

## **Sipoon vammaisneuvoston kannanotto NG8-kaavaan 3/2022**

### **Lainsäädäntö ja hyvinvointi**

”Kunnan on edistettävä asukkaidensa hyvinvointia ja terveyttä. Kunnalla on ensisijainen vastuu hyvinvoinnin ja terveyden edistämisestä siltä osin kuin tämä tehtävä kytkeytyy kunnan muihin lakisääteisiin tehtäviin.” - - ” Sen on otettava päätöksenteossaan huomioon päätöstensä arvioidut vaikutukset ihmisten hyvinvointiin ja terveyteen väestöryhmittäin.”

Näin toteaa 6§ Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen kunnassa (Laki sosiaali- ja terveydenhuollon järjestämisestä 612/2021)

Hyvinvoinnin edistäminen koskee yhdenvertaisesti kaikkia eri väestöryhmiä, ei vain niitä, joilla on vikkelät jalat tai nopea auto käytössään.

### **Metsän terveyshyödyt**

Yleisesti tunnetaan metsän stressiä vähentävät vaikutukset. Tutkimuksissa on mm. raportoitu sydämen sykkeen olevan hitaampi ja syketaajuuden vaihtelun suurempi metsissä liikuttaessa kuin vertailualueilla kaupunkikeskustoissa. Kansainvälisissä laajoissa väestötutkimuksissa on raportoitu positiivinen yhteys viheralueiden määrän ja aikuisten mielenterveyden välillä. Viheralueiden määrän on havaittu olevan yhteydessä myös vähäisempään määrään sydänkuolemia, ja muutamassa tutkimuksessa on raportoitu viheralueiden yhteydestä alentuneeseen kuolleisuuteen liittyen myös hengityselinsairauksiin ja syöpään.

(Duodecim 2018;134(13):1397-403, Mitä tiedetään metsän terveyshyödyistä)

### **Metsän terveyshyödyt tunnustettu Sipoossa**

Ministeriöhankeena v.2014 käynnistetty Terveysmetsätoiminta on tuttu myös Sipoossa. ”Lääkäriltä voi Sipoossa saada lähetteen Terveysmetsään, ohjatulle luontoretkisarjalle, joka on osa terveyskeskuksen palveluita. Terveysmetsää hyödynnetään myös esimerkiksi lastensuojelun asiakkaiden parissa. Usea muu kunta on seuraamassa Sipoon mallia.” Hanketta on laajennettu soveltumaan työuupumuksesta kärsivien lisäksi myös vanhuksille, lapsille, nuorille ja toipujille. (<https://terveysmetsa.fi/>)

Terveysmetsätoiminnan kautta Sipoo on hyväksynyt ja tunnustanut metsän tuovan terveyshyötyjä asukkaille. Palvelu on toteutettu maastossa, jossa suuret korkeuserot, ja joka ei siksi ole esteetön.

### **Metsien saavutettavuus**

Vaikka Sipoon maisemat ovat laajalti peltoa ja metsää, kaikki eivät pysty metsissä risteileviä polkuja kulkemaan. Kaikki eivät pysty hyppäämään ojan ylitse, selviämään juurakoista ja kipuamaan poluille kaatuneiden runkojen ylitse. Sipoalaismetsissä korkeuserot ovat suuria, ja estävät tehokkaasti niiden kulkemisen, jotka fyysisistä pulmista huolimatta haluavat ylläpitää kuntoaan ja kokea luontoelämyksiä. Kaikilla ei myöskään ole autoa, jolla päästä edes metsän reunaan.

Ilman lähiluontoa ja lähimetsää terveyshyödyt tulevat vain vikkelijalkaisille ja autoileville kuntalaisille. Kuntien velvoite huolehtia asukkaiden hyvinvoinnista ulottuu kuitenkin yhdenvertaisesti kaikkiin eri ryhmiin, myös niihin, joiden on muita vaikeampi liikkua.

### **NG8 ja esteetön lähiluonto**

”Terveysmetsä on myös paikka. Siellä esiintyy koko joukko hyvinvointia tukevia tekijöitä. Näitä ovat esimerkiksi hiljaisuus, vanhat puuyksilöt, vesistöt, lajiston monimuotoisuus ja kulkukelpoiset polut.” (Terveysmetsä.fi)

NG8 kaavan alueella on korkeapiirteistä metsää. Vaikka kuntopolun pinta sinänsä on esteetön, korkeuserot estävät niillä liikkumisen monilta ulkoilijoilta, eikä näitä reittejä voi pitää esteettöminä lainkaan. Myös purolaakson kohdalla korkeuserot ovat suuret, eivätkä siksi esteettömät. Kaavassa pieniä metsäalueita pilkkotaan poluilla entistä pienempiin osiin, mikä ei lisää luontoelämystä vaan vähentää sitä häiritessään luonnon elämää. Näistä pilkkovista poluista jo valmistuneet ovat pinnaltaan erittäin epätasaisia ja hankalia, eivätkä sovellu niille, joiden on vaikeaa liikkua.

Peltoon rajautuvalla metsäosuudella kulkee apuvälineille ja liikkumisen pulmista kärsiville kaksi sopivaa kuntopolun pätkää (kts kartta liitteenä). Uusimmassa kaavaluonnoksessa vain pohjoisempi näistä on säästetty, mikä ei riitä pelastamaan apuvälineenkäyttäjille, ikääntyneille ja toipilaille luontoelämystä ja metsästä saatavia terveyshyötyjä. Säästetyn polun maisema muistuttaa hakkuualueita, ja tekee vain mielen surulliseksi.

Eteläisemmän kuntopolun reitti puolestaan tarjoaa aidon ja hienon luontoelämyksen. Puusto on vahvaa, kasvusto rehevää, linnut ja pienet metsän eläimet näyttäytyvät, koska niille on paljon suojaisia paikkoja. Vahingoittumattoman metsän tunnelma on aistittavissa ja terveyshyödyt saatavissa, mutta tämä alue on uudessa kaavassa yhä katoamassa rakentamisen alle.

### **Vammaisneuvosto edellyttää**

Vammaiset ja terveyspulmia kokevat tarvitsevat lähiluontoelämyksiä ja ulkoilumahdollisuuksia aivan samalla tavalla kuin muutkin asukkaat. Lähiluontokohteiden tulee olla aidosti saavutettavia.

Kunnan on tärkeää olla kadottamatta tuota metsäkaistaletta rakentamisen alle, koska tasamaalla kulkevana reitti mahdollistaa niin liikunnan kuin luontoelämyksen tuomat hyödyt myös niille, joiden liikkuminen vaatii esteettömyyttä vamman, ikääntymisen tai terveyspulmien takia,

Sipoon Vammaisneuvosto

Monica Ståhls-Hindsberg

Puheenjohtaja

Tuula Räikkönen

vammaisneuvoston jäsen