

# Tuttujen polkujen tallaamista

Vastaukset elävät aikansa. Kysymykset tulevat yhä uudestaan.

Samuli Paronen

Uutta kolumnia miettiessäni selailin vanhoja *Maankäyttö*-lehtiä, jotka olen onneksi säästänyt hyllyssäni. Kävin myös läpi lehtileikkeitäni muutaman viime vuoden ajalta. Olen kerännyt niitä melkoisen määrän minua eniten kiinnostavista aiheista. Vanhoja tekstejä lukiessa tuli outo tunne: onko maailma pysähtynyt, kun samoista asioista kirjoitetaan samanlaisia kirjoituksia vuodesta toiseen. Tämä tunne on täysin ristiriidassa sen käsityksen kanssa, että maailma ympärillämme muuttuu yhä kiihtyvällä vauhdilla. Samalla tuli tunne, että kannattaako enää kirjoittaa mitään, kun kaikki on jo sanottu moneen kertaan. Sitten ajattelin, että vastatuuleen pitää soutaa, ettei tuuli vie mennessään, vaikka vene ei paljon liikkuisikaan.

Otan esimerkiksi kestoaiheista pääkaupunkiseudun asumisongelmat. *Helsingin Sanomat* julkaisi 12.11.2016 laajan kirjoituksen ”5 keinoa kohtuuhintaiseen asumiseen”. Lehti oli koonnut asiantuntijoilta keinot, joilla asumisen kallistumista pääkaupunkiseudulla voidaan hillitä. Kirjoituksessa todettiin samat ongelmat kuin monta kertaa ennenkin. Siinä kerrottiin myös, että nyt on tilanne korjaantumassa. En usko ennen kuin näen. Nuo 5 keinoa ovat seuraavat: lisää tontteja, tiiviimpää rakentamista, vähemmän autopaikkoja, paremmat raideyhteydet ja kevyemmät normit.

Toimittaja **Jarno Hartikainen** nosti näkyvästi esiin kaupunkitieteen emeritusprofessori **Heikki A. Loikkasen**. Olen kertonut hänen ajattelustaan *Maankäytössä* 4/2013. Loikkanen on julkaissut yhdessä Kaupunkitutkimus TA Oy:n toimitusjohtajan **Seppo Laakson** kanssa teoksen ”Tiivistetty kaupunkikehitys – tuottavuuden ja hyvinvoinnin kasvun perusta”. He nimittävät sitä keskustelualoitteeksi. He esittävät omat teesinsä kirkkaina totuuksina. Teos täyttää pamfletin tunnusmerkit.

Loikkanen ja Laakso näkevät runsaan kaa-voituksen ja kaupunkikeskustojen tiivistämisen ratkaisuksi halpaan asumiseen ja elinkeinoelämän kehitykseen sekä ihmisten hyvinvointiin. Me emme kuitenkaan pääse irti siitä tosiseikasta, että vilkas elinkeinoelämä ja ihmisten kasautuminen kaupunkikeskuksiin nostavat hintoja kysynnän ja tarjonnan lain mukaisesti. Esim. Kemijärven tutustumalla selviää, millä keinoilla

hinnat saadaan alas. Kirjoittajien perusteluja lukiessa tulee mieleen vanha slogan: kaikki yhtä aikaa ruuhkan välttämiseksi. Ihmisten hyvinvoinnin osatekijöitä Loikkanen ja Laakso eivät ole analysoineet lainkaan. Se on jäänyt vain maininnan asteelle.

Pääkaupunkiseudun kasvaminen ja suurimman osan Suomesta kuihtuminen eivät ole luonnonlakeja vaan sidoksissa ihmisten tekemiin päätöksiin tai paremminkin päättämättömyyteen ongelmien edessä. Me ajelehdimme ajopuuna vapaana vellovassa kasvottomassa markkinataloudessa voimattomina ottamaan asioita haltuumme ja tekemään pitkällä tähtäyksellä järkeviä päätöksiä. Tarkoitin sellaisia päätöksiä, joissa otetaan oikein painotettuina huomioon taloudelliset, luonnontaloudelliset, ympäristölliset, sosiaaliset, eettiset ja kulttuuriset näkökohdat.

Meillä on hieno maa, jota emme osaa käyttää hyväksemme läheskään parhaalla mahdollisella tavalla. Ahtautuminen pääkaupunkiseudulle aiheuttaa suuria ongelmia sekä siellä että muualla maassa. Toivoisin, että meneillään olevassa (vai onko se meneillään) sote-uudistuksessa voitaisiin mennä perimmäisten kysymysten äärelle ja tarkastella ihmisten hyvinvoinnin ehtoja riittävän monialaisesti. On valitettavaa, että asioita käsitellään ja päätetään nykyisin hyvin sektorikohtaisesti. Toteutuu vanha sananlasku: Vasen käsi ei tiedä mitä oikea käsi tekee.

14.11.2016 vietettiin maailman diabetespäivää. Suomessa on noin puoli miljoonaa diabeetikkoa ja heidän määränsä lisääntyy nopeasti. Kakkostyyppin diabetes on elämäntapasairaus, jonka syntyyn liittyvät mm. epäterveellinen ruokavalio, liikunnan puute ja tupakointi. Suurin syy diabetekseen on ylipainoisuus. Meillä on paljon muitakin elintavoista johtuvia sairauksia. Liikunnan puute jättää pysyviä jälkiä jo alle kouluikäisiin. Sote-asioissa kamppailevalla Suomella on tulevaisuudessa edessään suuret ongelmat sairauksien aiheuttamista kustannuksista. Kalliilla hoitomenetelmillä voidaan elinikää jatkaa, mutta elämänlaatu voi jäädä heikoksi. Asioiden parantamiseen on yksi yksinkertai-

nen menetelmä: liikunnan lisääminen ajoissa. Sitä voi harjoittaa halvalla ja ihan ilmaiseksikin. Hitausmomentti näyttää kuitenkin voimansa eikä toivottuja tuloksia tule. Jos liikunta lisääntyisi, se parantaisi elämän laatua ja vähentäisi sairauskuluja. Myös talouselämä hyötyisi, kun ihmiset painaisivat virkeämpinä töitä eikä työpumuksesta tarvitsisi puhua nykyisellä tavalla.

Liikkuminen tekee ihmeitä mielelle, sanoo **Inkeri Tiitinen** (HS 10.11.2016). Vaikeat lapsuudenkokemukset saivat hänen mielensä niin solmuun, että terapeutinkin oli neuvoton. Vuonna 2011 Tiitinen sairastui masennukseen ja hänelle puhkesi myös dissosiaatiohäiriö. Sen oireita voivat olla esimerkiksi muistinmenetykset, ajan ja paikan tajun katoaminen tai itsestään ja ympäristöstään vieraantuminen. Toipuminen alkoi siitä hetkestä, kun hän puki jalkaansa lenkkisukset. Tiitisen mukaan liikunta pelasti hänet. Kohtauksia tulee hyvin harvoin. Tiitinen on nyt iloinen nainen. Hän toimii personal trainerina, joka toivoo, että mahdollisimman moni löytäisi liikkumisen ilon.

Tutkimukset ovat osoittaneet, että erityisesti metsäluonto on ihmiselle terveellistä. Tässä ei ole mitään ihmeellistä, sillä metsästä me olemme kotoisin ja sieltä ovat geenimme peräisin.

Terveydellä on yhteytensä myös asumiseen liittyvään suunnitteluun. Yhdyskuntasuunnittelussa pitäisi terveyden edistämisen kulkea eturintamassa, koska sen tärkeämpää perustetta on vaikea keksiä. Suunnittelun keinot ovat toki rajalliset, mutta kunhan ne ovat aina mielessä, niin sillä on suuri vaikutus lopputulokseen.



Raimo Koivisto  
raimo.koivisto@kolumbus.fi