



TALLINNA TEHNIKAÜLIKOO  
INSENERITEADUSKOND  
Ehituse ja arhitektuuri instituut

TALLINNA TEHNIKAÜLIKOO

**ARGIRUUM. TÖÖ JA KODU VAHEL.**  
**EVERYDAY SPACE. BETWEEN WORK AND HOME.**  
MAGISTRITÖÖ/MASTER THESIS

Üliõpilane: Anete Samelselg  
Üliõpilaskood: 182202EAU  
Juhendaja: Ioannis Lykouras  
Kaasjuhendaja: Kristi Grišakov

Tallinn 2024

(Tiitellehe pöördel)

## AUTORIDEKLARATSIOON

Olen koostanud lõputöö iseseisvalt.

Lõputöö alusel ei ole varem kutse- või teaduskraadi või inseneridiplomit taotletud. Kõik töö koostamisel kasutatud teiste autorite tööd, olulised seisukohad, kirjandusallikatest ja mujalt pärinevad andmed on viidatud.

“.....” ..... 2024

Autor: .....

/ allkiri /

Töö vastab bakalaureusetöö/magistritööle esitatud nõuetele

“.....” ..... 2024

Juhendaja: .....

/ allkiri /

Kaitsmisele lubatud

“.....” .....2024 .

Kaitsmiskomisjoni esimees .....

/ nimi ja allkiri /

# **Lihtlitsents lõputöö reprodutseerimiseks ja lõputöö üldsusele kättesaadavaks tegemiseks<sup>1</sup>**

Mina Anete Samelselg (*autori nimi*)

Annan Tallinna Tehnikaülikoolile tasuta loa (lihtlitsentsi) enda loodud teose Argiruum.Töö ja kodu vahel.

(*lõputöö pealkiri*)

mille juhendaja on Ioannis Lykouras,

(*juhendaja nimi*)

reprodutseerimiseks lõputöö säilitamise ja elektroonse avaldamise eesmärgil, sh Tallinna Tehnikaülikooli raamatukogu digikogusse lisamise eesmärgil kuni autoriõiguse kehtivuse tähtaja lõppemiseni;

üldsusele kättesaadavaks tegemiseks Tallinna Tehnikaülikooli veebikeskkonna kaudu, sealhulgas Tallinna Tehnikaülikooli raamatukogu digikogu kaudu kuni autoriõiguse kehtivuse tähtaja lõppemiseni.

Olen teadlik, et käesoleva lihtlitsentsi punktis 1 nimetatud õigused jäävad alles ka autorile.

Kinnitan, et lihtlitsentsi andmisega ei rikuta teiste isikute intellektuaalomandi ega isikuandmete kaitse seadusest ning muudest õigusaktidest tulenevaid õigusi.

\_\_\_\_\_ (kuupäev)

\_\_\_\_\_

<sup>1</sup> Lihtlitsents ei kehti juurdepääsupiirangu kehtivuse ajal vastavalt üliõpilase taotlusele lõputööle juurdepääsupiirangu kehtestamiseks, mis on allkirjastatud teaduskonna dekaani poolt, välja arvatud ülikooli õigus lõputööd reprodutseerida üksnes säilitamise eesmärgil. Kui lõputöö on loonud kaks või enam isikut oma ühise loomingulise tegevusega ning lõputöö kaas- või ühisautor(id) ei ole andnud lõputööd kaitsvale üliõpilasele kindlaksmääratud tähtjaks nõusolekut lõputöö reprodutseerimiseks ja avalikustamiseks vastavalt lihtlitsentsi punktidele 1.1. ja 1.2, siis lihtlitsents nimetatud tähtaja jooksul ei kehti.

## **ABSTRACT**

Everyday space is important, and in the hustle and bustle of life, we may not understand its impact. The space between work and home goes unnoticed due to its monotony, and the routine work life takes us from weekend to weekend. In my master's thesis, I study everyday space and people between home and work. I analyze how and why we move in urban space and how to find a balance between work and oneself. I think about the importance of space and its characteristics. In the project part, I create a set of rules for designing the space between work and home and apply it in the center of Tallinn.

In the first part of the master's thesis, I discuss everyday space and its designers on theoretical grounds. I reflect on society's expectations for adults and describe the nature of a person's everyday space. We tend to think of the city as an expansive, even endless network of countless fragments and roads, but our urban space is shaped by our everyday activities, and it sets invisible limits for us to fully experience and explore the city. In everyday life, it is important to find time to think, dream, work through feelings and achieve your goals or choose new ones. This is how we remain ourselves, find humanity and ensure presence. Maintaining sociality and relationships is important for human well-being. I reflect on the monotony of today's urban space and discuss its impact on people. According to evolutionary theorists, modern humans would never have evolved if we had lived in such a monotonous environment as our urban space is today. The urban space could enable different body techniques and help to strengthen the body.

An adult's everyday space is largely defined by his workplace. I observe the nature of the office over time and understand the recurrence of trends in the office. The emergence of the office district began with the construction of tall towers and has led to monotonous neighborhoods where the building is just a business and space is a commodity. Different ways of doing work are distinguished, and the most important is action related to creativity and other people. But creativity has become a forced activity, and motivation, initiative and endless projects are the new watchwords of the working class. Between the constant abundance of information, achievement and derailment, we can lose sight of ourselves, which indicates a burnout society.

Finding balance in everyday life lies in changing rooms. Between work and home, organizing our thoughts, dreaming, grounding, we take time off and try to feel everyday life around us. I will discuss the concept of biourbanism and explain the importance of awareness of the impact of space. Space can satisfy people's minds and satisfy psychological and social needs.

This master thesis creates spatial solutions to vaheeruum. There is no single right answer to this, and every room and every street needs a cognitive approach. Some streets have almost everything they need and only need a little encouragement, while others need more drastic changes. As part of my master's thesis, I created a framework that provides clarity on how to create a space between work and home. As an intermediate space, I consider a lounging space and a wandering space. In addition, I create a concept of everyday house, which breaks the trend of work as a person's identity and makes a person act for himself, offering an opportunity for self-development and fulfillment outside of work.

Based on the created framework, I offer lounge space and day house applications in the center of Tallinn. I have chosen the locations of the applications on the basis of the urban analysis discussed in Chapter 2, on established and methodically evaluated everyday axes. The proposed solutions do not seek a perfect urban space and do not deal with the entire public space. The purpose of the applications is rather to illustrate the possibility of spaces between work and home in Tallinn and to make sense of the city of the future. As intermediate spaces, I consider three typologies: lounging space as argiebola, wandering space as argirada, and activity space as argimaja.

# SISUKORD

ABSTRACT .....	4
SISSEJUHATUS .....	6
<b>1 ARGIRUUMI TEGURID .....</b>	<b>8</b>
<b>1.1 Inimese argiruum.....</b>	<b>8</b>
1.1.1 Elukaar ja ühiskonna eeldused täiskasvanule.....	8
1.1.2 Sihipärased ja sihipäratud tegevused .....	9
1.1.3 Igavus ja mitte millegi tegemine.....	11
1.1.4 Tänavatelt hoonetesse ja sotsiaalsuse väärtus .....	12
1.1.5 Linnaruumi kombestik .....	13
<b>1.2 Tööseisund .....</b>	<b>15</b>
1.2.1 Töö olemus .....	15
1.2.2 Kontori olemus .....	15
1.2.3 Loovus kui töö.....	16
1.2.4 Saavutamise trend ja rööprähklemine .....	17
1.2.5 Tööstress ja läbipõlemine.....	17
<b>1.3 Vahe ruumi vajadused .....</b>	<b>19</b>
1.3.1 Biourbanism ja ruumi mõju teadvustamine .....	19
1.3.2 Looduse taastav mõju.....	20
1.3.3 Psühholoogilised vajadused ruumilt .....	20
<b>KOKKUVÕTE .....</b>	<b>23</b>

<b>2 ARGIMUSTER TALLINNA KESKLINNAS.....</b>	<b>24</b>
<b>2.1 Alusandmed ja linnaanalüüs.....</b>	<b>24</b>
2.1.1 Keslinna üldplaneering .....	24
2.1.2 Kaardi analüüs .....	26
<b>2.2 Argilinn ja argilinnane. Paikvaatlus ja persoonad. ....</b>	<b>27</b>
2.2.1 Argilinn .....	27
2.2.2 Argilinnane ja persoonad .....	29
<b>3 . PROJEKT. ARGIRUUMI RUUMILINE TOETAMINE. ....</b>	<b>32</b>
<b>3.1 Argilebola .....</b>	<b>33</b>
<b>3.2 Argirada .....</b>	<b>34</b>
<b>3.3 Argimaja .....</b>	<b>35</b>
<b>3.4 Veerenni kvartali analüüs ja visioon .....</b>	<b>37</b>
<b>3.5 Vana-Lõuna haljaku sekkumised kolmes etapis.....</b>	<b>38</b>
<b>KASUTATUD KIRJANDUSE LOETELU.....</b>	<b>39</b>
<b>LISAD .....</b>	<b>40</b>

## SISSEJUHATUS

Tänapäevased ruumiteooriad ütlevad, et linnakeskkonda saab vaadata kui mitte staatilist, inimese tunnetuse ja igapäevaste rühmide peegeldust. Kohad ei ole alati samad ning üheks ruumi kujundajaks on inimene ise. Meie igapäeva rütm liigub argipäevast nädalavahetusse, sest nii on ülesehitatud koolid, lasteaiad ning töökohad. Sellest tulenevalt jagaksin meid ümbritseva ruumi argiruumiks ja nädalavahetuse ruumiks. Nädalavahetuse eel on ilmselt kõik tabanud end mõttelt, et mida võiks teha ja kuhu võiks minna. Vabadel päevadel otsime ruumi, mis oleks taastav, lõõgastav, pakuks meelelahutust või tegevusvõimalust. Hea ruumikogemuse saamiseks oleme valmis võtma ette teekonna kodust kaugemale. Argiruum on meie argiste tegevuste vahel. Seal teeme vajalikke tegevusi ning meie mõte argiruumis on tavaliselt mujal kui meid ümbritseval ruumil. Argiruum töö ja kodu vahel on täis töömõtteid, väsimust, tüdimust või vastupidi eduelamust ja saavutustunnet. Töö ja kodune olukord mõjutab meie argiruumi kogemust ning sõltuvalt sellest tajume end ümbritsevat keskkonda negatiivse või positiivsena. Kus peitub argiruumi potentsiaal? Kas argiruum saab olla nädalavahetuse ruumi sarnane ja murda rutiinset elurütmi?

Üleüldist praegust meedia voogu vaadates saab palju kajastust emotsionaalne tervis, keha tasakaal, stress ja sellega toimetulek. Mõeldes oma kooliajale ei mäleta, et oleksime rääkinud läbipõlemisest, kuid see on tänapäeval üha enam esinev probleem. Pidevalt hoogustuva töökultuuri ümber mõtestamisega oleks vaja leida viise, mis taastaksid tasakaalu muu eluga. Aina robotiseeritum tulevik ja juba olemasolevad võimalused ning töövahendid nõuavad uute lahenduste väljatöötamist, soodustamaks töötajate heaolu. Sealjuures ühiskond liigub sõltumatuse poole ajast ja kohast ning rollid töö ja eraelu vahel on hägunemas. Sotsiaalsus on omandanud uue tähenduse ning me saame seda oma igapäeva tegemistes vältida. Tarbimisühiskonnaga on meil ligipääs kõikidele toodetele ja teenustele ning heaolu on üheülbaliselt mõeldes kodudiivanilt ostetav.

Kuidas toimida töö ja kodu vahel ning kuidas saab argiruum seda toetada? Olen täheldanud kui ma lähen töölt koju autoga, siis peale arvuti sulgemist on minu eesmärk kiiresti jõuda autoni ja kiiresti läbi linna, kus iga pisemgi asi mind häirib. Auto keskkond on rahulik ja turvaline väliskeskkonnast eraldatud kapsel ja ei loo seost ümbritseva maailmaga. Autoga sõites oleme oma mõtte küüsis ja vahel on autoõhk muredest paks. Töölt koju jõudes algab mahalaadimine ning kuna selleks ajaks olen üsna väsinud möödub vaba aeg passiivselt - end mitte liigutades, mitte sotsialiseerudes. Alateaduses olen ikka töömõtete küüsis oodates homset tööpäeva, kus toimub sama muster. Kui minna koju jala, siis tunnetame linnaruumi enda ümber - see ei aja meid närvi, sest me oleme osa sellest. Võib olla sotsialiseerume kellegagi bussipeatuses ja koju jõudes oleme ennast justkui tööst maha laadinud ja valmis oma vaba aega kvaliteetsemalt veetma.

Magistritöö proovib tõestada, et peale tööd seisundi teadvustamine ja sellega talitamine läbi argiruumi kvaliteeti tõstmise võiks parandada inimeste mentaalset tervist ja tõsta sotsiaalsust ning kogukonna tunnet. Arhitektuur võiks olla terviklahendus, mis tegeleb ruumiliste, sotsiaalsete ja tervisega seotud küsimustega. Mart Kalm ütles oma hiljutides intervjuus, et arhitektil lastakse ainult maja teha, kuid maja kõrval oleva ruumi ja tänavaga peab tegelema täpselt sama palju kui majaga. Avalik majade vaheline ruum on sama oluline arhitekti tööpõld, kui on seda konkreetne maja. "Siis sa vaatadki, et ehitatakse uued modernistlikud büroohooned ... ja kõrval on lihtsalt üks rida pärnasid! ...kui sa tänapäeval lihtsalt neid puid ritta paned, siis see on ideevaesuse tunnusmärk." sõnab Mart Kalm. (Kalm, 2023) Minu arvates ilmestab see hästi tänapäeva argiruumi kvaliteedi põhjust ning oma tööga püüan anda inspiratsiooni ja visiooni tuleviku argiruumi kujundamiseks.

Magistritöö esimeses osas arutlen teoreetilistel alustel argiruumi ja selle kujundajate üle. Mõtisklen ühiskonna ootuste üle täiskasvanule ning kirjeldan inimese argiruumi olemust. Vaatlen tööd ja kontorit ajas ning sellega kaasnevaid probleeme. Tõestan vahe ruumi olulisust inimese heaolule ning kirjeldan vahe ruumi omaduste mõju inimese vajadustele.

Teises peatükis uurin Tallinna Kesklinna argiruumi. Käsitlen koostamisel olevat üldplaneeringut ning toetun andmekaartidele uuringutest metaPARK, metaLINN ja Lõpetamata linn. Linnaanaluüsis joonistub välja Tallinna Kesklinna argimuster ja tugevamad argiteljed. Argiruumi sisulisemaks mõistmiseks kaardistasin argilinna ehk olemasolevat tänavaruumi ja argilinlast ehk ruumikasutajat. Argilinn ja argilinnlane on minu subjektiivne nägemus ning aitas mul linnakeskkonda paremini tõlgendada.

Kolmandas peatükis loon I peatüki teoreetilise aluse ja II peatüki linnaanaluüsi põhjal vahe ruumi loomise reeglistiku. See ei taotle tõe, vaid annab inspiratsiooni ja on abivahend argiruumi vahe ruumi loomiseks. Reeglistik aitab luua väikeseid sekkumisi, mis võivad suunata inimesi uut moodi mõtteviisile ning tõstavad meie ruumiteadlikkust. Just läbi väikeste inim mõõtmeliste projektidega saame proovida ühendada inimest ja linnakeskkonda. Neid on inimesel lihtsam vastu võtta ja need lubavad endas lihtsalt olla ja aidata meid iseennast leida. Reeglistikku rakendan Veerenni kvartalis.

*„Minu meelest iseloomustab eestipärast mõtteviisi see, et tähtsad pole siin mitte elamine, vaid olemise paigad. Olemine on meie jaoks tähtsam kui elamine.“*

*Valdur Mikita (Mikita, 2017)*

# 1 ARGIRUUMI TEGURID

*Argiruum – ruum, kus inimene viib igapäevaselt.*

Argiruum on igapäevaruum nagu kodu, töö, tänav, koduhoov, bussipeatus või poesine. Need on ruumid, mis on meile tuttavad ja defineerivad meid. Argiruum mõjutab meie nägemust ümbritsevast keskkonnast, on osake meie kultuuripristmast ning igapäeva tegemiste alus.

Magistritöö käsitleb argiruumi töö ja kodu vahel. Argiruumi, mis kannab endas nädalavahetuse kergust ja aitab maandada tööseisundist. Argiruum, mis aitab teadvustada inimlikkust ja toob esile kohalolu. Argiruum, mis murraks autopiloodistunud 9st 5ni läbipõlemisühiskonna ning laseks peatuda, mõtteid korrastada ja leida iseennast elu virr-varrast.

## 1.1 Inimese argiruum

Ruum saab eksisteerida ilma inimeseta, kuid mitte vastupidi. Inimesena oleme pidevalt seotud meid ümbritseva ruumiga ning argitegemistes defineerime end tihtilugu koha põhiselt. Milliseid ruume me oma ümber vajame ja miks me mingites ruumides aega veedame? Kas argiruumis liikumiseks ja viibimiseks peab alati olema põhjus ning kas vahepeal võiks lihtsalt niisama olla? Kas argiruum ja selles liikumine on muutumas üheülbaliseks ja üksluiseks ning mida see meiega teeb?

### 1.1.1 Elukaar ja ühiskonna eeldused täiskasvanule

Arhitekt Indrek Peil on öelnud, et kõik inimesed vajavad n-ö reservaate, et ruum inimest ei ahistaks. Need on erilised kohad, kus saab maailmakorrast (kosmosest) hetkeks väljapoole astuda. Võiks öelda, et linnas on lihtne, sest linnaruum on mitmekesine ja täis omanooliseid paiku, kust igaüks võiks leida oma lemmikkohad ja lemmikrajad. Vaheruumi leidub linnas kõigile. Enamasti kogeme linna ja selle arengut üsna staatilise ja aeglase protsessina, kuid tegelikult toimub linnas palju. Ühed vaheruumid kaovad, teised tekivad ning mõnda ei leiagi üles, kuna ei oska oma argiruumist kõrvale vaadata. (Peil, 2019)

Elukaar on inimese elukäik sünnist surmani, kus eristatakse nelja etappi: lapsepõlv, noorpõlv, keskiga ja vanur. (EKSS, 2009) Lapseeas tunnetame vaheruumi enda sees ja see on eristamatult sulandunud teiste ümbritsevate ruumidega. Lapse aeg kulgeb aeglaselt ning ta on alati kohal ja avatud ümbritseva suhtes. Fantaasia ja mäng on oluline osa õppimiseks ja kasvamiseks ning aitavad lapsel end avastada. Lapsena saavad alguse avastusretked kodus ja selle ümbuses, mis on aluseks indiviidi kujunemisel ja minapildi loomisel. Laps, kes ehitab onni või kaevab liivakasti auku ei mängi ainult meelelahutuseks okste ja liivaga, vaid õpib iseennast tundma ning oma keskkonda mõjutama. (Marcus, 1995) Teismeiga on muundumise ja ülemineku periood. Teismelistel tekib vajadus reaalse vaheruumi järele, kus tegutseda iseseisvalt. Nad tahavad veeta aega üksi või sõpradega, kuid nad soovivad seda teha mujal kui kodus või koolis, kus nad on pidevalt täiskasvanu kontrolliva pilgu all. Noored tahavad kohta, kus omaette mõtiskleda või kellegagi mõtteid vahetada, end avastada ja väljendada. (Marcus, 1995) Täiskasvanud vajavad samuti vaheruumi ja ühiskond eeldab, et neil on võimalused ja oskused see endale luua. Täiskasvanul peaks olema kapital kas reisimiseks, maakodu ostmiseks, matkamiseks või kõigeks muuks, mida vaheruumina kasutada saab. Siiski on keeruline argitempos vaheruumiks aega leida ning rahaline kindlustatus pole isenesest mõistetav.

*Vaheruum – ruum, millegi vahel peatumiseks ja olemiseks.*



Linnaruumi kujundamise normid näevad ette, et kujundame vaheruumi lastele mänguväljakude näol. Teismelistele on lisaks koolisüsteemile noorte- ja tugikeskused ning hängimiskohad nagu skatepark või külakiik. Kuhu võib maanduda täiskasvanu? Täiskasvanule on ootus, et ta saab ise hakkama ning kui tal on töökoht, siis on tal ju kõik hästi. Mis saab siis, kui töö ei ole päris see ning argirutiinist välja tulemine näib võimatu? Kas loeme üheskoos päevi nädalavahetuseni kuni saabub puhkus või pensionipõlv? Teisalt näitlikustas koroonakriis, kuidas ka koduruum võib olla keeruline ning tänapäeva elamispinna kitsikuses võib kodus ruum otsa saada. Me vajame õhku, aega iseendale ja meil tekib soov olla omaette. Meelelahutuse asemel tahaks meelt koondada ja lihtsalt olla.

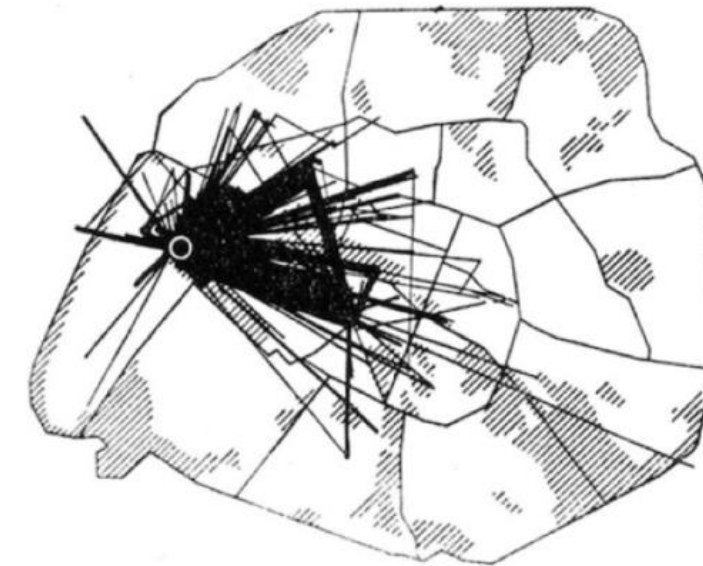
Eneseotsingu ja omaette olemise vajadus võib ette tulla mistahes ajahetkel või vanuses. (Peil, 2019) Lisaks lastele ja noortele on oluline on vananevas ühiskonnas tähelepanu pöörata ka täiskasvanutele. Nende tervis on oluline ning nad on noorema põlvkonna otsesed eeskujud. Võib ju väita, et täiskasvanu saab abi psühholoogilt, kuid see nõuab kapitali ning psühholoogilise abi vajaduse teadvustamine ja olukorra analüüsimine vajab pausi ja aja maha võtmist. Ruumil on võimalus toetada inimese kasvamist, enese leidmist, anda vabadust, aega ja mänguruumi uitada. (Peil, 2019)

### 1.1.2 Sihipärased ja sihipäratud tegevused

Inimese tegevused saab laias laastus jagada kahte kategooriasse: sihipärased ja sihipäratud. Sihipärased tegevused on meile vajalikud tegevused, mis on seotud meile hädavajalike kohtadega. Tavaliselt peame vajalikke tegevusi tegema igapäevaselt näiteks käima tööl, poes, trennis jms. Sihipärased tegevused kujundavad meie igapäevased argirajad. (Gehl J. , 2006)

Valikulised tegevused on peamiselt vabaaja veetmiseks mõeldud ja vabatahtlikud tegevused, mida valime endale meelelahutuseks. Sellised tegevused võivad hõlmata näiteks poode, kohvikuid, baare, ööklubisid ja muud taolist. Hea piirkond on selline, kus on mitmeid erinevaid tegevused koos, mis üksteist täiendavad ja tekitavad mitmekülgset kasutatava ruumi. (Gehl J. , 2006)

Linnasotsioloog Paul Chombart de Lauwe kujutas oma 1952. aasta Pariisi geograafia uuringus ühe üliõpilase liikumisi terve aasta jooksul. Diagramm moodustab kolmnurga ning selle kolm punkti tähistavad tudengi kodu, kooli ja klaveritundi. Kaardil on ka mõningaid juhuslikke tuletusi, kuid siiski joonistuvad selgelt välja tudengi argiteljed ja argiruum. Me kipume arvama, et linn on ekspansiivne, isegi lõputu võrgustik, mille moodustavad lugematu arv fragmente ja teid, kuid uuring illustreerib meie tegeliku linnakogemuse kitsust. Me ütleme, et elame Pariisis, kuid tegelikult elame kuskil Pariisis – mingis suvalises ruumide, keskkondade ja tsoonide kogumis. Linnas elades kogeme linna tillukest osa, mida mõjutavad meie assotsiatsioonid ja mälestused. Tema diagramm püüab illustreerida linna sellisena, nagu see on elatud – mitte avaruses, vaid omapäras. (John, 2018)



Joonis. 1. Pariisi tudengi liikumised aasta jooksul, autor Paul Chombart de Lauwe (John, 2018)

Tudengi Pariisi kaart paneb mõtlema, kui sageli liigub inimene oma argiruumist välja ning ületab linna nähtamatuid piire? Kas seame oma argimarsruudile ootuseid ja mõtestame seda kui meid mõjutavat ruumi? Kas argirada saab üldse valida või optimaalsuse tagamiseks kasutame olenemata kvaliteedist linna poolt meile ettesöödetud rada? Kaardi autor Paul Chombart de Lauwe usub, et luues kaarte,

mis kujutavad meie ruumi kogemusi visuaalselt ja konkreetselt, saame paremini mõista oma mõttemaailma kihte ja enda kultuuriruumi tähendust, mis meie argiruumi kinnistunud on. (John, 2018)

FOTOD ARGIRUUMIST

### 1.1.3 Igavus ja mitte millegi tegemine

Tegevusetus, igavus ja aeglustus on tänapäeva hetkilises ja üleküllastunud maailmas üha enam väärtustatud. Oluline on võtta aega mõtlemiseks, unistamiseks, tunnete läbitöötamiseks ning enda eesmärkide meenutamiseks või uute valimiseks.

Nii jääme iseendaks, leiame inimlikkuse ja tagame kohalolu.

*“Kiirustamiseks on vaja aeglust – see annab kiirusele õige suuna ning tagab nii isiklikus kui ka ühiskondlikus plaanis kohanemis- ja muundumisvõime.” Margus Ott*

Filosoof Margus Ott vaatleb protsessi absoluutset kiirust inimese tundest, kui palju ta suudab protsessi kontrollida. Inimese võime kontrollida protsessi määrab aja kiiruse ja aja kulgemise tajus. Näiteks kontrolitööd kirjutades liigub aeg kiirelt, sest protsessi kontroll on täielikult kirjutaja käes. Samas õpetaja jaoks, kes kontrolitöö tulemusele kuidagi kaasa aidata ei saa, liigub aeg aeglaselt. (Ott, 2018) Burdick väidab, et me hüppame sageli erinevate ajaskaalade vahel ja tunde kas aeg kulgeb kiiresti või aeglaselt määrab vaataja igavus. Vaataja igavus on aja tajumise võtmelement. (Burdick, 2017)

Bertrand Russelli arvab, et igavus võib olla võimas liikumapanev jõud, kuid tihti tarvitame mõistet negatiivses kontekstis ja sellele olulisusele tähelepanu ei pööra. Igavus võib innustada midagi muud tegema, kuid ei eelda, et me seda teeks. Inimese tegevusetus või igavus on kohustusvabadus ja võib inspireerida katsetama, mängima või midagi uut proovima. Oluline on, et tegevuse initsiatiiv tuleks inimesest endast, mitte pealesurutud kohustusest. (Russell, 1930) Martin Doehlemann räägib nelja tüüpi igavusest - situatsioonitüdimus, küllastusigavus, eksistentsiaalne igavus ja loominguline igavus. Olukorratüdimus on seotud tegevusetu ootamisega, küllastustüdimus tekib siis, kui miski muutub liiga ülemääraseks ja banaalseks, eksistentsiaalne tüdimus jätab tühjuse tunde ning kogemuste nappuse taustal kiputakse igavusest üle saama kuhjades selle asemele uuemaid ja tugevamaid kogemusi selle asemel, et lubada endale aega nende kogemiseks. Loominguline igavus sunnib looma midagi uut. Loominguline igavus

muudab kogemuse tähenduslikeks episoodideks ja loob nende vahele seoseid, et moodustada tervik ja tulem. Loomingulisus on iseenda leidmise ja iseendaks saamise protsess. (Svendsen, 2012)

Anna-liisa Unt võtab oma artiklis hästi kokku hea avaliku ruumi olemuse, kus kiirenduse, näiteks isiklike ambitsioonide täitumise ja majanduskasvu võimalikkuse kõrval on oluline aeglustus. Vaja on aega vait olemiseks, venimiseks, ekslemiseks ja uitamiseks. Oluline on olemine, teelt astumine ja seisatamine, mis saab juhtuda tänu voolavasse ruumi tekitatud pausidele. Unt ütleb, et funktsioonide vahel peab olema ruum, mis pole otseselt millekski mõeldud. Aeglustus ei ole kindlasti kiirenduse vastand ega pidur. See on hingetõmme enne uut käiku nagu sidur, milleta lendaks kõik laiali. (Unt, 2020) Aelustuskohti defineerib mõiste loose space ehk võimalusterohke ruum, mis tähistab kohti, kus tuttav sisu lõppeb ning tehakse ruumi kujutlusvõimele. Ruumi tekivad igavasse igapäeva uue tärgamiseks vajalikud õhuaugud. (D. M. Bernali, 2019)

Kuidas me teadvustame igavust ja kas pidevas nutimaailmas on igavus ja mitte millegi tegemine harvad tekkima? Kas leidub vaheruume, mis ei kohusta meid midagi tegema, kuid võivad olla siiski kasulikud või inspireerivad meid midagi uut katsetama?

Näib, et igavuse erinevad tüübid, käivad kokku vaheruumi erinevate ilmingutega. Näiteks bussi või rongi oodates on küllalt tavaline situatsiooniigavuse tekkimine, mida tänapäeval on lihtne nutitelefoniaga tõrjuda. INTERREG Läänemere programmi projekt SUMBA piloottegevusena valmis 2020. aastal Tallinna ja Harjumaa peatuste ja ühistranspordi sõlmjaamade kohta tehtud uuring koos soovitusetega peatuste kavandamiseks. Uuring „PeatusKOHT“ käsitleb Tallinna ja Harjumaa ühissõidukitepeatuseid ja nende rolli jätkusuutlike ja võrdsete liikumisvõimaluste toetamisel ning näitlikustab hästi avaliku ruumi potentsiaali. Uuring toob välja, et ajaloolised transpordipeatuse lahendused olid sageli funktsionaalsemad, kutsuvamad ja suurema lisaväärtusega võrreldes kaasaegsete peatuste lahendustega. Kunagised mikrorajoonide peatused olid kooskõlas piirkonna arhitektuurse stiiliga ning pakkusid mitmeid lisateenuseid. Näiteks klassikaline nelinurkne bussipeatus, mille üksikuid eksemplare võib veel kohata ka Harjumaa

teede ääres, võimaldas nutika tuulesuunasid arvestava disaini tõttu leida kaitset ilmastikuolude eest ning sopiline disain mängis privaatse ja avaliku ruumi vahel. (SpinUnit, Demos Helsinki, 2020) Üheks uuringu väljundiks on defineerida uued väljundid peatusele. Nad leiavad, et liikumisruumi jaotavad peatuskohad. Peatuskoht võimaldab korraks või pikemaks ajaks peatuda – näiteks puhkamiseks, uudistamiseks, söömiseks, vaatlemiseks, katsumiseks, mängimiseks, seismiseks, istumiseks ja sotsialiseerumiseks. Põnevust äratavad ruumid võivad olla õpetlikud, kehaliselt väljakutsuvad ja arendava. Näiteks tänava tasapinnast veidike kõrgemad objektid kutsuvad enda peale astuma, hüppama ühelt järgmisele, mille juures tuleb säilitada tasakaal. Peatuskohaks saavad olla väljakud, pargid, kuid ka väiksemad sopid või argieluga seotud ruumid. Peatuskoht koondab funktsioone, loob olemise ruumi ning loob tänavale sotsiaalse lisamõõtme. (SpinUnit, Demos Helsinki, 2020)

#### **1.1.4 Tänavatelt hoonetesse ja sotsiaalsuse väärtus**

Eesti Inimarengu aruandes kirjeldavad Toomas Paaver ja Elo Kiivet, et hästi disainitud ja hooldatud avalik ruum tõstab esile sotsiaalselt tõrjutud ühiskonnarühmi, aitab kontrollida kuritegevust ning on eeldus õnnelike ja tervete inimeste heaolule. Kvaliteetne linnaruum on majandusliku, keskkondliku ja kultuurilise konkurentsivõime alustala. (Kiivet & Paaver, 2019/2020)

Paraku on täna avaliku ruumi potentsiaal kasutamata ning ol. olev keskkond on autostunud. Autoliikluse mõju sotsiaalsetele sidemetele uuris Donald Appelyard jagades liiklustiheduse põhjal tänavad kolme kategooriasse: vähese (2000 autot päevas), keskmise (8000 autot päevas) ja tiheda (16000 autot päevas) liiklusega tänavateks. Uurimuse käigus selgus, et tihe autoliiklus nõrgendab inimeste vahelisi suhteid naabruskonnas ning põhjustab rahulolematust ja üksildust. Vähese liiklusega tänavate elanikel oli rohkem sõpru naabruskonnast ning kaks korda rohkem tuttavaid kui tiheda liiklusega tänava elanikel. Samuti oli erinevus tajutava kodu defineerimisel. Rahulikuma liiklusega piirkonna elanikud pidasid tervet kvartalit oma koduks ning tihedama liiklusega aladel tunnetati koduna korterit või hoonet. (Is Traffic Making Us Lonely?, 2012) Kui autostunud ja halb tänavaruum

muutub inimese igapäevaks tekib olukord, kus inimesed harjuvad ära ebameeldiva ning stressoreid täis keskkonnaga ning ei soovi näidata üles hoolivust ega panustata aktiivselt parema linnaruumi loomisse. Inimesed on pettunud ja pessimistlikud ning nad ei oska näha ruumi potentsiaali. Seda seostatakse ükskõiksusega kogukonna ja ümbriseva keskkonna suhtes. (Arro G. , Kesklinna üldplaneeringu alusuuring: avaliku ruumi mõju inimese käitumisele, 2020) Stressi tekitav linnakeskkond on enamik läänemaailma inimesi viinud tänavalt hoonetesse. Tänapäeva generatsiooni on kutsutud siseruumi generatsiooniks, millele aitab kaasa tehnoloogia areng ning kodust lahkumiseks pole erilist põhjust ja kodu diivanilt saab kõik asjad aetud. Füüsiline eraldatus võib omakorda süvendada psühholoogilist eraldatust, mis tekib, kui inimesed ei tunne, et nad on osa suuremast ökosüsteemist ja seetõttu väärtustavad seda vähem. (Arro G. , Elav Ruum, 2021) Kas selline linna sahtlites elamine on jätkusuutlik ning kas sotsiaalne maailm jääb vaid ekraani taha?

Tänapäeval on kooselavatest Eesti peredest 49% on kaheliikmelised, 22% on kolmeliikmelised, 20% neljaliikmelised ning 9% on viie või enama liikmelised. (Statistikaamet, 2022) Sellisel tuumperekonna mudelil on puudujäike, kuna see ei rahulda inimese sotsiaalseid vajadusi. Sotsiaalselt ideaalses majapidamises võiks olla vähemalt 12 inimest, kes pakuvad üksteisele tuge ja töötavad ühise eesmärgi nimel. Paraku liigub ühiskond aga vastupidises trendis, mistõttu on oluline, et väiksemad pereüksused looksid sidemeid neid ümbritsevate inimestega, et moodustada n-ö suurem perekond kümnekonna inimesega. Sellises peremudelis on tagatud privaatsus väiksemas elamuüksuses ja sotsiaalsus naabruskonna üleselt. (Alexander C. , 1977)

Ühiskonnas on vähenenud päris maailma sotsiaalsete suhete loomine ja naabri rolli tähtsustamine. David Sim on kirjeldanud naabruskonda kui suhtes olemist ning leiab, et inimkeskkond põhinebki eelkõige suhetel: planeedi ja inimese vahel, koha ja inimeste vahel ning inimeste omavahelistel suhetel. (Sim, 2021) Kiiresti linnastuvas ja mitmekesisuvas maailmas on naaber on saamas üha olulisemat tähendust. Mitmekesisus ja erinevused loovad uusi võimalusi ning kõige kindlam viis, kuidas ühiskonnas pakutavatest hüvedest osa saada, on omada häid ja

lähedasi naabreid. (Sim, 2021) Naabruskonna moodustavad ruumid, mida me teineteisega jagame nagu tänavad, väljakud, bussipeatused, lasteaiad, koolid, ostlemis- ja kohtumiskohad. Alad, kus toimuvad ühiskondlikud tegevused ning kus väljenduvad laiemalt ka ühiskonna struktuurid. Kollektiivset võimet tulla toime väljakutsetega ja luua tähendusrikkaid raamistikke näitab just naabruskonna skaala. (Hernandez, 2022) Aja jooksul hakkavad tähendust looma igapäevased kokkupuuted ja regulaarsed kohtumised ning kogukonna ja ümbritseva keskkonna teadlikkus ja mõistmine suurendada hoolt planeedi, inimeste ja koha vastu ja see omakorda viib käitumise muutumiseni. (Sim, 2021) Näiteks rõhutavad korteriühistute esimehed, et väga tähtis on heakorratoid teha koos, sest see kasvatab elanike ühtsustunnet. Oma lähiümbrusse panustamine tõstab omanditunnet ning aitab juurutada mentaliteeti, et mitte ainult minu korter, vaid ka trepikoda ja hoov on kodu. (Kägu, 2015).

### **1.1.5 Linnaruumi kombestik**

Avaliku ruumi kasutades järgime üldsuse käitumisnorme. Need on kokkulepped, mida ootame kõigilt ning on olulised kõigile turvalise ja meeldiva keskkonna tagamiseks. Normid võivad erineda sõltuvalt kohast, kultuurist ja olukorrast. Milline on normide rusuv pool ning kas normid võiksid olla vabamad?

Merilin Kaup mõtiskleb oma magistritöös "Praktilised utopiad" erinevatest kehalistest tehnikatest. Ta käsitleb käitumisviise avalikus ruumis ning kuidas need võivad mõjutada meie suhet ümbritseva keskkonnaga. Näiteks Lääne kultuuris ei ole kükitamine täiskasvanute puhul tavapärane ning seetõttu kaotab suur osa inimestest vanemas eas võime seda teha. Samas teistes kultuurides, nagu Aasias, on kükitamine igapäevane tegevus nii kodus kui tänaval. Puhkamisviise on erinevaid ja näiteks Niiluse orus oli kombeks põllutööd tehes puhata kure kombel ühel jalal seistes. Keha tehnikatega hoime oma keha ärksana ning need aitavad meil ka oma vaimse poolega tegeleda. Keha on kui maailma tajumise vahend ning läbi selle loome ühenduse oma sise- ja välismaailmaga. Suurest murest on võimalik kehaliselt välja ronida, rullida, või koguni kükitada. Palverändurid,

flanöörid, sürrealistid, situatsioonistid, unetud, kunstnikud ja paljud teised on teinud mõtlemise või mõtetest vabanemise vahendi jalutamisest. (Kaup, 2022)

Muutuva keskkonna keskel muutub ka kombestik ning uued mured vajavad uusi kehalisi praktikaid. Keha tehnikate leiutamiseks tuleb leida või luua keskkondi, mis tekitab vajadusi uute liikumiste järele. Kividel hüppamine, nõlvakust alla jooksmine, mööda seinatasaalu hoides kõndimine, puu otsa ronimine ja ilma trepita mitme korrusega maja loomine on vaid mõned näited kuidas uusi kehalisi väljundeid tekitada. Sealjuures ei pruugi inimene neid liikumisi tehes end kohe mugavalt tunda, kuid kus lõppevad keha tehnikad, algab kehaline leiutamine. Kui oleme asetatud ebataavalistesse olukordadesse, hakkame otsima uusi viise, kuidas ümbrusega suhestuda. Protsessist võib mõelda kui kehalisest loovmõtlemisest, mis toetub kogemusele ja kus füüsis põrgatab pidevalt ideid intellektiga, kui neid kahte üldse eraldada saab. (Kaup, 2022)

Tänapäeval räägitakse palju liikumise vajadusest, kuid see kuidas me liigume ja oma keha kasutame mõjutab meid olemuslikul tasandil ehk enamgi. Veetes päevi ja aastaid ühes asendis ning sooritades korduvaid liigutusi, muudame oma keha rakutasandil. Lihased, luud ja liigesed adapteeruvad võimaldamaks meile harjumuspäraseid tegevusi ning kõõluste liikumisulatus, mida me ei kasuta, kaob. Sama juhtub luude ja lihastega. Tulemuseks on spetsiifilisele tegevusele ja keskkonnale adapteerunud, istuv keha. Saksa kirurg Julius Wolffi seadus ütleb, et meie luud muutuvad aja jooksul kas tugevamaks või nõrgemaks vastavalt sellele, millist koormust me neile pakume. Tehes rasket füüsilist tööd või kasutades muul moel oma kehalisi eeldusi, muutuvad luud tihedamaks ja vastupidavamaks, ent keha ei raiska väärtuslikke kaloreid tugevate luude ehitamiseks, kui vajadus selleks puudub. (Kaup, 2022) Pehmete kudede puhul kehtib sarnane analoog USA ortopeedi Davise seaduse näol: lihased, sidemed ja teised pehmed koed reageerivad venitusele uue materjali lisamisega, et saavutada vajalik liikumisulatus. Kui aga venitust pikema aja jooksul ei toimu, siis üle liigsed koed eemaldatakse. Loodus ei raiska kunagi oma ressursse lihase või sideme alalhoidmiseks selle alguses pikkuses, kui seda liikumisulatus ei kasutata. (Nutt, 1915) See seletab päris hästi, kuhu kaob kükitamine. Lihtsustades võib öelda, et

mugavalt kükitamiseks on vaja pikki säärelihaseid. Kotsaga kingade kandmine, lakkamatu toolil istumine ja kükitamise vältimine toovad kaasa säärelihase lühenemise, mis muudab kükitades tasakaaluasendi saavutamise keeruliseks. (Kaup, 2022)

## Joonis. 2. Deformeerunud tänapäeva inimese keha?

Tallinna Linna avaliku mööbli kujundamiseks on loodud juhend, mis on mööbli paigutuse ja valiku primaarseks ja minimaalseks aluseks. (Tallinna Linn) Lisaks vastupidavate materjalide ja standartsete mõõtude kirjeldusele näeb see ette kataloogi linna sobilikust mööblist. Pakutav valik soosib üheülbalisi olemis- ja liikumisviise nagu istumine, kõndimine ja rattaga sõitmine.

Evolutsioonibioloogide väitel ei oleks inimest defineerivad omadused kunagi välja kujunenud, kui me oleksime miljonite aastate vältel elanud niivõrd tuimades ja monotoonsetes tingimustes kui meid ümbritsev igapäevane, meie endi loodud ruum täna on. (Plummer, 2016) Kui tahame olla plastilise meelega ja sitke ning paindliku kehaga, siis ei saa esmasteks kriteeriumiteks, mille alusel me ruumiloome, olla mugavus ja standardiseeritus. (Kaup, 2022)

Henry Plummer leiab, et arhitektuuril on võime inimese spontaanset käitumist ruumis mõjutada ning leiab, et suurem võim võiks olla inimesel, kes saavad otsustada, kuidas end ümbritsevat mõjutada. (Plummer, 2016) Kohandades ruumi enda ümber saame tagasisidet iseenda kohta, kinnitame oma koha maailmas. Arhitektuur võiks enam inspireerida ja anda kasutajale suurema võimu otsustada oma liikumise, koha hõivamise ja olemise üle. Ühiskonna soov kontrollida oma ümbrust normide, standardite ja maksimaalsete ohutusreeglitega kaotab tasapisi kontakti inimese ja keskkonna vahel, võtab inimeselt mõtlemisetahte ja vastutuse. Mis juhtub mängulisuse ja loovusega, kui inimesel ei ole osavõtliku vastutaja rolli ja kõik on ettemääratud? Elo Kiivet arutab oma artiklis tõlkes kaduma läinud ruumi üle ning esitab muuhulgas küsimuse, kas potentsiaalsete ohtude elimineerimine seaduse tasandil ja liigne ettevaatlikkus ei tekita vaesemat ja üksluisemat ruumi meie ümber? (Kiivet E. , 2017)

## 1.2 Tööseisund

Minu peas kõlab fraas: tööle, poodi koju voodi iga päev ühte moodi. Argipäeva ja nädalavahetuse rütmi on kogunud vast igaüks ning mõisteta on igasugu rutiini olulisus inimese elus. Töö tegemisel on väga palju positiivseid omadusi. Töö on sageli peamine viis, kuidas inimesed teenivad elatist, see annab võimaluse ennast teostada ja oma oskusi ning potentsiaali rakendada ja mängib olulist rolli inimese identiteedi ning eneseväärtustuse kujundamisel. Tööandja, ametinimetuse või töövaldkond võivad anda inimesele kindluse ja uhkustunde oma positsiooni ning panuse üle ühiskonnas. Töökoht on sageli koht, kus inimesed loovad sotsiaalseid suhteid ja leidavad sõpru ning kolleege ning koos saavutatakse eesmärke, mis omakorda tekitab rahulolu. Töö annab struktuuri ja rutiini igapäevaelule, võimaluse teha otsuseid, vastutada oma tegude eest ning kujundada oma elu ja karjääri. Nädalavahetus on nagu minipuhkus, kus saab töömured unustada ja tegeleda iseendaga. Vahel on aga töömured nii suured või iseenda aja kauss nii tühi, et argipäevast taastumiseks ei piisa vaid kahest päevast. Kas on üldse õiglane, et anna 5 päeva nädalas kellelegi teisele ning 2 päeva iseendale? Millal muutub töö stressiks ning igavaks argirutiiniks? Miks vahel on tunne nagu liiguksime läbi aasta nagu autopiloodi peal? Alles suvekuudel saame mõneks hetkeks aja maha võtta ja siis jälle samale rongile tagasi.

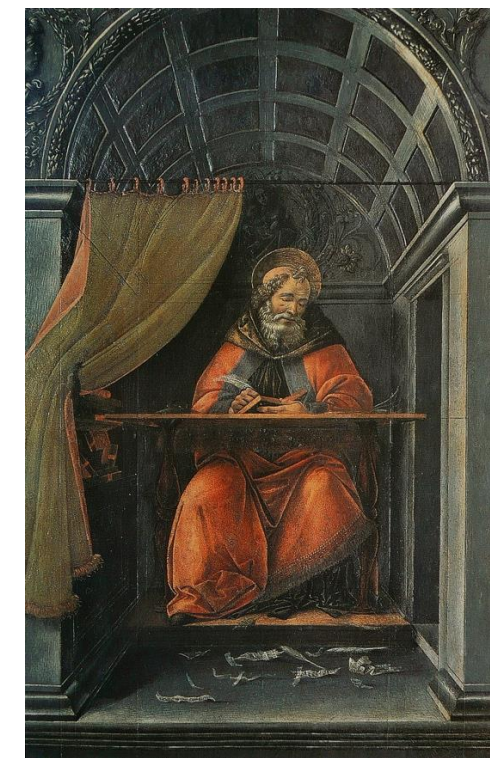
### 1.2.1 Töö olemus

Eestlased on aegade algusest kutsunud end töörahvaks. See on olnud meie identiteet juba enne tööstusrevolutsiooni. Tammsaare on öelnud: "Tee tööd, näe vaeva, siis tuleb armastus". Ilmselt kõlab see fraas paljude eestlaste peas ning oletan, et on enamus sellele oma tähenduse mõelnud. Nagu ka Tammsaare teoses "Tõde ja õigus" on eestlastel töö kõrvalt lihtne märkamata jätta oma lähedasi ja iseennast. (Tammsaare) Rütmi argipäevast nädalavahetuseeni võib võrrelda rütmi talutööst külakõrtsuni ja pesupäevani. Siiski on oluline erinevus sotsiaalsel poolel. Kui vanasti oli hakkama saamiseks oluline suur tutvusvõrgustik, omavahel suhtlemine ja üksteisele abiteenete tegemine, siis tänapäeval saab peaaegu kõik asjad aetud kodust lahkumata.

Vana-Kreeka ja Vana-Rooma ühiskonnad põlastasid tööd ning ei pidanud sellest lugu, kuid vastupidiselt on viimased generatsioonid õppinud selle tegemist armastama, kujundades sellest oma identiteedi. (AA School of Architecture, 2019) Töö on muutunud transporditavaks ja üldlevinud, peaaegu meeleseisundiks. Nagu puhta keskendumise mull, mille saab sisse ja välja lülitada käegakatsutavate tööriistade abiga või ilma, on töö seal, kus sa oled. (Antonelli, 2001)

### 1.2.2 Kontori olemus

Kontorite algust on defineeritud läbi paberi leiutamise ning paberimajandust on seostatud peamiselt kontoritööga. Ajast, mil kirjutamist hakati kasutama süstemaatiliseks dokumentatsiooniks, on eksisteerinud kontorid meenutavad ruumid näiteks kloostrites ja raamatukogudes. (Saval N. , 2014) Taolised ruumid koosnesid lauast, toolist ning riulitest. Ruum oli kolme seina abil ümbritsevast eraldatud ning esiküljele oli riputatud kardin. (Chevez & Huppertz, 2017)



Joonis. 3. Keskaegne tööruum Sandro Botticelli maalil "St. Augustine in his Cell"

17. sajandil hakkasid üksikud advokaadid, linnakodanikud ning teised professionaalid Pariisis, Londonis ja Amsterdamis töötama kontoriruumides.

Töötamine kodudes jätkus kuni 19. sajandini. Samal ajal viidi suurem administratiivtöö ning diskussioon majanduse ja poliitika üle kohvikutesse, mida on lihtne kõrvutada tänapäevase postpandeemilise situatsiooniga. (Chevez & Huppatz, 2017)

1960. aastatel sai populaarseks kuubiku tüpoloogiaga, mis arenes välja Ameerika Ühendriikides. See võitles samal ajal tekkinud uue Saksa kontseptsiooniga nimega Bürolandschaft ehk kontorimaastik, mis nõudis kultiveeritud kaost: laialivalguvale põrandaplaanile koondatud kirjutuslauad, mille vaateväljad tõkestavad kõrged sõnajalad ja heliekraanid ning silmapiiril ei olnud privaatset kontorit. Sellest uuest keerlevast disainist, mis oli mõeldud hierarhiate tasandamiseks ja suhtlemise hõlbustamiseks, sai arhitektide, planeerijate ja disainerite seas suur hitt. Kuubiku tehnoloogia aga vastupidiselt arvas, et avatud plaanid on tekitavad visuaalset ja audio müra ning inimestele ei sobi avatud kontor. (Saval N. , 2014)



Joonis. 4. USA kuubiku tüpoloogia töötamiseks 1960.aastatel

Tänapäeval on kabiinist on saanud halva kontoritöö põlatud sümbol. Avatumad kontoriplaanid, kus on vähem või üldse mitte vaheseinu või isegi pikad piknikulauad, mis toimivad töölaudadena, on nüüd moes. (Saval N. , 2014) Samuti oleme taasavastanud kodukontori. See tähendab, et tänaseks oleme teinud kaks

ringi kodus ja mitte kodus töötamise vahel, vähemalt 3 ringi avatud ja kinnise ruumiplaani osas.

Kontoripiirkondade tekkele andis aluse industrialiseerimine, tehnoloogia areng ning efektiivsuse kasv Suurbritannias ja Ameerika Ühendriikides tootsid rohkem paberitööd kui kunagi varem, luues esimest korda võimaluse infot tehastest jt tootmishoonetest väljapoole kommunikeerida (telegraaf, kirjutusmasin ja telefon). Infoareng lahutas valgekraed ja sinikraed eraldi hoonetesse. See muudatus tõi uue tüpoloogiana linnakeskkonnas nähtavale kohale kontoritornid. 1880. aastatel Chicagos kasutusele võetud teraskonstruksioonid lubasid ehitada üha kõrgemaid hooneid, et genereerida maksimaalset tulu. (Saval N. ) Teise tõuke pilvelõhkujate ehitamiseks annavad majandustsüklite tõusud ja langused. Nagu Barr Ferree 1893. aastal märkis: „A building must pay, or there will be no investor ready with the money to meet its cost.“ Linnadest said kohad, kus hoone on pelgalt äri ja ruum selle kaubaks. (Willis, 1995) Selline muster on näha ka tänapäeval ning on tekitanud monofunktsionaalseid piirkondi. Majad, mis töötavad vaid 9st 5ni ning mille vaheline ruum lõppeb peale viiete.

### 1.2.3 Loovus kui töö

Tulevikus on suur potentsiaal rutiinse töö üleandmiseks robotitele ja automatiseeritud süsteemidele. See võimaldaks vabastada inimesed monotoonsetest ülesannetest ning keskenduda loovamale ja intellektuaalselt nõudlikumale tööle. Aja väärtustamine muutub üha olulisemaks ning võib hakata mõjutama inimeste töökohtade valikuid. Paindlik töö on tulevikusuund, kus inimestel on võimalus ise kohandada oma tööaega ja -kohta. Töö ei piirdu enam tavapärase päevaste vahetuste ja kindlate tööruumidega ning paljud inimesed teevad oma parimat loomingulist tööd väljaspool tavapäraseid tunde. Erinevate inimeste produktiivsus võib varieeruda, mis võib kaasa tuua olukorra, kus tuleb töötada ajal, mil nad on vähem produktiivsed, ilma et oleks võimalik leida vabandusi. (Mould, 2018)

Loovuse tähtsust kontoritöös võib tuua esile 1997. aasta, mil Suurbritannia Tööpartei juhiks sai Tony Blair. Nende edu seisnes "Cool Britannia"



kontseptsioonis, kus popkultuur, kunstnikud ja loovus toodi keskmesse. See suurendas rahva poolehoidu ning majandus liikus teenustepõhiselt teadmistepõhise töö suunas. Selline lähenemine aitas edendada retoorikat, et loovusel on majanduslik väärtus ning see aitas luua kasvuagenda, mis põhines teadmistel, ettevõtlusel ja innovatsioonil. See mudel leidis paljudes riikides üle maailma populaarsust ning koos sellega institutsionaliseeriti ka loovuse mõiste. Praeguseks on loovus tunginud üha rohkematesse eluvaldkondadesse ning inimesi julgustatakse olema loovad igapäevastes tegevustes, sealhulgas koolis, tööl, poliitikas, kogukondlikes tegevustes ja vabal ajal. (Mould, 2018)

Loovusel on suur mõju meie ümbrusele, alates sellest, kus me töötame kuni selleeni, kuidas meid juhitakse. Pidevas muutumises ja paindlikes oludes tegutsemiseks peavad nii üksikisikud kui ka valitsused, institutsioonid ja linnad olema leidlikud kiireks kohanemiseks ja ellujäämiseks. Samas võib selline loovusest läbiimbunud igapäevaelu takistada meid tegelikult loovalt tegutsemast, nagu Oli Mould on öelnud. (Mould, 2018)



Joonis. 5. Loovuse koht, allikas magistr töö Etüüdid antikontorist loovale meelele, autor Mari Möldre (Möldre, 2021)

#### 1.2.4 Saavutamise trend ja rööprähklemine

Tänapäeva ühiskond on pöördvõrdeline. Me tegutseme ja saavutame rohkem, et olla ajaliselt ja rahaliselt vabad, kuid vastupidiselt leiame end ajanappuses ja väsimusest kurnatuna. Tehnoloogia areng on andnud ligipääsu lugematutele teadmistele ja katkematule suhtlusele, kuid vähendab ise mõtlemist ja omaette olemist. Ruum meie ümber küllastav ning küllastuvus võib olla väsitav. (Moorehead, 1999) Arhitekt ja teoreetik Pier Vittorio Aureli leiab, et maailmas on puudu tähelepanust. Tähelepanu hajumise positiivsed küljed uneleda, lobiseda ja end välja lülitada on saanud keskendumishäirete allikas. Seda põhjustab pidev võistlus, mis tuleneb järjest keerukamatest kommunikatsiooni- ja tootmisvahenditest. Me oleme sunnitud meid töötama ka siis, kui me tegelikult ei tööta ning alatasa tegeleme mitme asjaga korraga. Seetõttu on meie isiklik ruum pidevate konfliktide küüsis, mis on kujunenud uueks normaalsuseks. (Aureli, 2013) Tänapäeva keerukust ja probleeme on lahti mõtestanud Byung-Chul Han, kelle kohaselt ei ole 21. sajand enam distsiiplinaarne ühiskond, nagu näiteks Michel Foucault on seda lahterdanud, vaid pigem saavutuslik, kus kõigil on võimalus katkematult ja tulemuspõhiselt tegutseda. Motivatsioon, initsiatiiv ning otsatud projektid on kaasaegse töölisklassi märksõnad. (Han, 2015) Võrreldes varasemaga kogeb inimene mingis ajaühikus aina enam sündmusi ja omandab üha rohkem informatsiooni, mis viib pidevale ümberlülitumisele ühelt tegevust teisele. Olukorda, kus tähelepanu on korraga mitmel asjal nimetatakse rööprähklemiseks, mis on saanud tänapäeval uueks töö tegemise viisiks. (Han, 2015) Uuringud ütlevad, et selline teguviis on ebaefektiivsem, sest energiat kulub lõputule ümberlülitumisele ning ei suudeta saavutada täielikku kohalolu. (Cherry, 2020) Kui palju leidub argiruumi, kus saab tähelepanu koondada, püsida hetkes ning end välja lülitada pidevast rööprähklemisest?

#### 1.2.5 Tööstress ja läbipõlemine

Juba noorena kogeme saavutamisest ja võrdlemisest tulevat pinget, kuna meie koolisüsteem üles ehitatud tulemustele ja konkurentsile. Lõputud võimalused ja ühiskonna surve ning lootused utsitavad meid olla paremad ja jõudma rohkem. Kui

tööl viibimine muutub normaalkeskonnaks ja sellest väljumine muutub probleemseks võib inimene kaotada iseenda. Töökoht ja amet on justkui asendanud kodu ja iseenda rolli, olles koht kuhu on kindel, mugav ja lihtne minna ning kus ei pea ülejäänud elu muredele mõtlema. Näiteks võib tekkida olukord, kus inimene ei oska puhkusega enam midagi ette võtta ning tekib tunne, et pole kuskile minna ja ei oska enam midagi tahta. Töö ei tohiks inimest äralõigata ülejäänud elust ning tuleb leida või luua lahendusi, mis võiks seda leevendada ja aidata töömõtetest maandada.

Töö ja isikliku elu tasakaalu ebakõla võib tuua kaasa erinevaid süvenevaid probleeme ja soodustada läbipõlemist. Han seletab läbipõlemist ja stressi kui midagi, mille vastu immuunsüsteem võidelda ei oska. Inimese keha on harjunud võitlema immuunsüsteemi haiguste tekitajatega, kuid keha teeb hapraks kaitsmatus üleliigse info ja hüperaktiivsuse eest. See viib aga vaimsete probleemideni, mis tulenevad ületöötamisest, hüpersotsiaalsusest ja ülesaavutamistest. Alanud on justkui neuroloogiline ajajärk, kus psüühikahäired ja -haigused on inimkonna uus probleem. (Han, 2015) Sellise keha kurnatuse eest tuleb end teadlikult kaitsta, andma endale puhkust ja rahu, lihtsalt olema ja mitte alalõpmata proovida midagi saavutada

Tuleviku töö areneb tulemusliku töö poole, kus tähtis ei ole mitte tööle kuluv aeg vaid lõpptulemus. Täiskohaga töötamine ei ole enam ainuvõimalik variant ning oskus segada tööd eraelu ja lõbuga võib osutada järgmisel kümnendil inimeste elu kujundamise võtmeteguriks. Tehnoloogia abil saame töötada igast maailma paigast, andes seeläbi suurema valikuvabaduse aja planeerimise osas. (Osborne, 1981) Lõputul vabadusel on ka negatiivne pool ning suuremate õigustega kaasnevad ka suuremad kohustused. Töötaja peab aina rohkem oma töötamist ise ohjama, vältima liigtöötamist ning leidma tasakaalu töö ja iseenda vahel.

Uuringud näitavad, et umbes 3/4 vaimse tervise probleemidega inimestest ei otsi abi ning üldiselt peitub põhjus häbitundes ja ühiskonnas loodud stereotüüpides. 2016. aastal toimunud küsitluse tulemusena selgus, et 62% Eesti elanikkonnast ei soovi, et teised tema vaimsetest probleemidest teaksid ning 35% nõustub väitega, et psüühikahäirete algallikaks on distsipliini ja tahtejõu puudumine. (Faktum ja

Ariko, 2016) Stigma mõju võib esineda nii ühiskonna kui ka indiviidi tasandil. Nähtust, kus inimene paneb iseendale stereotüüpseid eelarvamusi nimetatakse enesestigmaks. Enesestigma võib esineda suhtumises, kus inimene probleemi eitab, eirab või ei võta seda piisavalt tõsiselt, sest tunneb häbi. (Corrigan & Watson, 2002) Samuti esineb ühiskonnas sooline eelarvamus. Näiteks eeldatakse, et mehed ei ole nõrgad, mille tagajärjel meesterahvad hoiavad oma probleemid enda teada ja ei jaga neid. Noored või nende lähedased aga näiteks eitavad probleemi olemasolu arvates, et haiguseks ollakse veel liiga noor. (Purre, 2018)

## 1.3 Vaheruumi vajadused

Pole olemas ideaalset ruumi ja elukorraldust, kus kõik ja koguaeg end mugavalt tunneksid. Arhitektuuris on normatiivne toota ruume, mis tekitavad positiivseid emotsioone. Linnades, mis on dünaamilised autonoomsed süsteemid on see pisut keerulisem. Suured linnad on mitmekülgsed olles samal ajal segased, üllatavad, nauditavad ja isegi tüütud. Emotsionaalsed reaktsioonid, mida ehitatud keskkond esile kutsuvad, on palju mitmekesisemad – põnevatest, ergutavatest, lõõgastavatest, ahvatlevatest, majesteetlikest, vastikutest, jubedatest kuni hirmutavateni. On isegi absurdne mõelda, et komplekses süsteemis nagu linn saaksime tunda ainult positiivseid emotsioone. Kuidas aga tagada õnnis argipäev ja tasakaal? Kuidas kujundada kodu, töökoht ja ruum selle vahel? Mis juhtub siis, kui kodu ongi kontor ning peale viite peab kontorist kodudiivanil muutma puhkekeskkonna? Arvan, et lahendus peitub vaheruumides, mida saame kasutada ühelt tegevuselt teisele ümberlülitudes. Töö ja kodu vahel kõõludes, mõtteid korrastades, unistades, maandades võtame aja maha ja proovime argielu enda ümber näha. Milline peaks olema vaheruum ning kuidas see saab meid mõjutada?

Ruum ja selle elemendid omavad olulist kohta inimtegevuses ning seeläbi loovad inimesed piire enda ja teiste vahel. Seda peetakse oluliseks nii indiviidi tasandil kui ka geograafilises kontekstis. Indiviidi tasandil annavad ruumid ja piirid inimesel võimaluse eristada ennast teistest ning leida oma eripära ja identiteet. Inimesed tunnevad sageli seotust konkreetse geograafilise piirkonnaga, olgu selleks nende kodulinn, naaber küla või muu koht, kus nad on elanud või millest on pärit. Ruumidel on psühholoogiline, praktiline ja kultuuriline tähendus, mis kujundab inimeste käitumist, suhtlemist ja eneseväljendust. (Jauhiainen, 2005) Sellest järeldatuna võib öelda, et ruumis olemise kogemused sõltuvad loodud võimalustest, seatud piiridest ja sellest kuidas ruume kasutatakse.

Ruumikogemus ei olene ainult ruumi füüsilistest omadustest, vaid ka kogeja psühholoogilisest seisundist. See on vastastikmõju ja indiviidi psühholoogiline näitab ümbritseva ruumi iseloomu ja vastupidi. (Bollnow, 2011)

Tänapäeval veedavad linnlased valdava osa oma ajast tehiskeskkonnas olgu selleks kodu, kontor, tänav või muu hoone. Urbaniseerunud inimeste probleemiks

on osutunud krooniline stress ja ebapiisavad võimalused ning teadmised sellest taastumiseks. Linnakeskkond on tehislik, monotoonne ja tihedalt asustatud ja võib mõjuda inimese psühholoogilistele ja füüsilistele ressurssidele kurnavalt. (Sluiter, 2000)

### 1.3.1 Biourbanism ja ruumi mõju teadvustamine

Biourbanism on uurimisvaldkond, mis kujutleb linna kui organismi ning käsitleb arhitektuuri kui inimõõtmelisuse väljendust. Selle üks väljund on uurida, kuidas inimene suhtleb ja suhestub end ümbritseva keskkonnaga. Biourbanism püüab kokkusobitada inimkeskset arhitektuuri tehniliste aspektide ja inimeste igapäevaeluga. (Tracada, 2012) Biourbanismi teooria kohaselt peab arhitektuurne disain pakkuma sensorset ühendust inimese ja teda ümbritseva keskkonna vahel. (Tracada, 2012)

Inimeste käitumine on otseselt mõjutatud ruumi omadustest ja selle võimalustest, kuid sageli on keskkonna ja ruumi mõju iseendale märgata või määratleda keeruline. Enamus tunnetusega seotud protsesse toimuvad väljaspool teadvust ning osade allikate hinnangul on nende teadvustamata protsesside osakaal umbes 90%. (Goldhagen, 2017) Ruumi mõju teadvustamine eeldab ärritavate või heaolu loovate elementide tähelepanemist ja teadlikku suhtumist. Argielu värelevas ja rutiinses keskkonnas ei oska me keskkonna teguritele tähelepanu pöörata ning paljuski on kinni kogemustes ja teadmistes. Mida rohkem on inimestel ruumialaseid teadmisi, seda mitmekesisemaks muutub ka nende maailm. Teoreetiline teadmine suunab inimest nägema pealtnäha silmatorkamatuid nüansse ning see, mida ümbritsevas keskkonnas nähakse ja märgatakse on tugevalt kallutatud vaataja enese teadmistest ja ootustest. (Arro G. , Kesklinna üldplaneeringu alusuuring: avaliku ruumi mõju inimese käitumisele, 2020)

Lihtne on märkamata jätta erinevate meelte mõju ruumis liikudes. Meelte tähtsuse rõhutamiseks on loodud praktika, mida kutsutakse sensorseks jalutamiseks. Selle käigus antakse osalejale ülesandeks keskenduda võimalikult ühele või mitmele meelele, et kohatunnetust kõigutada ja rikastada. Erinevate meelte kaasamisega saame me aimu tõelisest kohalolust, mida meist lahutatud ekraanid või

kiireloomuline elutempo liikumine meile ei paku. Merleau-Ponty on öelnud, et arhitektuuri ülesandeks on muuta nähtavaks, kuidas maailm meid puudutab. (Pallasmaa, 1996)

### **1.3.2 Looduse taastav mõju**

Tähelepanu kurnatusest saab taastuda seal, kus tähelepanu haaravad keskkonna paeluvad stiimulid. Keskkonnast muutab taastava keskkonna vaba tähelepanu avaldumine ja tahtliku tähelepanu kahanemine. Sellises keskkonnas on mõtlemine ja aju pingutamine asendunud mõtte uitamise ja molutamisega. Grete Arro on öelnud, et vaja on taastavaid keskkondi, mis inimest lummaksid ning pahade mõtete küüsisst vabastaks. (Arro G. , Kesklinna üldplaneeringu alusuuring: avaliku ruumi mõju inimese käitumisele, 2020) Elava ruumi loengus rääkis Arro, kuidas roheline linnaruumis ei ole ainult esteetika küsimus, vaid on otseselt seotud aju toimimisega. Roheluse läheduses elavatel inimestel on kergem võidelda stressiga, sest nende aju on roheluse läheduses paremas funktsioneerimisvõimes. (Arro G. , Elav Ruum, 2021) Loodusel on võime tuua inimene oma pessimistlike mõtete juurest tagasi ja see aitab luua kontakti ümbritsevaga. Kui loodus köidab inimese tähelepanu, blokeeritakse muremõtted ning negatiivsed emotsioonid asendatakse positiivsetega. (Keedwell 2017) On leitud, et rohealad ületavad oma taastavate ja psühholoogiliste heaolu omadustega meelelahutuse, tehniliku linnaruumi ja spordisaali. Porto ülikooli 2020 aasta uuring toob välja, et poole tunnine jalutuskäik linnapargis vähendas oluliselt ruminatiivset mõtlemist ehk negatiivsete mõtete kordamist, samas kui 30 minutiline jalutuskäik haljastuseta linnatänaval seda ei teinud. Jalutuskäik looduses tõstis meeleolu, tekitas suuremat kohalolutunnet ning niinimetatud väljapoole suunatud mõtteid. (Lopes, 2020) Rohealad võivad toetada ka kehalist aktiivsust ning tõsta sotsiaalset ühtekuuluvustunnet. Samuti on võrreldud sise- ja väliruumides sportimist ning avastatud heaolu paranemist. See väljendus kiirema taastumise, suurema energiatasemega ja positiivse kaasatustunde tekkimisega. Lisaks vähenes pinget, segadus, viha ja depressioon. (Keedwell 2017)

Tähelepanu taastamiseks ja maandamiseks on levinud Rachel ja Stephen Kaplani tähelepanu taastamise teooria, kes väidavad, et nii stressi vähendamiseks kui ka tähelepanu taastamiseks on ideaalne looduses viibimine. Teoorias on olulisel kohal keskkonnaomadused, mis teevad loodusest taastava keskkonna - avarus, eemalolek, lummus ja kokkusobivus. (Kaplan, 1995)

- Avarus ei tähenda otseselt suure pindalaga ala, vaid pigem omaette maailma. Avaruse puhul on oluline ka kontseptuaalsem kiht: avaruse tekkimine aegruumis tänu olemasolevatele ajaloolistele rekvisiitidele. (Kaplan, 1995) Ka Lynch on leidnud, et positiivseid emotsioone kutsuvad tihtipeale esile avarus, näiteks läbi panoraamse vaate. Ta juhtis tähelepanu rohkete avarate vaadete loomisele kaasaegsetesse linnadesse, kus isegi kui vaadeldav paljastab kaose, mis ei pruugi olla meeldiv, on see kahtlemata haarav. (Lynch, 1960)
- Eemaloleku tagab kurnavatest mõtetest distanseerumine, mitte tingimata füüsiline eraldatus. Eemalolekut saab etendada läbi uute vaadete avamise või vana keskkonna teistmoodi vaatamise. (Kaplan, 1995)
- Lummus on keskkonnaomadusest kõige olulisem, kus keskkond peab inimese tähelepanu ise haarama. Nii saab suunatud tähelepanu taastuda. (Kaplan, 1995) Ei saa korraga olla lummatud ja samal ajal halbu mõtteid mõelda. Ka arhitektuur saab, lisaks looduskeskkonnale, varjatult hoida meid meeldivas pehmes haaratuses ajal, mil meie organism taastub ja puhkab.
- Kokkusobivus tähendab eelkõige, et keskkond peab soosima inimese soovitud tegevust. (Kaplan, 1995)

### **1.3.3 Psühholoogilised vajadused ruumilt**

Inimeste vajadused linnaruumis, mis suunavad neid linnaruumi kasutama ja nautima, on hierarhilised. Esmalt tuleb tagada, et inimestel oleks baasiliselt turvaline olla. Näiteks nad ei tohiks karta auto alla jäämist, tunda müra tulenevat stressi, peljata kuumarabandust või pidevaid poripritsmeid autorataste alt. Kui turvalisuse mure on lahendatud, võib küsida, mida positiivset inimene linnaruumilt soovib. Järgmine vajaduste kogum inimestel on vajadus lõõgastuda. Me soovime vabaneda kuhjunud stressist, mida kogeme töö- ja muudes situatsioonides. Kas

linn oskab pakkuda lõõgastavaid saarekesi või on pigem stressi allikas? Kui kaks esimest vajadust, turvatunne ja lõõgastumine, on täidetud, saab hea linnaruum pakkuda ka sedalaadi stimulatsiooni, mida tajutakse meeldivana. Selleks võib olla võimalus passiivsemalt jälgida, vaadelda, saada võlutud. Neljas linnaruumi väärtus võiks olla aktiivsus ehk võimalused ise linnaruumis midagi ette võtta. Näiteks liikuda, suhelda, tutvuda, uudistada, avastada, end proovile panna või midagi uut teada saada. (Tallinna Linnaplaneerimisamet, 2020)

Ruum saab meile pakkuda erinevaid psühholoogilisi vajadusi.

- **Kuuluvustunne.** See on tunne, et ollakse teiste inimestega tähenduslikult seotud. (Klementi, Koov, & Ong, 2019) Näiteks jalakäijana või ratturina ollakse osa kogukonnast. Inimene alateadlikult valib neid kohti, kus on teised inimesed. (Gehl J. , 2010) Kuuluvustunne on psühholoogiline baasvajadus, mida keskkond saab vähemal või rohkemal määral toetada. (Ryan & Deci, 2017) See tuleb esile uhkuses oma linna, selle kohtade ja inimeste üle. Omaette väärtus on jagatud identiteet, mis peitub teiste inimestega samade kohtade ja ressursside kasutamises. Selle aluseks on inimloomuse avatud ja kaasatud omadus ning seda peetakse üheks kõige elutervema ühisidentideedi vormiks. (Sim, 2021)

- **Autonoomia.** See on võimalus ise otsustada ja oma tegevusi juhtida (Klementi, Koov, & Ong, 2019), Lastele on olulised õpetlikud ja avastamist soodustavad ruumid, kuid täiskasvanute puhul on oluline taasavastamine ning kohalolu teadvustamine. Luues võimalusi kollektiivselt ruume kujundada, suureneb psühholoogiline kaasatus, autonoomia ja kompetentsi tunne. (Alexander, Ishikawa, & Murraay, 1997) Autonoomia kasutamine väljendub näiteks sodimisseinte, modulaarse mööbliga, vajadusel suletavate ja avatavate ruumidega või isekujundatavate aedade ja mänguväljakutega.

- **Liikumisevajadus.** Liikumine jalgsi või rattaga aitab ümbritsevat maksimaalsel võimalikul määral tajuda, sest kõndimisele on kohanenud inimese taju ning signaalide tõlgendamine. Tänaval kõndimine suunab inimest edasi liikuma, kuid väljakutel on peatav mõju, pakkudes võimalusi ajaveetmiseks. (Gehl J. , 2010) Kõndimise kvaliteeti ja naudingut mõjutavad tänavamustrid, ruumikujundus, detailirikkus ja elamuste intensiivsus. (Gehl J. , 2010) Igapäevane linna

tunnetamine on hädavajalik vastukaaluks meedia moonutatud infole, kus luuakse ümberringi toimuvast üldistus ja liialdusi. Inimeste aktiivsus ja kohalolu annab spontaanset inspiratsiooni, turvatunnet, suurendab sotsiaalset kaasatust ja kohalolu tunnet Jalakäija saab igal hetkel peatuda ja suunda muuta, reguleerida enda tempot või otsustada teha hoopis midagi muud.

- **Pädevustunne.** See on tunne, et saadakse väljakutsetega hakkama (Klementi, Koov, & Ong, 2019). Näiteks ruumil põhinevad tegevused, kus inimesel on võimalus valida tegevus vastavalt oma võimetele. Ruumi autonoomia tähendab võimalust kasutajal ise langetada otsuseid ennast ümbritseva keskkonna osas. Autonoomia pole aga võimalik, kui inimesel puudub kontroll ning me ei pruugi olla võimelised tegema seda, mida tahame ja millal tahame. Mõni tegevus lihtsalt ei ole võimalik kontrolli puudumise tõttu, mis võib põhjustada stressi. (Keedwell 2017) Seda toetab ka linnastruktuuri selgus orienteerumisel ja arusaadavus. (Gehl J. , 2010) Ruumi võiks luua selge orientiiri ning kohad, mis täituksid meluga eeldab fookuspunkti. See saab olla väljaku teeradade ristumispunktis asetsev purskkaev, skulptuur, puu või kõlakoda. (Alexander, Ishikawa, & Murraay, 1997)

- **Kontakt elusloodusega.** Linnahaljastus ja linnapargid on oluline osa linnakeskkonnast, sest kontakt loodusega on tähtis inimese tervisele (taastab tähelepanu, vähendab stressi, alandab vererõhku) (Gehl J. , 2006). Lisaks loob linnaloodus meeldiva linnaruumi, kus inimene soovib oma aega veeta. Vajadus roheliste ja siniste alade (pargid, aiad, sisehoovid, rannikualad, veekogud) järgi linnakeskkonnas on üldteada, kuid oluline on tagada nendeni ligipääs. Rohealad vähendavad stressi tänu oma puhverdavale efektile ja neid rohealaid võiks leiduda vähemalt iga 500 meetri tagant. (Alexander, Ishikawa, & Murraay, 1997) Oluline on kasutada loomisel puid selleks, et moodustada allee, osaliselt suletud väljak, tara, salu jms. (Alexander, Ishikawa, & Murraay, 1997)

- **Mitmekesisus.** Inimemeel vajavad uusi aistinguid iga 4-5 sekundi järel, mistõttu monotone keskkond väsitab ja tekitab ükskõiksust. Linna muudavad mitmekesisemaks erineva suurusega ruumid, materjalide mitmekesisus, haljastus, erinevad tegevused ja teised inimesed. (Gehl J. , 2010) Avalikus ruumis on vaja asju, mis oma lumavusega tähelepanu endale tõmbavad, kuid ei nõua samas

aktiivset infotöötlust vaadatu mõistmiseks. Pehme haaratuse võlu on ka see, et see annab võimaluse endasse vaadata ning mõjub hetkelise mentaalse pausina, mida ülestimuleeritud linnakeskkond ei võimalda. (Arro G. , Keslinna üldplaneeringu alusuuring: avaliku ruumi mõju inimese käitumisele, 2020) Vahelduva perspektiiviga ja muutuva suunaga looklevad rajad toovad inimesed oma mõtetest tagasi kontakti ümbritsevaga, loovad meeldiva salapära ja ootusärevuse. (Marcus, 1995) Sagedased kurvid ja käänakud teevad huvitavaks, kuid tuleb veenduda, et teekonna looklevus ei tekitaks liiklejas segadust. Jan Gehl nimetab teekonda, kus kõik on kohe nähtav väsitavaks perspektiiviks. See juhtub, kui tee on sirge ja lõputuna näiv ega tööta huvitavaid elamusi. Taoline teekond väsitab juba enne teeasumist. (Gehl J. , 2006)

## KOKKUVÕTE

Argiruum on oluline ning elu virr-varris ei pruugi me mõista me selle mõju. Töö ja kodu vaheline ruum jääb oma üksluisuse tõttu märkamata ning rutiinne tööelu viib meid elama nädalavahetusest nädalavahetusse. Magistritöös uurin argiruumi ning inimest kodu ja töö vahel. Analüüsin kuidas ja miks me linnaruumis liigume ning kuidas leida tasakaal töö ja iseenda vahel. Mõtestan vaheruumi olulisust ja selle omadusi. Projektiosas loon töö ja kodu vaheruumi kujundamise reeglistiku ning rakendan seda Tallinna Kesklinnas.

Magistritöö esimeses osas arutlen teoreetilistel alustel argiruumi ja selle kujundajate üle. Mõtisklen ühiskonna ootuste üle täiskasvanule ning kirjeldan inimese argiruumi olemust. Me kipume arvama, et linn on ekspansiivne, isegi lõputu võrgustik, mille moodustavad lugematu arv fragmente ja teid, kuid meie linnaruumi piiritlevad argipäeva tegevused ning see seab meile nähtamatud piirid linna täielikuks tunnetamiseks ja selles uitamiseks. Argielus on oluline leida aega mõtlemiseks, unistamiseks, tunnete läbitöötamiseks ning enda eesmärkide meenutamiseks või uute valimiseks. Nii jääme iseendaks, leiame inimlikkuse ja tagame kohalolu. Inimese heaoluks on oluline sotsiaalsuse ja suhete hoidmine. Mõtisklen tänapäeva linnaruumi üheülbalisust ning arutlen selle mõju üle inimestele. Evolutsiooniteoreetikute sõnul poleks tänapäeva inimest kunagi arenenud, kui oleksime elanud nii monotoonses keskkonnas nagu meie linnaruum täna on. Linnaruum võiks võimaldada erinevaid keha tehnikaid ning aidata vähendada keha kangestumist.

Täiskasvanu argiruumi defineerib suuresti tema töökoht. Vaatlen kontori olemust ajas ning mõistan kontori trendide kordumist. Kontori piirkondade teke algas kõrgete tornide ehitamisega ning on viinud monotoonsete linnaosadeni, kus hoone on pelgalt äri ja ruum selle kaubaks. Töö tegemisel eristatakse erinevaid viise ning kõige olulisemaks peetakse tegutsemist, mis on seotud loovuse ja teiste inimestega. Siiski on tänapäeval saanud loovusest kui sunnitud tegevus ning motivatsioon, initsiatiiv ja lõpmatud projektid on uued töölisklassi märksõnad.

Pideva infokülluse, saavutamise ja rööprähklemise vahel võime iseennast silmapiirilt kaotada, mis viitab läbipõlemisühiskonnale.

Argiruumis tasakaalu leidmine peitub vaheruumides. Töö ja kodu vahel kõõludes, mõtteid korrastades, unistades, maandades võtame aja maha ja proovime argielu enda ümber tunnetada. Käsitlen biourbanismi mõistet ja selgitan ruumi mõju teadlikkuse olulisust. Ruumil on võimekus inimeste meelt taastada ja rahuldada psühholoogilisi ja sotsiaalseid vajadusi.

## 2 ARGIMUSTER TALLINNA KESKLINNAS

Milline on Tallinna Kesklinn peale tööpäeva? Kuidas see erineb nädalavahetuse Tallinnast? Kas argimuster on olemas ning kuidas leida mustri vaheruumi? Magistritöö kõõlub töö ja kodu vahel ning soovib mõtestada argiruumi tähtsust. Probleemile lahendust otsides koostas linnaanalüüsi, mis selgitab ol. oleva argiruumi olemust. Analüüs koosneb linna kaardianalüüsist, alusdokumentidest, paikvaatlusest ja tänavaruumi metoodilisest hindamisest.

### 2.1 Alusandmed ja linnaanalüüs

#### 2.1.1 Kesklinna üldplaneering

Magistritöö koostamisel on Tallinna Kesklinna üldplaneering koostamisel ning Kesklinna analüüsimiseks on võetud aluseks koostatava üldplaneeringu seni läbiviidud alusuuringud ning lähteseisukohad. Samuti käisin vestlemas üldplaneeringut koostavate arhitektide ja linnaplaneerijatega Strateegiakeskuse Ruumiloome osakonnast.

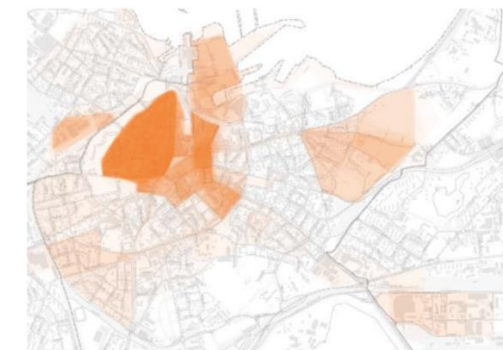
Kesklinna linnaosa funktsioon on mitmekülgne ja see on samal ajal riigi administratiivne keskus ja rahvusvaheline peavärav, Tallinna regiooni keskus, kiirema arenguga linnakeskus - olles seeläbi Eesti kõige aktiivsem tõmbekeskus. Linnaosa ettevõtluskeskkonda iseloomustab äri- ja kaubandustegevusega seotud ettevõtete koondumine suurematesse keskustesse – kaubanduskeskused, büroohooned. Tänavaid elavdav väikeettevõtlus on vähenenud ja linnakeskust defineeritakse täna kaubanduskeskuste järgi – Viru keskus ja Kaubamaja, Solarise keskus, Stockmann. (Tallinna Linnaplaneerimisamet, 2020)

Linnaosa areng ei ole seni taganud piisavalt avatust merele ning mereäär on alakasutuses. Üldiselt puudub merel selge seotus linnalise keskkonnaga. (Tallinna Linnaplaneerimisamet, 2020)

Linnaosa moodustub erineva aktiivsuse ja identiteediga piirkondadest. Majanduslik ja kultuuriline keskus on koondunud südalinna ja suuremate peatänavate äärde (nt Pärnu mnt), hõlmates nii Vanalinna kui südalinna aktiivset äri -sh kõrghoonete

piirkonda. Vanalinna kui Tallinna vanima terviklikult säilinud asumi ehituslik areng on tugevalt reguleeritud ja turismikeskne, samal ajal väheneb selle aktiivne kasutus kohalike seas. Linnasüdamel paiknev sadama ala ei ole saavutanud linnasüdamele omast tihedust ja on olnud pikalt alakasutuses. Südalinna ümber moodustuvad puithoonestusega terviklikud elamukvartalid (Kadriorg, Uus Maailm, Kassisaba), mis ühtlasi on määratletud ka miljööväärtuslike aladena. Lisaks on silmapaistvaid terviklikke miljööväärtuslikke piirkondi säilinud Veerenni, Torupilli, Tatari, Kitseküla, Raua, Sadama (Rotermann) asumites. Juhkentali asumis paikneb linnaosa suurim paneelilamute piirkond ning sellega piirnevas Keldrimäe asumis paikneb Tallinna bussijaam ja Siselinna kalmistu. Kesklinna suurima eramajade piirkonna moodustab Luite asum. Ülemiste järve asumi põhiosa moodustab järv ja selle ümber kitsas maariba. Ülemiste järv on ühtlasi ka Tallinna joogivee haare, mistõttu on järve ümbritsev rekreatiivse väärtusega roheala kasutus piiratud. Mõigu asumil puudub tugev seos ülejäänud linnaosaga, paiknedes eraldatuna Lasnamäe linnaosa ja Rae valla territooriumi vahel ja on osaliselt laienenud juba Rae valla territooriumile. (Tallinna Linnaplaneerimisamet, 2020)

Kesklinna atraktiivsust vähendab autokeskne tänavaruum, kus liiga lai ruum tänavast on eraldatud autodele (nt Liivalaia ja Ahtri tänav). Puudulik rattateedevõrgustik ja ebamugav ja ohtlik tänavaruum jalakäijatele ja jalgratturitele, liiga suured autokiirused. Vähene tänavahaljastus ja taskuparkide osakaal ning olemasolevate haljasalade nõrk seotus omavahel ning loogiliste liikumisteedadega. Balti jaam sh turg ja Telliskivi Loomelinnak omavad meeldiva linnakeskuse tunnuseid – Kesklinna linnaosas ei leidu nii inimsõbralikku keskusala. (Tallinna Linnaplaneerimisamet, 2020)



Joonis. 6. Tajutavad lokaalsed keskusalad. (Tallinna Linnaplaneerimisamet, 2020)

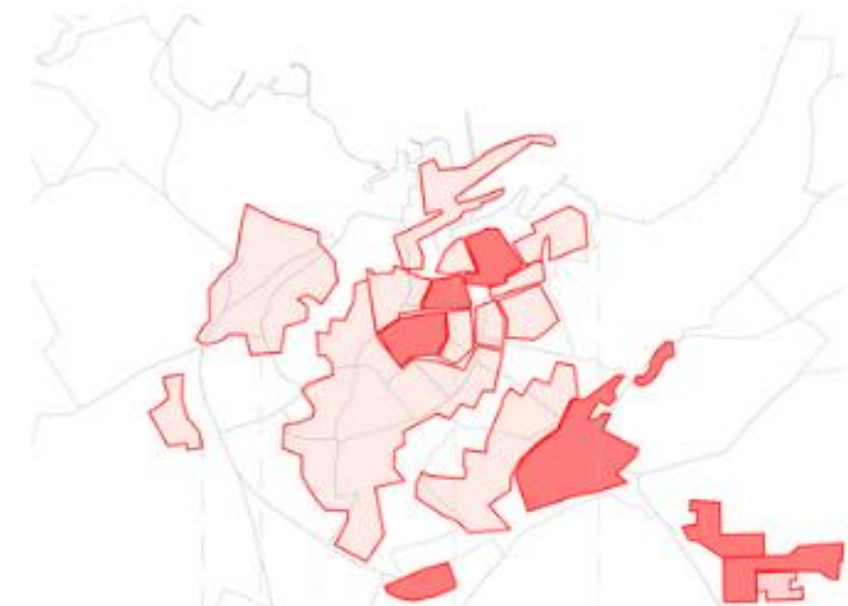


Tallinna kesklinna üldplaneeringu ideekorjes osales kokku üle 450 inimese, kellest üle poole märkis oma elukohaks Kesklinna linnaosa. Lisaks elukohale tuli märkida oma vanus, sugu ja tegevusala. Ruumi valdkonnaga seotud vastajaid oli ligikaudu 25% ehk üle poole vastanutest olid muu valdkonna esindajad. (Tallinna Linnaplaneerimisamet, 2020) Ideekorje tõi selgelt välja, et Tallinna linnasüdames pärsib halb linnaruum (liiklusmüra, autode suur sõidukiirus, parklate rohkus) selle kasutamist. Positiivse poole pealt toodi välja küll kesklinna kompaktsust, kuid tihe autoliiklus ja laiad autoteed takistavad ja piiravad jala käimist. Inimesed ei tunne ennast linnaruumis turvaliselt ega taha seal ka pikemalt peatuda. (Arro & Mänd, 2021) Samuti on mitmeid piirkondi, nagu näiteks vanalinn, kus valitseb tegevuste mitmekesisuse vallas vaesus, kuna sinna on jäänud peamiselt vabatahtlikud tegevused ja on üldiselt suunatud peamiselt välituristidele. (Tallinna Linnaplaneerimisamet, 2020)

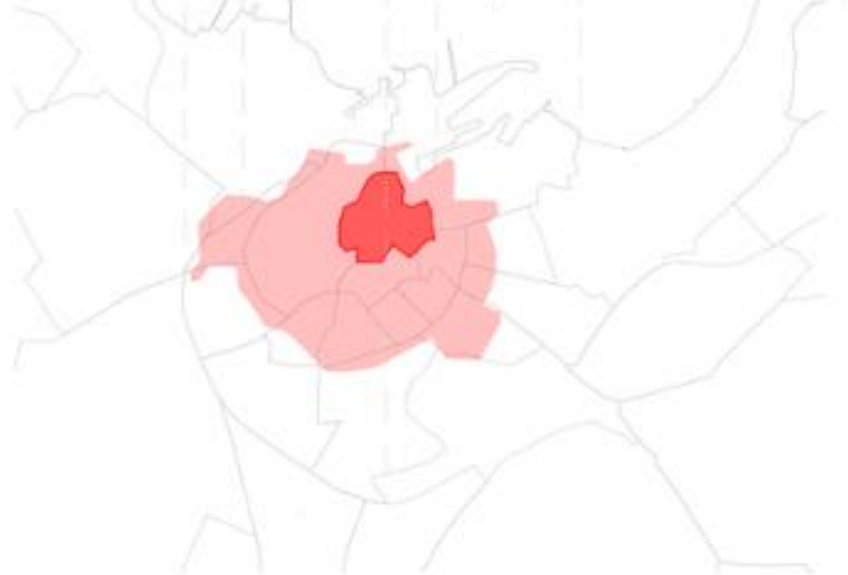


Joonis. 7. Negatiivselt tajutav linnaruum – kõige negatiivsemalt tajuti tänavaruumi ehk tingimusi igapäevaseks liiklemiseks jalgsi ja jalgrattaga ja sõiduteedest tekkivat tugevat barjääriefekti, allikas Tallinna Linnaplaneerimisamet (Tallinna Linnaplaneerimisamet, 2020)

## 2.1.2 Kaardi analüüs



VAJALIKUD TEGEVUSED (TÖÖPÄEV EELDATAVASTI)

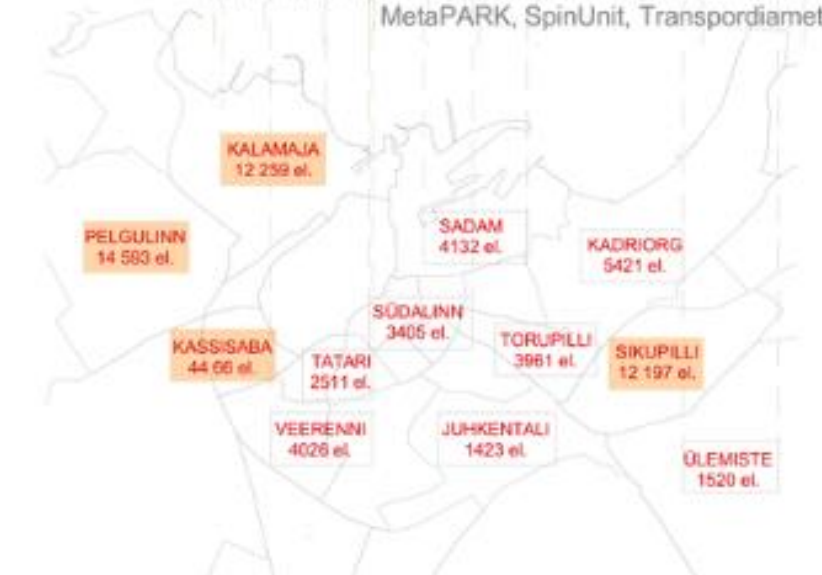


VALIKULISED TEGEVUSED (NÄDALAVAHETUS EELDATAVASTI)  
Lõpetamata linn, 2020

■ kõrgem ■ madalam

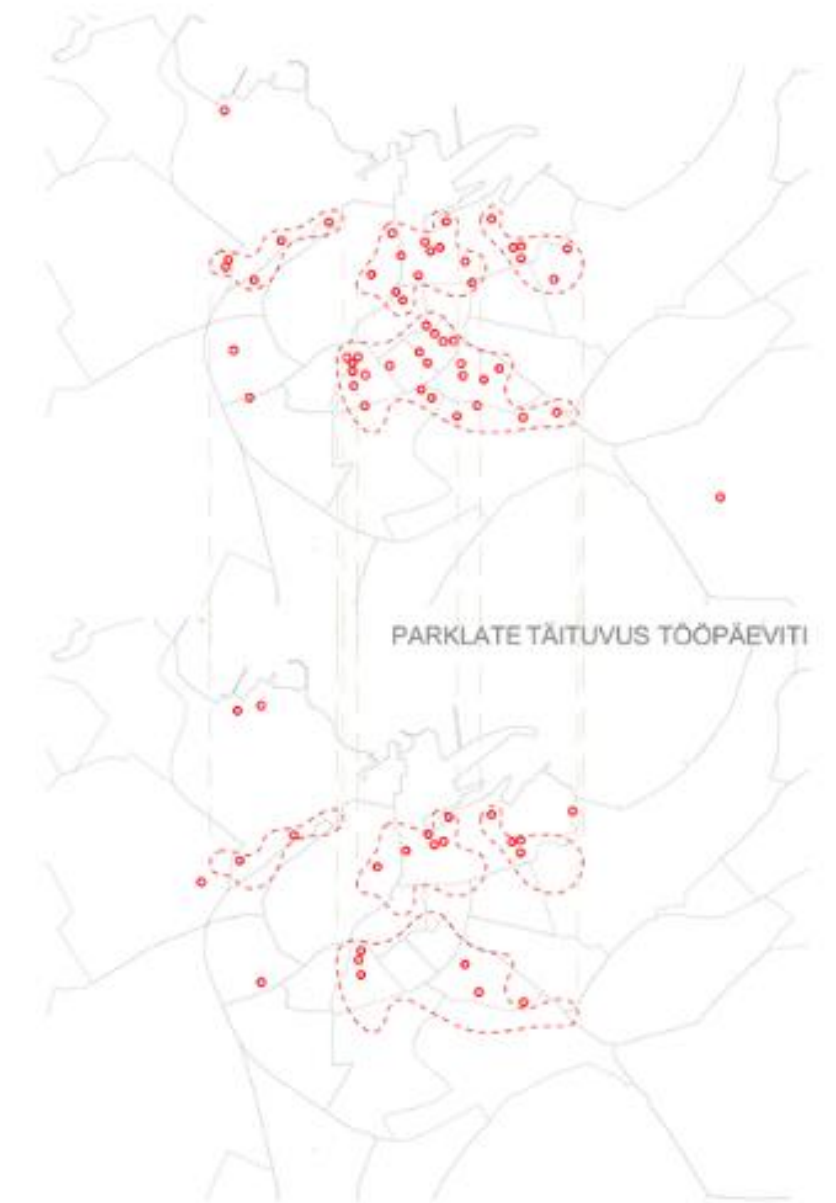


BÜROOPINDADE NETOPIND TALLINNAASUMITES  
MetaPARK, SpinUnit, Transpordiamet



ELANIKE ARV TALLINNA ASUMITES  
rahvastiku register, 2020

■ kõrgem



PARKLATE TÄITUVUS TÖÖPÄEVITI

PARKLATE TÄITUVUS NÄDALAVAHETUSETI  
MetaPark, SpinUnit, 2019

## ARGIRUUM VS NÄDALAVAHETUSE RUUM

## **2.2 Argilinn ja argilinine. Paikvaatlus ja persoonad.**

Linnakaartidelt joonistused välja üldised Tallinna Kesklinna näitajad, piirkondade erinevused ja tugevamad argiteljed. Ruumide sisulisemaks mõistmiseks kaardistan argilinnas ehk olemasolevat tänavaruumi ja argilinnast ehk ruumikasutajat. Argilinn ja argilinnane on subjektiivne autori nägemus. Telgede adekvaatsemaks hindamiseks kasutan tänavaruumi metoodilist hindamist.

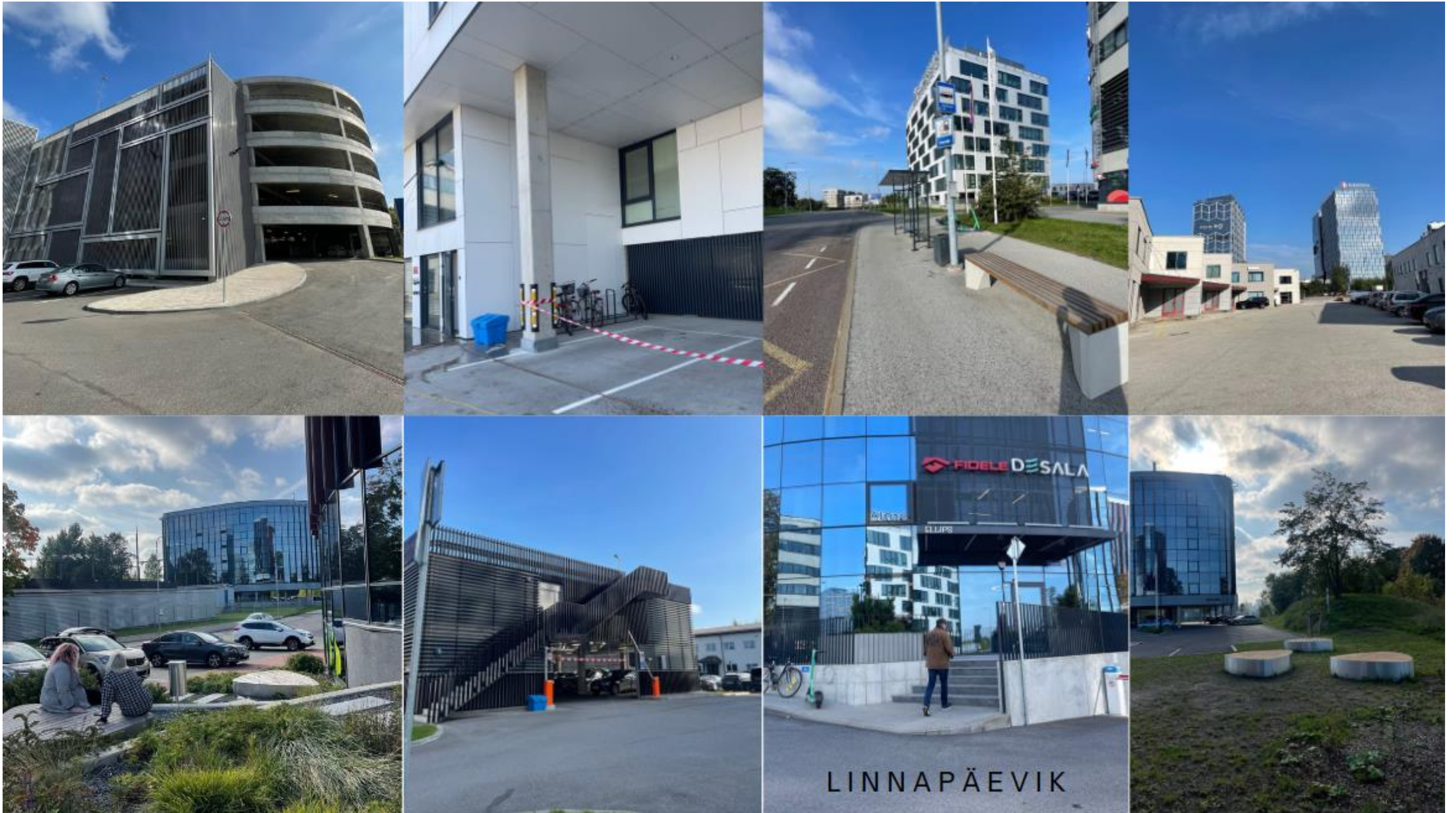
### **2.2.1 Argilinn**

Enamasti muutub igapäevane linna trajektor nii omaks, et me isegi ei märka enam, milline see on ning harjume sellega ära. Teadupärast inimene harjub kiiresti ja kõigega. Oma kogemuse põhjal ütlesin, et on isegi hirmutav, kui kiiresti suudame halva olukorraga ära harjuda. Üha kiirenevas elutempos vahel isegi ei saa aru, kui mõne kuu jooksul harjun ja ümberharjun suurte muutuste vahel. Siiski meil kõigil on erinev tajus ja vastuvõtmise faktor ning muutliku keskkonnaga harjumine võib osutuda mõne jaoks suureks katsumuseks.

Muutuste teadvustamiseks või nendega harjumiseks on vaja aeg maha võtta. Sageli kasutavad inimesed selleks nädalavahetusi, minnes parki jalutama, sõites linnast välja või lõhutades koduivanil. Levinud on ka puhkuse ajal reisile minemine – tõmban juhtmed seinast välja sõidan võimalikult kaugemale. Eks pausi vajame me igaüks ning on samuti väga mõistetav, et inimloomuses on soov kogeda ja avastada uut. Mustri valukoht peitub aga selles, et nädal peale puhkust on argipäev sama ning elu liigub just kui autopiloodi peal. Kui küsida töötavalt keskklassi inimeselt, mida ta teeks kui ta ei peaks tööl käima on vastuseks tihtilugu puhkaks, reisiks ringi. Samas puhkusega me harjume samamoodi ja see muutub meie jaoks rutiinseks. Oluine on aga leida nüansid, mis muudavad puhkusest meeldiva ja taastava vormi ning kuidas saab neid nüansse rakendada argipäevas. Sealjuures argipäev võib olla tööd tegemata palmi all või igapäevaselt kontoril tööl käies.

Oma linnajalutuskäikudel olen püüdnud fikseerida pause. Enne magistratöö alustamist tegin seda alateadlikult, kus pldistasin hetki, mis panid mind ruumis peatuma, naeratama, tõi esile mõne mälestuse või koguni ehmatasid ja panid

mõtlemata. Lõputöö mõttega oma galeriid sirvides sain sellest mustrist aru ning huvitaval kombel neid pilte vaadates minu sisemine tunne ei erinenud kui oleksin vaadanud puhkuse pilte, sest need seostusid minu jaoks toredate mälestustega. Töö raames hakkasin pidama linnapäevikut, kuhu kogusin hetked, mis mind linnaruumis peatuma panid ning püüdsin lahtimõtestada peatumise põhjuseid ja kõrvutada neid 1. peatükis käsitletud teooriaga.



## 2.2.2 Argilinlane ja persoonad

Linn on kooselu vorm – võiks öelda, et me oleme elukaaslased, sest me elame samal tänaval. Elukaaslasega elamine on oluliselt komplekssem, kui filmidest tunduda võib. Seda suuresti selle poolest, et vastaspool hakkab ajapeale peegeldama meile iseennast. Võib juhtuda ka, et näeme iseenda käitumist kaaslases enne, kui saame aru, et see on meie endi käitumine ja seda iseendas tunnustame. Eneseavastuste kõrval on võrdväärselt keerukad kaaslase omapärad, millest kohtudes ilmselt aimugii polnud. Niisiis võtab koostoimimine ja keerukatest eripäradest õndsas argielu voolimine aega. Ajapikku muutume sallivamaks ja leplikumaks. Mõistame, tunnustame, andestame. Vabandame, vääratame, valime. Mida suuremaks muutub murede tööriista kast, seda osavamad oleme erinevates situatsioonides toimima. Me oskame probleemidele lahendust leida, sest me oleme võtnud aega, et nendega tegeleda. See on meie argielu ja me tahame selle jaoks aega võtta. Siin kohal tõmbaksin paralleeli ja esitaksin küsimuse: **kas me võtame oma kodutänaval aega, proovime mõista oma elukaaslaseid ja töötame ühise õndsas argipäeva poole?**

Kindlasti on kodutänaval elu ja seltskond oluliselt värvikam, kui armastatud abikaasa. Raske on samastuda inimestega, keda näeme harvem või kellesugust pole varem kohanud. Näeme maailma läbi oma kogemuste prisma ja läbi oma kultuuriruumi. Siiski, mida pikemalt veedame aega tänaval, seda rohkem märkame ja õpime linna eritahke tundma ja oskame neid enda jaoks mõtestada. Meie maailmapilt avaneb, silmaring suureneb ning süda saab sallivamaks.

Tänavaruumi paremaks mõistmiseks ja kasutajate lahterdamiseks koostasin ruumi persoonad. Need kujunesid välja paikvaatluse tegemisel ning minu varasemast kogemusest linnas liikudes. Välistasin valimist lapsed ja kooliealised ning vaatlesin vaid täiskasvanuid inimesi. Ruumikasutajad jagasin käitumise, oleku, tempo, emotsiooni ja vanuse järgi nelja tegelasse ja andsin neile nimed: introvert Artur, hakkaja Art, pereinimene Arlina, vanur Armin. Loodud tegelased on üldistatud ja pisut stereotüüpe loovad välja mõeldud tänavaruumi kasutajad. Need aitavad magistritöö probleemidega tegeledes erinevate kasutajagruppidega paremini

samastuda ja nende eripäradega arvestada. et eritüüpi inimesed saaksid argiruumis koos toimida.

### Introvertne Artur



*Ma seisan harkisjalu*

*ja uudistan maailma*

*Mul on naljakas saba*

*ja kaks suurt silma*

*Ja ma ei taha aia taha minna.*

*Artur Alliksaar / Esimene vasikas*

Introvertne Artur on muhe ja heasüdamlik. Ta on töökas ja kui sa talle ise lähened, avab ta end nagu oleksid ta ustav sõber. Seltskonnas on ta vaikne, aga kuulab alati tähelepanelikult, mida teised räägivad. Artur pole kunagi olnud seltskonna hing. Kooliajal oli ta seltskonnas alati tagaplaanil, kuid koges sellegi poolest seltskonna läbielamisi. Peale kooli lõpetamist on Arturi igapäeva sotsiaalne ring oluliselt vähenenud. Ta käib tööl ja peale tööd veedab aega kodus. Ta elab üksi ning paar korda kuus külastab pere. Töökaaslastega suhtlus on primaarne, kuna enamik töökaaslaseid on ettevõttes juba pikalt olnud ning Arturil on seltskonda raske sulanduda.

## Hakkaja Art



*Suur on see, mis särab end säästmata  
Põlemiseks pole vaja põhjust  
Palumiseks pole vaja põhjendust.  
Ei ole tarbetuid tiibu, ei ole liigseid laule.  
Ei ole mõttetut miilamist.  
Peab kandma rauda südames,  
et aja kukkuvad kivikamakad  
ei kisuks teda tükkideks.  
Julgus on suurim tarkus.  
Oma hingeloomule ustav  
teeb tugevaks enese ja elu*

*Artur Alliksaar / Loomines ei lõppe kunagi*

Hakkaja Art on seltskonna hing. Tal on palju tuttavaid ja ta justkui kulgeb läbi elu. Tal on alati nägu naerul ning tema energia ja teotahtelisus on imetlusväärne. Art oli kooliajal esindatud mitmes huviringis ning kooliürituste eestvedaja. Vahel soovib Art, et tal oleks rohkem aega, sest vanemaks saades on ta pidanud paljudele koosolemistele ei ütlemata. Seltskondi, kus Art liigub on palju ja igaüks neist veidi erinev. Võib oletada, et inimesed Arti ümber on tema suurim varandus. Tööle minnes tundis Art, kuidas töökaaslaste elu on väga rutiinne ning kõik on kuidagi vaikselt. Samas mõistab ta, et töö vajab keskendumist ja hakkab isegi vaikselt seda rutiinset rada käima.

## Pereinimene Arlina



Pereinimene Arlina on töötav 2 lapse ema. Kooliaja Arlina on vajunud unustusse ning täna kulub tema aeg tööle ja perele. Vahel harva leiab Arlina aega ka iseendale näiteks nädalavahetuseti või puhkusel. Argipäeviti on Arlina päevakava tihe ning kõige keerulisemaks peab ta oma päevas ühelt asjalt teisele ümberlülitumist ning pidevat tormamist. Näiteks tööpäeva lõppedes on ta tööülesanded vaevalt lõpetanud kui juba peab ta minema lapsele järgi lasteaeda, viima lapse huviringi ja kiirelt õhusöögi valmistama. Tiheda töö ja koduelu vahel on raske leida ruumi iseendale ning pidevalt on kuskile kiire.

## Vanur Armin



Vanur Airi on pensionär ja tema päevad mööduvad aeglaselt kulgedes. Ta pere, töö ja sõbad on temast kaugenenud ning elavad kuskil mujal oma elu. Armin on üksik ning veedab suure osa päevast televiisori ees elades kaasa seebiooperite peredele. Ta käib tänaval jalutamas ning poemüüjaga suhtlemine on tema jaoks väga oluline. Armin tahaks suhelda ning tegutseda, kuid oma tutvusringkonnas ta seda teha ei saa.

### 3 . PROJEKT. ARGIRUUMI RUUMILINE TOETAMINE.

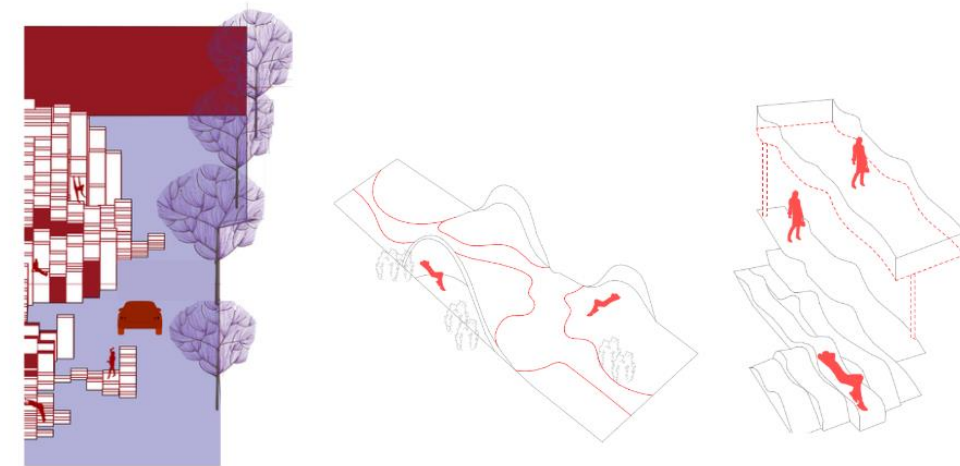
Vahel lihtsalt tahaks maailma veerel jalgu kõlmutada, aga kuhu siis minna? Kuhu visata jalad seinale? Kus võtta aeg maha üksi või sõpradega ilma, et peaks millegi eest maksma või kellegi juures olema? Kus on vaheruim ja kus saab peatuda? Kuidas leida linnaruumis argipäevane kergus ja voolavus?

Antud magistr töö proovib luua ruumilised vastused nendele küsimustele. Küsimustel pole ainuõiget vastust ning iga ruum ja iga tänav vajab tunnetuslikku lähenemist. Mõnel tänaval on kõik vajalik juba peaaegu olemas ning vajab vaid väikest julgustust, mõnel aga tuleb viia läbi kardinaalsemad muudatused. Magistr töö raames loon raamistikku, mis annab selgust, kuidas luua töö ja kodu vaheruumi. Vaheruumina käsitlen logelemisruumi ja uitamisruumi. Lisaks loon argimaja kontseptsiooni, mis murrab töö kui inimese identiteet trendi ning paneb inimese tegutsema ise enda jaoks, pakkudes enesearengu- ja teostus võimalust väljaspool tööd.

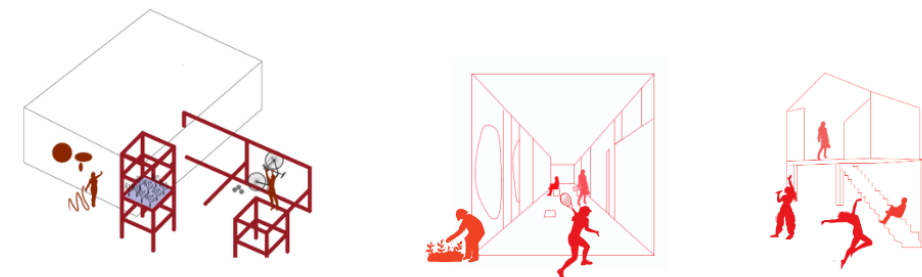
Tuginedes loodud raamistikule loon visiooni Veerenni kvartalist ning rakendan raamistikku Vana-Lõuna haljakul ja selle ümbruses. Vaheruumidena käsitlen kolme tüpoloogiat: logelemisruum ehk argilebola, uitamisruum ehk argirada ja tegevusruum ehk argimaja.



ARGILEBO - PAUS, HINGETÖMME, AEGJUSTUS



ARGIRADA - UITAMIST, VOOLAMIST, RULLIMIST SOOSIV ARGIRUUM



ARGIMAJA - HOBIRUUM ON SAMA KÄTTESAADAV KUI PINK VÕI TÄNAVAVALGUSTI



### 3.1 Argilebola

Argilebola on logelemisruumi loomise esmane meede. Selle keskmeks on vedelemise kui tegevuse võimaldamine. Enamik inimesi teavad, kuidas vedeleada ning oskavad sellega samastuda. Ajuteadlane Jaan Aru on öelnud, et vedelemine tekitab meis lõõgastust, rahulolu, kergust, mõttelendu, mõttepuhkust ja vabastavat tunnet. Tunde tekkimiseks ei pruugi iva olla isegi vedelemises vaid selleks tegevuseks võetud ajas. (Aru, 2022) Ruumiliselt ei ole vedelemiseks palju vaja, selleks piisab vaid pisut horisontaalsemast pinnast. Maakodus murul või rannaliival on vedelemine iseenesest mõistetav, kuid kuidas teha seda argipäeval linnatänaval?

#### Argilebola loomise põhimõtted.

1. **Sotsiaalselt aktsepteeritus.** Stereotüüpselt seostub tänavatel lebamine kodutute ja asotsiaalidega ning ilmselt kui niisama pingil pikali visata siis võidakse sellele viltu vaadata. Jan Gehl toob välja, et noored on rohkem avatud uutele olemisviisidele ja kasutavad rohkem alternatiivseid puhkekohti istumisele. Täiskasvanud võtavad uusi asendeid tõrksamalt vastu. Selleks, et vedelemisruumi linnas tekitada ja see hästi vastuvõetaks, tuleb vedelemise olemust ja reegleid kasutajatele tutvustada. (Gehl J. , 2006)
2. **Varieeruvate asendite võimaldamine.** Ei ole olemas ergonoomilise tooli abil saavutatavat ideaalset asendit, milles veeta mugavalt aega. Oluline on hoopis kehaasendite mitmekülgsus ja pidev vahetamine. Standardse mööbli kasutamine võib olla lihtne ja reeglipärane, kuid mitmekülgsuse ja eripärase mööbli kasutamine linnaruumis aitab vältida mugavuselõksu langemist ja kehakangestust.
3. **Privaatse luumi loomine.** Vedelemine on pigem intiimne tegevus ning inimene on harjunud seda tegema koduseinte vahel. Loodav vedelemisruum peaks mängima privaatse, poolprivaatse ja avaliku ruumi vahel. Oluline on tagada kasutajale valikuvabadus vastavalt enesetundele.
4. **Tähelepanu taastamine.** Kaplani teooria alusel lummus, avarus muudavad ruumi vabaks ja aitavad inimestel tähelepanu taastada. Logelemisruum

peaks pakkuma näiteks distantseerumist tänavaruumist ja looma omaette keskkonna. Loodud ruum võiks sealjuures tekitada lummust. Kui inimene on lummatud, ei saa ta teisi mõtteid mõelda. (Kaplan, 1995)

5. **Uute perspektiivide avamine.** Mõte puhkab kui vaatame asju uue nurga alt. Loodav ruum peaks pakkuma uusi vaateid ja seadma fookusesse olemasolevaid. Uus perspektiiv asjadele mõjub värskendavalt. (Kaplan, 1995)
6. **Peatushetke tekitamine.** Oluline on tagada linnaruumis pausi hetk. Loodav ruum peab kujunduslike võtetega kasutaja tähelepanu püüdma ja panema argielust peatuma.
7. **Sotsiaalne mõõde.** Logeledes saame endalt maski maha võtta. Saame asju rahulikult vaadata ja ümber hinnata. Ennast maandatuna oleme paremad inimesed, avatumad, sallivamad ja vastuvõtavamad ümbritseva keskkonna osas. Logelemisruum on ideaalne koht uute inimestega suhtlemiseks. Logeledes võib leida omale mõttekaaslaseid isiklikuks eluks, samas luua kogukonna tunnet ja naabruskonna ruumi arendada.
8. **Valgustus ja turvalisus.** Oluline on, et vedelemisruumi kasutaja tunneks end mugavalt ja turvaliselt. Mõistlik on paigutada istumisruum nii, et seljatagune oleks läbikäidamatu või vähemalt oleks võimalik selline vedelemisviis mööblit ümber paigutades saavutada. Samuti on oluline valgustuse tagamine. Valgustus võib olla erineva tugevusega näiteks võib see olenevalt disainist luua hämarama ja hubase keskkonna või teisalt olla võrdväärne päevavalgusega.
9. **Heli tunnetamine.** Vedelemisruumi loomisel on oluline loodavas keskkonnas peatuda ja mõista selle keskkonna olemust eri aegadel. Näiteks milline kõla on tänaval hommikul, õhtul või lõunal? Kuidas erinevad nädalavahetus või argipäev? Olenevalt käsitletava ruumi kõlast tuleks käsitleda ka kõla loodavasse vedelemisruumi. Väga valjus kohas on ilmselt mõistlik luua veidi vaiksemaid ja müra summutavamaid kohti. Samas mõnusalt sumisevas kohas on sumina vahel vedelemine väga teretulnud. Heli on oluline ning müra vältimine ei tohiks olla ainuõige lahendus. Mart Kalm on naljatades

öelnud, et ta ei mõista inimesi, kes ei taha enam oma majas elada, sest tramm on akna taga. Tema arvates on see maaka suhtumine ning korralikul linlasel on loomulikult tramm akna all ja see heli on normaalne ja osa linnamelust.

10. **Materjali sõbralikkus.** Vedelemisruumi elementide loomisel on üldiselt oluline kasutada kutsuvaid, inimesele sõbralikuna tunduvaid materjale. Need mõjuvad turvalisena ja tuttavana. Samuti võib kasutada uusi või ootamatuid materjale, mis pakuvad avastamist ning loovad uue omaette keskkonna. Materjalid võivad olla ka ajas muutuvad ning personaliseeritavad. Näiteks soojusele muutuvad materjalid, tekstuuri muutvad materjalid jms. Materjalide kasutusel on oluline järgida hooldusmugavust.

### 3.2 Argirada

Õnn peitub lihtsates asjades ning oluline on leida rõõme argipäevas. Tihti olen end tabanud mõttelt, et liikumine ühest puhktist teise on tohutult igav. Samas ma naudin linnamelu ja jalutamist linnavahel. Trots liikumisele tekib just argitelgedel, mis on mulle igas aspektis tuttavad ja seostuvad mulle töö, kooli või muu kohustusega. Kui ma lähen vabatahtlikult jalutama, siis ma tavaliselt väldin neid radu ja valin miskit, kus on uut, mida avastada või leidub looduslikku või tehnilikku linnailu. Kuna minu argiteljed on üksluised ja igavad, siis kasutan tihti nendel liikumiseks autot või tõukeratast, sest nii saavad need kiiremini läbi. Selline muster ei ole minu arvates tervisliku linnaruumi ideaal ning tänavad, kus inimesed liiguvad igapäevaselt peaksid olema mängulised ja põnevad. Tallinna kesklinna saarestikuks jagades tulevad väga selgelt esile argipäeva ja nädalavahetuse saarestikud. Ühendused saarestike vahel on argiteljed ja nädalavahetuse teljed, mis mõistagi mingis mahus kattuvad. Olenevalt ajast võib samakoht erineda helilt, tempolt, emotsioonilt ja paljudest muudest aspektidest. Enamus argiteljed on nädala sees väga aktiivselt töös 17-18 vahel. Need on täis kiirkõndi tegevaid inimesi, silme ees kindel siht aga pilk ekslev ja tühi. Samas sama koht nädalavahetusel on täis melu, rahulolu, naeratavaid ja linnakeskkonda sulanduvaid inimesi. Neil on aega ja nende mõtte on vaba. Kuidas saaks argitelgedele luua vabadust, tööst maandamist,

väljalülitamise aega? Kuidas luua pikale argiteljele looglevus, mitmekülgsus ja uitamine? Kas argitelg võiks olla vaheruum tööelu ja koduelu vahel ehk ruum iseendale?

Argiraja uitamismaastik on täis radu, mis on ideaalsed jalutuskäikudeks ja puhkamiseks. Paljud inimesed ei teadvusta uitamise kasu või vajalikkust, kuid uurimused näitavad, et looduses (mida metsikum seda parem) üksinda viibimine loob restoratiivse keskkonna, mis toob rahu ja vaikuse ning annab võimaluse enesepeegelduseks ja mõtisklemiseks. See ei aita mitte ainult rahustada, vaid mõista enese kohta maailmas. Sellised kogemused võivad nihutada fookuse enda pealt eemale ning raamida suuremat pilti maailmast tervikuna. Omaette olemine võib toimida vastumürgina üksildusele, stressile ja depressioonile, mis on suuresti ülestimuleeritud linnakeskkondade ja elustiilide põhjustatud. (Naor, 2020)

#### Argiraja loomine

1. **Mäng.** Inimesele loob rahu tunde lapsepõlvega assotsiatsiooni loomine. See viib meid aega, kus polnud kohustusi ja oli vaid lapselik mängulust. Arhitektidena räägime alati mänguväljaku loomisest lastele, aga kus veedavad aega täiskasvanud? Mängulised tegevused ja liikumised aitavad meil lõõgastuda ja aega maha võtta. Argiraja loomisel on mängulisuse rakendamine väga oluline, sest lapseliku mängulisusega oskame me samastuda, see toob meis esile häid emotsioone. Mängulisus võib peituda näiteks tänava kividel hüppamisel, kõrgendatud platvormi ehk silla peal kõndimisel või mäest alla jooksmises.

2. **Liikumisviiside varieeruvus.** Samamoodi nagu standartselt istudes väsib inimene ära väsib ta ka kõndides. Ergonoomilisuse tagamiseks on oluline tagada liikumisviiside vahelduvuse võimalus ning tempode varieeruvus. Iseenesest mõistetavalt on meil vahepeal töölt ära liikudes kiire, kuid oluline on selle nautimise võimalus tekitada ja vähemalt osadel argipäevadel teekonnal oma keha teistmoodi liigutada. Suutes näiteks argiteljel oma keha piisavalt liigutada võime näiteks igakuise jõusaali maksele kuluva raha ja aja kulutada mujale. Sealjuures tunda rõõmu oma linnast, keskkonnast ja seda teadlikult kasutada.

3. **Uitamine.** Mõnikord on tunne, et täna ei taha peale tööd midagi teha. Tööd ei taha teha, aga koju pere juurde ka minna ei taha. Tahaks lihtsalt olla ja kulgeda. Argirajad võiksid moodustada ühendatud võrgustiku, kus inimene saab uidata. Oluline on lõhkuda pikka väsitavat argitänavat ning luua võimalus liikuda erinevate tänavaruumide vahel. Selleks võiks avada kvartali siseseid läbipääse, luua alternatiivseid mitte ainult funktsioonipõhiseid jagatud tänavaruumi lahendusi ja siduda omavahel erifunktsioonidega alad näiteks park, tööstushoov ja poe esine. Lahendus ei taha konkureerida rohekoridoride loomisega, vaid püüab pakkuda alternatiivi monofunktsionaalsele jalutamisteljele ning tekitada kasutajas valikuvabadust.

4. **Materjali varieeruvus ja teekonna suunamine.** Katendina tuleks kasutada sõbalikke materjale. Oluline on materjali kasutamine ruumi suunamisel. Materjalide kasutus ei tohiks olla kirju ega tekitada liiklejas segadust. Materjali valimisel tuleb arvestada raja meeleoluga näiteks mängulisemal rajal võib kasutada veidi vetruvat tartaani.

5. **Valgustus ja turvalisus.** Meie kliimas on palju pimedat aega. Olen märganud, et mõnikord kardan tänava pimedust tohutult ja see mõjub õõvastavalt. Teinekord on pimedus õdus ja laseb linna teise nurga alt avastada. Valgustuse kasutamine on oluline turvalisuse tagamiseks, kuid kaaluda võiks eri tugevustega valguseid. Olenevalt teljest võib viia tähelepanu valgusreostusele ja pakkuda ruumi, kus on ainult loomulik valgus.

6. **Varieeruv perspektiiv.** Jahn Gehl on pikka sirget telge nimetanud väsitavaks perspektiiviks. Argiraja eesmärk on pakkuda mitmekülgset teed töölt koduni. Teekonna kavandamisel on läbipääsu tagamise kõrval sama oluline läbipääsu ruumiline olemus. See võiks olla vahelduv ja pakkuda emotsiooni.

7. **Distantseerumine.** Argirada võiks pakkuda distanseerumist nõ tavadänavast. See võib luua omaette keskkonna näiteks taimeallee või tunnel. Teisalt saab distanseerumine toimuda ka tasapindade vahel. Mõni argirada võib olla kõrgemal või madalamal ja luua uusi perspektiive ol.olevale keskkonnale.

### 3.3 Argimaja

Üha kiireneva elutempo juures on oluline luua ruumi, mis aitab aja maha võtta, mis laseb peatuda ja uitada. Vaheruum, kus saab logeleda, vedeleda, mõtteid korrastada, maandada ja unistada. Kui aga mõtted on selged ja aeg on maha võetud tekib aga soov midagi teha. Samas argitöö ei ole piisavalt atraktiivne, sest enne aja maja võtmist ju just tegime seda ja me vajame vaheldust. Samuti süvendaks see töö kui identiteedi trendi ning iseenda areng ja soovid jäävad taha plaanile. Argimaja on kõik ja samal ajal mitte midagi.

Inimesele oleks vaja midagi, mis loob talle samamoodi väärtust nagu töö, kuid ta teeb seda vabatahtlikult ja saab oma ülesandeid ise määrata. See on eduelamuse saavutamine väljaspool tööd ning võtab fookuse tööl käimiselt ja asetab selle inimesele. Jaan Aru on öelnud, et inimesed peaksid millegagi tegelema. Neil peaks olema mingi hobi ja hobina ei loe nutiaeg ega uue sarja vaatamine. See peab olema midagi, millega me oma aju töös hoiame ja seda pidevalt arendame. Iga üks peab selle tegevuse oma jaoks leidma ning teadagi ei saa me selles kohe osavad olla. Oluline, et võtame selle jaoks regulaarselt aega ja laseme oma ajul tegutseda. Nii sünnib loovus ja uued ideed ning oleme oma elus saavutanud midagi suuremat kui oleksime seda teinud teleka ees. Sellised eneseteostuse ruumid on meil tegelikult olemas. Täiskasvanuna võime minna keeltekooli, maalimistundi, vehkelemisse või jõusaali. Siiski kaasneb sellega enamasti tasu. Minu arvutuste kohaselt keskmine jõusaali paketi hind on 50€ kuus, tenniseväljaku korra rent on 25€/h, maailmistunnid on tavaliselt eraõpetajaga ning inimese aeg on ju kalleim vara ehk tasu selle eest on kõrge. Enamik hobide eest tuleb maksta, sest need on teenused. Lisaks sellele, et hobid tahavad raha asuvad need tavaliselt kodust arvestataval kaugusel. Arvan, et õhtune hobidesse ja koju liikumine on korralik liikluskoormus ning enamasti tehakse seda autoga, sest nii on mugavam ja kiirem. See kõik röövib inimeselt peale tööpäeva iseenda aja ning peale hobiga tegelemist ollakse ilmselt veel rohkem väsinud kui oldi peale töö lõpetamist. Olenevalt töö iseloomust on mõni ilmselt peale viite juba nii väsinud, et koju jõudes ei jõuagi sealt enam kaugemale ning iseenda aeg argipäeva ei mahu.

Kuidas aga saaks nii, et stereotüüpse argipäeva asemel oleks hobidega tegelemine osa koju liikumisest ja enda maandamisest? Kas hobidega tegelemine võiks olla pääs tööstressist ja argipiloodi mustri- ning annaks meile võimaluse tegeleda endaga ja olla rõõmsamad ja ärksamad tööl ning kodus? Kas linnaruumis hobiga tegelemine kui aju arendamine ja eneseteostus saaks olla sama iseenesest mõistetav ja kättesaadav kui pink või lambipost tänaval? Kuidas luua argimaja, kus saab tegeleda hobidega, mis asub töö ja kodu teljel ning mis on koguaeg kõigile kättesaadav?

### **Argimaja loomine**

1. **Asukoht.** Argimaja planeerimisel on oluline järgida ümbirtsevat mastaapi ja funktsioone. Ideepoolt võib argimaja asuda igas kvartalis või olla isegi iga suurema eluhoone osa. Oluline on, et argimajasse minemiseks ei pea minema kaugemale ning see jääb argitelje lähedusse.

2. **Ruumiprogramm.** Argimajal ei ole ühte õiget ruumiprogrammi, vaid ruumid peaksid ideaalis kujunema koos kogukonnaga ja vastavalt piirkonna vajadustele. Toon välja mõned ideed, mis majas võiksid olla.

Stuudiod, kus saaks teha puu- ja käsitööd või tegeleda kodu remondi jaoks näiteks riikli ehitamisega, värvimisega või saagimisega.

Hobiruumid, kus inimesed saaksid vabaaega veeta ning end arendada. Hobiruumidest võivad kujuneda välja kogukonna üritused näiteks male kolmapäevakud või kokkamise teisipäevad. Oluline on luua ruumiline alge erinevate hobide võimaldamiseks.

Peidupaigad, hoiavad enamus inimeste südames olulist kohta. Vahel tundub kõike liiga palju ja tahaks kõigest eemale. Argimajas võiksid olla üksi olemise kohad, osa neist unistamiseks ja logelemiseks, teised rohkem pühakoha iseloomuga.

Ühisalad, omavad kõige suuremat sotsiaalset mõõdet. Seal saaksid toimuda koosolekud, väiksemad etendused ja luuleõhtud. Ruumidesse võiks saada paigutada erinevaid näituseid.

3. **Vorm.** Argimaja ei ole mahult suur ega taha konkureerida kogukonnamaja ega uue aja raamatukoguga. Argimaja ei pea olema uusehitus ning seda võib rajada näiteks vana kasutuseeta hoone ruumidesse. Samuti võib argimaja asuda koos teiste funktsioonidega näiteks pood või bussipeatus sarnaselt PeatusKOHT kontseptsioonile.

4. **Multifunktsionaalsus.** Argimaja peaks olema kohandatav vastavalt kasutaja vajadustele. Seal võiks olla muudetav ruumiprogramm, nii et ajapikku saab ruumidesse uusi asjakohasemaid funktsioone paigutada. Uusi funktsioone on raske ette ennustada, aga näiteks võib osa argimajast ükshetk saada äripinnaks, kus tegutseb kohvik, pood või lastehoid.

5. **Läbipaistvus.** Hoones asuvad funktsioonid peaksid olema omavahel hästi ühendatud ning visuaalselt avatud nii siseruumi kui väliruumi poole. See tekitab läbipaistvust, kasvatab turvalisust, loob usaldust ning lubab erinevatel funktsioonidel ja inimestel omavahel põimuda.

6. **Rahastus.** Argimaja ehitamiseks saab taodelda linnalt täielikku või osalist toetust ning selle püstitamine toimub kodaniku algatusel. Argimaja püstitamisele võiksid kaasa aidata ka kvartalis tegutsevad ettevõtted. Ettevõtete huvi on esindatud, sest tänu argimajale veedavad inimesed rohkem kvartalis aega, neil ei teki trotsi töökoha vastu ja nad saavad end töömõtetest maandada. Nii on töötajad värskema peaga ja teadlikumad ka tööülesannetes.

7. **Argimaja koos ärimajaga.** Argimaja võib ehitada ka eraldiseisva hoonena ning selle rahastajaks saab olla ärihoone arendaja. Tänapäeva trendid näevad ette, et ka ärimajad peaksid pakkuma töötajatele üha rohkem puhkeruume ning vabaaja tegevusi. Kui ärimaja ehitatakse koos kõigile mõeldud argimajaga, siis saavad mõlemad üksteise ruume ristikasutada. Sellest tekib uus koostöövorm.



### **3.5 Vana-Lõuna haljaku sekkumised kolmes etapis**

#### **I ETAPP**

##### **Esmane meede: lebopesad**

Logelemisruumi loomine algab lihtsatest elementidest ja logelemise kui tegevuse võimaldamisest. Puhkus võib toimuda erinevates asendites: rippudes, kääras, jalgu kõlgutades, lamades jne.

Kõrguslik erinevus paneb keha loovuse tööle ning pesasse jõudmiseks peab inimene ronima või hüppama.

#### **II ETAPP**

##### **Teine meede: atraktiivsed ligipääsud**

#### **III ETAPP**

##### **Kolmas meede: uus ärihoone koos argimajaga**

Hobid võivad olla ka hooajalised näiteks seemnekasvatus enne muldapistmist, seente kupatamine, vaibapesu või lillepärja punumine. Argimajas on ruumi kõigele ja samal ajal mitte millelegi. Argimaja on kasutajate kujundada ning aitab meil kiirenevas elutemops iseennast leida.

Argimaja on clt konstruktsioonis ning selle viimistlusena on kasutatud taaskasutatud ilmastiku kindlaks töödeldud puitlaudist, võrku ja terasplaate.

## KASUTATUD KIRJANDUSE LOETELU

- AA School of Architecture. (2019). Retrieved from Work, Body, Leisure: Architecture and automation: [https://www.youtube.com/watch?v=UAOSyZCCi-A&ab\\_channel=AASchoolofArchitecture](https://www.youtube.com/watch?v=UAOSyZCCi-A&ab_channel=AASchoolofArchitecture)
- Alexander, C. (1977). *The Pattern Language*. New York Oxford University Press.
- Alexander, C., Ishikawa, S., & Murraay, S. (1997). *A Pattern Language Towns, Buildings, Construction*. Oxford: Oxford University Press.
- Antonelli, P. (2001). *Workspheres : design and contemporary work styles*. The Museum of Modern Art.
- Arro, G. (2020). *Kesklinna üldplaneeringu alusuuring: avaliku ruumi mõju inimese käitumisele*. Tallinn.
- Arro, G. (2021, [https://www.youtube.com/watch?v=wXHHC9HrN\\_Y&t=11s&ab\\_channel=EestiArhitektuurimuuseum%2FmuseumofEstonianArchitecture](https://www.youtube.com/watch?v=wXHHC9HrN_Y&t=11s&ab_channel=EestiArhitektuurimuuseum%2FmuseumofEstonianArchitecture)). Elav Ruum. (E. Arhitektuurimuuseum, Interviewer)
- Arro, G., & Mänd, K. (2021). *Kultuurileht Sirp*. Retrieved from Inimesest lähtuv linnaplaneerimine: <https://sirp.ee/s1-artiklid/arhitektuur/inimesest-lahtuv-linnaplaneerimine/>
- Aru, J. (2022). *Loovusest ja logelemisest*.
- Aureli, P. V. (2013). *Vähem on piisav: arhitektuurist ja askeesist*. (E. Hermann, Ed.) Eesti kunstiakadeemia kirjastus.
- Bachmann, K. (2023, Talv). Tervislik tänav Tartus. *Eesti Arhitektuuriajakiri MAJA*.
- Bollnow, O. (2011). *Human Space*. London: Hyphen Press.
- Burdick, A. (2017). *Miks aeg lendab?* (K. Kangur, Ed.) Helios.
- Cherry, K. (2020). *How Multitasking Affects Productivity and Brain Health*. Retrieved from Very Well Mind: <https://www.verywellmind.com/multitasking-2795003>
- Chevez, A., & Huppertz, D. (2017). *The ancient roots of the modern office*. Retrieved from Swinburne University of Technology: <https://www.bbc.com/worklife/article/20170818-the-ancient-roots-of-the-modern-office>
- Corrigan, P. W., & Watson, A. C. (2002). *The Paradox of Self-Stigma and Mental Illness*. *Clinical Psychology: Science and Practice*.
- D. M. Bernali, P. L. (2019). Läbi mitme tasandi. *Eesti Arhitektuuriajakiri Maja*. EKSS. (2009).
- Faktum ja Ariko. (2016). *Elanikkonna teadlikkus, suhtumine ja hoiakud vaimse tervise teemal. Elanikkonna küsitlus*. Retrieved from Sotsiaalministeerium: [https://www.sm.ee/sites/default/files/content-editors/eesmargid\\_ja\\_tegevused/Norra\\_toetused/Rahvatervise\\_programm/elanikkonna\\_teadlikkus\\_suhtumine\\_ja\\_hoiakud\\_vaimse\\_tervise\\_teemadel\\_2016.pdf](https://www.sm.ee/sites/default/files/content-editors/eesmargid_ja_tegevused/Norra_toetused/Rahvatervise_programm/elanikkonna_teadlikkus_suhtumine_ja_hoiakud_vaimse_tervise_teemadel_2016.pdf)
- Gehl, J. (2006). *Life between buildings*.
- Gehl, J. (2010). *Linnad inimestele*. Tallinn: Eesti Kunstiakadeemia.
- Goldhagen, S. W. (2017). *Welcome to Your World: How to Build Environment Shapes of Our Lives*. HarperCollins Publishers Inc.
- Han, B.-C. (2015). *The Burnout Society*.
- Hernandez, D. (2022, aprill). *Oslo Architecture Triennale 2022 Reveals Next Year's Theme: "Mission Neighborhood – (Re) forming communities"*. Retrieved from Archdaily: [https://www.archdaily.com/960433/oslo-architecture-triennale-2022-reveals-next-years-theme-mission-neighborhood-nil-re-forming-communities?fbclid=IwAR3paj\\_Y4SDuCpdyRojtX2OVt16VWVYdCaIGma1UvceNTHxn0Qu3EyBug](https://www.archdaily.com/960433/oslo-architecture-triennale-2022-reveals-next-years-theme-mission-neighborhood-nil-re-forming-communities?fbclid=IwAR3paj_Y4SDuCpdyRojtX2OVt16VWVYdCaIGma1UvceNTHxn0Qu3EyBug)
- Is Traffic Making Us Lonely?* (2012). Retrieved from <https://www.bloomberg.com/news/articles/2012-04-26/is-traffic-making-us-lonely>
- Jauhiainen, J. (2005). *Linnageograafia: Linnad ja linnaurimus modernismist postmodernismini*. Tallinn: Eesti Kunstiakadeemia.
- John, C. (2018, juuni). *D eriving Through the City*. Retrieved from 3:AM MAGAZINE: <https://www.3ammagazine.com/3am/deriving-through-the-city/>
- Kägu, A. (2015, november). *Kuidas kaasajastada paneellinnalikkude väliruumi?* Retrieved from Sirp: <https://www.sirp.ee/s1-artiklid/>
- Kalm, M. (2023). *Tallinn on ebaratsionaalselt hõre ja sisuliselt välja ehitamata*. Retrieved from ERR : <https://kultuur.err.ee/1608969070/mart-kalm-tallinn-on-ebaratsionaalselt-hore-ja-sisuliselt-valja-ehitamata>
- Kaplan, S. (1995). *The Restorative Benefits of Nature: Toward An Intergrative Framework*. *Journal of Environmental Psychology*.
- Kaup, M. (2022). *magistritöö Praktilised utoopiad*. Tallinn: EKA.
- Kiivet, E. (2017). *ERR kultuur*. Retrieved from Tõlkes kaduma läinud ruum.: <https://kultuur.err.ee/320505/elo-kiivet-tolkes-kaduma-lainud-ruum>
- Kiivet, E., & Paaver, T. (2019/2020). *Avalik ruum kui elukeskkonna siduv võrgustik*. Eesti Inimarengu Aruanne.
- Klementi, K., Koov, K., & Ong, T. (2019). *Muutuv kooliruum. Eesti Arhitektide Liidu juhend tänapäevast õpikäsitlust toetava koolikeskkonna kavandamiseks*.
- Lynch, K. (1960). *Image of the City*.
- Möldre, M. (2021). *Etiüüdid antikontorist loovale meelele*. Tallinn: magistritöö EKA.
- Marcus, C. C. (1995). *House as a Mirror of Self*. California: Conari Press.
- Mikita, V. (2017). *Kukeseene kuulamise kunst*.
- Moorehead, B. (1999). *The Paradox of Our Time*. Retrieved from <https://www.jodyhatton.com/files/paradox.htm>
- Mould, O. (2018). *Against Creativity*. London, Brooklyn, NY.
- Naor, L. M. (2020). *The Wilderness Solo Experience*. *Frontiers In Psychology*, Volume.
- Nutt, J. (1915). *Diseases and Deformities of the Foot*.
- Osborne. (1981). *Computer Corporation*.
- Ott, M. (2018, jaanuar). *Aeglustustsoonides sünnib sügavusmõõde*. Retrieved from Müürioleht: <https://www.muurioleht.ee/aeglustustsoonides-sunnib-sugavusmoode/>
- Pallasmaa, J. (1996). *The Eyes of the Skin*.
- Peil, I. (2019, talv). Lokaalne linlane. *Eesti Arhitektuuriajakiri Maja*.
- Plummer, H. (2016). *The Experience of Arcitecture*. London: Thames & Hudson.
- Purre, M. (2018). *Eesti noorte vaimsest tervisest. Metsaülikool*. Retrieved from <https://www.metsaylikool.ee/et/eesti-noorte-vaimsest-tervisest>
- Russell, B. (1930). *The Conquest of Happiness*.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-Determination Theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. New York: Guilford Press.
- Saval, N. (2014). *Cubed: A Secret History of the Workplace*. Doubleday.
- Saval, N. (2014). *The Wall Street Journal*. Retrieved from A Brief History of the Dreaded Office Cubicle The inventor of the widely loathed workspace hoped it would bring flexibility and independence: <https://www.wsj.com/articles/a-brief-history-of-the-dreaded-office-cubicle-1399681972>
- Saval, N. (n.d.). *Cubed*.
- Sim, D. (2021). *Pehme linn*. Eesti Arhitektuurikeskus.
- Sluiter, J. K.-D. (2000). *Neuroendocrine reactivity and recovery from work with different physical and mental demands*. *Scandinavian Journal of Work, Environment & Health*.
- SpinUnit, Demos Helsinki. (2020). *Tallinna ja Harjumaa ühissõidukipeatuste uuring: peatuste roll jätkusuutlike ja võrdsete liikumisvõimaluste toetamisel*. Loetud aadressil: [https://hol.ee/docs/file/PeatusKOHT\\_Uuringu%20kokkuvõte%20ja%20põhisõnumid.pdf](https://hol.ee/docs/file/PeatusKOHT_Uuringu%20kokkuvõte%20ja%20põhisõnumid.pdf).
- Statistikaamet. (2022). *Rahvaloendus: Eesti perede keskmine suurus on kasvanud*. Retrieved from <https://www.stat.ee/et/uudised/leibkonnad-ja-perekonnad-31-detsember-2021>
- Svendsen, L. F. (2012). *Igavuse filosoofia*. (J. Pärnamäe, Ed.) TLÜ Kirjastus.
- Tallinna Linn. (n.d.). *Tallinna linnamööbli valiku ja paigutuse juhend*.
- Tallinna Linnaplaneerimisamet. (2020). *KESKLINNA LINNAOSA ÜLDPLANEERINGU LÄHTESEISUKOHAD JA KESKKONNAMÕJU STRATEEGILISE HINDAMISE VÄLJA - TÖÖTAMISE KAVATSUS*. [https://www.koda.ee/sites/default/files/content-type/content/2020-06/KESKLINNA%20LINNAOSA%20ÜLDPLANEERINGU%20LÄHTESEISUKOHAD\\_mai\\_2020\\_0.pdf](https://www.koda.ee/sites/default/files/content-type/content/2020-06/KESKLINNA%20LINNAOSA%20ÜLDPLANEERINGU%20LÄHTESEISUKOHAD_mai_2020_0.pdf)
- Tammsaare, A. H. (n.d.). *Tõde ja õigus*.
- Tracada, E. C. (2012). *Biourbanism for Healthy city*. United Kingdom: University of Derby.
- Unt, A.-L. (2020). *Longero*. Retrieved from Kultuurileht Sirp: <https://sirp.ee/s1-artiklid/arhitektuur/longero/>
- Willis, C. (1995). *Form Follows Finance: Skyscrapers and Skylines in New York and Chicago*. Princeton Architectural Press.

# LISAD

