot

- Osallistamista tapahtuu eri paikoissa esim. vanhusneuvostoissa, järjestöissä ja yksittäisten projektien tai asuinrakennushankkeiden yhteydessä.
- Tarvitaan monialaista pitkäjänteistä yhteistyötä asukkaiden, kunnan toimijoiden, järjestöjen, yritysten, seurakuntien ja hyvinvointialueen kanssa.
- Osallistamisella voidaan edistää kohtaamiseen ja harrastamiseen liittyvää toimintaa, joka tukee yhteisöllisyyttä ja hyvinvointia.



ASUMINEN

Ikääntyneiden asuinpaikat

- Suomessa ikääntyneiden osuus asukkaista on suurin kaupunkiseutuja ympäröivissä taajamissa, haja-asutusalueilla ja keskustoissa, autovyöhykkeellä heidän osuutensa kasvaa (Syke, 2024).
- Paikallaan ikääntyminen: yli puolet 65-74-vuotiaista asuu edelleen samassa asunnossa kymmenen vuoden päästä 75-84-vuotiaina (Syke, 2024).
- Yli puolet 75 vuotta täyttäneistä asuu joko omakotitalossa, paritalossa tai rivitalossa (Tilastokeskus).
- Ikäystävällinen suunnittelu liittyy sekoittuneeseen maankäyttöön, jalankulkuystävällisyyteen, viheralueiden ja palveluiden saavutettavuuteen sekä liikkumismahdollisuuksiin.

Ikääntyneiden asuminen

- Valta osa (93,1%) yli 75-vuotiasta asuu kotona, yli puolet heistä yhden hengen asutokunnissa (Sotkanet, 2024)
- Asuntojen esteettömyys ja kohtuuhintaisuus ovat ikäystävällisyyden kriteereitä
- Asumistyytyväisyyteen vaikuttavat asunnon lisäksi myös naapurusto ja asuinalue, joita tulee mukauttaa ikääntyneille soveltuvaksi (Fernández-Portero ym. 2017)
- Asuinympäristön tuttuus auttaa kompensoimaan iän tuomia muutoksia ja tukee paikalla ikääntymistä (Bigonnesse ja Chaudhury, 2021)



Asuminen ja valinnat

”Mä olen mukautunut ja koitan pärjätä (...) teen mitä mihin pystyn ja noin että koitan, haluan, elää sillä lailla näillä voimilla ja voimavaroilla.”

”Aikuiset lapset muutti tänne lähemmäksi tänne alueelle, missä nyt ollaan. Sitten minä..”

“15 vuotta asunut täällä ja mä oon suhteen tyytyväinen aina”



Ympäristön tuttuus

- Myös muistisairaat toivovat pystyvänsä jatkamaan elämäänsä tutussa ympäristössä. Päivittäiset askareet, ruuanlaitto, ruokailu ja kahvihetket ovat sitä, mitä muistisairaat arkeensa toivovat (Pohjavirta, 2019)
- Asukkaan kuntoutumisen mahdollisuudet tai voimavarat eivät tule hyödynnettyä parhaalla mahdollisella tavalla tehostetussa ympärivuorokautisessa palveluasumisessa (Edgren ym., 2021)
- Uudessa ympäristössä virhetulkinnat, käytösoireet ja rauhoittavien lääkkeiden käyttö lisääntyvät (Finne-Soveri ym., 2015)

Hyvää asumista

- Myös ympärivuorokautinen tehostettu palveluasuminen on asumista, ei laitoshoittoa.
- Asuntojen suunnittelussa tulee olla normaali asuntomitoitus ja riittävät tilat päivittäisille toiminnoille.
- Nykyiset ohjeistukset ja säädökset ovat määrällisiä, niiden avulla ei voida ohjata asukaslähtöisiä ja laadullisia tekijöitä.
- Säädösten soveltamisen pitää tapahtua asukkaan hyvinvoinnin näkökulmasta.



Hahmotettavuus

Tilasuunnittelun ja kalustuksen avulla voidaan tukea asukkaan voimavaroja:

- Ihmisen mittakaava
- Visuaalisesti selkeät ratkaisut, kontrastit: lattiat, seinät, kalustus ym.
- Mahdollisuus kalustaa tila eri tavoin
- Ajan ja vuodenajan ymmärtäminen ja kokeminen, luontoyhteys
- Henkilökohtaiset muistot: kuvat, taideteokset ja arjen esineet
- Turvallisuus: valaistus, liukkaustumisen esto, liesivahdit jne.



Sevele, L. 2021

Teknologian mahdollisuudet

St. Hanshaugen, Oslo, Norway

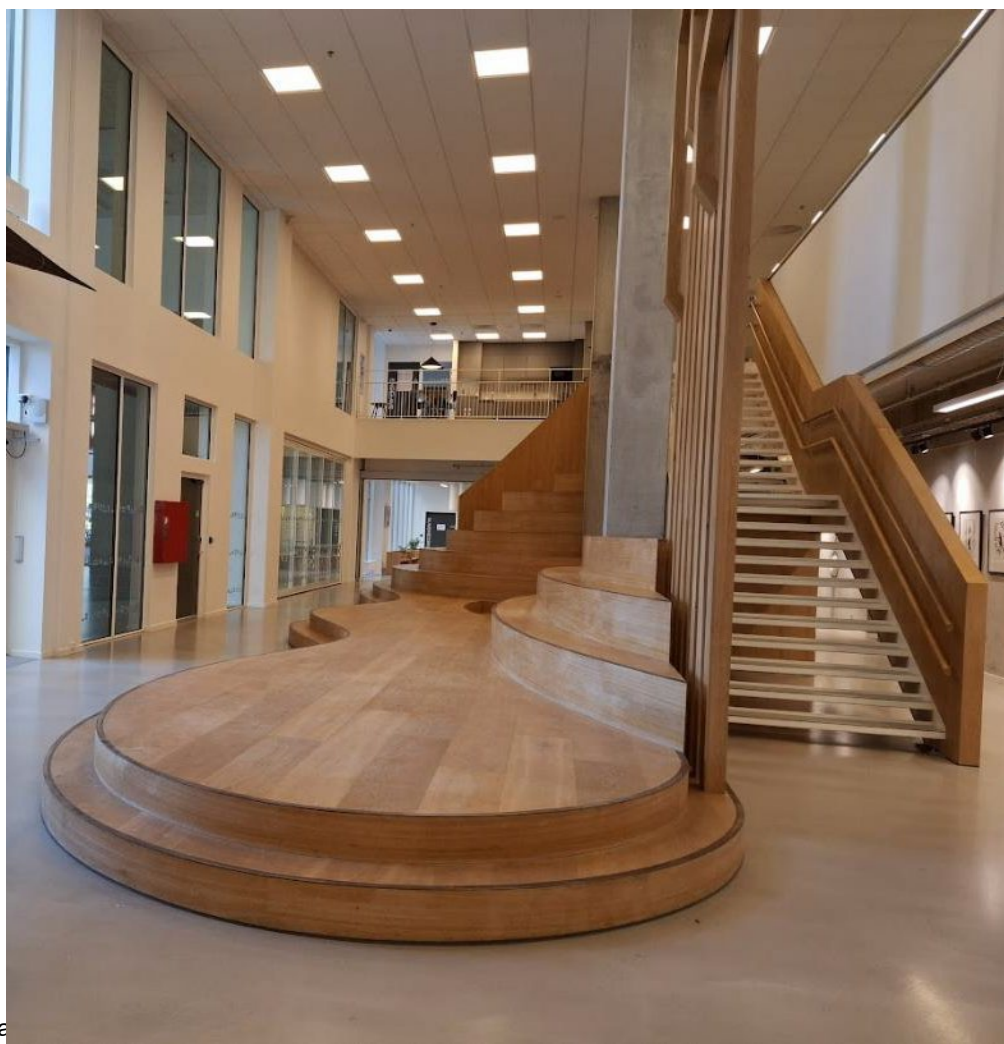
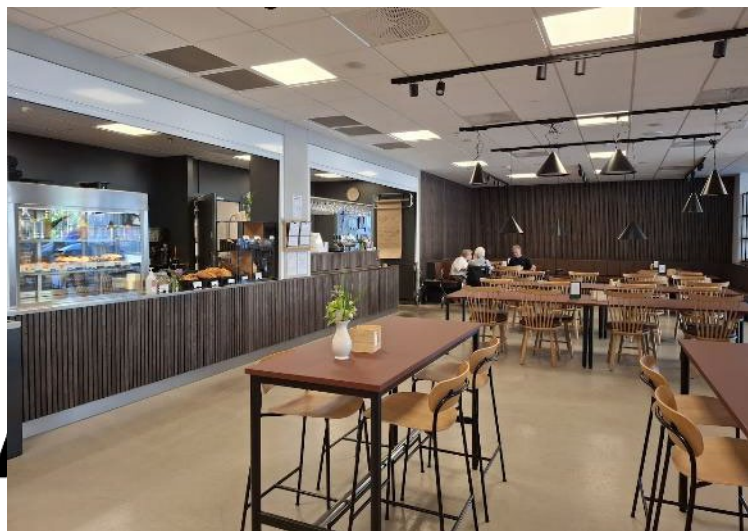


Yhteisöllinen asuminen

- Ikääntyneillä ja muistisairailla sekä heidän omaisillaan on yksilölliset tarpeet ja toiveet asumisensa suhteen.
- Tarvitaan monimuotoista asuntotarjontaa yksiöistä perheasuntoihin
- Yhteisöllisyyden muodostuminen liittyy viihtyisiin yhteiskäyttöisiin tiloihin sisällä ja ulkona (kahvilat, pihat, matalan kynnyksen kohtaamispaikat)
- Yhteisöllinen ratkaisu voi syntyä olemassa olevien asuntojen ja yhteisten tilojen kehittämisestä ikä- ja muistiystävälliseksi.



31.10.2024



ira

OSALLISUUS

Arjen osallisuus

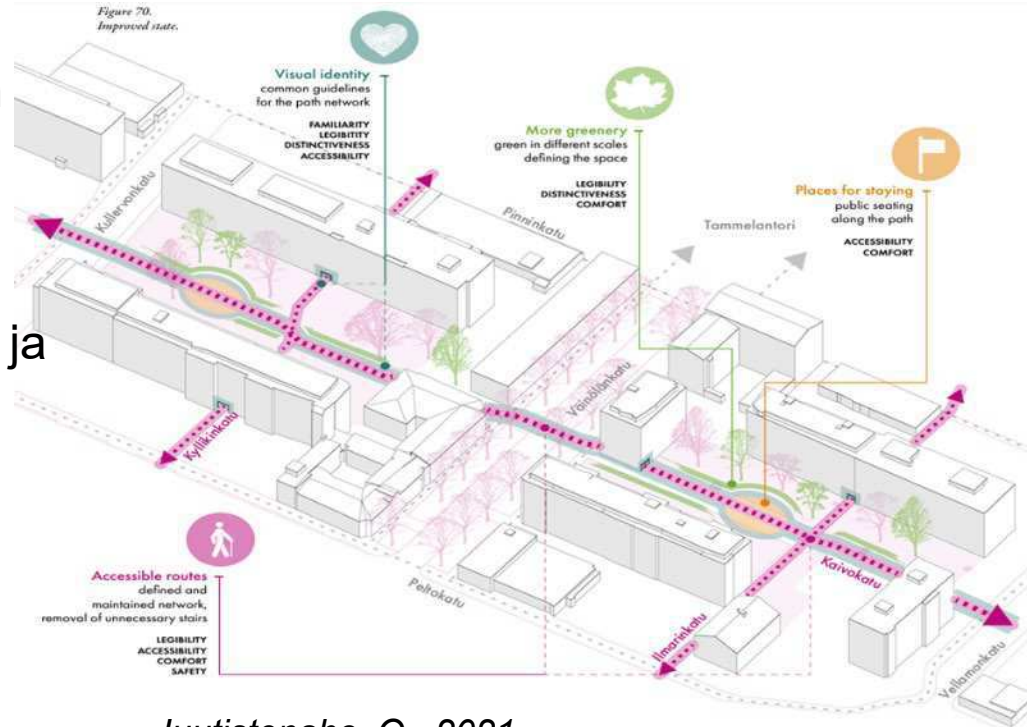
- Kolme neljäsosaa yli 80-vuotiasta suomalaisista ilmoittaa tekevänsä otsoksensa itsenäisesti (FinHealth 2017).
- Asiointi arjen palveluissa on tapa saada liikuntaa, viettää aikaa ja kohdata muita ihmisiä, olla osallisena.
- Kolmasosalla yli 75-vuotiaista on vaikeuksia liikkua yli 500 m matkoja (THL).

“Kaupat on esteettömiä, mutta niihin on pitkä matka.”



Yhdyskuntasuunnittelu

- Sekoittunut maankäyttö: palveluiden ja viheralueiden läheisyys kodista, jalankulkuympäristön kehittäminen
- Ympäristön tuttuus, visuaalinen identiteetti, historialliset kerrostumat ja tunnistettavat maamerkit kaupunkitilassa
- Puistot, julkiset ja yhteisöllisyyttä tukevat tilat ovat eri ikäisten asukkaiden kohtaamispaikkoja arjessa



Juutistenaho, O., 2021

Palveluiden saavutettavuus

- Palvelutilojen ja niiden välittömän ympäristön esteettömyys on edellytys osallistumiselle.
- Asukkailla on erilaisia toiveita ja tarpeita.
- Palveluiden saavutettavuutta tulee tarkastella kävelyn, julkisen liikenteen ja autoilun kannalta.
- Maastomuodot ja liikennematkaiset vaikuttavat saavutettavuuteen

”Meillä on niitä lähipalveluita, kirjastot ja kaupat niin (...) jos mä oon lähellä niin niihinhan kävelee. Mikä sitten myös edistää hyvää kuntoa”

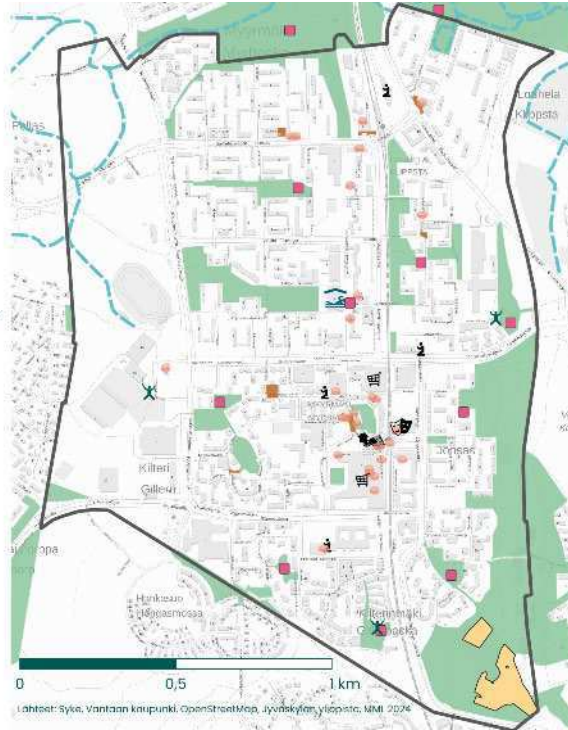
“Tulin puolitoista kilometriä muuta kautta kun kiersin, että en tullut tuota jyrkkää mäkeä..”

Lähipalvelut ja kohtaamisen paikat

Kartat: Syke

Kohtaamispaikat

- Asukastila
- Ravintola tai baari
- Kirjasto
- Museo
- Teatteri tai kulttuuritalo
- Elokuvateatteri
- Ostoskeskus
- Uskonnollinen kohtaamispaikka
- Uimahalli
- Leikki- ja leikkipaikka
- Ulkokuntolupaikat
- Puistot
- Tarit ja aukiot
- Viihlypaistat
- Hiihtoladut



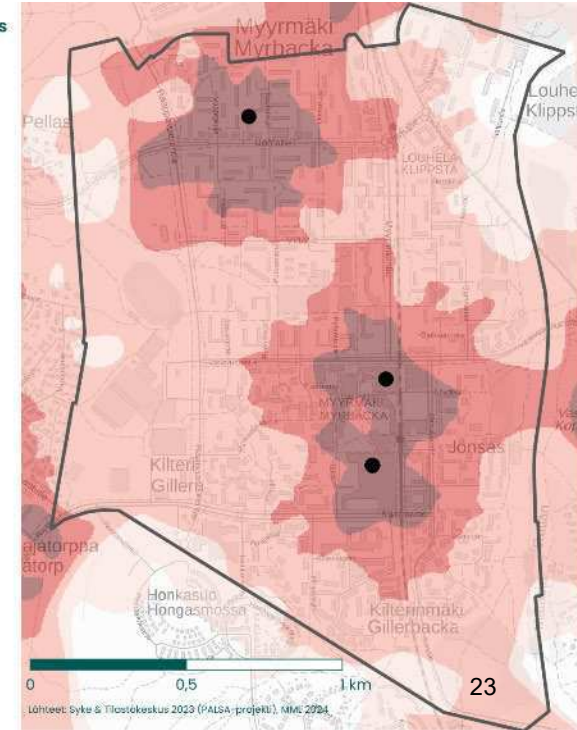
Lähteet: Syke, Vantaan kaupunki, OpenStreetMap, Jyväskylän yliopisto, NMI 2024

Lähikaupan saavutettavuus

- Päivittäistavara-kauppa

Kävelyetäisyys lähimpään kauppaan (m)

- <= 300
- 301 - 500
- 501 - 800
- 801 - 1000
- > 1000



Lähteet: Syke & Tilastokeskus 2023 (PALSA-projekti), NMI 2024

Jalankuystävällisyys

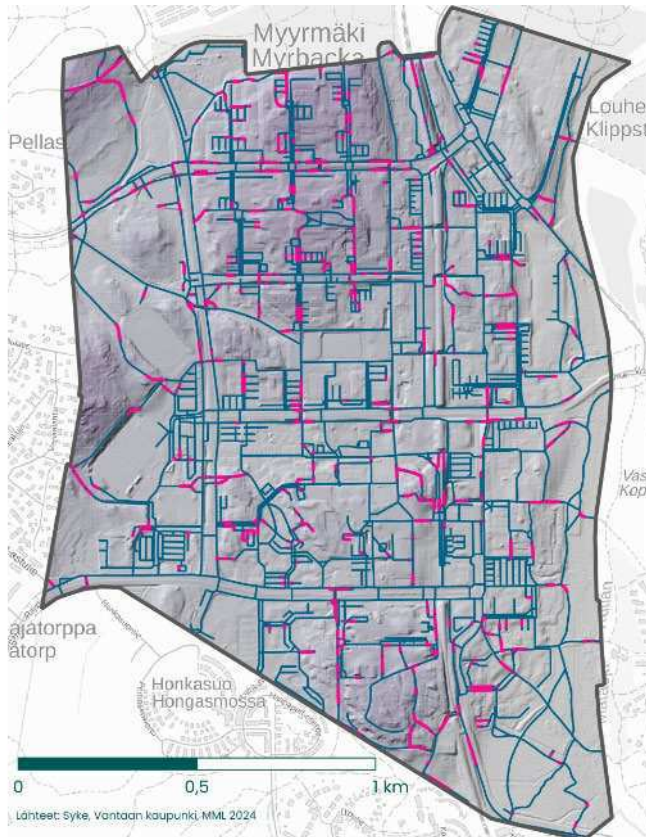
Kartat: Syke

Kävelyreittien rinnekaltevuus

- Ikäystävällinen rinnekaltevuus
- Ei-ikäystävällinen rinnekaltevuus

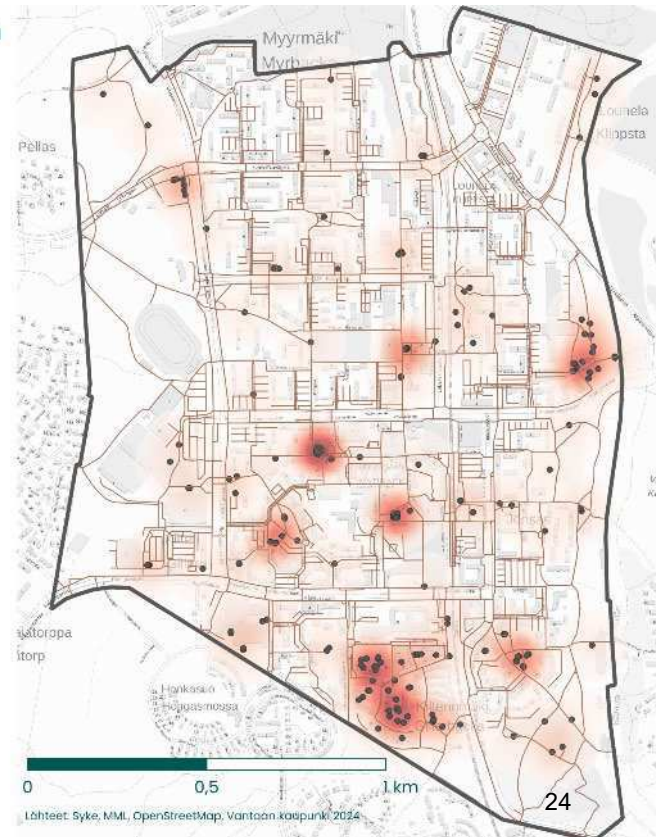
Maaston korkeus

- Korkeampi
- Matalampi



Penkkien määrä

- Paljon
- Vähän
- Penkki
- Kävelyreitti



Asiointireitit lähipalveluihin

Ympäristön jalankulkuystävällisyyden kehittäminen:

- Turvalliset ja katkeamattomat kävelyreitit julkisen liikenteen pysäkeille (tavoiteltava 300 m etäisyys asunnoista).
- Julkisen liikenteen reitit merkityksellisiin paikkoihin
- Valo-ohjattujen suojateiden lisääminen, pysäkkien ja suojateiden esteettömyys.
- Kohtuuhintaista julkista liikennettä, erilaisia palveluratkaisuja.
- Tietoa aikatauluista ja reiteistä monikanavaisesti.



Kuva: Verma, I

Yhteisölliset tilat

- Sosiaalisen osallistumisen ja toiminnan edellytyksenä ovat tilat, jossa asukastoimintaa ja yhteisöllisyyttä on mahdollista toteuttaa.
- Kaupungeissa on tällä hetkellä paljon vajaakäytöllä olevia tilaresursseja.
- Olemassa olevien tilojen tarjoaminen avoimesti asukkaiden käyttöön voi edistää asukkaiden hyvinvointia, yhteisöllisyyttä ja alueiden ikäystävällisyyttä.
- Pitkällä tähtäimellä voi koitua säästöjä kaupunkilaisten lisääntyneenä hyvinvointina.



Kuva: Verma, I

Yhteisöllisyys

- Olemassa olevissa naapurustoissa ja tiloissa voidaan edistää kohtaamisia ja yhteisöllisyyden syntymistä.
- Kohtaamispaikat naapurustossa: esim. asukastila ja kirjasto, lähipalvelut, toimivat arjen kohtaamisen paikkoina.
- Yhteisöllisillä ratkaisuilla voidaan vähentää yksinasumisen tuomaa yksinäisyyden tunnetta.

”Mä oon kauhean kova lukemaa ja musta on ihanaa kun tuo kirjasto on vielä siinä, käyn melkein viikottain.”

”Käyn täällä kerran viikossa korttiin pelaamassa. Sitten tykkään näistä kun kokoonnutaan ja pidetään jotain pippaloita. Tykkään karaokelaulusta.”

Verkostomainen yhteisöllisyys

- Sosiaalisen kanssakäymisen paikat löytyvät arjen ympäristöstä
- Olemassa olevia resursseja ja palveluita hyödynnetään
- Rakennusten korjaaminen ja käyttötarkoituksenmuutokset kestävän kehittämisen keskiössä



Tilat päivätoimintaan

Rozemarijn päiväkeskus, Brugge

- Toiminta kohdistettu työikäisille, alle 65-vuotiaille muistisairaille
- Päiväkeskus sijaitsee keskellä asuinalueetta, tavallisen omakotitalon tiloissa
- Kuntouttava toiminta, arjen toimintojen tukeminen: kaupassakäynti, ruuanlaitto ja puutarhan hoito



Muistiystävällinen kirkonkylä

- Lapinjärven Muistiystävällinen kirkonkylä –suunnitelma (2018) yhteistyössä kunnan ja asukkaiden kanssa
- Pienen kunnan positiivinen sosiaalinen kontrolli
- Kirkonkylän keskustaa ja sen palveluita kehitettiin verkostomaisesti hyödyntäen olemassa olevia resursseja
- Jalankulkureitit, aistipuutarha, taide, asuminen
- Ikä- ja muistiystävällisyyden jatkokehittäminen ideakilpailun (2023) avulla



VIRIKKEELLISYYS

Aistiympäristö

- Aistien kautta tulevat virikkeet (kuulo-, näkö-, haju ja tuntoaisti) tukevat toisiaan asukkaan on helpompi ymmärtää ympäristöään (Zeisel, 2013)
- Tilojen tulee tarjota aistiärsyksiä ja antaa asukkaalle mahdollisuus itse hallita aistitarjoumien ja sosiaalisen vuorovaikutuksen määrää (Cohen ja Weisman, 1991)
- Tilojen hahmottaminen ja akustiikka ovat tärkeitä.



Viheralueet ja pihat

- Erityisesti lähiviheralueet ja pihat ovat tärkeitä toimintakyvyn heiketessä.
- Luonnollisia eri sukupolvien kohtaamispaikkoja
- Hyvinvoinnin ja liikunnan paikkoja
- Henkilökohtaisten muistojen paikkoja
- Pihalle ja puistoihin kaivataan aikuisille suunnattuja istuskelu- ja oleskelualueita

*”Minähän olen koiran kanssa aina siellä pihalla.
Mitä mä sisällä oon, ku ei siellä ole ketään.”*



Viheralueet hyvinvointisuunnitelmissa

- Esim. Lahdessa hyvinvointisuunnitelmassa tavoitteena on ”lisätä kaupunkivihreän määrää ja laatua sekä varmistaa lähivirkistysalueiden saavutettavuus”.
- Vantaan hyvinvointisuunnitelmassa varmistetaan ”saavutettavat ja esteettömät puistot ja ulkoilualueet lähellä asukkaita”.

”Se luonnonläheisyys on hirmu tärkeitä ja ei tääl oo niinku semmoista viheraluetta ja tämmöistä ja me sitä niinku ihmetellään, että kun on rakennettu niin tiiviisti. (...) Eli tuota siellä ei paljon näy valoa eikä siellä näy vihreätä.”

Ulkoalueet

- Viheralueet ja pihat ovat kohtaamisen ja tekemisen paikkoja.
- Viheralueet lähellä kotia, kävelyetäisyydellä edistävät niiden käyttöä.
- Oleskelupaikat ja suojaiset isumapaikat mahdollistavat oleskelun ulkotiloissa .

”Päätettiin siinä perustaa whatsapp ryhmä, ja tuota eli siihen kaikki osallistuu, ja jos jollakin on niinku semmoinen päivä että haluaa lähteä, niin sitten voi ottaa yhteyttä, että saa kaveria sitten siitä ryhmästä ja sitten mennään. Yksi ei tarvitse yksin mennä.”



Kuva: Verma, I

Viheralueiden saavutettavuus

Yksi ikäystävällisyyden tärkeimmistä kriteereistä
(WHO, 2007)

Kuntien viheralue- ja hyvinvointisuunnitelmat:

- Puiden ja kasvillisuuden istutus katualueille.
- Asunto-osakeyhtiöiden pihojen vehreyttäminen.

3-30-300 sääntö (Konijnendijk, 2022):

- 3 puuta näkyvässä kodin ikkunasta
- 30% latvuspeittävyys asuinalueella
- Max. 300 m etäisyys viheralueeseen kodista





LOPUKSI

Ikäystävällinen asuinympäristö

- Ikäystävällinen asuinympäristö on hyvä kaikenikäisille asukkaille (kaikille sopiva suunnittelu, Universal Design, Design for All).
- Sosiaalisesti kestävä yhdyskuntasuunnittelu: Esteetöntä ja kohtuuhintaista asumista, julkiset tilat ja viheralueet avoimia kaikille
- Ikääntyneet ovat yksilöitä, joilla on omat tarpeet ja toiveet asumisen suhteen
- Tarvitaan monimuotoista asumista ihmisten erilaisiin elämäntilanteisiin ja -vaiheisiin



*YK, Sustainable Development Goals 11
Inklusiiviset kaupungit ja yhteisöt*

19.03.2026

40

Poimintoja

“En liiku paikoissa, joita en tunne”

”Se luonnonläheisyys on hirmu tärkeitä ja ei tääl oo niinku semmoista viheraluetta ja tämmöistä ja me sitä niinku ihmetellään, että kun on rakennettu niin tiiviisti. (...) Eli tuota siellä ei paljon näy valoa eikä siellä näy vihreätä.”

” Mun mielestä niin kun on tärkeätä se, että alkaisi olemaan niin kuin iltaohjelma... () Jos ihmisellä on joku ongelma, niin sinäkin päihteiden kanssa niin se on niinku tapahtuu illalla tai viikonlopun.”



Kunnilla on tietoa ja välineitä

- Ikäystävällisyys kaupunkirakenteessa: asumisen esteettömyys, maastonmuodot, palveluiden ja viheralueiden läheisyys sekä julkisen liikenteen reitit.
- Kunnan eri alueilla on erilainen väestöpohja, asuntorakenne, palveluiden ja viheralueiden saavutettavuus, sekä julkisen liikenteen palvelut.
- Ratkaisut ovat **paikallisia** ja edellyttävät asukkaiden **osallistumista**



Ikääntyneiden osallistaminen

- Ympäristön ja palveluiden suunnitelmallinen kehittäminen ja arviointi yhteistyössä ikääntyneiden kanssa lisää kaupunkien ikäystävällisyyttä.
- Kyselyt, asukastyöpajat ja -kävelyt ovat hyvä keino kerätä käyttäjätietoa.



Ikä- ja muistiystävällinen asuminen

- **Asuinympäristö:** Hyvää elämää tavallisessa asunnossa osana yhteisöä ja asuinaluetta
- **Paikalla ikääntyminen:** Asuinympäristön tuttuus auttaa arjessa ja tukee paikalla ikääntymistä
- **Yhteisölliset paikat:** Kaiken ikäisille suunnatut yhteiset tilat naapurustossa, päivätoiminta kuntoutuksen apuna lähellä kotia
- **Viherympäristö:** Viheralueiden saavutettavuus on yksi ikäystävällisyyden tärkeimmistä kriteereistä, tukee kaikkien asukkaiden hyvinvointia
- **Osallistaminen:** Ikääntyneet mukaan kehittämistyöhön

Hankkeiden tuloksia:

- Verma, I. (toim.), Rehunen, A., Strandell, A. & Tiitu, M., 2025, Kaupunkiympäristön ikäystävällisyys ja sen kehittämistarpeet: KARMI-hankeen tuloksia, Aalto-yliopisto <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-64-2663-1>
- Rehunen, A., Strandell, A., Helminen, V., Tiitu, M. & Verma, I., 2025. Ikäystävällinen ympäristö sopii kaikille, SYKE, <http://hdl.handle.net/10138/598625>
- Välikangas, K. & Verma, I. (2025) Miten sinä asuisit? Unohtumattomia ratkaisuja muistiystävälliseen asumiseen. Ympäristöministeriö.
- Verma, I. (toim.) Arpiainen, L. Vladykina, N. (2022) Monimuotoista integroitua asumista muistisairaille. Aalto-yliopiston julkaisusarja 6/2022. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-64-0862-0>

KIITOS!

Ira Verma

Senior scientist, TkT arkkitehtuuri

Arkkitehtuurin laitos, SOTERA

Aalto-yliopisto

ira.verma@aalto.fi

