

Pysähdy tähän ja katsele ympärillesi. Mitä kaunista näet? Millaisia luonnon ääniä kuulet? Keskity ja hengitä syvään - huomaa kuinka mieli rauhoittuu ja syke laskee.

*Kun olet valmis, jatka rauhallisesti matkaa.*



## Esteetön aistipolku

Jämsässä suunniteltiin oma mindfulness-puisto kuntalaisten, matkailijoiden ja terveydenhuollon tarpeisiin vastapainoksi hektiselle elämäntavalle.

Ideoita toteutuksiin kerättiin muun muassa ideakilpailulla, koulutuksen henkilöstöltä sekä vanhus- ja vammaisneuvostojen edustajilta.

Aistipolku rakennetaan kesällä 2021.

## TULOKSET

- Pitkäjänteistä kehittämistä tukeva suunnitelma taidetta ja teknologiaa yhdistävästä, mutta myös luonnon jo tarjoamia puitteita hyödyntävästä aistipolusta.
- Rakennettavia aistikohteita mm. soitinpuisto, ruusu- ja tuntu- ja tasapainopolku ja perhospuutarha.

## VAIKUTUKSET

- Polun toteutuessa vaikutus paikallisidentiteettiin ja hyvinvointiin.
- Skaalautumismahdollisuudet opetus- ja kasvatuskäyttöön, kulttuurin esille tuomiseen, kaupunkisuunnistukseen ja virtuaalikerroksiin.



## YHTEISTYÖSSÄ

Jämsän kaupunki

Vihersuunnittelu  
Sarastus Oy

Ympäristöministeriö



Ympäristöministeriö  
Miljöministeriet  
Ministry of the Environment



KESTÄVÄ  
KAUPUNKI

