

Tiivistelmä: Espoon siniviherrakenteen terveyshyötyjen edistämisen toimintasuunnitelma

URBACT Health&Greenspace

Tämä toimintasuunnitelma on laadittu osana Health&Greenspace-hanketta, johon Espoo osallistui vuosina 2019–2022 yhdessä kahdeksan muun eurooppalaisen kaupungin kanssa. Health&Greenspace-hankkeessa kaupungit keskittyivät parantamaan viher- ja virkistysalueiden tarjoamia terveyshyötyjä niin fyysisestä, henkisestä kuin sosiaalisestakin näkökulmasta. Lisäksi hankkeessa tarkasteltiin sitä, kuinka kasvillisuus ja vesistöt voivat lieventää kaupunkiympäristön terveyshaittoja, kuten liikenteen melua, ilmansaasteita ja helteen vaikutuksia.

Espoon siniviherrakenteen terveyshyötyjen edistämisen toimintasuunnitelma kuvaa Espoon siniviherrakenteen nykytilaa ja kaupungin työtä siniviherrakenteen terveyshyötyjen turvaamiseksi. Lisäksi se esittelee toimenpiteitä, joiden avulla kaupunki tulee yhdessä yhteistyökumppaneidensa kanssa turvaamaan nämä terveyshyödyt myös jatkossa. Espoon toimintasuunnitelma on laadittu tiiviissä poikkihallinnollisessa yhteistyössä kaupunkiorganisaation sisällä ja yhdessä espoolaisten asukkaiden ja yhteisöjen kanssa.

Espoon vahvuudet ja kehityskohteet

Espoon väestö kasvaa ja kaupunkirakenne tiivistyy etenkin kaupunkikeskuksissa. Jotta muutos olisi kestävä, kaupunkirakenteen ja sen viher- ja virkistysalueiden tulee tarjota terveyshyötyjä nykyisille ja tuleville kaupunkilaisille. Kestävän kasvun turvaamiseksi Espoo pyrkii kokoamaan tietoa ja hyviä käytäntöjä siitä, miten kaupunkirakenteen tiivistyessä siniviherrakenteen riittävä määrä ja laatu voidaan turvata. Espoossa ympäristönsuojelu kulkee käsi kädessä viheralueiden virkistyskäytön kanssa.

Espoon kaupungin vahvuuksia ovat sen koulutettu ja keskimääräistä paremmin voiva väestö sekä monipuolinen luonnonympäristö. Espoossa asuinalueet koetaan pääosin miellyttäväksi ja turvalliseksi. Suurimmat haasteet asukkaiden hyvinvoinnille aiheutuvat kaupungin tiivistymisestä, väestönkasvusta, yksinäisyydestä ja mielenterveysongelmista. Pääosin espoolaiset ovat keskimääräistä tyytyväisempiä kunnan tarjoamiin palveluihin verrattuna muihin suomalaisiin kuntiin.



Health&Greenspace-hankkeeseen osallistuneet kaupungit

12th district of Budapest (HU) (Lead Partner) Poznan (PL)
Breda (NL) Santa Pola (ES)
Espoo (FIN) Suceava (RO)
Limerick (IE) Tartu (EST)
Messina (IT)

Terveyttä tukeva siniviherverkosto: visio ja tavoitteet

Espoon siniviherrakenteen terveyshyötyjen edistämisen toimintasuunnitelma perustuu selkeälle visiolle siitä, millainen kaupunki Espoo on tulevaisuudessa. Visio noudattelee Espoon kaupungin strategiaa eli Espoo-tarinaa 2021–2025.

Visio vihreästä ja terveellisestä Espoosta:

Tulevaisuuden Espoo on vihreä, terveellinen ja turvallinen verkostokaupunki, jossa kaupungin siniviherrakenne tukee espoolaisten henkistä ja fyysistä hyvinvointia ja sosiaalista vuorovaikutusta. Kaupungin monimuotoinen luonto ja virkistysalueverkosto ovat laadukkaita, monipuolisia ja kaikenikäisten asukkaiden saavutettavissa, ja niiden merkitys terveyden edistämiseksi on tunnistettu. Kaupungin kasvaessa lähiympäristön virkistys- ja luontoarvot turvataan toisiaan tukien.



Siniviherrakenteen terveyshyötyjen edistäminen Espoossa

Lähiluonnon ja sen tarjoamien terveyshyötyjen edistäminen on yksi kaupungin eri toimialoja yhdistävä osa-alue, jota koskevaa yhteistyötä toimintasuunnitelma pyrkii edistämään. Koska siniviherrakenteen terveyshyötyjen edistäminen vaatii paljon eri toimialojen ja keskusten välistä yhteistyötä, toimintasuunnitelmassa on

esitelty eri keskusten keskeisiä vastuualueita siniviherrakenteen suunnittelussa ja ylläpidossa ja kaupunkilaisten hyvinvoinnista huolehtimisessa. Eri toimijoiden roolien määrittely selkeyttää näitä vastuita ja mahdollistaa aiempaa paremmin eri toimijoiden välisen yhteistyön.



Paikalliset hankeverkostot Espoossa

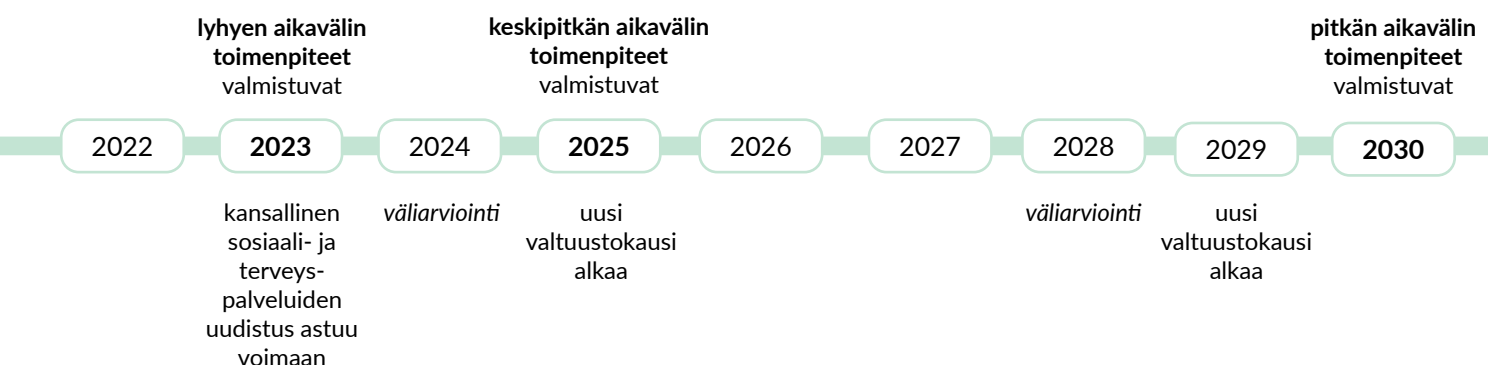
ULG I (Urban Local Group) oli kaupungin sisäinen asiantuntijaverkosto, joka muodostui noin kymmenen eri keskuksen ja yksikön asiantuntijoista jokaiselta toimialalta.

ULG II -verkoston tilaisuuksien tavoitteena oli kasvattaa kaikkien kaupungin työntekijöiden osaamista Health&Greenspace-hankkeen teemoista ja lisätä yhteistyötä tutkimuslaitosten kanssa.

Kaupunkilaiset, yhdistykset ja muut yhteistyökumppanit osallistuivat hankkeeseen **ULG III** -verkoston tapahtumissa, muun muassa puistokävelyllä ja yhdistyksille suunnatussa työpajassa.

Toimenpiteet ja toimintasuunnitelman toteutus

Toimintasuunnitelmaa laadittaessa tunnistettiin neljä päätavoitetta, joiden avulla visio siniviherrakenteen terveyshyötyjen turvaamiseksi tullaan saavuttamaan. Toimintasuunnitelman valmistumisen tavoitevuosi on 2030.



LUONTO KAUPUNGIN PALVELUISSA

Eri-ikäiset ja -kuntoiset espoolaiset tuntevat kaupungin luontokohteet ja monipuoliset viheralueet, innostuvat luonnossa liikkumisesta ja hyödyntävät siniviherverkostoa vastuullisesti ja usein. Kaupunkilaisten liikkumista luonnossa tuetaan tarjoamalla eri palveluita kattavasti Espoon monipuolisilla viher- ja virkistysalueilla.



1.1.

Monikulttuuristuvan väestön ja erityisryhmien luontoliikunnan tukeminen

Espeen monikulttuuristuva väestö ja erityisryhmien tarpeet luontoliikunnalle ja ulkoilulle huomioidaan liikunnan ja urheilun tulosyksikön tarjonnassa ja sitä koskevassa viestinnässä aiempaa paremmin. Sekä itse palveluita että tietoa niistä tarjotaan kolmella kielellä.

1.2.

Liikuntaneuvonnan tapaamisten järjestäminen lähiluonnossa

Liikuntaneuvonnan asiakastapaamisissa painotetaan jatkossa aiempaa enemmän ulkona tapahtuvaa liikuntaa ja luonnossa liikkumista osana terveellistä elämäntapaa.

1.3.

Ikääntyvän väestön ohjatun ulko- ja luontoliikunnan lisääminen

Ohjatun liikunnan palvelutarjonnassa lisätään ulkoliikuntaa ja erityisesti lähiluontoon sijoittuvia liikuntatapahtumia ja ulkoiluryhmiä.

1.4.

Lähiliikuntapaikkoja ja ulkokuntosaleja koskevan viestinnän lisääminen

Asukkaita opastetaan ja kannustetaan lähiliikuntapaikkojen ja ulkokuntosalien käyttöön osana kaupungin tarjoamaa liikuntaneuvontaa ja yhtenä liikunnan viestinnän painopisteistä.

1.5.

Ulko- ja luontoliikuntatapahtumien määrän lisääminen

Liikunnan ja urheilun tulosyksikön järjestämissä yleisötapahtumissa painotetaan jatkossa aiempaa enemmän ulkoliikuntaa ja luonnossa liikkumista.

1.6.

Lähiluontoteemaisten kotikaupunkipolkujen toteuttaminen

Espoo tukee espoolaisia kaupunginosayhdistyksiä luomaan kävelyreittejä, jotka tutustuttavat kävijät lähiluontoon ja Espoon arvokkaisiin luontokohteisiin.

1.7.

Luontoliikunnan lisääminen Espoon KULPS - kulttuuri- ja liikuntakasvatussuunnitelmassa

Koulujen kulttuuri- ja liikuntakasvatussuunnitelmassa vahvistetaan luontoliikuntaa ja lisätään lähiluonnossa tapahtuvia retkiä osaksi KULPS-liikuntapolun valikoimaa.

1.8.

Ulkoluokkapedagogiikan tukeminen ja vahvistaminen

Ulkona oppimista ja ulkoluokkapedagogiikkaa ylläpidetään, tuetaan ja vahvistetaan Espoon kaikissa kouluissa.

1.9.

Visuaaliset luontoelementit terveysasemien odotusauloissa

Espoossa tehdään pilottikokeilu, jossa testataan, kuinka visuaalinen luontoelemäntä vaikuttaa terveysaseman asiakkaiden tyytyväisyyteen.

1.10.

Espeen sairaalan lähiluonto osana sairaalan hoitotyötä

Espoossa selvitetään mahdollisuuksia hyödyntää Espoon sairaaloiden läheisiä viheralueita sairaalan potilaiden kuntoutuksessa.



KAUPUNKILAISTEN OSALLISUUS

Espoolaisten asukkaiden kokemukset, näkemykset ja ehdotukset nähdään voimavarana, jota hyödynnetään kaupungin viher- ja virkistysalueiden, ulkoliikuntapaikkojen, vesistöjen ja luontokohteiden suunnittelussa ja hoidossa sekä palveluiden kehittämisessä. Espoolaiset tiedostavat oman roolinsa ympäristönsä puhtaanapidossa.

2.1.

Hyvinvointi- ja terveystalvaiden ja järjestöjen yhteistyön tiivistäminen

Espoon kaupunki kehittää yhdessä yhdistysten kanssa toimintatapoja, joiden avulla mielenterveys- ja päihdepalveluiden asiakkaita ohjataan yhdistysten tarjoaman vertaistuen ja kuntouttavan toiminnan piiriin.

2.2.

Ulkoiluystävänä iäkkäälle -vapaaehtoistoiminnan tukeminen

Toimintaan osallistuvilla vapaaehtoisilla tarjotaan tukea ja koulutusta toimintaan. Vapaaehtoisten määrää pyritään lisäämään.

2.3.

Kaupunkiviljelylaatikoiden lisääminen kaupungin eri toimipisteissä

Koulujen, päiväkotien ja muiden kaupungin toimipisteiden viljelylaatikoiden tilaukselle luodaan selkeät käytännöt ja toimintatavat.

2.4.

Meidän puisto -toimintamallin laajentaminen kouluille ja varhaiskasvatukselle

Meidän puisto -toimintamallista kehitetään kouluille ja päiväkodeille kohdennettu versio. Toimintamallin avulla koulu tai päiväkotio voi tehdä kaupungin kanssa sopimuksen oman lähimetsänsä hoidosta.

2.5.

Yhteisöllisen talkootoiminnan jatkuvuuden turvaaminen

Espoo tiedottaa yhdistyksiä ja yhteisöjä mahdollisuudesta talkoiden järjestämiseen itsenäisesti ja korostaa viestinnässä talkoiden vaikutuksia hyvinvoinnille, yhteisöllisyydelle ja lähiympäristön siisteydelle.

2.6.

Ulkosalla-tapahtumakonseptin käyttöönotto ja jalkauttaminen

Espoossa otetaan käyttöön ja markkinoidaan Ulkosalla-tapahtumakonseptia, joka tarjoaa uudenlaisen tavan tutustua omaan lähiluontoonsa ja sen muodostamiin tiloihin eli huoneisiin.

2.7.

Asukkaiden aktiivisuuden tukeminen luontokohteiden suunnittelussa ja ylläpidossa

Asukkaille ja asukasühdistyksille viestitään mahdollisuuksista toimia yhteistyössä kaupungin kanssa uusien luontokohteiden valmistelussa ja suunnittelussa.

2.8.

Mun Espoo kartalla -kyselyn tulosten hyödyntäminen kaupungin toiminnassa

Ainutlaatuisen aineiston tuloksista viestitään sekä kaupungin sisällä että asukkaille ja yhteistyökumppaneille.



SINIVIHERRAKENTTEEN SUUNNITTELU JA YLLÄPITO

Kaupungin suunnittelussa huomioidaan ja turvataan siniviherrakenteen riittävyys ja laatu. Viher- ja virkistysalueiden sekä muiden ulkotilojen suunnittelu ja toteutus tehdään tavalla, joka turvaa laadukkaan siniviherympäristön asukkaalle tarjoamat terveyshyödyt sekä kannustaa niiden hyödyntämiseen.

3.1.

Erityisryhmien ulkoilun edistäminen ulkoilureittien ja viheralueiden suunnittelun yhteydessä

Siniviherrakenteen suunnitteluhankkeiden yhteydessä parannetaan mahdollisuuksien mukaan kohteiden esteettömyyttä, saavutettavuutta ja käytettävyyttä.

3.2.

Julkisten rakennushankkeiden pihasuunnittelun käytäntöjen kehittäminen

Julkisten rakennushankkeiden ulkotilojen suunnittelun yhteydessä painotetaan viheralueiden ja kasvillisuuden merkitystä viihtyisyyttä ja terveellisyyttä lisäävänä tekijänä.

3.3.

Viherkattojen määrän lisääminen julkisessa rakentamisessa

Viherkattojen tarvetta ja toteutusmahdollisuuksia arvioidaan kaikissa uusissa julkisissa rakennushankkeissa.

3.4.

Siniviherrakenteen terveyshyötyjen kehittämisen periaatteet kaupunkisuunnittelussa

Kaavoituksen vaikutukset terveyden edistämiseksi ja terveyshaittojen ehkäisylle tehdään näkyviksi yleisten suunnitteluperiaatteiden laatimisen kautta.

3.5.

Ympäristön terveystieteellisen näkökulman huomiointi kaavahankkeiden tavoitteiden asettamisessa, vaikutusten arvioinnissa ja seurannassa

Ympäristön vaikutukset terveydelle huomioidaan yleis- ja asemakaavoituksen eri vaiheissa niin, että tavoitteet terveellisestä, turvallisesta ja viihtyisästä elinympäristöstä toteutuvat.

3.6.

Siniviherrakenteen terveysvaikutusten huomiointi ympäristöterveyden antamissa lausunnoissa

Ympäristöterveyden yksikön antamissa rakennus- ja kaavahankkeiden lausunnoissa huomioidaan viherympäristöjen rooli terveyshaittojen ennaltaehkäisyssä ja terveyden edistämässä.

3.7.

Tärkeät lähimetsät - Espoon koulu- ja päiväkotimetsät -selvityksen päivitys

Päiväkotien hyödyntämät lähimetsät kartoitetaan monialaisen työryhmän toimesta niin, että kasville ja oppimiselle tärkeät lähimetsät tunnistetaan ja huomioidaan maankäytön ja metsienhoidon suunnittelussa.

3.8.

Hiljaisiksi koettuja alueita koskevan aineiston hyödyntäminen

Olemassa olevia aineistoja asukkaiden hiljaisiksi ja rauhallisiksi kokemista paikoista analysoidaan ja hyödynnetään kaupunkisuunnittelussa.



TIEDOLLA TOIMIVA KAUPUNKI

Espoossa sekä asukkaat että kaupunkiorganisaatio tunnistavat luonnon, vesistöjen sekä viher- ja virkistysalueiden asukkaiden terveyttä ylläpitävät ja edistävät vaikutukset. Kaupunkiorganisaatiossa lähiympäristön terveyshyötyihin vaikuttavat prosessit, yksiköt ja toimialueet on tunnistettu. Jatkossa tätä tietoa hyödynnetään kaupungin päätöksenteossa ja toiminnassa aktiivisesti, tehokkaasti ja vaikuttavasti.

4.1.

Viherhyvinvointiverkoston perustaminen

Kaupungin sisälle perustetaan verkosto, joka jatkaa tiedonvaihtoa ja yhteistyötä eri keskusten välillä siniviherrakenteen terveyshyötyjen edistämiseksi.

4.2.

Tietopankki kaupungin siniviherrakenteen terveysvaikutuksista

Kaupungin nettisivuille lisätään yhteinen tietosivu, joka kokoaa yhteen siniviherrakenteen tarjoamia terveyshyötyjä eri ikäisille ja -kuntoisille asukkaalle.

4.3.

Paikkatietoaineistojen saavutettavuuden parantaminen

Tärkeimmät kaupungin tuottamat selvitykset ja niiden aineistot siniviherrakenteesta viedään kaupungin muiden yksiköiden saataville kaupungin karttapalveluun.

4.4.

Siniviherrakenteen suunnittelun ja ylläpidon prosessikuvausten laatiminen

Kaupungin tärkeimmistä siniviherrakenteen suunnittelun ja ylläpidon toimintatavoista laaditaan selkeät kuvaukset, jotka tukevat asukkaiden vaikuttamisen oikea-aikaisuutta ja kaupungin sisäistä tiedonvaihtoa.

4.5.

Terveyspalveluiden ja liikunnan ja urheilun välisen yhteistyön tiivistäminen

Terveyspalveluiden asiakkaita ohjataan kohdennetusti kaupungin tarjoamien liikunta- ja urheilupalveluiden piiriin. Liikunnan harrastaminen tukee sekä asiakkaiden henkistä että fyysistä hyvinvointia ja auttaa parantumaan.

Lue lisää:

www.espoo.fi/fi/espoon-siniviherrakenteen-terveyshyotyjen-edistamisen-toimintasuunnitelma-2022-2030