

Seniorilehti

Suomen Senioriliike Arvokkaan vanhenemisen puolesta

IA
Itella Posti Oy
Itella Green

2
2017

VALTAKUNNALLINEN, PUOLUEISIIN JA USKONNOLLISIIN YHTEISÖIHIN SITOUTUMATON ASiantuntijalehti www.senioriliike.fi

**Ikääntyneiden
asumiselle
vaihtoehtoja
sivuilla 6–13!**

**Naurun riemujuhlaa
à la Ulla Tapaninen**

**Kuinka Liisa pärjää
Ihmemaassa?**

FRISTIKKO SIVULLA 22!

**Millainen on
vanhusten hoidon
taso tänään**

**Tiedon
löytämisen
hankaluus**

Mistä, mitä ja millä nimikkeillä....

**LIITY
JÄSENEKSI
SENIORI-
LIIKKEESEEN!
KTS. S. 31**



Nobel-palkittu Holmström provosoi turhaan sukupolvien välistä sotaa

Professori Bengt Holmström on huolissaan Suomen eläkevarojen riittävydestä seuraaville sukupolville. Yhdysvalloissa asuva, Nobel-palkinnon saanut taloustieteilijä pelkää, että Suomen kestävyysvajeen vuoksi kärsijöiksi joutuu seuraava sukupolvi, joka saattaa jäädä ilman eläkkeitä.

”Suomi tulee maksamaan eläkkeensä tälle sukupolvelle, mutta mun huoli on seuraava sukupolvi. Se, että saako se sukupolvi eläkkeet, ei näytä realistiselta”, Holmström arvioi Kauppalehden (11.8.) mukaan. Holmström puhui kauppakamarien 100 vuotta tulevaisuutta – juhlaseminaaris- sa.

Mihin perustuu Holmströmin väite siitä, ettei näytä realistiselta, että seuraava sukupolvi saisi eläkkeensä? Väite on täysin hatusta vedetty. Se ei ainakaan pohjautu tietoihin menneestä kehityksestä.

Eläkevarat ovat nousseet vuoden 1995 38 miljardista eurosta tämän hetkiseen 195 miljardiin euroon. Vuosina 1996–2016 varojen reaaliutuotto on ollut 4,3 % vuodessa. Viime vuosina kasvu on ollut vieläkin hurjempaa: vuosina 2012–16 reaaliutuotto on ollut 6,1 %. Mikään ei viittaa siihen, että rahastojen kasvu jatkossakaan heikkenisi.

Eläkerahastoja ei ole paria viime vuotta lukuun ottamatta käytetty lainkaan eläkkeisiin. Rahastot ovat vain koskemattomina kasvanee.

Joka vuosi työeläkemaksut ovat olleet suuremmat kuin maksetut eläkkeet, paitsi kahtena viime vuonna johtuen ensi sijassa laman aiheuttamasta jättityöttömyydestä. Toisin sanoen kautta aikojen eläketurvasta on vastannut kulloinenkin työntekijäpolvi. Kukin sukupolvi on hoitanut vanhempiensa eläkkeet.

Kuvitteleeko taloustieteilijä Holmström, että Suomesta loppuu työnte-ko? Miksi maalata sellaista tulevaisuudenkuvaa, että jatkossa nuoremmat eivät enää kantaisi vastuuta eläköityvistä vanhemmistaan. Onko syy se, että nykyeläkeläisten ansaittua eläketurvaa ei haluta ylläpitää ja siksi pelätään myös tulevaa?

Nykyeläkeläiset ovat Suomessa ainoa tulonsaajaryhmä, jonka elintaso lakisääteisesti laskee taitetun indeksin vuoksi. Miksi taloustieteilijä Holmström ei puhu tästä?

Eläkkeiden korotus olisi ylivoimaisesti kustannustehokkainta elvytys-tä. Ostovoima lisääntyisi ja nuoret saisivat töitä. Varat saataisiin eläkeläisten omista säästöistä, lähes koskemattomina kasvavista eläkerahastoista.

Suomessa on synnytetty keinotekoinen vastakkainasettelu nuorten ja vanhempien sukupolvien välille. Väitetään, että nuoremmat maksavat korkeampaa työeläkemaksua kuin aiemmat sukupolvet. Se on tietysti totta.

Mutta tuloverot ovat aikojen kuluessa laskeneet ja siten kokonaisvero-aste on sama kuin aiemmin, vaikka työeläkemaksut olisivatkin korkeammat. Sitä paitsi aiemmin käytiin kansakoulua ja maksullista oppikoulua, ei ollut kattavaa julkista päivähoidoa tai opintotukia. Kuinka mielekästä on tehdä happamia vertailuja eri historiallisessa tilanteessa elävien ihmisten välillä.

Eläkkeistä puhuttaessa on olennaista, että kukin suorittaa lakisääteiset eläkemaksuvelvoitteensa ja nauttii sitten aikanaan ansaitsemastaan eläketurvasta, niin nykyiset kuin tulevat eläkkeensaajat.

Oudointa on se, että ikäikainen yhteisvastuu, jossa työssäkäyvät hoitavat sekä lapsensa että vastaavat vanhempiensa eläketurvasta, ei olisikaan tänään voimassa. Nuoremmat ovat saaneet vanhemmiltaan huolenpidon, mutta eivät olisikaan nuriematta tarjoamassa heille oikeutettua eläketurvaa.

Kovin outoa keskustelua käydään parhaillaan Suomessa. Valitettavas- ti nobelisti Holmström antaa tähän keskusteluun virikkeitä kevyin argu-mentein.

Kimmo Kiljunen

Suomen Senioriliikkeen puheenjohtaja

LUKIJALTA

Vahva Vanhusneuvosto kuntiin 2017!

Laitos- ja hoiva-asukkaat keskiöön, avoimuus toimintaan.

Toistuvasti saamme lukea hoivavanhusten huonosta kohtelusta. Johta-vat luottamus-henkilöt ja virkamiehet kehuvat kunnan hyvää vanhus-neuvostoa ja yhteistyötä, kun samaan aikaan vanhusneuvostot itse va-littavat heikkoa vaikuttamismahdollisuuttaan. Laitos- ja hoiva-asukkaat ja omaiset eivät tiedä vanhusneuvoston tekemisistä mitään. Missä ovat ja mitä tekevät vanhusneuvostot?

Arvokas vanhuus on jokaisen oikeus. Vanhus haluaa asua kotona. Hän ei halua, ellei ole pakko, muuttaa syrjäiseen laitokseen suljettavak-si pois yhteisöistä ”odotushuoneeseen” elä-mään lääkkeitten voimalla virkamiesten ja lääketieteen vallassa.

Aalto yliopiston prof. Erkki Vauramo kirjoitti Talouselämässä nro 6/2013 ”Laitos on van-huksen kallis loukku” ja ”Makuuttamalla syntyy vain potilaita”. Kymmenen laitospaikkaa maksaa yhteiskunnalle yli 500 000 eur/vuosi. Miksi vanhus ei asui edullisemmin kotona? Se vaatii uudenlaista asumista, uudenlaisia mahdollisuuksia, palvelukorttelia. Oulun pilottipro-jektin johtavana ajatuksena ”Muutat vain kerran”, ja tämä koskee myös muistisairaita. Hoiva-vanhukset asuivat taajamissa yleisten palvelujen keskellä. Henkilökohtaiset ”laitospalvelut” lääkärei-neen olisivat samassa yhteisössä palvellen kaikkia kuntalaisia.

Hoivavanhukille ei riitä vain katto, lämpö, ruoka, puhtaus. Pitää olla ihmisiä, tervettä ym-päristöä ja elämää, liikuntaa, henkistä ravintoa.

Monien eläkeyhdistysten ja järjestöjen esittämät vanhusneuvostot aloittelevat uutta neli-vuotiskautta. Vanhusneuvosto on ainut lakiin perustuva vanhusasioita ajava kunnan luotta-muselin. Hoiva-asukkaat, muistisairaat ja heidän omaisensa tarvitsevat edunvalvojaa, tukea, vahvaa vanhusneuvostoa. Yksittäinen ihminen on heikko eikä hänellä ole uskallusta tarttua ongelmiin hoivattavan huonon kohtelun pelossa. Hoivaa tarvitsevat ihmiset tulee olla vanhus-neuvostojen keskiössä.

Vireät eläkeläisyhdistykset hoitavat kyllä itse bussi- ja uimalippuasiat.

Vanhusneuvosto on juuri niin vahva kuin sen jäsenet! Se on osaava, hankkii tietoa vanhus-ten tarpeista, tarttuu aktiivisesti asioihin, sillä on selkeät tavoitteet eikä se pelkää kohdata vai-keitakaan asioita. Vahva vanhusneuvosto kehittää ja ajaa vanhusten asemaa ja hyvinvointia tu-levia vuosia varten.

Vahva vanhusneuvosto jalkautuu laitoksiin, ei johtajien vaan asukkaiden ja omaisten kes-kuuteen. Se tiedottaa toiminnastaan, järjestää laitoksissa yhteisiä kuulemistilaisuuksia omais-ten, henkilöstön ja johdon kanssa. Avoimuudella ja vahvalla osaamisella vanhusneuvoston on helppo lähestyä päättäjiä. Parhaimmillaan vanhusneuvosto on kunnan luottamuselinten ja virkamiesjohdon voimavara.

Toivottavasti kunnissa ja vanhusneuvostoissa on tahtoa omia tehtäväkseen ”Hoivavanhuk-set ensin!”. Hyväveli- ja sisäpiirineuvosto ei ole hoivavanhuksen ystävä, vaikka sellainen olisi-kin virkamies- ja luottamushenkilöille mieluisa. Hoivavanhusten hyvinvointi ja arvokas elä-mä on tahdon asia.

ARTO KOIVU

Nurmijärvi

Vanhus- ja laitospalvelujen tutkija

LUKIJALTA

Vuokrankorotukset pelottavat

Olen yksi sadoistatuhansista, yksinelävistä senioreista, joka asuu vuokra-asunnos-sa. Käytän omaa kokemustani esimerkkinä kaikkien puolesta. Viimeisen, tänä keväänä tulleen vuokrankorotuksen säikähdyttämänä rupesin laskemaan, mitä se oikeasti, vuotasolla minulle ja kaikille kaltaisilleni, pienituloisille eläkkeensaajille tar-koittaa.

Olen asunut ison konsernin omistamassa kaksiossa, Hämeenlinnassa heinäkuusta 2015. Kun muutin, oli vuokra 720 eur/kk, nyt se on 780eur/kk. Siis parissa vuodessa 60 euroa on tullut lisämenoja kuukaudessa, samaan aikaan eläke ei ole noussut penniä-kään! Tätä tahtia vuokra on kohta enemmän kuin nettoeläke!

Tiedän ison joukon pääkaupunkiseudulla asuvia kaltaisiani, joiden tilanne on jo ääri-rajoilla. Vuokrien nousu vaikuttaa jo siihen, mitä ihmiset syövät, ostavatko lääkkeensä, voi-vatko harrastaa vai käpertyvätkö kalliiden seinien sisäpuolelle, yksin ja peloissaan. Arki on liian monelle pelkkää selviytymistäistelua päivästä toiseen tulotasoon suhteutettuna todella kohtuuttomien vuokrien vuoksi. Se on valtava terveysriski, ja kerryttää suunnat-toman suurta jälkilaskua.

Asia on nostettava julkisuuteen! Uhka asumistuen leikkauksista häilyy ilmassa.

Moni meistä on todella peloissaan. Asumistuen leikkaaminen on jo kerran ollut halli-tuksen toimenpidelistalla, mutta saatiin silloin torjuttua.

Kunnat on saatava nopeasti ja reippaasti lisäämään omaa asuntotuotantoaan ja ke-hittämään ikäystävällistä vuokra-asumista uusin, raikkain ratkaisuin, joista muualta Eu-roopasta hyviä kokemuksia on malliksi asti.

Toivoisin, että Senioriliike, meidän edunvalvojamme, kirjoittaisi asiasta medialle. tai muuten nostaisi ongelman näkyväksi. Eläkeläisköyhyys on suomalaisen yhteiskunnan vakava ongelma ja häpeätahra, eikä sen käsittely saa poistua päiväjärjestyksestä siksi, että aloite taitetun indeksin korjaamisesta eduskunnassa torjuttiin.

**LÄMPIMIN TERVEISIN,
KATI KEMPPAINEN**

LUKIJALTA

Vanhoja ihmisiä vähätellään

Kirjoitan Senioriliikkeelle täältä kirjaston ko-neelta, kun ei ole varaa omiin atk-laitteisiin. Minulla on ajatuksia eläkeläisten = vanhem-pien ihmisten arvostuksesta.

Toki tiedän kuluneen sloganin ”kun itse arvos-taa itseään, niin...”. Kuitenkin yhteiskunnassamme jyllää ikuisen nuoruuden ihannointi, vaikka van-hemmillä ihmisillä on arvokkaita kokemuksia ja tietotaitoa elämänsä varrelta.

Rohkenen ehdottaa Seniorilehteen, vaikkapa kansikuvaksi: Vanha nainen ja vanha mies käsik-dessä, ikä 80-90 vuotta, seisomassa niin suorassa kuin mahdollista, katse eteenpäin. Ja teksti: Ylpe-ästi aikuisina eteenpäin!

Olen kyllästynyt vanhojen ihmisten vähät-telyyn. Hehän ovat tärkeä äänestäjäjoukkokin. Maailman johtajissa on yli 70-vuotiaita. Mutta tavallisia kansalaisia vähättelevät jopa koulutetut ammatti-ihmiset nimittämällä heitä ”papparaisiki-si” ja ”mummeleiksi”. Kaatoluoikkaan ”mummot” kuuluvat ilmeisesti kaikki yli 60-vuotiaat, jopa miehet, silloin kun ei erikseen mainita ”papat” tai ”vaarit”.

Oman sosiaalipuolen koulutukseni alkumet-reillä v. 1989 sanoi oppilaitoksemme viereisen vanhainkodin johtaja, sosionomi ja mies: *”Nämä asukkaat ovat mummoja ja vaareja omille lapsen-lapsilleen, mutta teille he ovat herra ja/tai rouva se ja se”*. Opetus on pysynyt kristallinkirkaana mielessäni.

Jotkut vanhat ihmiset ovat jo itsek in alistuneet itsensä vähätteilyyn, valitettavasti.

**YSTÄVÄLLISIN TERVEISIN
KAARINA**

LUKIJALTA

Nobelistikin voi sortua populismiin

Taloustieteen nobelisti **Holmström** (68 v) luonnehti lehtihaastattelu-jen mukaan edustamiaan ns. suu-ria ikäluokkia itsekkäiksi; ”ovat nautti-neet sodan käyneiden vanhempiensa eväistä ja syövät seuraavan sukupolven eväät”. Tämä väärä, epätieteellinen ja eläkepopulismia edustava tokaisu vaatii korjauksen.

Olisi kohtuullista, etteivät ainakaan yhteiskuntamme koulutuspalveluja eniten nauttineet kansalaiset ja heidän lausuntojaan siteeraavat mediat sortuisi äänekkään vähemmistön viljelemään, eläkeyhtiöiden tukemaan eläkepopu-lismiin. Suomen laki kieltää mm. ikään perustuvan kaikenlaisen syrjinnän.

Suureksi ikäluokaksi kutsutaan n. 520 000 suomalaista jotka syntyivät vuosina 1945–1949. Suomessa asuu nyt näitä ihmisiä n. 372 000. Noin 150 000 on kuollut, heti ensimmäisenä elinvuo-tenaan kuoli n. 5 000 –6 000 lasta, kun nykyisin alle vuoden ikäisiä kuolee n. 200. Surkean työllisyysilanteen vuok-si Ruotsin muutti kymmeniä tuhansia 1960-1970-luvuilla.

Suuresta ikäluokasta aloitti oppikou-lun alle 40 %, mikä tarkoittaa, että nyt vielä elävistä n. 130 000 pääsi opintielle, joka saattoi johtaa korkeakouluopintoi-hin. Lähes kaksi kolmannesta ikäluo-kasta hakeutui työelämään tai ammatil-lisiin kouluihin.

Perheen perustaminen tapahtui 1960-luvulla nykyistä nuorempana, jo-ten ansiotyöhön oli hakeuduttava mah-

Toimeentulotuki tulee avuksi, jos elämiseen jää vähemmän kuin 487,89 euroa

Jäsenemme ovat kyselleet, koska ihminen voi saada toi-meentulotukea. Tyhjentävää vastausta emme tässä voi antaa, koska perhekunnat ovat erilaisia ja kussakin tilanteessa toimeen-tulotuki käyttäytyy eri lailla. Kelan nettisivuilla on laskuri, jonka avulla voi laskea oikeutensa toimeentu-lotukeen. Myös kelan toimipisteis-sä virkailijat voivat tehdä vastaa-van laskelman asiakkaalle. Kelaan voi myös soittaa 020692207.

Yksin asuvalle ihmiselle toi-meentulotuki lasketaan niin, että ihmiselle tulisi jäädä rahaa 487,89 euroa kuukaudessa elämän pe-rustarvikkeita varten. Näitä ovat: ruoka, vaatteet, jalkineet, harrastukset, puhelin, internet, lehti, henkilökohtai-nen hygienia, kodin puhtaus ja sellaiset apteekkitarvikkeet, joita lääkäri ei ole määrännyt, kuten laastarit, särkylääkkeet yms.

Toimeentulotukea saa vuokraan, säh-köön, kotivakuutukseen, lääkärin mää-räämiin lääkkeisiin ja sairaalahoittoon, kun laskut ylittävät elämän perustarvik-keiden rajan 487,89.

Perustoimeentulon lisäksi kunnat myöntävät harkinnanvaraista toimeen-tulotukea sosiaalisiin perustein. Näitä voi-vat olla mm. henkilön elämää edistävän harrastuksen maksaminen, rikkoutuneen



jääkaapin tai pesukoneen hankinta yms.

Jos kelasta saa kielteisen päätöksen toimeentulohakemukseensa, kannattaa vaikeassa tilanteessa kääntyä kunnan puoleen.

Takuueläkeläinen on todellisessa ahdingossa sairastuessaan

Jos ihminen on kansaneläkkeellä ja ta-kuueläkkeellä hänen eläkkeensä suu-ruus on 760,26 euroa kuukaudessa. Kun tuosta summasta vähentää vuokran ja sähkön niin aika pian ollaan rajalla, joka ylittää perustoimeentulotuen 487,89.

Tänä vuonna kelan takuueläkettä pie-nentää hallituksen päättämä 0,85 pro-sentin leikkaus. Takuueläke on leikkauk-

sesta johtuen pienentynyt 7 euroa. Budjettineuvotteluissa takuueläk-keeseen sovittiin 15 euron kuukau-sikorotus. Todellinen korotus takuu-eläkkeeseen on siis 8 euroa.

Hallitus on päättänyt myös kelan indeksin jäädyttämisestä vuoden 2016 tasolle. Se merkitsee, että vuosi-na 2016-2019 takuu- ja kansanelä-ke jää koko ajan jälkeen yleisestä hintakehityksestä. Leikkaus on tar-koitettu pysyväksi, eikä sitä kompen-soida seuraavissa kansaneläkeindek-sin tarkistuksissa.

Jos ihminen on säästännyt pienis-tä tuloistaan esimerkiksi talvikenkiä, talvitakia tai televisiota varten, voi

käydä niin, että toimeentulotukea ei automattisesti makseta. Kela nimittäin näkee pankin tiliotteista, että henkilö-lä on rahaa. Tällöin kannattaa selvittää kelalle, että rahat on tarkoitettu näihin isompiin hankintoihin, joita ei voi yhdellä kertaa kustantaa.

Lääkemaksuja maksaessaan säästöt hupenevat äkkiä, eikä elämän perustar-vikkeisiin jääkään rahaa. On turvaudutta-va toimeentulotukeen. Sairaala- ja muita laskuja ei kannata pantata kotona, vaan ne on kiireen vilkkaa toimitettava kelan toimistoon ja laitettava toimeentulotuki-hakemus vireille.

HELI STENVALL

**Onnella
on osoite**

asuntosaatio.fi

Yhdistimme asumisen parhaat puolet

Asumisoikeusasunnot:

- Asokoti on turvallinen ja riskitön asumismuoto kaikille.
- Maksat vain 15 % asunnon hinnasta ja kuukausittaisen käyttövastikkeen.
- Voit unohtaa suuret pankkilainat ja jälleenmyyntiriskin.
- Yli 55-vuotiaille ei varallisuusrajoja.
- Asunnoissa ei ole tulo-rajajoja.
- Hae ensin järjestysnumero paikkakunnan asuntotoimistosta ja tee asuntohakemus Asokotiin

asuntosaatio.fi



Asokodit | Leankatu 3 | 00240 Helsinki | puhelin 020 161 2280

Asokodit
ASUNTOSAATIO

ESA FAGERLUND

Senioriliikkeen hallitus

Asiakaslähtöisyys ja tuotteistaminen lyövät toisiaan korville

Asiakaslähtöisyys on nykyajan avainsana palvelulle. Toisaalta monet palvelut on tuotteistettu niin tarkkaan, että minkäänlainen poikkeama tuosta palvelusta ei käy laatuun, vaikka asiakaslähtöisyys sitä vaatisi. Erityisen selvästi näiden kahden palvelua ohjaavan tavoitteen ongelmat tulevat esille vanhusten hoidossa ja palvelussa.

Kotihoidossa palvelujen tarjoajia voi olla jonoksi asti. Ateriapalvelu tuo lounaan, kotihoito lääkkeit, kauppapalvelu ruokatarvikkeita, siivousyritys käy siivoamassa, lisäksi varmasti kehitetään. Juuri sitä palvelua, mitä vanhus tarvitsee, ei tarjota kukaan: empaattista tuttua hoitajaa, joka tuo turvaa ja vie vaikka kirjeen postiin.

Vakava tilanne on silloin, kun esimerkiksi ruokapalvelu ei toimikaan sovitussa aikataulussa. Mikä on se taho, joka ottaa kokonaisvastuun palveluista?

Mikä on se taho, joka ottaa kokonaisvastuun palveluista?

Jari Pirhonen on tutkinut vanhusten hoitoa hoitokodeissa. Mitä asiakaslähtöisyys siellä merkitsee tai palvelun tuotteistaminen esimerkiksi kuntouttavaksi työotteeksi. Muistisairaankin on kuntoutuksen nimissä syötävä itse, vaikka lusikan käyttö olisi unohtunut. Pirhonen tarjoaakin asiakaslähtöisyydeksi hoitoa, jossa vanhuksen hiipuvat kyvyt otetaan huomioon ja aikaisemmalle elämänsä historialle annetaan yksilöllisesti arvoa juuri tälle henkilölle sopivan hoidon muodossa.

Kodin ja asumisen merkitys kasvaa, kun ihmisen elinpiiri pienenee. Kuntien kaavotuksessa ja asuntojen rakentamisessa yli miljoonaisen eläkeläisen arjen sujuminen vaatii paneutumista ja uudenlaista ajattelua. Tässä on tärkeä tehtävä mm. kuntien ja kaupunkien vanhusneuvostoille tutkia ja muistuttaa nuoremmille, millainen on ikäystävällinen kaupunki.

HELI STENVALL
päätoimittaja



Naurun riemujuhlaa

Ulla Tapaninen tekee arkielämästä komiikkaa – vakavalla naamalla.

Koomikko näkee koomisia asioita sellaisessa, missä toiset eivät niitä näe, sanoo Ulla Tapaninen, useimmalle suomalaiselle tuttu näyttelijä ja koomikko. Hänet on nähty ja nähdään teatterissa, televisiossa ja elokuvissa. Tapanin **Ulla Tapanisen** Helsingin keskustassa, söimme kalaa ja keskustelimme komiikasta ja Tapanisen esityksistä.

Ulla Tapaninen on vuodesta 1995 lähtien naurattanut yleisöä eri puolilla Suomea Lava-ammuntaa monologeillaan. Lava-ammuntaa on Tapanisen ja ohjaaja-käsikirjoittaja **Raila Leppäkosken** yhteisprojekti. Naiset kirjoittavat käsikirjoituksen yhdessä ja Leppäkoski ohjaa. Ulla Tapaninen on yksin näyttämöllä. Nyt on menossa viides Lava-ammuntaa jakso, jota esitetään eri puolilla Suomea.

Asiat sanotaan suoraan, kommentoi Ulla Tapaninen. Toden totta. Siinäkin kun hän kehottaa leskiä menemään hautajaisiin, siellähän on muita leskiä.

Tapaninen tarkentaa, että hänen esityksensä eivät ole hassutellukomiikkaa. Tulkitsen sen niin, että ei mitään Uno Turhapuromaista kohtelamista vaan vakavalla naamalla esitettyä komiikkaa, joka kumpuaa arki elämästä.

Ovatko Tapanisen esitykset stand-up komiikkaa vai monologeja. Tähän hän vastaa, että esitykset eivät ole puhdasta stand-upia. Esitykset eroavat stand up –komiikasta siinä, että ne ovat pidempiä. Esityksissä on teatterillisuutta elementtejä. Stand-up on paljolti irtovitsejä, Tapaninen määrittelee.

Sanoisin, että esitykset ovat teatterimonologeja.

Naurun riemujuhlaa

Pari vuotta sitten näkemässäni Hämmenys –nimisessä esityksessä yleisö nauroi itsensä kipeäksi ja taputukset jatkuivat ja jatkuivat. Erityisesti ikäihmisten elämän kirjosta kirvonnut ihmettely, teknologia ja vaikkapa muistisäännöt saattoi helposti liittää omaan elämäänsä. Noinhan se on.

Jutustelu on niin luontevaa, että tuntuu, että se kumpuaa melkein itsestään. Tapaninen kuitenkin ko-

rotaa, että kaikki menee käsikirjoituksen mukaan. Yleisön reaktio saattaa joskus tuoda yhden lisäsanon, mutta muuten kaikki on kirjoitettu ja harjoiteltu. Miten hän muistaa koko tarinan, sehän on kuitenkin pitkä esitys lähes kaksi tuntia.

Harjoittelua ja harjoittelua, sanoo Ulla Tapaninen.

Tuomas Kaseva kirjoitti Helsingin Sanomissa 9.9.2016: ”Jos haluaa kuulla tuoreempia vitsejä ja saada takuuvarmempaa naurua, valinta on Lava-ammuntaa. Ja jos haluaa katsoa pakottomampaa esitystä, valinta on sama. Tässä omassa lajissaan, lämmihenkisessä ja läpeensä itse-ironisessa ”junttihuumorissa”, Tapaninen on tähti”, kirjoitti Kaseva.

Pikkurilli blogi, jossa on kirjoituksia kulttuurista, totesi 25.9.2016: ”Henk.koht. olen siitä mieltä, että Ulla Tapanisen esityksissä käymisestä pitäisi saada kelakorvaus, koska ne voidaan luokitella ennaltaehkäiseväksi terveydenhuolloksi”. Kuten jo vanha sanonta tiesi: Nauru pidentää ikää.

Komiikan taito myötäsnyntistä

Komiikka on vaikea laji. Kaikki eivät saa ihmisiä mukaan esitykseen. Ulla Tapaninen pitää komiikan osaamista myötäsnyntisenä. Jotkut vain osaavat komiikan luonnostaan ja silloin on paras pysytellä sillä osaamisalueella.

Syyskuun 8. päivänä Lava-ammunta aloitti syyskauden 2017 Vuotalossa Helsingissä täydellä salilla. Minimalistinen lavastus kuten ai- na näissä esityksissä. Tällä kertaa näyttämöllä oli maitotonkka, jonka Tapaninen kertoi olevan 80-vuotias. Tapaninen siirtyi juohevasti teemasta toiseen, ikääntymisestä, politiikasta, seksistä, hautajaisista, TV-ohjelmista.

Niinhan se ihmisen mielikin siirtyä asiasta toiseen, hän sanoo, kun ihmettelen, miten luontevasti asiat nivoutuvat toisiinsa. Tarinaa tulee kaikesta siitä, mistä tavalliset ihmiset puhuvat. Jälleen saavat osansa niin Paavo Väyrynen, Jari Aarnio kuin taiteilijat van Goghista lähtien. Hän kertoo, että oli saanut neuvon, että uutta televisiota ostettaessa pitää tutustua ensin osto-ohjeisiin. Osto-ohjeiden lukematto-



mat tekniikan kirjainyhdistelmät nostattavat riemun yleisössä. Katsoja kuiskaa naapurille.

Tuollaistahan se on, mitään selvää ei saa teknisten laitteiden ohjeista.

Tässä esityksessä hän ottaa esille myös vaikeasti keskusteltavan ja leimautumista aiheuttavan asian, nimittäin pakolaiset ja maahanmuuttajat. Hän sanoo esityksessä: Kun suomalainen iskee puukon, hänen mielenterveytensä horjuu. Kun maahanmuuttaja puukottaa, syy on ulkomaalaisuus.

En voi sivuuttaa asiaa olanko-hautuksella. Vastakkainasettelu on hirveää, minun täytyy tölviästä enakkoluuloja, hän sanoo.

20 vuotta Lava-ammuntaa

Ulla Tapaninen on esittänyt Lava-ammuntaa jo yli 20 vuotta. Mikä on muuttunut sinä aikana.

Maailma on muuttunut, mutta perustilanne ei. Alussa esityksissä oli ensin monologi ja välilajan jälkeen musiikkia. Nyt koko esitys on puhetta.

Yleisö reagoi esityksiin naurun

Vastakkainasettelu on hirveää, minun täytyy tölviästä enakkoluuloja,

remahduksilla ja taputuksilla. Yleisönkin reaktiot vaihtelevat, joskus hillitympää, mutta sitten on välillä reippaampaa menoa. Tapaninen viittaa mm. Lahdessa pitämäänsä esitykseen, jossa yleisö lähti vauhdilla mukaan. Yleisöllä on tärkeä merkitys

yleisö on monologissa vastaanottelijä. Mutta käsikirjoituksen mukaan mennään, hän sanoo.

Yleisö pääsee mukaan myös konkreettisesti. Tapaninen opettaa yleisölle helppoja muistisääntöjä. Kun lähtee ulos pitää muistaa silmälasit, avaimet, lompakko, puhelin, Tapaninen luettelee ja koskettaa kädellä päätä ja taskuja. Täysi salillinen yleisöä lausuu samat sanat ja tekee samat liikkeet samassa tahdissa.

Median kommentit

Median kritiikkiin Tapaninen suhtautuu realistisesti.

Tietenkin hyvästä tulee hyvää olo ja kielteisestä paha olo. Tärkeintä on, että yleisö tulee paikalle.

Hän viittaa myös **Leena Uotilan** kommenttiin: Päivän lehti on huomenna kalan kääre.

Eläkeläiset ovat innokkaita teatterissakävijöitä. Ulla Tapaninen katsoo sen omille esityksilleen eduksi. Kun yleisössä on varttunutta tai keski-ikäistä väkeä. Asiat ymmärretään paremmin elämäkoke- muksen perusteella.

Nämä jutut eivät oikein mene teineille.

Ulla Tapaninen näyttelee Pubiruusua **Taru Mäkelän** ohjaamassa uudessa tulevassa kotimaisessa elokuvassa Varasto 2 – kuten hän osansa elokuvassa ilmaisee. Siis kaljalla pubissa olevaa naista. Muita pubiruusuja elokuvassa ovat Leena Uotila ja **Hannele Lauri**. Elokuvan ensi-ilta on ensi helmikuussa.

EEVA KAINULAINEN

Jo nuorena veto teatteriin

Ulla Tapaninen on kotoisin Suomussalmelta Kainuusta. Kouluaikana hän esiintyi erilaisissa harrastajateatteriesityksissä. Kun Kajaaniin kiiri tieto nuoresta näyttelijäanalusta, hän sai kiinnityksen kaupungin teatteriin jo 19-vuotiaana. Teatterikouluun hän pääsi kolmannella yrittämällä vuonna 1978.

Ryhmäteatterin myötä lähti liikkeelle Lava-ammuntaa -monologinäytelmien sarja.

Elokuissa Ulla Tapaninen on nähty muun muassa Pakastaja-Elvin roolissa kolmessa Risto Räppääjä -elokuvassa. Ääninäyttelijänä hän on antanut äänensä muun muassa Muumimammalle ja Pienen merenneidon Ursulalle.

Myös musiikin alueella Tapaninen on ollut aktiivinen. Hän oli kajaanilaisen H-Bandin laulusolistina ja Kake Singersissä. Hän on esiintynyt 2010-luvulla laulusolistina kokoonpanossa Ulla Tapaninen & Nasevat Kurtut.

Ulla Tapaninen juhli pari vuotta sitten 40-vuotista näyttelijänuraansa ja täytti 60 vuotta. Juhlanäytös oli Lava-ammuntaa.

Ulla Tapaninen asuu puolisonsa kanssa Helsingin keskustassa.

VAPRIIKIN SENIORIPÄIVÄT SYKSYLLÄ

Senioripäivinä eläkeläisten sisäänpääsy vain 2 €.

20.10. KLO 12 opastus: Birkkala 1017
Oppaana tutkija Kreetta Lesell.
8.12. KLO 12 JA 13 opastus: Kadonneet kaunottaret
Oppaana tutkija Antti Liuttunen.

POSTIMUSEO:

24.11. KLO 12-13 luento: Gesonda Söderbergin postikorttialbumin tarina. Paletin entinen toimitusjohtaja Markku Laakso kertoo mitä vanhat postikortit voivatkaan kertoa. Myös kaikki muut museovieraat ovat tervetulleita luennoille.

VAPRIIKKI



ALAVERSTAANRAITTI 5, TAMPERE | PUH. 03 5656 6966 | 12/6€ | WWW.VAPRIIKKI.FI

Senioriliike vaikuttanut asuntopolitiikkaan toiminnan alusta asti

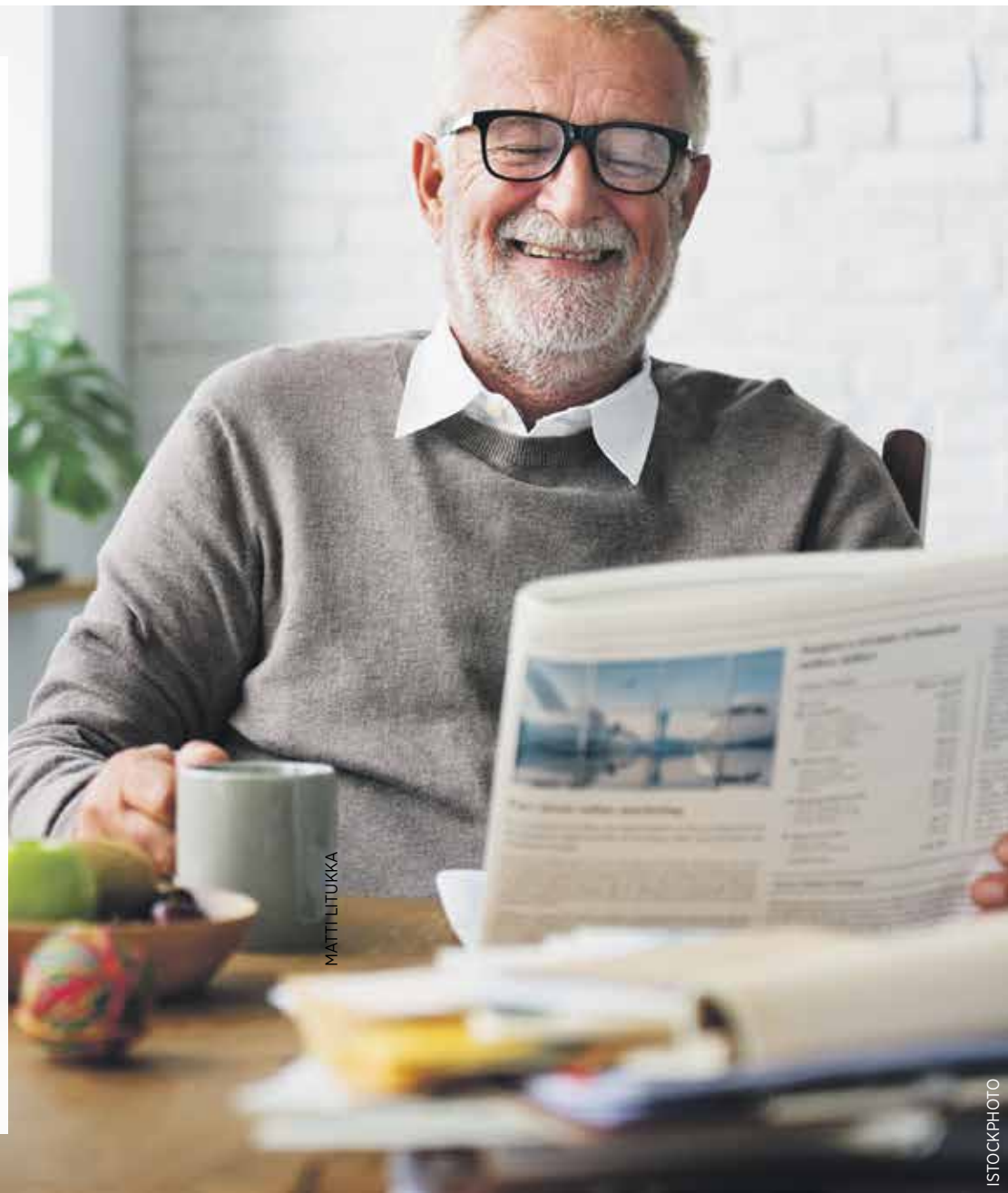
Senioriliike on vuodesta 2010 lähtien pitänyt esillä ikäihmisten asumiseen liittyviä asioita. Senioriliike oli mukana pyöreän pöydän keskustelussa, jossa käytiin läpi Sosiaali- ja terveysministeriön suunnitelmia ikäihmisten ympärivuorokautista hoivasta ja sen uudistamista. Keskeinen osa suunnitelmaa oli ikäihmisten asumismuotojen kehittäminen. Ministeriön kanssa käytiin vielä erikseen keskustelua asumisesta valmistellun muistion pohjalta.

Saman vuoden joulukuussa Senioriliike nimesi senioriasumista koskevan työryhmän, johon tulivat jäseniksi nykyinen hallituksen jäsen Esa Fagerlund, Tauno Tuomivaara ja Reijo Pesonen. Työryhmän tehtäväksi annettiin perehtyä ikääntyneen väestön asumismuotojen tilanteeseen. Tehtävänä oli myös valmistella Senioriliikkeen tavoiteohjelma maan hallitukselle.

Senioriliikkeen työ kantoi hedelmää. Ympäristöministeriö päätti ikääntyneiden asumisen kehittämisohjelmasta vuosille 2012-2015. Ohjelma sai nimen IKÄASKE. Senioriliikkeen edustajiksi kehittämisohjelman laajaan ryhmään nimettiin **Esa Fagerlund**, **Aulis Mäkinen** nimettiin palveluasumisen kehittämisryhmään ja **Heli Stenvall** Uudenlaiset asusratkaisut ryhmään.

Kun kehittämisohjelma valmistui, Senioriliike kiinnitti huomiota lausunnossaan vuonna 2012 erityisesti hissittömissä kerrostaloissa asuvien vanhusten tilanteeseen. Senioriliikkeen näkemyksen mukaan vanhuksat on luokiteltava erittäin kiireellisessä asunnon tarpeessa oleviksi ARA:n asukasvalinnoissa. Myös asumisoikeusasuntojen tuotannon lisääminen ja tarjoaminen ikäihmisille oli keskeinen osa lausuntoa.

EK



Sukupolvien kylä

MONISUKUPOLVISUUS MUUTTAA IKÄIHMISTEN ASUMISTA



Marjut Lepistö on usein saanut selittää vieraille kokemuksia uudesta sukupolvienkorttelista.

MATTI LITUKKA

Jos Tallinnan-matkalta palatessaan ehti kääntää Helsingin Länsisatamassa katseensa auringonlaskuun suuntaan, näkee Jätkäsaaren kaupunginosan. Se on rakentumassa täyteen uusia taloja, kerrostaloja tietenkin. Arkkitehtien rakennusalan ammattilaiset usein puhuvat rakennusmassoista, kaavoittavat virkamiehet ja poliitikot asunnoista ja markkinoitsijat kodeista.

Oikeasti asunnot muuttuvat kodeiksi vasta asukkaiden myötä, jos ovat muuttuakseen.

Jätkäsaareen on noussut ja nousemassa monisukupolvisumisen kortteli. Sitä on tehty jo seitsemän vuotta.

Kun hankkeen nimi on CityInnoNets ja kun kehitystyössä on ollut "monialaisen yritysjoukon lisäksi Aalto-yliopisto, Tekes, ARA, ympäristöministeriö ja Helsingin kaupunki", pitää uskoa, että Jätkäsaaressa nähdään harkittu kuva tulevaisuudesta.

Monet niistä Tallinnan-matkaajista, jotka tilausajat pian vievät kotipuoleen, eivät ehkä nopealla vilkaisulla ymmärrä, että uuden korttelin tavoitteeksi pantu palauttaa kyläyhteisö kaupunkiin.

Avainsana on kuitenkin yhteisöllisyys.

Sanotaan, että "kortteli on suunniteltu eri-ikäisten ja eri tavalla asuvien ihmisten toiveita kuunnellen. Ideana oli keskittää kolmen talon yhteistiloja yhteen paikkaan, jolloin yhteistiloista saatiin isompia, parempia ja monipuolisempia" ja että "ihmisten osaamiset, taidot ja intohimot yhdistyvät vapaaajan tekemisessä, harrastuksissa ja tapahtumissa".

Setlementtiasuntojen vuokratalon erään yhteistilan ovi, kuntosali ja pesulan naapurissa, narahtaa. Yhtiön toimitusjohtaja Kimmo Rönkä panee asian muistiin, sarana on voideltava ainakin ennen kuin ruotsalainen vierailijaryhmä tulee tutustumaan asumismuotoon, jota vieraille esiteltävä "laatuun maailman ensimmäinen" hanke esittäytyy täydellisenä.

Hiotuimmalla tavalla kortteli tiivistetään muotoon, jossa "ihmisten osaamiset, taidot ja intohimot yhdistyvät vapaaajan tekemisessä, harrastuksissa ja tapahtumissa. Lapset,



MATTI LITUKKA

nuoret, aikuiset, seniorit ja vanhuksat elävät ja asuvat kaikki samassa korttelissa". Kuvaavia ovat julisteet talossa: Settlementtirock 2017 – Generations Rock. Talossa toimii monta erilaista kerhoa.

Talon yhteisökoordinaattori Elina Kolari, sellainen avustava henkilö tarjontaan kuuluu, kertoo, että talossa asuu nelisenkymmenä ikäihmistä. Heidän vilkkaan kiinnostuksensa osuu espanja alkeisiin, nyyttibrusseille sekä kortti- lautapeleiltoihin.

Me ja mököttäjät

Talon seitsemänteen kerrokseen, merellisen maiseman ääreen, on muuttanut Lepistöjen perhe, eläkeläisiä molemmat. - No, minun eläkkeeni menee tähän asumiseen, Marjut Lepistö huokaa.

- Matkailuakin ovat enää reissut Tallinnan, hän hymähtää.

Marjut Lepistö on ollut töissä sairaalassa. Asunto on noin viisikymmeneliöinen. Katto on korkealla, mutta esimerkiksi makuuhuoneessa seinät ovat liian lähellä toisiaan, hän esittelee. Matka asunnosta kodiksi näyttää olevan vielä vähän kesken.

Lepistöille on suuri merkitys sillä, että heillä on hyväkuntoinen talviasuttavakin kesäasunto. Marjut Lepistö kutsuu sitä myös taloudelliseksi hätävaraksi.

Takavuosien eläkeläisten perusvaatimukset, kuivat ja lämpimät huoneet, Jätkäsaaressa täyttyvät luonnollisesti kirkkaasti.

Monisukupolvisuuden ja yhdessä asumisen kanssa on Marjut Lepistön mielestä vaikeuksia. Niitä hän tiivistää sanomalla, ettei "aio enää olla äitinä naapurustolle". On ilmeistä, että nykynuorisoi säilyy teineinä ällistyttyään pitkään.

Ja sitten ikähaarukan toinen puoli. Hänen mielestään ilmapiiiriä latistaa se, että vanhempi väki puolestaan "valittaa kaiken aikaa jostakin". Seniorit eivät osallistu yhteiseen toimintaan, vaan vetäytyvät asuntoihinsa mököttämään.

Marjut Lepistön kokemukset paljastavat sen, mikä pitäisi olla itsestään selvää: meistä on moneksi, myös ikäihmisistä.

Talon ravintolan työntekijät tulevat seitsemästä eri maasta: Gambiasta, Vietnamista, Afganistanista, Iranista, Perusta, Kreikasta ja Thaimaasta. Tavoitteena on auttaa uusia suomalaisia työllistymään tehokkaammin.

Tätä monisukupolvista asumista suunnitellaan maassa nyt enemmän kuin laajasti, onhan sillä vahvoja puolustajia ja eittämättömiä perusteluita puolellaan. Asumismuoto sopii niille, jotka arvostavat yhteistiloja ja asukastoimintaa. Heistä muodostuikin se "kriittinen massa", mikä riittää perusteluksi rakentamiselle.

Jäljelle jäävät siis "mököttäjät", yksin tai omissa porukoissaan viihtyvät. Heistäkin on huolehdittava.

Anna kun minä autan

Mököttäjät saatetaan sekoittaa niihin, jotka itse järjestelmän passiivoinut.

Näin käy helposti palveluasunnoissa, joissa asukkaiden omatoimisuus torjutaan. Vaikka työterapia lukuisin tutki-

Helsingin Jätkäsaari on rakentumassa perinteiseksi kaupunginosaksi, tiiviiksi siis. Ero vanhaan on värikkyudessa. Tältä näyttää sukupolvienkorttelin Setlementtiasuntojen rakennus.

muksin on todettu jopa välttämättömäksi ikääntyville ihmisille, asukkaita ei oteta mukaan päivittäisiin normaaleihin askareisiin.

Käyhän se vanhoilta hieman hitaasti, mutta torjuminen passivoi ihmisiä. Ja vielä enemmänkin: kyky itse vastata arkeisista askareistaan heikkenee nopeasti ja samalla heikentää myös muistia.

MATTI LITUKKA



MATTI LITUKKA

Asumisoikeus eli ASO-asunto sijoittuu omistusasunnon ja vuokra-asunnon väliin



ASO – eli asumisoikeusasunto on omistus- ja vuokra-asumisen välimuoto; asukas maksaa 15 % asunnon hankinta-arvosta (=rakennuskustannukset) ns. ASO-maksua ja pysyvän asumisoikeuden. Asunnon voi irtisanoa 3 kk:n irtisanomisajalla, jolloin edellä mainitun ASO-maksun saa takaisin.

Seniorihakijoiden (55+) pääsyä ASO-taloon eivät rajoita varallisuusrajat. Siksi ASO soveltuu hyvin esimerkiksi tilanteisiin, jossa vanhan omistusasunnon vastike nousee remonttien johdosta korkeaksi. Tuolloin asunnon myynti mahdollistaa ASO-maksun suorittamisen – ja rahaa voi jäädä vielä oman hyvinvoinnin parantamiseenkin?

ASO-asuntoja on Suomessa 47 paikkakunnalla yhteensä 43 500 kpl.

Miten ASO-asuntoon hakeudutaan?

Nykyisen lain voimassa ollessa hakijan ensimmäinen tehtävä on hakea **järjestysnumero** oman kunnan asuntotoimistosta. Jos ASO-kohteessa samaa asuntoa tavoittelee useampi hakija, pienimmän eli vanhimman järjestysnumeron haltijalle kyseistä asuntoa on tarjottava ensimmäiseksi. Järjestysnumeron voi hakea milloin vain, se ei sido mihinkään – eikä maksa mitään! Kysy asiaa oman kuntasi asuntoviranomaiselta.

Mitä asuminen maksaa?

ASO:ssa maksetaan kuukausittaisia käyttövastiketta. Käyttövastikkeen tulee olla alempi, kuin vastaavan vuokra-asunnon vuokra vapailla markkinoilla. Vastikkeiden määräytystä valvoo ARA (Asuntojen rahoitus- ja kehittämiskeskus).

ASO-talojen keskimääräiset käyttövastikkeet eivät nousseet vuonna 2016, jolloin ne olivat tasolla 11–12 euroa per/neliometri. Vuonna 2016 vapaiden markkinoiden vuokrat olivat Helsingissä 49% ja Tampereella 32% korkeammat asumisoikeustalojen keskimääriisiin käyttövastikkeisiin verrattuna!

EF

Asumisoikeuslaki muutoksessa

– ASO EDELLEEN HYVÄ ASUMISRATKAISU SENIOREILLE!

Ympäristöministeriö on valmistanut asumisoikeuslakiin merkittäviä muutoksia, jotka tullevat eduskuntakäsittelyyn vielä tämän vuoden aikana. Lakiluonnoksen mukaan ikäihmisille tärkeät ASO-järjestelmän peruspiirteet säilyvät jatkossakin:

- 1) Varallisuusrajat koskevat vain alle 55-vuotiaita, seniorit voivat päästä asumisoikeusasuntoon varallisuudestaan riippumatta
- 2) ASO-taloja voidaan rakennuttaa ikäperusteisesti määritellyille ryhmille
- 3) Asumisoikeuksia voidaan myydä jo rakennusaikana, jolloin asukkaat voivat olla mukana suunnittelussa.

Asukasvalinnat muuttuvat lakiluonnoksen mukaan siten, että ASO-taloja rakennuttavat yhteisöt voisivat itse suorittaa valinnat ilman kunnan hyväksymistä. Valintoja valvoisi ARA (Valtion asumisen rahoitus- ja kehittämiskeskus), joka pitäisi myös valtakunnallista rekisteriä ASO-asunnon hakijoista. Rekisteristä hakijalle annettava järjestysnumero olisi voimassa kaksi vuotta (nykyisin voimassaoloaika ei ole rajoitettu).

Seniori-ASO yhteisöillä lisäpalveluilla

Senioriliike on lähettänyt ministeriöön uuden ASO-lain sisältöön liittyvän lausunnon viime marraskuussa. Korostimme yhteisölisten senioritalojen rakennuttamisen mahdollistavaa lakia. Parhaimmillaan yhteisöllisyyden luominen ja ylläpitäminen onnistuu, kun talossa on läsnä osaava ja innostava työntekijä, nimikkeeltään vaikka palveluohjaaja, yhteisökoordinaattori tms. Asumista ja yhteisöllisyyttä tukevan työntekijän kustannukset pitäisi voida sisällyttää asumisoikeustalon käyttövastikkeeseen.

Asuntojen suunnittelu- ja markkinointivaiheessa pitäisi varmistaa tulevien asukkaiden tietämys talon luonteesta ja asumisen kustannuksista. Olennaista on, että kaikki asukkaat hyväksyvät konseptin, jossa on tavanomaista enemmän turvallisuutta, yhteistä toimintaa ja myös henkilökohtaista palvelua – mutta myös hivenen korkeampi käyttövastike. Tällaisen ASO-talon rakennuttamista uusi lakiluonnos ei mahdollista. Lakiesitys linjaa ASO-talon kioriasumisoikeusmalli on yksi hyvistä vaihtoehtoista, mutta olennaista on tarjonnan laadullinen kehittäminen – ja määrän lisääminen.

Ympäristöministeriön koosteessa kevyällä 2017 valmistuneista ”selvityksistä, johtopäätöksistä ja suosituksista”, jotka liittyivät IKÄASKE-ohjelmaan, todetaan (sivu 6, kohta 7) näin:

”ARA:n asumisoikeusasumista koskevien sääntöjen muuttaminen niin, että yhteisölliset talot voisivat valita asukkaiksi niitä, joita yhteisöllisyys kiinnostaa, helpottaisi yhteisöllisen toiminnan vakiintumista”. Tätä Senioriliikekin on ajanut. Lakiuudistus pitäytyy kuitenkin järjestysnumeron mukaisessa asukasvalinnassa. Mikäli näin tullaan laki päättämään, jatkossakin on mahdollista, että seniorien ASO-taloon hakeutuu asukkaita, joille yhteistiloilla, yhteisöllisyydellä tai talokohtaisilla palveluilla ei ole merkitystä? Jos ja kun näin tapahtuu, talon ainoaksi ”senioriominaisuudeksi” jää pelkkä ikäraja – ja ikärajallinen talo tuskin tuo kenenkään mielestä asumiseen isompaa laadullista sisältöä.

Ikäihmisten määrä on suuri ja heidän tarpeensa asumisenkin suhteen hyvin monenlaisia. Siksi tarvittaisiin runsaasti vaihtoehtoisia asumisratkaisuja tarjolle. Senioriasumisoikeusmalli on yksi hyvistä vaihtoehtoista, mutta olennaista on tarjonnan laadullinen kehittäminen – ja määrän lisääminen.

ESA FAGERLUND

Liity Senioriliikkeen jäseneksi!

Täytä kuponki sivulla 27 tai verkossasenioreiliike.fi

Katossa reikä, eikä!

Tämän voimme taata: Miehet ja tuotteet samaa maata!

Ainoa 100 % suomalainen toimitusketju, ilman välikäsiä

- Varaudu syksyyn, katto 2 päivässä!
- Laadukas ja tehokas asennus, joka pitää pihasikin siistinä
- Markkinoiden parhaat takuut
- Vesiveikin kestävät kattovarusteet

Paikalliset pojat!

SOITA 019 211 3900

HÄMEEN LAATUREMONTTI laaturemontti.fi

Ympäristön lähipalvelut tukevat kotona asumista

- KUINKA KAUPUNKISUUNNITTELU VARAUTUU VÄESTÖN IKÄÄNTYMISEEN

Monet ikääntyneet asuvat kodeissa, jotka soveltuvat huonosti hauraan vanhuksen itsenäiseen asumiseen. Hyvin vähän on kotihoidon kehittämisen yhteydessä puhuttu asunnoista tai ikääntyneille soveltuvien asuntojen tarjonnasta eri kuntien alueella. Erityisesti pienissä taajamissa on tarvetta tiivistää taajaman keskustaa esteettömillä kohtuuhintaisilla asunnoilla tai pientaloilla, jotka sijaitsevat kävelyetäisyydellä arjen palveluista.

Ikääntyneiden palveluissa on jo pitkään panostettu kotihoidon kehittämiseen ja siihen, että mahdollisimman monet voivat ikääntyä omassa kodissaan. Nykyiset palveluasunnnot ja palvelutalot on toteutettu eri aikakausina. Ne eivät välttämättä vastaa tämän hetken käsitystä elämän laadusta tai tavasta tuottaa palveluita.

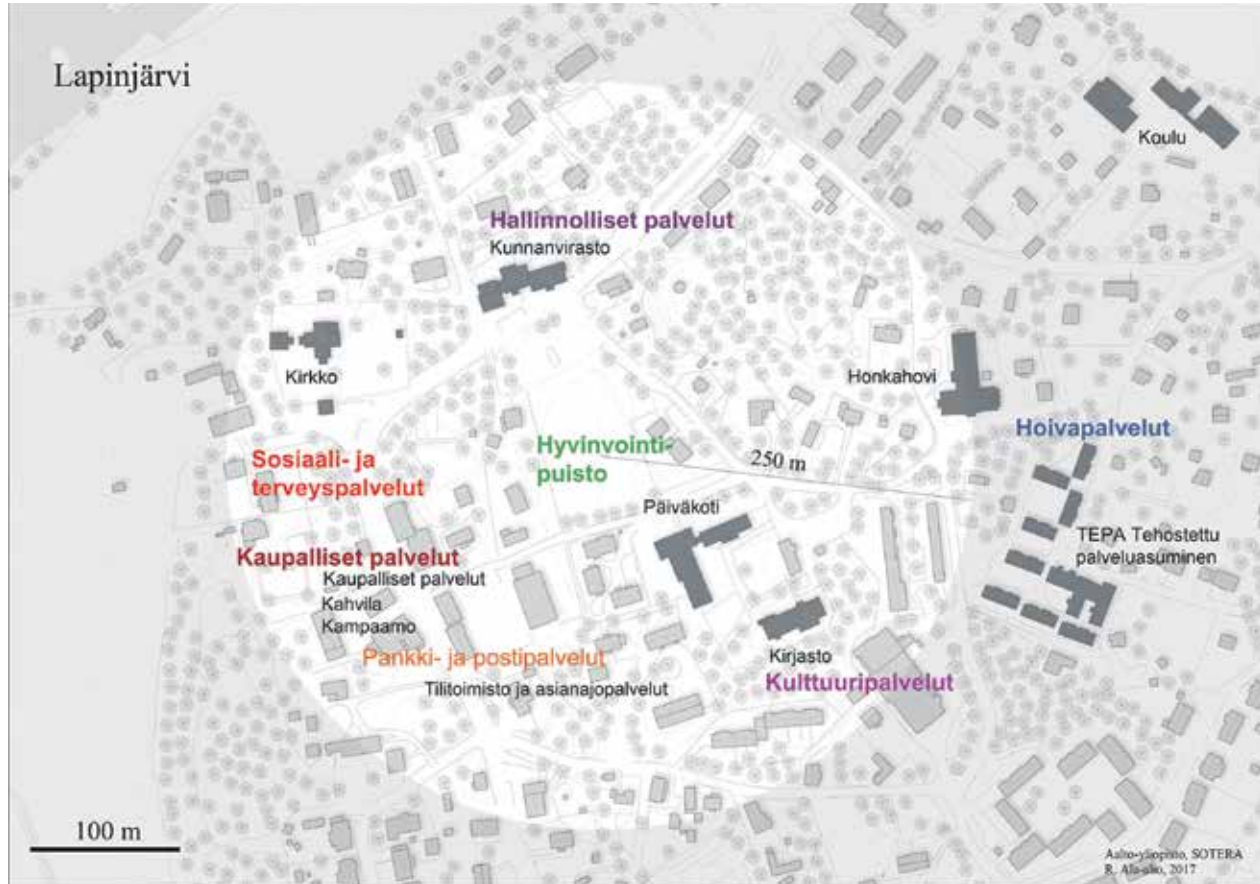
Tämän ajan kehityshankkeissa etsitäänkin ratkaisuja, joissa asukkaat asuvat omassa kodissaan, tavanomaisessa asutokannassa tai palvelutaloissa ja alueen paikalliset palvelut otetaan tehokkaasti vanhushpalveluiden käyttöön. Yhteistyötä ja verkostomaista toimintaa tarvitaan, jotta eri ryhmät tai asukasjärjestöt voivat käyttää alueen erilaisia tiloja vapaasti. Tämä edellyttää koordinaatiota tilojen ja palveluiden järjestämiseksi.

Ennaltaehkäisevä, asukkaiden hyvinvointia edistävä työ sekä asumispalvelut jäävät edelleen kuntien tehtäväksi sosiaali- ja terveydenhuollon uudistuksen jälkeen. Osana hallituksen kärkihanketta, Täydentäen toimivaa –projekti tavoittelee olemassa olevien resurssien tehokasta hyödyntämistä tukemaan elinvoimaista ikääntyvää kuntaa.

Ikäystävällinen kunta hankkeessa mukana olevat kunnat, Savitaipale, Lapinjärvi ja Porvoo, ovat väestön ikärakenteeltaan erilaisia. Savitaipale on ikärakenteeltaan vanhin. Ennusteen mukaan väestön ikääntymisen ja asukasluvun laskun seurauksena vuonna 2040 lähes 30 prosenttia kuntalaisista on 75-vuotiaita tai iäkkäämpiä . Savitaipale haluaa ennakoita tätä kehitystä toteuttamalla hankkeen aikana taajaman keskustaan verkostomaisen palveluiden Kyläpihan, joka yhdistää kävelyetäisyydellä matalan kynnyksen palveluita kunnan ikääntyneille. Palvelukeskus Suvanto toimii verkoston keskiössä.

Porvoossa yli 65-vuotiaiden määrä tulee kasvamaan vuoteen 2040 mennessä nykyisestä 19 prosentista noin 27 prosenttiin. Uuden Johannesbergin asuinalueen, Porvoon korttelin, kaavoituksessa ja toteutuksessa voidaanakin jo alusta alkaen ottaa huomioon väestön ikääntyminen sekä hyödyntää Savitaipaleen ja Lapinjärven kokemuksia.

Tehostetun palveluasumisen ja vanhainkodin läheisyyteen, kävelyetäisyydelle keskustasta ehdotetaan kohtuuhintaisia n. 50 m² omakotitaloja ikääntyneiden asunnoiksi. (Ida Fraser, arkkitehti-yö, Aalto-yliopisto)



Lapinjärvi on valinnut kehittämisen kohteeseen koko taajaman keskustan palveluineen. Teemana kunnan kehittämisessä on myös ikäihmisten keskusta. Hankkeessa kehitetään muun muassa vanhus- ja muistiystävällistä jalankulkureittiä palveluasuntojen ja keskustan välillä. Reitille on toteutettu kesän 2017 aikana hyvinvointipuisto kunnan asukkaiden käyttöön ja ajatuksena on käyttää taidetta opastamiseen reitillä.

Lyhyiden välimatkojen takia palveluiden saatavuus Lapinjärven kunnan keskustan alueella on hyvä. Kaupalliset palvelut sekä sosiaali- ja terveydenhuollon palvelut sijaitsevat kävelymatkan etäisyydellä toisistaan.

Lapinjärven osahankkeessa yhtenä tehtävänä on suunnitella ja toteuttaa ikääntyneille soveltuva kohtuuhintainen pientalo, joka soveltuu taajaman täydennysrakentamisen tavoitteisiin. Tavoitteena on tarjota vaihtoehto niille ikääntyneille, jotka haluavat muuttaa kylästä omaan pientaloon kunnan keskustan tutumaan.

Asukkaiden osallistuminen kunnan kehittämiseen

Lapinjärven kunta julistautui vuonna 2015 valtuuston päätöksellä Suomen ensimmäi-

seksi ihmislähtöiseksi kunnaksi. Käytännössä tämä tarkoittaa muun muassa sitä, että kunta haluaa osallistaa asukkaat mukaan eri-alaisten hankkeiden kehittelyyn. Asukasosallistuminen on merkittävässä roolissa myös Lapinjärven kärkihankesuudessa ja siitä vastaa kunnassa pääasiassa aluearkkitehti **Johanna Hyrkäs**.

Kunnassa aiemmin keväällä 2017 pidettyjen Unelmapajojen jatkeeksi on koottu Unelmatimi, johon mukaan on lupautunut vajaan 40 eri-ikäistä lapinjärveläistä. He löytyivät pitkälti paikallisten ryhmien ja verkostojen kautta. Lisäksi postilaatikkokyselyn avulla tiedusteltiin kuntalaisten halukkuutta osallistua kehittämistyöhön.

Ilmoittautuneista tavoitellaan 10-20 hengen aktiivista työryhmää. Työskentely alkaa syyskuussa 2017 ja ryhmä kokoontuu säännöllisesti keväaseen 2018 saakka.

Kokoonnutumista pyritään rakentamaan ennen kaikkea yhteinen oppimisprosessi. Ryhmä syvenny muististävällisen taajaman problematiikkaan mm. pienoismallin sekä ryhmän jäsenen ja ulkopuolisten pitämien alustusten, kävelyhaastattelujen ja opintomateriaalien kautta.

Yhdessä suunnitteleminen vaatii toimivat

menetelmät, joilla päästään ensimmäisiä ideoita ja vaikutelmia syvemmälle, kuten eläytyvää, roolin omaksumisen kautta tapahtuvaa suunnittelua, erilaisia yhteissuunnittelupohjia ja suunnittelulepelejä. Lapinjärvellä uskotaan, että asukailta löytyy ratkaisevan tärkeää omakohtaista tietoa, kykyä eläytyä erilaisten käyttäjien asemaan ja myös runsaasti käyttökelpoisia ideoita.

Syksyn 2018 aikana Lapinjärven aluearkkitehti laati yhdessä tehdyn työn pohjalta muististävällisen taajaman suunnitelman.

IRA VERMA

arkkitehti, tutkija, Aalto-yliopisto

JOHANNA HYRKÄS

aluearkkitehti, Lapinjärven kunta

Täydentäen toimivaa-hanke: Aalto-yliopisto (Sotera-instituutti), Lapinjärven ja Savitaipaleen kunnat sekä Porvoon kaupunki osallistuvat Etelä-Karjalan Sosiaali- ja terveyspiirin (EKSTOTE) ja Suvanto palvelukeskuksen kanssa kärkihankkeeseen yhteisellä tutkimus- ja kehitysohjelmalla Täydentäen toimivaa. Kärkihanke on STM:n ja YM:n yhteinen.

Ota selvää korjausavustuksista

- Valtiolta lisämääräraha vuoden 2017 esteettömyyskorjauksiin

Hissien jälkiasentamiseen ja korjaamiseen on Valtion lisätalousarviossa osoitettu lisää rahaa 11 miljoonaa euroa entisen 25 miljoonan euron lisäksi vuodelle 2017. Hissieihin voi saada valtion avustusta enintään 45 % investoinnin hinnasta. Tämän lisäksi kunnat tukevat jälkiasennushissien rakentamista vaihtelevasti 5-20 %:n lisäavustuksilla. Esimerkiksi Helsingissä kaupungin panostus on 10 % ja Tampereella 15 %, eli näissä kaupungeissa maksimivastukset ovat 55 % ja 60 %.

Avustuksia haetaan ARA:sta (Asuntojen rahoitus- ja kehittämiskeskus, Lahti). ARA suosittelee tässäkin asiassa nettiasiointia (www.ara.fi), mutta kun tiedämme, et-

tei kaikilla senioreilla ole tietokonetta, niin puhelimitei voi ottaa yhteyttä hankepäällikkö Tapio Kallioiseen, puh. 029 525 0801 (ARA). Jos asut hissitörmässä kerrostalossa, selvitä oman taloyhtiösi mahdollisuus avustukseen ja laita asia vireille taloyhtiön hallituksessa!

Huoneisto- ja talokohtaisiin esteettömyyskorjauksiin on varattu 2 miljoonan euron määräraha. Näistä korjausavustuksista saa maksutonta neuvontaa Vanhustyön Keskusliiton korjausneuvonnasta, puh. 09-3508600. Henkilökohtaisiin korjausavustuksiin liittyvät tulo- ja varallisuusrajat.

EF

Palvelutalojen tilojen käyttöä avataan ulkopuolisille ARA-kohteissa

ARA on avustanut vuodesta 2005 lähtien yli 43 000 erityisryhmien asumintoa. Etusijalla ovat olleet esimerkiksi muistisairaant ikääntyneet.

Investointiavustuslakia muutettiin vuoden 2017 alussa niin, että ARA voi avustaa palvelutaloihin rakennettavia tiloja talon asukkaiden lisäksi alueen muiden ikääntyneiden käyttöön. Tämä edellyttää, että tilat ovat mitoituksetaan kohtuulliset ja niille on pitkäaikaista tarvetta. Tiloja voivat olla esimerkiksi ruokailu-, liikunta-, palvelu- ja harrastustilat.

Avustusta voidaan myöntää näihin tiloihin uuden kohteen rakentamisen tai vanhan perusparantamisen yhteydessä.

Avustusta ei kuitenkaan voida myöntää pelkästään ulkopuolisten käyttöön tuleviin tiloihin, jos palvelutalossa asuvat eivät käytä tiloja. Jos palvelutalon omistaja ei toimi palveluntuottajana tiloissa, sen tulee kilpailuttaa toiminnanharjoittaja avoimella ja syrjimättömällä tavalla. Avustuksen suuruus palvelutiloilta voi olla samansuuruisen tai pienempi kuin kohteen asuntojen avustus. ARA arvioi avustuksen suuruuden aina kohde- ja tapauskohtaisesti.

RAIJA HYNYNEN
asutoneuvos
ympäristöministeriö



Liisa Ihmemaaassa

TAMPERELAISEN leskirouvan **Liisan** elämään tulee perusteellinen, pelottavakin käänne. Hänen *kotinsa* on vuosikymmenien jälkeen muuttumassa pelkäksi *asunnoksi*.

Liisa asuu kaupungin länsireunalla yhdessä aikanaan kiireellä rakennetuista lähiöistä. Ne ovat noita elementtilaatoista kiireellä rakentuneita asutustaajamia.

Ikä on luonnollisesti tuonut Liisalle vai-voja. Niistä arkisin on se, ettei talossa ole hissiä. Liisa ei enää jaksa nousta kolmanteen niin kuin työvuosinaan.

Hän on kovin tyypillinen nykyeläkeläinen, yksi tuhansista ja taas tuhansista.

LIISALLA KÄY kodinhoitaja päivittäin, se onkin suuri helpotus. Kun hoitaja kysyy, miten Liisa haluaisi jatkaa vanhoilla päivillään, epäroinnille ei jää sijaa: haluaisin pysyä kotona. Halu ja todellisuus eivät kuitenkaan kohtaa.

Myös Tampereen kaupungin pyörittämä ”ikäihmisten palvelu- ja neuvontapiste” Kotitori kertoo heti käteillä, ensimmäisellä nettisivulla siis, että ”Paras vanhainkoti on oma koti. Pysy kotona”.

Kehotus ei ole kovin nykyaikainen, nyky-päättäjät tuskin tietävät, mikä vanhainkoti on. Tuskin se tunnetaan edes Tampereella-kaan, vaikka sen vanhainkoti Koukkuniemi on ollut aikanaan alansa suurin Suomessa.

TÄLLÄ HETKELLÄ on uskottava arvion, että vuonna 2030 tasavallassamme on puoli-toista miljoonaa yli 65-vuotiaista kansalaista. Heitä kutsutaan nykyisin ”ikäntyneiksi”, sanaa vanhus kartellaan.

Noin etäälle, vuosikymmenen päähän ja kauemmaksi, on katsottu siksi, että valtakunnan ikärakenne on harmaantumassa nopeasti. Se aiheuttaa huolta.

Vanhasta väestöstä on näet nykyisen käsityksen nojalla huolehdittava. Se pitää vielä tehdä huokeimmalla mahdollisella tavalla. Tämä on käynyt selväksi. Aiheesta on lukuisia tutkimuksia ja ohjelmia.

Tilanne muistuttaakin sosiaalipoliittista alkurajähdydystä. Nykykielellä sanottuna tosi-asiat ja vaihtoehdot tosi-asiat vasta etsityvät kiertoradoilleen.

OMISTUSASUNTO, sen Liisa tuntee, koska se vaikuttaa olevan hänen ainoa turvasa. Hän ei tahdo ymmärtää puheita, että hänen miehensä kanssa vuosia säästämänsä kolmio on nykyisin miltei arvoton.

Hyvinvointiyhteiskunnassamme on mahdollista luokitella Liisa yhtä aikaa rik-

kaaksi ja köyhäksi.

Nykyisin arvioidaan, että yhteiskunta kestää kaksi kodinhoitajan päivittäistä vierailua, satasen kustannuksia kumpikin, mutta sitten on keksittävä jokin muu ratkaisu.

Liisalle vapaarahoitteinen, vuokrasäännelty, asumisoikeus, palvelutalo tai muut niiden sukusiset käsitteet ovat vieraita. Häntä on siis autettava.

YRITYSESITTEESSÄ kehoitetaan toiminaan näin: Ota ensin yhteyttä kotikunnan vanhuspalveluiden sosiaalitoimikuntaan ja selvitä, onko henkilö kuntonsa, tulojen ja varallisuutensa perusteella oikeutettu kunnan maksamaan asumis- ja palvelutaloon tai palveluseteliin.

Seuraavassa ohjeessa kehoitetaan siten tutustumaan yhtä omiin hoivakoteihin ja palvelutaloihin.

Vain huonokuntoisimmat eivät ymmärrä, että kysymys on pelkästään rahasta.

Vähäisempi ongelma se on silloin, jos seniorilla on rahaa.

Monella ei ole.

VARSINKIN POLIITIKKOJEN SUOSIOSSA on käyttöä sanaa hyvinvointi, sillähän voi tarkoittaa miltei mitä tahansa. On kuitenkin vakiintunut käsite suomalaisesta ja pohjoismaisesta hyvinvoinnista, siihen kuuluu ymmärrys siitä, että ketään ei jätetä heitteille, hoitamatta.

Se pätee ikääntyneisiin. Jotain ajatamme kertoo kuitenkin se, että senioreita pyritään nyt osoittamaan sormella: miksi et ole varautunut vanhuuteesi.

Varautuminen yhdistyy helposti tukevaan pankkitaliin.

Tai sen puutteeseen.

Demografia, tämä väestön jakaantuminen, on ollut tiedossa ja johtanut vakaviin tutkimuksiin ja pohdintoihin. Eräs perusteellisimmista selvityksistä on ollut Ympäristöministeriön junailema Ikääntyneiden asumisen kehittämissuunnitelma. Niitä ongelmia onkin jo tutkittu sellaisella tieteellisellä tasolla, ettei sen pitäisi jättää toivomisen varaa.

Usein korostetaan tutkimusten olevan poikkiteollisia. Se merkitsee sitä, että arvostelulta suu poikki.

Me siis kuitenkin uskomme tietävämmekin melko tyhjentyvästi vanhan väen ongelmat. Ainoa vika uhkaa siinä, että vanhusväestön pulmia tuskin voidaan yksinomaan teoreettisin mallin.

Pelkkiä viittaukset ”kohtuullisuuteen” tai

”yleishyödyllisyyteen” ovat suosittuja keskusteluissa vanhusten asumisesta. Määrittelemättöminä ne eivät riitä.

TAMPERELAINEN Aamulehti katsoi muutamia viikkoja sitten länteen, Sastamalaan.

Uutisen kärki oli, että hoivakodeista uhkaa jo ylitarjonta paikkakunnalla. Hankkeissa ovat mukana yksityiset terveysjätit, näin niitä lehdessä luonnehdittiin, Attendo ja Mehiläinen.

Kaupungin sosiaali- ja terveysjohtaja **Päivi Tryyky** sanoi, että ”vanhusten hoitopaikoista tulee ylitarjontaa”.

On selvää, että näin käy siksi, että yrityksillä on mielenkiinto ikääntyneiden rahavaroihin. Ripausta enempää pahaa tahtoa ei tarvita viritämään tunnelmaa siitä, että olosuhteet suosivat nyt ikääntyneiden ja erityisesti suurten ikäluokkien hallittua perkaamista.

ITÄ-SUOMEN YLIOPISTON terveyshallintotieteen professori **Jari Vuori** ei yllätynyt tiedosta. Lehdessä hän piirtää kuvan siitä, miten monikansalliset yritykset hiipivät hitaasti sisään järjestelmämme, ”valtavan aggressiivisesti”, hän sanoo.

Melko masentavan vertauksen hän ottaa Englannista. Siellä ”yksi sijoittaja vei koko vanhustenhuollon pörssiin, firma teki konkurssin, ja vanhukset jäivät heitteille”.

Sellaista kutsutaan suuruuden ekonomia-

aksi. Sastamalassa kaupungin omat hoivapaikat ovat sosiaali- ja terveysjohtajan mukaan täynnä. Kaupungin omat yksiköt ovat hänen mukaansa halutumpia kuin yksityiset palveluseteliyksiköt.

SE, MITÄ PROFESSORI VUORI kutsuu valtavan aggressiiviseksi toiminnaksi, nähdään jo kautta maan.

Yksityiset terveyspalveluyhtiöt hamstraavat kiihkeästi kunnilta sosiaali- ja terveydenhuollon kiinteistöjä. Niitä kunnat kernaasti myyvätkin, köyhiä kun useimmat ovat.

Villityksen selittää yksi ilmiö, sitä kutsutaan soteksi.

Se on sosiaali- ja terveydenhuollon palvelurakenteen uudistus, jonka ”tavoitteena on kaaventaa ihmisten hyvinvointi- ja terveyseroja, parantaa palvelujen yhdenvertaisuutta ja saatavuutta sekä hillitä kustannuksia”.

Ei ole liioiteltua sanoa, että kukaan ei tiedä millainen soten jälkeinen maailma on.

MATTI LITUKKA

Mikä kunta julistautuu ensimmäisenä Suomen ikäystävällisimmäksi

Minulla on unelma. Unelma, että jonain päivänä kunnat ja kaupungit kilpailevat eläke-ikäisistä tulomuuttajista.

Haluan kuntien rakentavan tietoisesti ikäystävällistä imagoa. Toivon, että yhä useamman kunnan brändissä julistaudutaan Suomen ikäystävällisimmäksi.

Keväällä 2016 tutkija **Timo Aro** listasi Suomen vetovoimaisimmat kunnat. Vetovoimaisuuden yhtenä indikaattorina oli kuntien kannalta haluttujen muuttajien eli työikäisten työssä olevien nettomuutto. Miksi eläkeikäisiä ei nähdä haluttuina muuttajina? Miksi kunnat ylenkatsovat eläkeläisten veronmaksukykyä, ostovoimaa tai palvelujen kysyntää?

Asenteetko ovat edelleen jarruna? Mitä puheissa vilahtavat käsitteet tuhkaurn-aiikäpyramidi, heikentyvä huolotusuhde, eläkepommi oikein viestivät? Sivutetaan ko eläkeikäisten tuottaman hoivan ja huolenpidon tai vapaaehtoistyön suuri arvo olankohautuksilla?

Vaikka ääneen ei ehkä olekaan lausuttu, vanhennevia kansalaisia on pidetty paljon

sosiaali- ja terveyspalveluita käyttävinä ja sitä myöten kuntatalouden rasitteina. Kuitenkin esimerkiksi senioreiden järjestöaktiivisuus pitää monen paikkakunnan yhdistystoiminnan vireänä.

Ikäystävälliseksi kunta ei muutu pelkästään sellaiseksi julistautumalla. Sen eteen on tehtävä myös tekoja, joihin sinänsä myös kuntalain ensimmäinen pykälä velvoittaa. Kunnan tehtävä on edistää asukkaidensa hyvinvointia ja alueensa elinvoimaa. Haluan rohkaista seniorikansalaisia käyttämään joukkovoimaansa että myös ikäihmisten ääni kuuluu ja kuullaan kunnallisessa päätöksenteossa.

Jotta ikäihminen vielä mieli muuttamista, on paikkakunnalla oltava kattava tarjonta eri asumisvaihtoehdoista. Onko

kunnassa tai kaupungissa kohtuuhintaisia, elämäntilanteeseen hyvin sopivia ja ympäristöltään esteettömiä ratkaisuja? Sujuvan arjen kannalta kaiken ikäisille asuinpaikan lähipalvelut ovat oleellisia. Muuttohalukkuuteen vaikuttavat esimerkiksi päivittäistavarakaupat; joukkoliikenne; kulttuurin-, liikunnan- sivistyksen ja vapaa-ajanpalvelujen tarjonta. Myös teiden kunnolla ja kävelyteiden ja ulkoilureittien houkuttelevuudella tai internetin toimivuudella on merkitystä. Asiakaslähtöisiä sosiaali- ja terveydenhuollon palveluita toki myös tarvitaan.

Kuntien ja kaupunkien ikäystävällisyyden vertailemiseksi tarvitaan yhteisesti sovitut mittarit. Mitä tällaiset seuranta-indikaattorit voisivat olla? Siihen toivon senioriväestön ottavan vahvasti kantaa. Pohjana voi käyttää ympäristöministeriön raporttia Palvelualueen ja ikäystävällisen asuinalueen kehittäminen. Tässä raportissa on suomennettuna myös WHO:n Ikäystävällisen kaupungin (kunnan) tarkistuslista.

Ikäystävällinen kunta toivottaa senioriväestön lämpimästi tervetulleeksi, koska ikäihmiset nähdään merkittävänä paikkakunnan toiminnan vireyttäjinä ja palvelujen saatavuuden ja säilymisen turvaajina. Ikäystävällinen kunta on kaiken ikäisille hyvä paikka elää ja asua.

TUIJA KOIVISTO



Kirjoittaja toimii hallituksen *Kehitetään ikäihmisten kotihoitoa ja vahvistetaan kaikenikäisten omaishoitoa* kärkihankkeen Keski-Suomen muutosagenttina. Kärkihankkeen muutosagenttien tehtävänä on maakunnallisen iäkkäiden yhteen sovitun palvelukokonaisuuden rakentaminen ja juurruttaminen.



Kuva on Jyväskylän kävelykadulta ikääntyneiden päiväkeskusten perinteisestä katutapahtumasta. Päiväkeskukset tekevät mittavasti ennalta ehkäisevää työtä mm. jalkautumalla yleisötapahtumiin tapaamaan ikäihmisiä ja kertomaan palveluista. Päiväkeskusohjaaja Marja-Leena Leino vastailee tässä Saini Rankin kysymyksiin.

SANNA SINILUHTA



Tuija Koivisto haastaa artikkelissaan kunnat julistautumaan ikäystävällisiksi. Se on hyvä haaste. Kuka ehtii ensiksi?

IKÄYSTÄVÄLLINEN KUNTA ON KAIKENIKÄISILLE HYVÄ PAIKKA ASUA JA ELÄÄ

Haaste saa ajattelemaan että kaikenikäiset kuntalaiset, myös ikäihmiset, vahvistavat kunnan elinvoimaisuutta jos he voivat hyvin. Toisaalta kun kunta tekee päätöksikään iäkkään väestön hyvinvoinnin kannalta, se vahvistaa samalla lasten, nuorten ja työikäisten asukkaiden hyvinvoinnin perustaa.

Mitä kunnan ikäystävällisyys viestii? Se on yksi kunnan elinvoimaisuuden mittari. Elinvoimaisuus perustuu kuntalaisten arjen sujuvuuteen, pärjäämiseen ja hyvinvointiin.

Asuinalueen ja lähiympäristön viihtyisyys, turvallisuus ja toimitusvoima ovat hyvän elämän peruspilareita. Huolehtii kunta ympäristön siisteydestä? Ovato kadut ja tiet sellaisessa kunnossa, että eri-ikäiset ja liikuntarajoitteisetkin pääsevät liikkumaan? Onko jul-

kisilla paikoilla mieltä virkistäviä puistoja ja hyvin hoidettuja kukaistutuksia, entä penkkejä levähtämiseen? Voiko lyhyet matkat kävellä tai liikkua lastenrattaiden kanssa, polkupyörällä tai rollaattorilla? Onnistuuko liikkuminen julkisilla liikennevälineillä? Onko reitit suunnitellut huomioitu myös ikäihmisten käyttämät määränpää ja ovatko lippumaksut kohtuullisia niin lapsille, koululaisille, perheille kuin ikäihmisillekin?

Asumisen muodot vaihtuvat iän ja perhetilanteiden mukaan. Päiväkotien, koulujen, palvelukeskusten ja erilaisten palveluasumismuotojen alueellinen ja toiminnallinen yhteensovittaminen tarjoaa turvaa, iloa, osallisuutta ja elinvoimaa kaiken ikäisille.

Osallisuus ja osallistuminen, joukkoon kuulumisen ja kuulluksi tuleminen on meille kaikille tärke-

ää. Miten kunta kuulee eri-ikäisiä asukkaitaan? Onko ikäihmisillä mahdollisuus vaikuttaa, harrastaa ja osallistua täysivaltaisena yhteisön jäsenenä?

Sosiaali- ja terveyspalvelujen siirtyessä maakuntien vastuulle kunnalla on vastuu yhdessä maan kunnan kanssa siitä että lähipalvelut on saatavilla. Kuntaan jäävät kulttuuri-, liikunta- ja sivistyspalvelut sekä vapaaehtoistyö samoin kuin yhdyskuntasuunnittelu ja ympäristötoimi. Ne ovat merkittäviä hyvinvoinnin, terveyden ja toimintakyvyn edistäjiä.

Vapaaehtoistoiminta on voimaannuttavaa ja kunnan toimintaa elävöittävää. Toiminnan rajat ovat rajattomia. Kunnan tarjoama tuki vapaaehtoisille on tosi tärkeää ja tuloksiin nähdä kunnalle hyvin edullista. Luottamus kunnan ikäystävällisyyteen rakentaa yhteisölli-

siyyttä ja vähentää hoivapalvelujen tarvetta.

Ikäystävällisessä kunnassa tieto kulkee kaikki ikäryhmät saavutetaan. Internet välitteisen tiedon lisäksi tarvitaan myös paperivälitteistä ja henkilökohtaista tiedonvälitystä. Kaikille mahdollinen laajakaistayhteys koulutuksineen on osoittautunut hyödylliseksi. Laajakaistan myötä esimerkiksi keskustelu- ja opetusryhmät, ryhmäkuntoutus, tiedonvälitys ja kaikenlaisen yhteydenpidon mahdollisuudet kasvavat elinvoimaisuutta vahvistaen.

Ikäystävällisellä kunnalla on iloiset kasvat. Ikäihmiset toimivat, hoivaavat, auttavat, kuluttavat, harrastavat, osallistuvat, kantavat vastuuta ja elävöittävät kuntaa. Ikäystävällisyys antaa voimia ja yhdistää.

KERTTU PERTILÄ

Vanhuuden muuttuva kulttuuri

Valtakunnallinen ja kunnallinen vanhuspolitiikka korostaa, että vanhuksen paras paikka on kotona.

Yksimielisyys näkemyksestä löytyy edellyttäen, että seniori saa turvalli- seen ja esteettömään kotiinsa kaik- ki tarvitsemansa palvelut ja hoidon. Myös asuinympäristön pitää olla esteetön ja tur- vallinen. Mutta onko näin, jos seniori asuu yksin, syrjäytyy ja ajan pitkään sairastuu. Koti ei tuokaan turvaa. Kokeilut, tutkimuk- set ja lainsäädäntö keskittyvät laitoksiin, sairauksien hoitoon sairaaloissa ja hoito- henkilökunnan aseman ja työolosuhteiden parantamiseen. Kodeissaan asuvat seniorit unohdetaan. Syytingin sijaan on tullut oma asunto.

Yksinään kotonaan asuvia vanhuksia on Suomessa ainakin 30–40 % vanhuksista. Heitä asuu maalla ja kaupungeissa tavallisis- sa kerrostaloissa vuokralle tai omistusasun- noissa, omissa taloissaan ja rivitaloissa. Osa heistä ei tule toimeen yksinään. He tarvitse- vat arjesta selviytyäkseen tukea. Mutta ku- ka on tämän tuen antaja? Sairautensa kanssa painiskeleva on usein kyvytön etsimään tätä apua. Kaikilla ei ole omaishoitajaa vierellään tai sukulaista tai ystävää auttamassa.

Yhteisöllisistä asumista kerrostalossa

Säästökehä As Oy on ihan tavallinen asunto- osakeyhtiö Espoon Viherlaaksossa Lippajär- ven rannalla. Siihen kuuluu kuusi 5-kerrok- sista taloa, joissa on yhteensä 90 asuntoa ja niissä asuu n. 150 kaikenikäistä henkilöä. On lapsia, nuoria, perheitä, työssäkäyviä aikuisia ja senioreita, joita on noin 40 % talon asuk- kaista, pienen palvelutalon verran. Asunnot ovat omistusasuntoja. Jotkut ovat asuneet ta- loissa niiden valmistumisesta lähtien.

Joulukuussa vuonna 2007 ryhmä senio- reita pohti millaista yhteisöllistä toimintaa voitaisiin kehittää talon asukkailla. Todettiin, että mahdollisuuksia oli paljon. Kaikki senio- rit olivat oman työuransa ja elämänsä taitajia ja heillä oli paljon erilaista annettavaa myös toisilleen. Niin Toimivat Seniorit ry. perus- tettiin ja se hyväksyttiin 18.3.2008 yhdistys- rekisteriin.

Pian toteimme, että seniori- tai palveluta- lot eivät ole välttämättömiä. Jokainen talo on palvelutalo, jos talon seniorit ottavat vastuun omasta elämästään ja ryhtyvät hommiin. Oma asuntona ei tarvitse myydä ja muuttaa johonkin palvelu- tai senioritalon yksioon, vaan elämistä jatketaan omassa tutussa asun- nossa.

Toimivat Seniorit ry:n toiminta korostaa jäsentensä syrjäytymisen ennaltaehkäisyä, turvallisuuden tukemista ja yhteistyötä kau- pungin ja erilaisen vapaaehtoisen toiminnan kehittämiseksi. Toiminta on avointa myös muille kuin taloyhtiön asukkaille. Jäsenmak- su on ollut ja on edelleen 10 €. Espoon kau- punki on antanut vuosittain järjestöavusta pienen summan. Tärkeintä on luoda palve- luja ja toimintaa jokaiselle heidän toiveitten- sa perusteella. Kaikki jäsenten tekemä työ on vapaaehtoista eivätkä he saa siitä maksua.

Yhteisen asumisen malleja

Pienenkin asumisyhteisön seniorit tarvitse- vat erilaisia palveluja. Palvelujen kehittämi- seksi suunniteltiin kolme kotona asumisen yhteisöllistä mallia. ikä ei ratkaise millais- ta asumisen mallia kukin tarvitsee vaan toi- mintakyky. Samassa talossa toimivat kaik- ki kolme mallia samanaikaisesti. Mallit eivät toimi itseohjautuvasti vaan yhteistyötä tarvi- taan kaupungin, maakunnan (kun SOTE to- teutuu) ja paikallisten yritysten ja järjestöjen kanssa. Näiden mallien ja jäsenten tarpeiden pohjalta toimintaa on kehitetty.

Toimivat Seniorit ry:n jäsenistä Kevyen mallin GO GO senioreita on 21 %, Keskiras- kaan mallin SLOW GO senioreita 43% jaTuh- din mallin NO GO senioreita 36%.

Seniorit tarvitsevat aina myönteisiä koke- muksia sosiaalisesta läsnäolosta. Sosiaaliset ja kulttuuriset harrastukset tuovat lisävuosia ihmisen elämään. Yksin tai yhdessä harrasta- minen kartuttaa ihmisen sosiaalista pääomaa ja vuorovaikutustaitoja. Kaunokirjallisuu- den lukeminen, kirjastossa käynnit, museot, konsertit, elokuvat, taidenäyttelyt, puutar- han hoito ja ystävät vahvistavat läsnäolon koke- muksia ja pidentävät elinikää. Vaarallisin- ta vanhenevalle ihmiselle on luottamuksen puutteen kokemus, jatkuva istuminen TV:n edessä pitkin päivää ja tylsistyminen. Terveen- nä ja vireänä pysyminen edellyttää liikkumis- ta, harrastuksia, sosiaalisia verkostoja ja hy- vää ruokavaliota.

GO GO Seniori aktiivisena toimijana (Kevyt malli)

Moni aktiivisista Toimivien Senioreiden jä- senistä on GO GO seniori. Hän maalaa ah- kerasti, lukee ja pitää näyttelyitä vuosittain. Hän rakastaa musiikkia ja taidetta, käy oop- perassa, konserteissa, teatterissa ja taide-



HELENA ALLAHVERDI

Senioreiden purjehdus Loviisasta Kaunissaareen ja takaisin heinäkuussa 2017

näyttelyissä. Hän osallistuu, silloin kuin eh- ti Toimivien Senioreiden kirjallisuuspiiriin, oopperakatsomoon, taidetapahtumiin, ran- tasaunapiiriin ja lounaspiiriin. Hän matkus- taat maalausharrastuksensa mukana usein Espanjaan ja Ranskaan. Hän pursuaa energi- aa ja iloa. Kuntoaan hän pitää yllä polkemal- la kuntopyörää ja kävelemällä. ”Ehkä sitten joskus” hän toteaa, ”tarvitsen kaupakkasia ja kotihoitoa.”

SLOW GO Seniori omassa kodissaan (Keskiraskas malli)

Toimivien Seniorit ry:n tiedottaja **Pirkko Liikasella** on useita sairauksia ja siksi hän on paljon kotonaan. Hän kuitenkin erittäin aktiivinen, käy kuntosalilla kiertoharjoitte- lussa, taidenäyttelyissä ja retkillä, osallistuu erilaisiin kokeiluun ja tutkimuksiin. Hän vastaa Toimivien Senioreiden kotisivujen päivityksestä ja kuukausiohjelmasta. Pirk- ko vetää retkipiiriä ja omakuvapiiriä. Omas- ta mielestään on usein hyvin väsynyt. Vanhe- nevan ihmisen rakkain ystävä on internet ja

erilaiset sosiaaliset verkostot. Niiden ansio- ta seniori ei koskaan jää yksin. Ja hän voi olla aktiivinen loppuun asti voimiensa mukaan.

Pirkon mielestä Skype-ystäväpiiri on erin- omainen internetin mahdollistamana sosia- lisen yhteydenpidon väline. Samoin erilaisiin projekteihin ja kokeiluihin osallistuminen mahdollistuu internetin välityksellä.

Pirkko Liikasen tekemän tutkimuksen mukaan (2011) tärkeäksi asiaksi muodos- tui kaksi erilaista kohderyhmää: seniori-sin- kuilla ja parisuhteessa elävillä senioreilla on toistaan poikkeavat sosiaalisen toiminnan tarpeet. Omaishoitajat muodostavat oman muista poikkeavan erityisryhmänsä. Sin- kut seniorit, parisuhteessa olevat seniorit ja omaishoitajat tarvitsevat kukin ryhmä omaa ohjelmaa. Meidän palvelumme tarjonta saa- vuttaa parhaiten sinkut, yksinään elävät seni- orit. Parisuhteessa olevat seniorit osallistuvat



Omassa kotipihassa voi harrastaa hyötypuutarhan viljelyä ja hoitaa kukkapenkkejä. Polku vie rantasaunalle. Harrastuspiirejä on toistakymmentä. Uusia syntyy tarpeen mukaan.



HELENA ALLAHVERDI

Pihaterassilla valitaan retkien kohteita Konstrundanin tarjolla olevista näyttelyistä elokuussa 2017.

lähinnä juhliin ja omaishoitavat tulevat sa- tunnaisesti mukaan toimintaan. He kaipaavat lähinnä vertaisryhmätoimintaa.

Pirkon mielestä Skype-ystäväpiiri on erin- omainen internetin mahdollistamana sosia- lisen yhteydenpidon väline. Samoin erilaisiin projekteihin ja kokeiluihin osallistuminen mahdollistuu internetin välityksellä.

NO GO Seniori ja tuhdit tarpeet (malli 3)

Jokainen seniori on jossain vaiheessa ”No Go” seniori. Silloin hän tarvitsee enemmän

kuin koskaan aikaisemmin tukea ja palvelu- ja. Toimintamme aikana on jo yksi sukupol- vi, kymmenkunta senioria, siirtynyt pitkälle matkalleen. Myös taloyhtiön putkiremont- ti pakotti joitakin senioreita muuttamaan edullisimpaan asuntoon. Pariskunnat ovat paremmassa tilanteessa kuin yksinäiset se- niorit. He hoitavat toisiaan ja toisesta tulee väistämättä toisen omaishoitaja. Moni halu- aa olla loppuun asti kotonaan. Silloin kotona tarvitaan lisää palveluja, jotka on kehitettävä. Kotihoito ja kotisairaala eivät aina riitä, kun tarvitaan ympärivuorokautista hoitoa.

NO GO seniori ei pysty lähtemään kotoaan juuri minnekään. Siksi muut tulevatkin hänen luokseen. Liisa pitää yhteyksiä sukulaisiinsa, ystäviinsä ja työtovereihinsa kännykän avul- la. Siksi hän ei koe olevansa yksinäinen. Suu- rin saavutus minkä hän koki, oli lähteä kaup- pamatkalta rollaattorin avulla taksilla. Kunto koheni jatkuvasti. Häntä ei suljeta kokonaan yhteiskunnan ulkopuolelle. Jotkut Toimivien Seniorit ry:n jäsenet ovat auttaneet häntä si- vouksessa ja kauppatkoilla.

NO GO seniori voi kutsua kotiinsa esimer- kiksi pelipiiriin. Se kokoontuu kerran viikos-

sa. Seniori liikkuu itse rollaattorilla. Kesäisin muutkin vierekkäisissä taloissa asuvat, rollaa- torilla liikkuvat, kokoontuvat tiistaisin talon vieressä olevaan keinuun. Siinä vaihdetaan kuulumisia ja pohditaan maailman meno- a. Haastatteleman NO GO seniorin mielestä hä- nen asiansa ovat vielä hyvin verrattuna joi- denkin muiden vanhusten tilanteeseen.

HELENA ALLAHVERDI

Lähteitä: Toimivat Seniorit ry:n kotisivut www.toimivatseniort.palvee.fi
Pirkko Liikasen: Kerrostalossa asuvien senioreiden palvelujen tarve ja tarjonta:
Toimivat Seniorit ry:n julkaisuja 7 (2011).



HELENA ALLAHVERDI

Retki Lapinkylän taidekotiin Uudenmaalla kesäkuussa 2017

KOTONA ASUMISEN KOLME YHTEISÖLLISTÄ MALLIA

MALLIT	OMINAISPIIRTEITÄ	SUUNNITELMA	TOTEUTUU OMASSA LÄHIPIIRISSÄ
KEVYT MALLI GO GO seniorit 21 % yhdistyksen jäsenistä Oman elämänsä subjekti	• luovaa harrastustoimintaa • sosiaalinen media ja verkostoituminen • monipuoliset digitaaliset valmiudet ja niiden kehittäminen • yhteisten tilaisuuksien järjestäminen • yhteistilat • liikkuminen esteetöntä	useita harrastuspiirejä: tiistaikerho, pelipiiri, skype-ystäväpiiri, porinapiiri, kulttuuripiiri, maalauspiiri, kirjapiiri, retkipiiri, rantasaunapiiri, omakuvapiiri. • yhteistoimintaa Espoon liikuntatoimen, vanhuspalvelujen, kirjastojen ja valittujen ammattioppilaitosten kanssa. • kokonaisvaltainen itsensä seuranta ja hoito (silmät, kuulo, hampaat, muisti, liikuntakyky) • kansalaisaktiivisuutta ja aloitteita • seminaareja ja työpajoja • osallistuminen taloyhtiön talkoisiin ja pihan hoitoon	omassa taloyhtiössä on kokoontumistiloja, kerhuhuone, Piivilinna, 2 terassia, uimalaituri, rantasauna, tenniskenttä, kuntosali, keinuja, ulkoilutiloja ja kasvalaatioita, kukkien hoitoa • harrastuspiirien sisällöt vaihtelevat vuosittain • harrastuspiirit kokoontuvat usein jonkun asukkaan kotona • kuljetus retkikohteisiin. teatteriin, taidenäyttelyihin omilla autoilla ja joskus julkisilla • voimavarat toimintaan löytyvät omasta lähipiiristä • putkiremontin yhteydessä asuntojen liikkumis- esteet korjattu
KESKIRASKAS MALLI SLOW GO seniorit 43 % yhdistyksen jäsenistä Oman elämän subjekti	• osallistumisen mahdollistamisen • siivous-, kauppa-, ruoka- ja apteekkipalvelujen järjestämisen tuki • kuntoiluun, ulkoiluun ja liikuntaan liittyvän tuen järjestämisen • ohjaus- ja neuvontapalvelut • uusia teknologia- palveluja	• omaishoitoa saatetaan tarvita • yhdistyksen muiden jäsenten apu • turvaverkot • turvaranneke, i-Pad, kännykkä käytössä • naapurin apu • erityistoiveita toiminnan toteuttamiseksi	• taloyhtiössä on talonmiehellä oma palveluyritys, joka palvelee asukkaita kaikessa maksua vastaan • säännöllistä siivousapua tarvitaan • jäsenten tuki maksutonta • liikkuminen jonkun jäsenen autolla • osallistuminen lähes kaikkien toimintaan
TUHTI MALLI NO GO seniorit 36 % yhdistyksen jäsenistä Riippuvaisia muiden avusta	• seniori on kotona, liikkuminen vaikeaa • turvallisuuden takuu • erilaisten vakavien sairauksien ilmentyminen kuten muistiongelmata, syöpä, sydänsairaudet • kotihoidon ja seuran järjestäminen	• omaishoitoa • kaupungin kotihoitopalveluja • kotisairaalan potilaana • liikkuminen rollaattorilla. ambulanssilla ja takseilla • turvaverkot • harrastuspiiri kokoontuu kotona olevan seniorin luona	• kaikki apu arjen toiminnoissa tarpeen • yhteistyö kotipalvelun ja kotisairaalan kanssa • ympärivuorokautinen seuranta usein tarpeen • sukulaisten tai omaishoitajan avulla • taloyhtiön omat turvaverkot

LAKI JA SUOSITUKSET VAATIVAT:

Vanhusten hoidon on oltava laadukasta – mitä se merkitsee käytännössä

Senioriliikelle tulee yhteydenottoja iäkkäiltä henkilöiltä ja heidän omaisiltaan usein niissä tilanteissa, ”kun mikään ei enää auta”. Olemme myös pyytäneet ikäihmisiä kirjoittamaan kokemuksistaan. Niiden pohjalta meille on vähitellen muodostunut kuva palvelujen ongelmakohdista. Yksittäisten ihmisten tilanteisiin emme voi puuttua, mutta vertaistukena voimme jakaa tietoa siitä, minkälaista palvelun laatua on perusteltua odottaa ja miten ongelmatilanteissa voi toimia.

Minkälaista laatua palveluilta voi odottaa?

Vanhuspalvelulaki edellyttää laadukkaita vanhusten palveluja. Niiden saaminen perustuu palvelutarvearvioon, joka tehdään hakijan oman näkemys ja toimintakykyymmittausten pohjalta. Sen jälkeen hakijalle voidaan myöntää niitä tarpeellisia palveluja, joita kunta on hyväksynyt verovaroin tuotettavaksi. Hoito- ja palvelusuunnitelmasta sovittaessa kartoitetaan myös muut kuin kunnan tarjoamat palvelut ja sovitaan työnjaosta, eli kirjataan itse ostettavat palvelut (esim. siivouspalvelut) tai omaisten ja vapaaehtoisten osuus palvelujen toteuttamisessa.

Eristystä osaamista hoito- ja palvelusuunnitelman laatijoilta vaaditaan, kun asiakkaan toimintakyky ja itseilmaisus ovat huomattavasti heikentyneet. Asiakaslähtöisyys ja yksilöllisyys ovat hoidon tärkeitä periaatteita, mutta niiden korostaminen perinteisellä tavalla saattaa johtaa heitteillejättöön, jos vastuuta itsensä määräämisestä siirretään asiakkaalle, joka ei enää kykene sitä ottamaan.

Väitöskirjassaan Hyvä elämä vanhojen ihmisten ympärivuorokautisessa hoidossa **Jari Pirhonen** toteaa ”Ihmisen toimintakyvyn ja itseilmaisun mahdollisuuksien heiketessä vastuu hänen persoonansa tukemisesta siirtyy yhä enemmän hänen ympärillään oleville ihmisille. Yksilön vastuuttamisen sijaan tarvitaan yhteinen näkemys siitä, mitä hyvä elämä on ja kuinka esimerkiksi palvelutalossa asuvat, toimintakykyään huomattavasti menettäneet ihmiset pääsevät siitä osalliseksi”. Tästä syystä vanhusten hoidossa ja palveluissa pitää asiakkaiden, omaisten ja henkilökunnan yhdessä sopia hyvän hoidon kriteereistä ja toimia niiden mukaan.

Laatusuositus hyvän ikääntymisen turvaamiseksi ja palvelujen parantamiseksi 2017-2019 (STM 2017:6) korostaa palvelujen laatua käytännön toteutuksen näkökulmasta. Riittävä ja osaava henkilöstö on laadukkaan ja turvallisen palvelun edellytys. Henkilöstön määrää ja osaamista on myös arvioitava ja kohdennettava joustavasti asiakasrakenteen mukaan. Teknisesti lasketut mitoitukset eivät välttämättä ole tae hyvästä laadusta. Hyvällä lähijohtajuudella on suuri merkitys asiakkaiden ja henkilöstön kokemaan tyytyväisyyteen.

Tunnetaanko hyvä laatu?

Palvelusopimuksissa saatetaan luvata laadukkaita palveluja, mutta laatu määritellään niissä niin väljästi, että eri osapuolet voivat ymmärtää sen haluamallaan tavalla. Erimielisyyksissä vedotaan siihen, että laatu on vaikea määritellä ja mitata yksiselitteisesti. Katteettomiin lupauksiin saatalla olla houkutuskin esimerkiksi markkinointi- tai tarjouskilpailutilanteissa.

Asiakkailla ja omaisilla voi myös olla liian korkeita odotuksia palvelujen suhteen. He voivat odottaa jotain sellaista, mikä ei mis-



sään olosuhteissa olisi mahdollista. Näin käy, jos hoidettavilla tai omaisilla ei ole kuvaa siitä, minkälaisilla resursseilla hoitoa toteutetaan. Tavallisempaa on, että asiakkaiden hoito- ja palvelusuunnitelmat tehdään suositusten mukaisesti, mutta ne osoittautuvat epärealistisiksi, jos yksikön resurssit ei ole mitoitettu samassa suhteessa. Vanhuspalvelujen laatusuosituskin varoittaa päättäjiä tästä ilmiöstä.

Hoito- ja palvelusuunnitelmasta sovittaessa sovitaan myös palvelujen laadusta. Tällöin omaisen tai edunvalvojan on hyvä olla mukana. Palvelusopimukseen on syytä kirjata tarkkaan, millaisia palveluja ostetaan, kuinka usein niitä tarjotaan ja mitkä ovat laatuksiteerit. Toteutumisen seuranta helpottaa, kun kirjaukset ovat konkreettisia.

Usein omaiset kertovat tilanteista, joissa hoidon toteutus on jotain muuta kuin, mitä suunnitelmaan on kirjattu. Syynä saattaa ol-

la se, että suunnitelmaa ei ole päivitetty eikä se vastaa enää asiakkaan tarpeita. Palvelun/laatulupausten toteuttamatta jättäminen voi johtua myös osaamattomuudesta, laiminlyönnistä tai heikosta johtamisesta. Voi olla niinkin, että laatulupausten, joihin palveluntuottaja on sitoutunut, ei ole kerrottu riittävästi asiakkaille, omaisille, eikä edes hoitoa käytännössä toteuttavalle henkilöstölle, jolloin ne eivät voi toteutua käytännössä ainakaan täysimääräisesti. Laatuun saatetaan joskus suhtautua myös piittaamattomasti millä tahansa organisaation tasolla.

Palvelusuunnitelmassa sovitaan laadun seurannasta

Palvelusuunnitelman toteutumisen seurannasta sovitaan palvelusuunnitelmaa tehtäessä. Yksilötasolla asiakkaiden saamaa hoidon laatua arvioidaan käymällä arvioivaa keskustelua hoidettavan ja tarvittaessa omaisten

kanssa.

Asiakkaan hoito- ja palvelusuunnitelman toteutumisen seurannan piti vanhuspalvelulain mukaan olla tehtävään nimetyn erityistyöntekijän vastuulla. Kuitenkin vuoden 2017 alusta Vanhuspalvelulain (17§) mukaisista vastuutyöntekijöistä on säästösistä luovuttu. Vastuutyöntekijän tehtävä oli seurata, että huonokuntoisten vanhusten henkilökohdaisia hoito- ja palvelusuunnitelmia noudatetaan ja arvioidaan aika-ajoin. Nykyisen lainsäädännön mukainen henkilöstörakenne ei sitä korvaa, ei resurssin eikä välttämättä asiantuntemuksenkaan osalta. Palvelutoiminnan omavalvontaa on viime vuodet korostettu. Se on hyvä asia, mutta se ei riitä turvaamaan hoidettavia kaltoinkohtelulta (Valvira 2016).

Laatuksiteerejä: Kokemukset kivusta, aterioiden riittävyydestä yms.

Palvelujen tuottaja voi arvioida hoidon laatua asiakaspalautteiden ja asiakaskyselyjen avulla sekä käyttämällä valmiita kriteeristöjä, joista tunnetuin lienee RAI (Resident Assessment Instrument, THL). Käytettyjä kriteerejä ovat esimerkiksi kova päivittäinen kipu, aterioiden riittävyys, kaatumiset, sosiaalinen eristäytyminen, unilääkkeiden käyttö ja osallisuus.

Koko Suomen RAI -arvioinnissa vuonna 2016 kotihoidossa olevista henkilöistä oli 24 % kokenut päivittäin kovaa tai ajoittaista sietämättömää kipua, 14 % oli kokenut ateriat riittämättömiksi, 24 % oli kaatunut viimeisen 90 vrkn aikana ja itsensä yksinäiseksi kokeneita oli 24 %. RAI -arvointi kertoo erityisesti organisaation kehittämistarpeista.

Vanhuksen etävalvonta ei auta, jos kukaan ei tuo ruokaa sairaalajakson jälkeen

Olen käymässä **Elli Bergmanin** (97) luona, kun yhtäkkiä joku sanoo kovalla äänellä

Hyvää huomenta rouva, oletteko otaneet lääkkeit?

Olen aivan pöllämystynyt. Mistä ääni tulee, huuteleeko joku käytävästä vai tulee ko kantava ääni radiosta, avaruudesta, mistä?

Elli Bergman häipyä kylpyhuoneeseen ja minä jään ihmettelemään ja kuuntelemaan huhuilua, kunnes huomaan, että keittiön työtasolla on pienenkö tietokoneen päätteen näköinen laite.

Elli Bergman rientää laitteen luo. Hän on laittanut huulipunaa, koska hoitaja näkee hänet. Laitteen kautta kotipalvelu tarkistaa joka aamu, kuinka Bergman voi.

Palatkaamme kolme viikkoa ajassa taaksepäin.

Elli Bergman sairastui kovaan kipuun ja hän meni Haartmannin päivystykseen Helsingissä. Siellä lääkäri totesi, että ei ole virtsatulehdus ja lähetti rouvan kotiin lausunnolla seurata tilannetta. Bergmanin mielestä hän ei saanut tarpeeksi tietoa. Mitä seurataan, mitä hänen itsensä pitää seurata ja kuinka toimia.

Kivut yltyivät ja Elli Bergman meni uudestaan päivystykseen. Tauti oli pahentunut ja seurauksena oli reilun kahden viikon sairaalahoito. Kysymys oli vyöruususta.

Sairaan jälkeen Helsingin kotihoito otti Bergmanin huomaansa. Kotiin tuli henkilö, joka keskusteli Bergmanin kanssa ja tutkaili, mitä palveluja Bergman tarvitsee.

PALVELUTARVEARVIOON kirjattiin ruoka- ja kaupassakäyntipalvelu sekä siivouspalvelu kerran kuussa.

Koska Elli Bergmanin jääkaappi oli tyhjä, hän kysyi lähtisikö arvioitsija heti

hänen kanssaan kauppaan.

- Ei käy sanoi arvioitsija.

- Kaupassakäynti ei kuulu tehtäviini.

Elli Bergman jäi tyhjän jääkaappinsa kanssa odottamaan ruokapalvelun toteutumista. Siihen meni viisi päivää. Jos hänellä ei olisi ollut avulaita naapureita, jotka toivat hänelle ruokaa, emme uskaltais edes ajatella mitä olisi tapahtunut. Helsingissä ja muuallakin on paljon yksinäisiä vanhuk- sia, jotka eivät noin vain saa naapureiltaan ruokaa. Harva rohkenisi edes pyytää. Eihän se oikein kuulu suomalaisiin tapoihinkaan.

KAUPPAPALVELUA Bergman ei ottanut sitä tarjoavalta yritykseltä, koska pelkkä ruokatarvikkeiden kuljetus maksaa 10 euroa. Siivous-

palvelua varten Bergman sai monistepun siivousyrityksistä. Hänen tehtävänsä oli valita sieltä sopivin. Bergman soitti, mutta kukaan ei vastannut koko päivän aikana.

Hänen on siis valittava joku toinen yritys listasta.

Nyt Bergmanin asiat ovat jotenkuten järjestyneet. Hän kirjoitti HUSin ylilääkärille kirjeen, jossa hän valitti, että hänen hoitoonsa ei heti alussa paneuduttu perusteellisemmin. Vyöruusu on hyvin kivulias ja nopeasti aloitettu hoito olisi purrut sairauteen tehokkaammin.

Kirje teki tehtävänsä. Haartmannista soitettiin ja valitettiin tapahtunutta. Vasta nyt Bergmania kuunneltiin kunnolla ja aika kipuklinikallekin oli jo varattu.



Elli Bergman on aina pitänyt hyvää huolta itsestään. Toimeliaana ihmisenä hän tarttui myös hoidon puutteisiin.

Sen sijaan epäselväksi jäi, kuka valvoo pilkottujen palvelujen toimivuutta. Tulevaisuudessa, jos sote toteutuu suunnitellulla tavalla, niin ihmisen on sairaana ja kivuliaana tehtävä vielä enemmän valintoja eri palveluja saadakseen.

HELI STENVALL

Suomen Senioriteko – ilmianna hyvä teko!

Ilmiannakaa parhaista tekoja kotikulmiltanne!



Senioriliikkeen hallitus on päättänyt palkita teon, joka on omiaan edistämään seniori-ikäisten hyvää elämää. Teko voi olla yhden henkilön tai ryhmän teko tai työ, joka voi olla kannustimena myös muille. Kyse voi olla asenteisiin vaikuttamisesta, palvelusta, uudesta palveluideasta, koulutuksesta tai iloa tuottavasta toiminnasta, joitakin esimerkkejä antaaksemme.

• Kerro meille työstä tai teosta, joka ansaitsisi **Suomen Senioriteko** -palkinnon. Lähetä ehdotuksesi perusteluineen kirjeenä tai sähköpostina.
• Sähköpostiosoitte: **toimisto@senioriliike.fi**, otsikkoon sanat: *Suomen Senioriteko*. Kirjeen ehdotukset osoitteella **Suomen Senioriliike – Arvokkaan vanhenemisen puolesta ry, Pakarituventie 4, 00410 Helsinki**. Kuoreen merkintä *Suomen Senioriteko*. Ehdotusten viimeinen jättöpäivä on **30.10.2017**. Suomen Senioriteko julkistetaan **Nuutin-päivänä 13.1.2018**. Palkitulle teolle Senioriliike myöntää **1000 euron kannustusstipendin**.

• LISÄTIETOA LINKKIEN TAKAA:
***teaviisari.fi/teaviisari/fi/tulokset?view=SOS**
****palveluvaaka.fi/**

Pirhonen J. Väitöstilaisuus 19.5.2017, Tampere. <http://tepatampere.fi/vaitostilaisuus> hyva-elama-vanhojen-ihmisten-ymparivuorokautisessa-hoidossa/Valvira. 2016. Kaltoinkohtelu ympärivuorokautisissa vanhustenhuollon yksiköissä työntekijöiden havainnoinnana. Kysely 25.2. - 18.3.2016. Sosiaali- ja terveysalan valvontavirasto, Selvityksiä 1:2016.
Vuori H. 2013. Terveydenhuollon laatuystön kehitys Suomessa. Sosiaali- ja terveysalan aikakauslehti 2013:50, 87 -95. Puheenvuoro. Terveydenhuollon laatuystön kehitys Suomessa. [Journal.fi](http://journal.fi) [Luettu 24.7.2017]

Vanheneviisaasti-kampanja

– VANHUUSELÄKKEELLE KANNATTAA VARAUTUA



Tänäkin vuonna noin 50 000 suomalaista jää työelämästä vanhuuseläkkeelle. Eläköityminen on iso elämänmuutos: vapaa-ajan määrä kasvaa, käytettävissä olevat tulot vähenevät ja työnteon mukanaan tuomat merkitykset ja sosiaaliset suhteet jäävät pois päivittäisestä elämästä. Eläkepäiviin kannattaa varautua miettimällä, miten muutokset mullistavat päivittäistä elämää ja kuinka sopeutua muutoksiin.

A-klinikkasäätiön, Helsingin kaupungin sosiaali- ja terveysviraston, Kalliolan setlementin ja Suomen Mielenterveysseuran *Vanhene viisaasti* -kampanja nostaa esiin ikääntyvien ihmisten mielen hyvinvoinnin ja päihteidenkäytön vaikutusta siihen. Kampanjaan liittyvällä muistilistalla on vinkkejä eläkkeelle jäämisen suunnitteluun.

Yksi eläkepäivien kompastuskivi voi olla liiallinen alkoholinkäyttö. Tämän päivän eläköityvät käyttävät alkoholia enemmän kuin saman ikäiset aiemmin. Kun työssäkäynti ei enää tuo rytmiä arkeen, käytetyt alkoholimäärät voivat kasvaa. Runsaat kymmenen prosenttia 65 vuotia täyttäneistä käyttää liikaa alkoholia. Kun joka neljäs suomalainen on vuonna 2030 eläkeiässä, kyse on suuresta joukosta ihmisiä.

- Päivä- ja viikkorytmin häviäminen arjesta on monelle kova paikka. Kun tietää, ettei seuraavana aamuna ole menoa mihinkään, on helppo ajatella, että otetaanpa vielä yksi lasillinen, sanoo Kalliolan setlementin projektityöntekijä **Antti Palmu**.

- Meillä Suomessa on kulttuuri, että vanhemmat ihmiset elävät usein yksinään. Kun siihen lisätään ajatus, että alkoholinkäyttö on jokaisen oma asia eikä siihen puututa, saadaan lopputulokseksi, että ikääntyvät saavat alkoholisoitua kaikessa rauhassa, hän lisää.

Kalliolan setlementti järjestää Helsingissä Uusi alku-ryhmiä, jotka tarjoavat elämäntapa- ja paremonttia 55 vuotta täyttäneille. Ryhmissä päihteidenkäytöstä puhutaan osana yleisempää

hyvinvoinnin tavoittelua.

- Ikääntyvillä alkoholin riskikäyttö liittyy usein mielialaan. Alkoholilla lievitetään tyypillisesti yksinäisyyden, ahdistuksen ja masennuksen tunteita. Masennus ei ole mikään normaaliin vanhenemiseen automaattisesti kuuluva asia, sanoo kehittämiskoordinaattori **Sisko Salo-Chydenius** A-klinikkasäätiöstä.

- Masennuksen vaaran merkkejä ovat jatkuva alakuloisuus, toivottomuuden tunne, häätä ja huoli, joille ei ole realistista perustetta. Näitä vaaran merkkejä ei osata tunnistaa palvelujärjestelmässä. Lievää masennusta voitaisiin hoitaa varsin helposti miettimällä, mitä apua ja tukea ihminen tarvitsee poistamaan esimerkiksi turvattomuuden tunnetta.

Jo yksikin keskustelu ammattilaisen kanssa ja yhdessä tehty tilannearvio voi muuttaa tilannetta. On hyvä suunnata katse päivittäiseen elämään ja miettiä alkoholin tilalle muita asioita, jotka tuottavat elämään iloa ja osallisuutta, huoventavat mieltä ja poistavat niin ruumiin kuin mielenkin kipua ja yksinäisyyttä. Nykyhetki toteutuu tässä ja nyt: välitetään itsestämme ja toisistamme!

Juomisesta ja pahasta olostu on tärkeää puhua - ja haakea apua!

📌 LISÄTIETOJA:

Antti Palmu, projektityöntekijä, Kalliolan setlementti (Uusi alku -toiminta), p. 050 3735 990

Sisko Salo-Chydenius, kehittämiskoordinaattori, A-klinikkasäätiö, p. 045 6366 589

Muistilista eläkkeelle jäävälle

Eläkkeelle jääminen on iso elämänmuutos. Siihen kannattaa varautua ja miettiä jo etukäteen, miten muutoksiin sopeutuu.

1. AJANKÄYTTÖ

Moni odottaa eläkkeelle pääsyä ja sen tuomaa mahdollisuutta käyttää aikaa omien toiveiden mukaan. Eläkkeellä olon alkuvaihe voi mennä lepäämiseen, mutta sitä voi seurata tyhjä aika, josta ei tiedä, miten sen käyttäisi. Voi käydä niin, että joutenolo ei pidemmän päälle tunnu hyvältä.

On järkevää luoda itselle jonkinlainen päivä- ja viikkorytmi. Se rakentuu arjen rutiiniasioille, kuten kotitöille, ja itselle merkitykselliselle tekemiselle. Ota itseäsi kiinnostavia asioita systemaattisesti osaksi elämääsi. Mieti, mikä tuottaa iloa ja antaa sisältöä elämään. Onko se liikunta, harrastus tai lapsenlapset?

2. TALOUS

Eläkettä saat vähemmän kuin olet saanut palkkaa. Myös verotus muuttuu. Käteen jäävän rahan määrä kannattaa selvittää etukäteen.

3. IHMISSUHTEET

Eläkkeelle siirtyminen voi olla kriisi, jos työ on ollut keskeinen elämän sisältö ja ihmissuhteetkin ovat pitkälle sitoutuneet työhön. Työ on myös saattanut olla niin vaativaa, että sen ulkopuolisten ihmissuhteiden vaaliminen on jäänyt vähälle. Voi olla, että eläkkeelle siirtyessäsi joudut uudella tavalla etsimään ihmisiä ympärillesi.

On hyvä tiedostaa, että eläkkeelle jääminen saattaa olla riskiaikaa myös parisuhteessa. Voi tuntua siltä, että aamukahvipöydässä pöydän toisella puolella istuu itselle vieras ihminen, jonka kanssa ei ole enää mitään yhteistä. Kuitenkin eläkeikä voi antaa mahdollisuuden etsiä uudenlaista yhteyttä omaan puolisoon.

4. ELÄMÄNTAVAT

Pidä eläkkeelläkin huolta hyvistä elintavoista: syö terveellisesti ja ravitsevasti, liiku riittävästi, lepää tarpeeksi ja pidä huolta mielen hyvinvoinnista.

5. LOPUKSI: NAUTI!

Vaikka eläkkeelle jäämisessä on paljon mietittävää, mahdollisuuksia on enemmän kuin uhkia. Useimmat löytävät ajan mittaan oman tapansa viettää eläkepäiviä. Kolmas ikä – ikäkausi keski-ikä ja vanhuuden välissä – voi olla antoisaa aikaa, vielä voit oppia uutta ja kehittyä. Voit myös tehdä niitä asioita, joita oikeasti haluat. Voit olla jaksamisesi mukaan hyödyksi toisille. Olet taas kerran uudessa elämänvaiheessa, nauti siitä! Mieti, mistä kaikesta voit olla kiitollinen. Iloitse siitä, mikä on hyvin.

Ikääntyminen muuttaa elämää

KOLME VIISASTA POHTIVAT MUUTTUUKO IHMINEN

Ovatko vanhukset joko laitokseen suljettuja surkimuksia vai kohti auringon-laskua kaahaavia prätäkvaareja?

teista vapautumista. Hän kertoi saaneensa Vanhuus kirjastaan pari sataa lukijakirjettä, joista kuvastuu vanhenemisen moninaisuus.

Vanhuus teoksen kerrotaan sanoittavan vanhuutta, mutta Eskola on saanut myös kritiikkiä uskonnollisesta näkemyksestä, vaikka kirjassa mielestäni ennenminkin pohditaan elämänfilosofiaa kysymyksiä. Antti Eskola korostaa moninaisuuden sietämistä: elämä tulee valmiiksi kullekin eri iässä. Vanhuus on minuuden rakentamista, tästä Eskola käyttää käsitettä profiilityö: vapautta jostain – vapautta johonkin, mikä on tärkeää ja merkityksellistä.

Pitkän elämän elänyt ihminen on selvinnyt monenlaisista vaikeuksista.

Pitkän elämän elänyt ihminen on selvinnyt monenlaisista vaikeuksista. Yksi selviämistapa on olla kiinnostunut omasta elämästä, vanhenemisestä ja siihen liittyvistä vääjäämättömistä ongelmista. Eskola ehdottaa helpotuksen ja huolen vuorottelun yhdistämistä, myöntymistä myös väsymiseen ja rajoitteisiin. Näiden ulottuvuuksien pohdintaa ja tarkastelua: millaisia ongelmia iän myötä syntyy ja millaisia ratkaisuja niihin voi ja joutuu kehittämään.

Vanhoillakin ihmisillä on oikeus oman näköiseensä elämään ja oikeus tehdä päätöksiä, jotka eivät kenties kaikkien mielestä ole niitä parhaita. Elämästä voi iloita rajoitetussakin muodossa. Kun päivämme ovat vähissä, Eskola kehottaa poimimaan päivän, ei vain hetkeä (carpe diem) ja tarkaste-

lemaan sitä mielenkiinnolla, koska siitä rakentuu innostava vanhuus.

Elämän loppusuoralla kuolema on läsnä olevaa todellisuutta. Kauko Keränen kertoi saaneensa toiveen puhua syntymäpäiväsankarille kuolemasta, mikä hämmästytti ja osin paheksutti sen tilaisuuden osallistujia! Kaikki kolme painottivat pohdiskelua ja keskustelua kuolemasta, mutta sellaisella tavalla kuin ihminen itse haluaa. Ennen kuolemaa on tärkeää elää todeksi arvonsa, merkityksensä, tarpeensa ja toiveensa - vain niin tulee hyvä kuolema.

Antti Eskola korosti ihmisen oikeutta tulla kuulluksi, nähdä ja kokea hänelle merkityksellisiä asioita, koska se helpottaa surua ja irrottautumista elämästä. Hautajaisten suun-

nittelu voi vapauttaa peloista: *Kuin kutoja minä olen kiertänyt loppuun elämäni kankaan, ja nyt minut leikataan loimilangoista irti.*

Kolmen viisaan eloisaa keskustelua oli ilo seurata: säkenöivää väittelyä hyvässä hengessä, jossa moninaisuus, erilaisuus ja viisaus olivat läsnä. Vanhat ihmiset ovat kuin viini: toiset muuttuvat etikaksi, mutta osa vain paranee!

SISKO SALO-CHYDENIUS,
kehittämiskoordinaattori, TtM, A-klinikkasäätiö

Antti Eskolan elämänarvoja käsitteleviä teoksia:

Vanhuus, helpottava, huolestuttava, kiinnostava 2016 (esittely, Seniorilehti 1/2017)
Vaikka en niin kuin kirkko opettaa 2013,
Mikä henki meitä kantaa 2009,
Yksinkertainen usko 2006,
Tiedän ja uskon 2003,
Uskon tunnustelua 1999.
Antti Eskola esiintyi myös ensimmäisessä Aikapommi nimisessä tosi-tv ohjelmassa 70-luvulla, jossa hän vaikenä ja kieltäytyi avautumasta itsestään.

Kauko Keräsen artikkeli Kunnossa kaiken ikää oli Seniorilehdessä 2/2016 ja hänellä on verkkosivu www.kaukokeranen.profiili.fi.

Jaakko Valvanne tunnetaan vanhusten hyvän hoidon puolestapuhujana ja uusimmasta kirjastaan 60+ iloa elämään (Valvanne & Tuohino) 2016. Kirjasta esittely Seniorilehdessä 2/2016.



Monista elämän velvollisuuksista voi vanhana luopua. Kauko Keränen, Antti Eskola ja Jaakko Valvanne tähdentävät, että liikkunnasta ei kuitenkaan tule luopua..

län kokemukseen voi vaikuttaa ja itseän voi suhtautua myös vähän pilke silmäkulmassa.

sa päihderiippuvainen, joka ei tiennyt olevansa masentunut. Juominen ei haitannut työtä, mutta ihmissuhteita kylläkin. Nyt hän nauttii korkeintaan alkoholiton tummasta olutista - ja tummaa suklaata. Hän toteaa saaneensa apua psykoterapiasta ja toivoo rohkaisevansa ihmisiä hakemaan apua ja tukea kuormittavissa elämäntilanteissa.

Jaakko Valvanne ei ole halunnut vanhetta saatikka tunnustaa olevansa ikääntynyt. Vasta vääjäämätön rapistuminen, kivut ja masentava havainto voimien hiipumisestä, on saanut hänet myöntymään. Iän kokemukseen voi vaikuttaa ja itseän voi suhtautua myötätuntoisesti ja myös vähän pilke silmäkulmassa.

Antti Eskola toteaa, että vanhaksi tuleminen on elämän täyttymistä - ja usein myös helpottavaa ja huojentavaa monista velvoit-

KIRJAT



Mitä voin viedä mukani vanhuuteen?

SAARENHEIMO, M. 2017. VANHENEMISEN TAITO. TAMPERE: VASTAPAINO. 296 S.

Jokaisessa elämänvaiheessa on ilonsa ja hankaluutensa, mutta kuinka voimme säilyttää elämänhalumme ja kiinnostuksemme elämän loppuun asti ja sietää vanhuuden epämukavuuksia. Psykologi, psykoterapeutti ja tutkija **Marja Saarenheimo**, joka työskentelee Vanhustyön keskusliitossa, antaa vastauksia näihin vaativiin kysymyksiin kirjassaan *Vanhenemisen taito*.

Vanhenemistä voi tarkastella myös mahdollisuuksien ja haasteiden kautta ohittamatta rajoituksia, joihin psykologiset, biologiset, sosiaaliset ja yhteiskunnalliset elämänkulun muutokset vaikuttavat. Vaikka ruumis rapistuu, niin aina on mahdollista vahvistaa mielen hyvinvointia ja ohjata elämää arvojemme suuntaan.

Vanhenemisen taito tarkastelee ikääntymistä myös sosiaalisena ja kulttuurisena ilmiönä unohtamatta yhteiskunnallista todellisuutta. Ajankohtainen kysymys on, kuinka yhteiskunta huolehtii siitä, että kaikilla on yhdenveroiset mahdollisuudet saavuttaa hyvä vanhuus?

Kirja tarkastelee ikääntymisen kulttuurisia ja sosiaalisia muutoksia. Kirjan toinen luku esittelee ikääntyvän ruumiin ja mielen yhteen kietoutumista ja sukupuolen merkitystä. Kolmas, miten ikääntyminen muuttaa tiedonkäsitteilyä, ajattelua, tarkkaavaisuutta ja toiminnan ohjausta. Neljäs keskittyy muistiin ja sen parantamiseen. Viides luku puhuu tunteista ja tarjoaa ikä-ihmisille toiveikkaita näkymiä, koska vanhetessa kyky säädellä tunteita ja sietää kielteisiäkin kokemuksia usein paranee! Kuudes luku johdattelee säätelemään stressiä ja rohkaisee harjoittelemaan mielen taitoja rentoutumisen ja tietoisuuden läsnäolon avulla kuvaamalla keinoja, joita jokainen voi kokeilla.

Järkyttävät kokemukset vievät puhekyvyn

LAILA HIRVISAARI
HILJAI SUUS
OTAVA 2016
239 SIVUA

Yhdeksänvuotias Inga elää hiljaisuudessa. Hän ei puhu, vastaa kirlen taitoja rentoutumisen ja tietoisuuden läsnäolon avulla kuvaamalla keinoja, joita jokainen voi kokeilla.

Mikään elämänohje tai harjoitus sinällään ei muuta elämäämme, mutta voimme ainakin osin vaikuttaa siihen, kuinka huolehdimme itsestämme ja muista ja miten ratkaisemme ongelmia. Toimintakyvyn heiketessä, väistämättömien kriisien ja menetyksien kohdatessa, osamme turvautua toisiin, ottaa vastaan apua ja tukea? Kun säilytämme kiinnostuksen ottaa vastaan haasteita ja vaalimme läheisiä ihmisiä suhteistamme, huollamme samalla aivojamme. Vanhakin koira oppii uusia temppuja kissoista pu-

humattakaan!

Jokaisella on kuitenkin oikeus vanheta omalla tavallaan ja tehdä ratkaisuja omaan tahtiinsa. Pystymättömyyden ja murehtimisen sijaan kannattaa keskittyä mahdollisuuksiin, pyrkiä tietoisesti iloitsemaan ja olemaan kiitollinen siitä mikä toimii ja on hyvin.

Vanhenemisen taito lisää luottamusta siihen, että tulevaisuudessa odottaa myös jotain tavoiteltavaa mukavaa ja hyvää. On tärkeää miettiä omalta kohdaltaan mitä haluaa viedä mukanaan vanhuuteen. Marja Saarenheimo luettelee asioita, joita hän haluaa yrittää ottaa huomioon vanhetessaan:

- keskittyäällä tärkeinä pitämiinsä asioihin,
- työllistämällä aivoja toivottamalla tervetulleeksi uusia haasteita,
- vaihtamalla näkökulmaa ja keskittyäällä tilanteen tarjoamiin mahdollisuuksiin kun jotain epämukavaa tapahtuu,
- yrittämällä hyväksyä sen, että mitä on tapahtunut, on jo tapahtunut ja olla tuhmaamatta aikaa ja voimia harmitteluun,
- pitämällä huolta, että on joku, jota tarvitsee ja että joku tarvitsee häntä,
- harjoittamalla myötätuntoa ja kiitollisuutta,
- aloittamalla päivä runolla niin usein kuin mahdollista!

SISKO SALO-CHYDENIUS



kalle.

Perhetutun lääkärin poika tulee viettämään kesää isovanhempien luo. Inga saa Joelista hyvän ystävän. Yhteisellä ratsastusretkellä yksi Ingan kiusaajista ampuu ritsalla kiven heitä kohti. Onneksi kivi ei osu hevoseen. Joel antaa pojalle selkäsauvan. Isoisä ja Joel juttelevat pojan äidin kanssa asiasta. Pyydetään ja saadaan anteeksi molemmin puolin. Sen jälkeen kiusaaminen loppuu.

Tuttu lääkäri, Joelin isä, menee Ingan pyynnöstä hänen kanssaan vanhaan kotitaloon, jossa tapahtumat käydään läpi. Isä on käsenyt Ingan kellariin piiloon. Pihalla tapahtuu järkyttäviä asioita. Setä löytää peioissaan olevan Ingan pitkän ajan kuluttua kellarista.

Kirjan lopussa moni asia selviää. Uusi opettaja on ystävällinen. Hän on sotalaki ja yhdeksänvuotiaan Asta-tyttären äiti. Tytär tulee samalle luokalle Ingan kanssa, he pääsevät istumaan vierekkäin ja heistä tulee ystävät. Suurin yllätys on kirjan viimeiset sanat: äiti, äiti, äiti.

EEVA SÄÄSKILAHTI



Kysymyksiä ja keskustelua elämän mielekkyydestä

MAZZARELLA, M. 2017. ELÄMÄN TARKOITUS. HELSINKI: TAMMI. 255 S.

Kirjallisuuden emerita professori **Merete Mazzarella** on jälleen tehnyt viisaan ja ajatuksia herättävän kirjan. Tyyliilleen uskollisena hän pohdiskelee ja keskustele kirjallisuuden kanssa elämän ilmiöistä. Mazzarella onnistuu kuttomaan kirjallisuusalinaukset ja kokemuksensa värikkääksi kankaaksi, joka innostaa lukijaa miettimään omia kokemuksiaan. Teksti hengittää lämmintä elämänviisautta, vaikka kirjoittaja toteaa esittävänsä enimmäkseen kysymyksiä, koska hän hapuilee vielä eikä kirjoita tiedon vaan tietämättömyyden pohjalta. Ilman keskustelua, kyseenalaistamista ja myös vastakkaisen näkemyksen pohdintaa jäämmme omien ajatustemme vankeiksi.

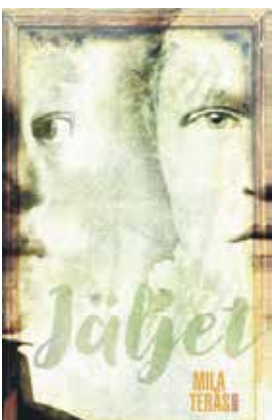
Mazzarella kertoo uskovansa mielekkääseen päivittaiseen elämään, avoimena pysyttelemiseen moninaisuuden edessä, ihmettelemiseen, keskustelemiseen, ystävyyteen ja toiveikkuteen. Hän korostaa myös katkeruudesta ylipääsemistä ja neuvoo suhtautumaan kärsivällisesti ratkaisemat-

tomaan. Kun tulee vanhaksi voi kaikessa rauhassa pohtia elämän rajallisuutta ja mielekkyyttä.

Kirja on jaettu kappaleisiin, joita ovat mm. maailmankuva, sattuma, kohtalo, valinta, pahuus, anteeksianto, suru, myötätunto, hyvä elämä ja credo (uskomusjärjestelmä). Mazzarella tarttuu myös ajankohtaiseen aiheeseen suhtautumiseen maahanmuuttajiin. Hän kirjoittaa ihmisen oikeuksista ja velvollisuuksista, välittämisestä ja myötätunnosta ja siitä, että on mahdollista kunnioittaa toisia, vaikka kenties itse ajattelee ja toimii toisella tavalla. Erityisen koskettavasti Mazzarella kirjoittaa myötätunnosta. Myötätunto on konkreettisia, käytännöllisiä ja usein varsin tavallisia päivittäisiä tekoja. Kyvyttömyys myötätuntoon on suurin syy moniin ongelmiin.

Merete Mazzarellan teokset, viittaukset ja sitaattit kirjallisuuteen, leue samalle luokalle Ingan kanssa, he pääsevät istumaan vierekkäin ja heistä tulee ystävät. Suurin yllätys on kirjan viimeiset sanat: äiti, äiti, äiti.

SISKO SALO-CHYDENIUS



Kauneus ei häviä jälkiä jättämättä

TERÄS, MILA 2016. JÄLJET. ROMAANI HELENE SCHJERFBECKISTÄ. HÄMEENLINNA: KARISTO OY. 285 S.

Mila Teräksen Jäljet romaani on runoilisen kaunis kertomus kuvataiteilija **Helene Schjerfbeckin** (1862-1946) elämästä. Taiteilija on syksyllä 1945 sotaa paossa Ruotsissa ja muistelee elämäänsä ja työtään.

Helene käy keskustelua mielellään maalarisiskonsa **Helena Westermarckin** kanssa. Omasa elämästä kertova tarina sivuaa myös historiaa, kuten nälkävuosia, itsenäistymistaistelua sortovuosina ja maailmansotaa. Tapahtumat ravistelevat maailmaa, mutta taiteilija jatkaa etsimistä. Hänellä on usko ihmisen pohjimmaiseen hyvyyteen ja kauneuteen. *”Maalaminen, mitä muuta se on kuin sen rakastamista, mikä ihmisessä on totta.”*

Teos kuvaa Helenen elämäntähtä. Lapsuus oli köyhää ja murheellista, kun Helenen lonkka murtui, äiti ei halunnut tuhlaa perheen vähliä varoja hoitoon, vammasta jäi ikuinen kipu ja kävelemisen vaikeus. Helenestä kuitenkin kehittyi taitava piirtäjä ja hän pääsi Ateneumiin kymmen-

vuotiaana, myöhemmin hän opiskelee Pariisissa, työskentelee Bretnagnessa, käy Firenzessä ja asuu jopa vähän aikaa Cornwallissa.

Elämässä on onnellinen, valon, värin, ystävyyden ja rakkauden aika. Mutta sekin loppuu: englantilainen salaperäinen rakastettu purkaa kihlauksen. Helene maalaa ensimmäisen omakuvan öljyväreillä: *”Leimasin kankaan verisellä sydämelläni – maalasin lannistumattoman katseeni ulos*

toomaan. Kun tulee vanhaksi voi kaikessa rauhassa pohtia elämän rajallisuutta ja mielekkyyttä.

Kirja on jaettu kappaleisiin, joita ovat mm. maailmankuva, sattuma, kohtalo, valinta, pahuus, anteeksianto, suru, myötätunto, hyvä elämä ja credo (uskomusjärjestelmä). Mazzarella tarttuu myös ajankohtaiseen aiheeseen suhtautumiseen maahanmuuttajiin. Hän kirjoittaa ihmisen oikeuksista ja velvollisuuksista, välittämisestä ja myötätunnosta ja siitä, että on mahdollista kunnioittaa toisia, vaikka kenties itse ajattelee ja toimii toisella tavalla. Erityisen koskettavasti Mazzarella kirjoittaa myötätunnosta. Myötätunto on konkreettisia, käytännöllisiä ja usein varsin tavallisia päivittäisiä tekoja. Kyvyttömyys myötätuntoon on suurin syy moniin ongelmiin.

Merete Mazzarellan teokset, viittaukset ja sitaattit kirjallisuuteen, leue samalle luokalle Ingan kanssa, he pääsevät istumaan vierekkäin ja heistä tulee ystävät. Suurin yllätys on kirjan viimeiset sanat: äiti, äiti, äiti.

EEVA SÄÄSKILAHTI

maailmaan ja sisäänpäin.”

Suomeen palattuana Helene opetti piirustuskoulussa, mutta koska työ kävi liian raskaaksi ja esti häneltä oman taiteen tekemisen, muutti hän äitinsä kanssa Hyvinkäälle. Päivät kuluvat taloustöissä, Helene toivoo voivansa käyttää enemmän aikaa maalaamiseen. Naapuruston ujut ja hiljaiset lapset saavat toimia malleina. Tältä ajalta ovat monet herkäät lapsimaalaukset, kuten Toipilas, Halkopoika, Lukevat tytöt, Tanssiaisengät ja Sisarukset.

Vihdoin toimittaja ja taiteenharrastaja Gösta Stenman ryhtyy välittämään Helenen töitä. Metsänhoitaja ja keräilijä Einar Reuterista tulee Helenen taiteen vankka tukija. *”Värini ovat kaikuneet, maalaukseni ovat tavoittaneet jonkun! Pimeys on murtunut. Mikään ei suo minulle samanlaista lohdutusta kuin toinen ihminen, ymmärtävä sielu.”*

Schjerfbeck kehitti määrätietoisesti taidettaan, hän aloitti realistisilla historiallisilla kuvilla ja jatkoi tutkimista kohti äärimmäisen pelkistettyä ilmaisua. *”Värit hyrilevät, ruokelevat, runoilevat, itkevät, nauravat, ovat kuumia, kylmiä, makeita, suolaisia, säileitä ja karkeitä.”* Vaikuttavan sarjan muodostavat Schjerfbeckin omakuvat, joissa hän armoittomasti tutkii ja tilittää itseään. Viimeinen äärimmäisen pelkistetty viitteellinen muutokuvaa kertoo lähestyvistä kuolemasta.

Mila Teräksen Jäljet -teos on kaunis, koskettava ja avaa kirjailijan näkemyksen Helene Schjerfbeckin taiteeseen ja elämään. Kirjoittaja on tehnyt paljon taustatyötä ja kertoo tarinan hienosta taiteilijasta kuin maalaisi. Teos pyrkii osaltaan vastaamaan kysymyksiin miksi Helene Schjerfbeckin kuvat ovat niin vaikuttavia ja puhuttelevia? Onko taide avuttoman ihmisen yritys päästä vapauteen, lentää? *”Piirtäminen on tapa säilyä elämän kirjoissa. Vuosia olen työskennellyt omakuvieni kanssa. Ne ovat todistuksen elämästä, sen loistosta ja lahoamisesta kaikissa sävyissään. Viimeinen veto jää uupumaan. Josakin kulkee kätettyä virtä.”*

SISKO SALO-CHYDENIUS



ISTOCKPHOTO

Selvästi hyvä ikä

Kun ihminen ikääntyy, alkoholin sieto vähenee ja käytöstä aiheutuu helpommin haittoja. Lisäksi sairaudet ja lääkitys voivat vaikuttaa niin, että alkoholista on syytä luopua kokonaan. Kohtuutta runsaampi alkoholinkäyttö voi alentaa mielialaa ja heikentää suhte-

ta muihin ihmisiin. Erityisesti alkoholiin ja lääkkeiden yhteisvaikutuksista kannattaa hankkia tietoa lääkäriltä tai apteekista.

A-klinikkasäätiö on kehittänyt ikääntyneille ja heidän parissaan työskenteleville sähköisen oma-apuoppaan: Sel-

västi hyvä ikä. Se löytyy Päihdelinkistä. Oppaassa on paljon tietoa, videoita ja kartoitus, johon vastaamalla saa tietoa omasta tilanteesta.

Selvästi hyvä ikä -opas soveltuu myös sote-ammattilaisten käyttöön erilaisissa tilanteissa, vaikkapa kotiin vietävien palvelujen yhteydessä. Ammattilainen voi auttaa silloin, jos ei itse osaa tai pysty käyttämään tietokonetta. Ikääntynyt voi pyytää avukseen myös omaisen tai ystävän, ja tehdä alkoholin riskikartoituksen autettuna.

LISÄTIETOA:

Päihdelinkki.fi, Selvästi hyvä ikä -opas <https://www.paihdelinkki.fi/fi/oma-apu/alkoholi/selvasti-hyva-ika> (löytyy myös googlaamalla)

PIRKKO HAKKARAINEN,
verkkopalvelupäällikö A-klinikkasäätiö



ISTOCKPHOTO

Pohdintaa, oivalluksia

TUOMIVAARA, T. 2017
ODYSSEUKSEN JALANJÄLKI
TAMPERE ENOSTONE KUSTANNUS. 63 S

Tauno Tuomivaaran runokokielma *Odysseuksen jalanjälki* kuvaa maailmaa sellaisena kuin se on ja kirjailijan elettä elämää. Luontoa ja sitä, kuinka vähän ihmisestä jää näkyviin.

Tuomivaara on syntynyt 1944 Pohjois-Hämeen ”mettäkulmalla” Längelmäellä.

Sodan jälkeinen Suomi näyttäytyy Tuomivaaran työurassa: Metsätöitä 14-vuotiaana, 15-vuotiaana auton apumiehenä puutavaran ajossa, sitten teollisuus- ja rakennustöitä. Armeija 17-vuotiaana ja sen jälkeen töiden perässä Helsinkiin. Asuntoa ei ollut, joten vuosi kului Pelastusarmeijan yömajassa. Sinä aikana Tuomivaara löysi muita kirjoittajia Työväenopiston ryhmästä.

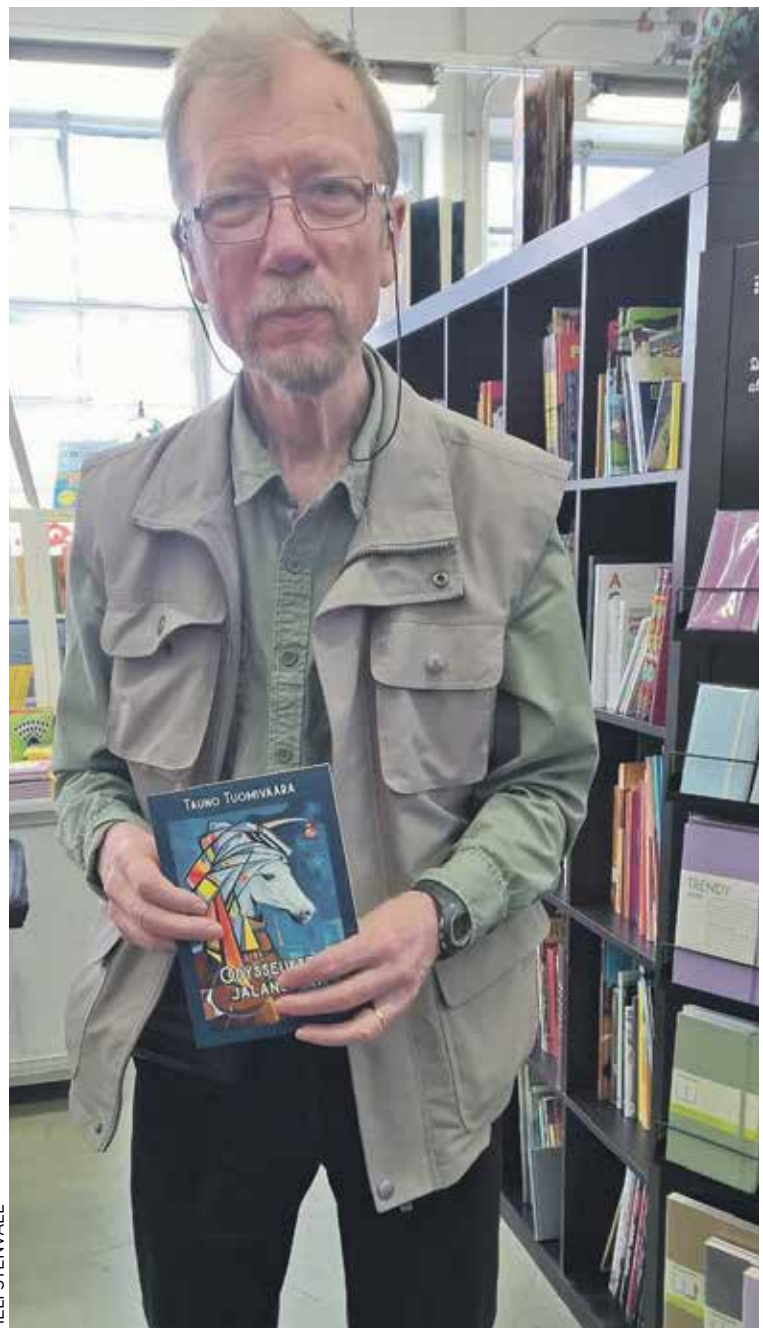
Tuomivaara haki teknilliseen opilaitokseen Tampereelle. Vuoden opiskelun jälkeen hän siirtyi tyttöystävän perässä Helsinkiin ja valmistui rakennusmestariksi 1967.

Tuomivaaralla on ihailtava ja ajalle luonteenomainen työura. Yhteiskunnallinen vaikuttaminen ja lisäopiskelu Tampereen yliopiston avoimella linjalla toi työsuojelutarkastajan ja kiinteistöhallinnon johtotehtävien lisäksi mm. rakennusalan yhtiöiden hallituspaiikkoja.

1990-luvulla Tuomivaara palasi runouden pariin. Hän on kiitollinen kannustuksesta, jota hän on saanut mm. edesmenneeltä **Mirkka Rekotalta**, **Niina Hakalahdelta**, **Tuija Välipakalta**, **Risto Ahdilta** ja kirjasto-neuvos **Mikko Mäkeläiltä**.

HS

Tämä on matka kieleen, naiseen ja menneisyyteen. Tämä kaikki on kirjoitettavissa, elossa. Eilistä et ole voinut kirjoittaa ennen kuin tänään



HEI STENVALL



•TUNNUSTAVA HOITOFILOSOFIA OHJAA KOHTELEMAAN VANHOJA IHMISIÄ PERSONINA, ERILAISINA YKSILÖINÄ.

Kun vanhuksen toimintakyky hiipuu, hyvän elämän luominen vaatii uudenlaista paneutumista



Minkälaista vanhusten elämä on hoitokodeissa ja millaista se voisi olla? Kuinka ihmisen ainutlaatuisuus, toimijuus ja osallisuus toteutuvat ympärivuorokautisessa hoidossa ja kuinka niitä voitaisiin vahvistaa? Tästä mielenkiintoisesta aiheesta **Jari Pirhonen** väitteli tohtoriksi viime keväänä Tampereen yliopiston gerontologian alalta. Havainnointin ja haastattelujen avulla tehdyn tutkimuksen perusteella hän hahmottelee tunnistavaa hoitofilosofiaa. Se tarkoittaa ihmisen tekemistä näkyväksi omalla autenttisella itsenään silloinkin, kun ihminen on menettänyt suuren osan toimintakyvystään.

Pirhonen teki osallistuvaa havainnointia kahdessa etelä-suomalaisessa ympärivuorokautisen hoidon yksikössä vuonna 2013 ja sen lisäksi tehostetun palveluasumisen asukkaita haastateltiin vuonna 2014.

Vanhustenhoidossa näyttäytyy kolme ulottuvuutta: ensinnäkin virallinen osa eli lainsäädäntö, suositukset ja toimintaajukset. Vanhat ihmiset saavat elää arvokasta elämää, jos toiminta on näiden mukaista. Toisena ja kolmantena ulottuvuutena ovat huono ja hyvä todellisuus: toisaalla on kaltoinkohtelua ja laiminlyöntiä, toisaalla aitoa kohtaamista ihmisiinä loppuun asti, voimaannuttamista ja valtauttamista. Suurin osa vanhustenhoidosta sijoittuu näiden ääripäiden väliin ja niissä eletään ihan hyvää päivittäistä elämää.

Aina on varaa kehittää. Jos jotkut hoitopaikat kykenevät ihmisläheisempään palveluun, niin siihen on syytä muidenkin pyrkiä. Kyse ei ole aina pelkästään hoitohenkilökunnan määrästä, vaan myös asenteista ja toimintatavoista. Hoidetaanko vanhuksia heidän tarpeittensa mukaan vai ovatko hoitoyksikön tavoitteet pelkästään taloudellisia? Ihmisarvoinen hoito ja hoiva toteutuvat, kun ihminen yksilönä nähdään osana yhteisöä silloinkin, kun hän itse ei enää ole pystyvä muodostamaan ajatuksia hyvästä elämästä tai ilmaisee maan käsitystään toisille. Etiikka tulee todeksi toiminnassa.

Asiakaslähtöisyydestä on tullut hoidon laadun kriteeri asumispalveluyksiköissä, mikä tarkoittaa ainakin teoriassa, että palvelu räätälöidään yksilön arvojen ja tarpeiden mukaisesti hänen itsemääräämiseensä turvaten. Itsemääräämisen korostaminen haavoittuvassa asemassa olevien ihmisten kohdalla ei ole ongelmatonta. Tutkimuksen tarkoituksena olikin määritellä asiakaslähtöisyys uudelleen ja tutkia, kuinka vanhat ihmiset voivat tulla näkyviksi ja tunnustetuiksi, kuinka he voivat säilyttää osallisuuden kokemuksensa ollessaan ja eläessään tehostetussa palveluasunnossa.

Tunnustava hoitofilosofia ohjaa kohteilemaan vanhoja ihmisiä persoonina, erilaisina yksilöinä. Vanhusten autonomia, itsemääräämisoikeus ja toimijuus ovat suhteellisia ja riippuvaisia monista ulkopuolisista seikoista. Jäljellä oleva toimintakyky tukee autonomiaa, mutta ei määrittele sitä, koska hoitohenkilökunta, muut asukkaat, sukulaiset ja ystävät vaikuttavat siihen suuresti. Vanhuksen toimijuuteen sisältyy enemmän olemista ja kannattaisikin puhua enemmän toimijuustilasta ja siitä, millaisilla toimintavoilla ympäristö tukee ihmisen pystyvyyttä ja vuorovaikutusta.

Tunnustaminen voi auttaa rakentamaan tilanteeseen sopivaa merkityksellistä identiteettiä olemalla kiinnostunut ihmisen toiveista ja tarpeista ja vastaamalla niihin mahdollistamalla toimijuutta. Tunnustamisen tulee olla käytännöllistä eli toisen ihmisen arvokkuus tulee tunnustetuksi vasta, kun häntä kohdellaan arvostavalla tavalla. Tämä tarkoittaa, että ihmisellä on mahdollisuus ilmaista itseään, hänet kohdataan elävänä, tuntevana ja toisiin ihmisiin monenlaisissa suhteissa olevana. Yhdessä voidaan laskea leikkii tai jopa riidellä. Jokaisella on oikeus pitää puoliaan ja tilaa sanoa, että minä olen tässä!

Jari Pirhosen väitöskirja on arvokas, koska se tunnustaa ihmisen toimivana, tuntevan ja osallisena. Kun toimijuus hiipuu ja osin murenee, on silti mahdollista muokata ja säädellä toiminnan toteutusta. Ihmisen identiteettiä, esimerkiksi aikaisempia kiinnostuksia ja harrastuksia voidaan tukea ja mahdollistaa monin tavoin esimerkiksi muistelemalla ja kerrottamalla tai viemällä entisen taidelharrastajan näyttelyyn tai käymällä entisen raitiovaunukuljettajan kanssa

ratikka-ajelulla. Käytännössä tämä tarkoittaa osaavaa, koulutettua, riittävää työnohjausta saavaa voimaantunutta ja hyvinvoivaa ammattihenkilökuntaa, jolla on riittävästi aikaa toteuttaa hyvää hoitoa.

Ihmisen kohtaaminen vie oman aikansa, vanhan ihmisen kanssa toimiminen vaatii vielä enemmän aikaa. Toivoisi päättäjien – ja etenkin taloushallinnon ihmisten sisäistävän tämän.

SISKO SALO-CHYDENIUS



PIRHONEN, J. 2017. HYVÄ ELÄMÄ VANHOJEN IHMIEN YMPÄRIVUOROKAUTISESSA HOIDOSSA: MITÄ IHMISET VOIVAT TEHDÄ JA OLLA. VÄITÖSKIRJA TAMPERE: TAMPEREEN YLIOPISTO. 156 S.

Good Human Life in Assisted Living for Older People : What the residents are able to do and be. Acta Universitatis Tampensis; 2272, Tampere University Press, Tampere 2017. Saatavilla myös sähköisenä sarjassa Acta Electronica Universitatis Tampensis; 1773.

Vaiettu tabu: aikuisen lapsen väkivalta vanhempiaan kohtaan



MINNA RUUSINEN

Tämän tutkimuksen suuri ansio on, että se nostaa esiin, jäsentelee ja käsitteellistää tabuna pidettyä ilmiötä: aikuisen lapsen väkivaltaa vanhempiaan kohtaan. Samalla tutkimus antaa äänen niille, jotka vaikeavat ja joista ei puhuta. Tutkimuksen esittämät ratkaisumallit ja keinot soveltuvat kaikkeen auttamistyöhön.

Tutkimuksen aineisto koostuu viiden äidin ja kolmen isän, iältään 74 – 89 -vuotiaan, haastatteluista. Väkivallan uhan heidän elämäänsä aiheutti aikuinen poika tai tytär. Tutkimuksen tarkoituksena on kuvata, millaisia merkityksiä aikuisen lapsen harjoittama väkivalta tai sen uhan alla elämisen kokemus saa ikääntyneen vanhemman elämässä ja pohtia sosiaalityön osuutta auttamisessa.

Väkivaltakokemuksen ulottuvuudet vaikuttavat vanhempien tulkintoihin omasta tilasta, sosiaalisista suhteista ja luottamuksesta yhteiskunnan palvelujärjestelmää kohtaan. Aikuisen lapsen väkivaltainen käyttäytyminen rikkoo moraalista järjestystä. Ikääntyneiden vanhempien kokemuksista nousevat käsitteinä vastuu ja velvollisuus, häpeä ja syyllisyys, henkinen perintö, ruumiillisuus ja oikeudenmukaisuus. Ruumiillisuus korostuu ja konkretisoi-

tuu ikääntymisen ja raihnaistumisen myötä. Sosiaalityön haasteena on purkaa, tukea ja tasapainottaa vastuun, vastuuttamisen ja velvollisuuden eri ulottuvuuksia ikääntyneen vanhemman ja hänen aikuisen lapsen kanssa työskennellessä.

Tutkimus lisää ymmärrystä ikääntyneiden kokemuksista vaikeasta ja raastavasta elämäntilanteesta, mutta antaa myös tietoa niistä voimavaroista ja selviytymiskeinoista, joita heillä elämässään on. Ikääntyneet vanhemmat näyttäytyvät aktiivisina ja autonomisina toimijoina, jotka kuitenkin tarvitsevat tukea elämäntilanteeseensa ja perhesukupolvien välisten suhteiden ristiriitojen selvittämiseen.

SISKO SALO-CHYDENIUS,
TM, kehittämiskoordinaattori,
A-klinikkasäätiö

SERPOLA-KAIVO-OJA, L. 2017. VÄKIVALTA IKÄÄNTYNEEN VANHEMMAN KOKEMUKSENA: FENOMENOLOGIS-HERMENEUTTINEN LÄHESTYMINEN AIKUISEN LAPSEN VÄKIVALLAN UHAN ALLA ELÄVÄN IKÄÄNTYNEEN VANHEMMAN KOKEMUKSEEN. TAMPERE: TAMPEREEN YLIOPISTO, SOSIAALITYÖN PRO GRADU.

Joka neljäs ikääntynyt on kohdannut kaltoinkohtelua

Tutkimusten mukaan joka neljäs ikäihminen on kohdannut kaltoin kohtelua yhteiskunnassamme.

Suvanto ry tekee töitä ikäihmisten kaltoin kohtelun ehkäisemiseksi sekä kaltoin kohdeltujen ikäihmisten auttamiseksi ja tukemiseksi.

Kaltoin kohtelulla tarkoitetaan luottamuksellisessa suhteessa tapahtuvaa tekoa tai tekemättä jättämistä, joka vaarantaa ikääntyneen hyvinvoinnin, turvallisuuden tai terveyden.

Ikääntyneiden kaltoin kohtelu on yli 65-vuotiaisiin kohdistuvaa fyysistä tai psyykkistä väkivaltaa, seksuaalista hyväksikäyttöä, taloudellista hyväksikäyttöä tai hoidon ja avun laiminlyömistä ja muuta oikeuksien rajoittamista, loukkaamista ja ikäihmisten ihmisarvoa alentavaa kohtelua.

Suvanto ry toimii sekä yhteiskunnan rakenteellisen kaltoin kohtelun, hoivassa tapahtuvan kaltoin kohtelun, että läheisissä ihmissuhteissa tapahtuvan kaltoin kohtelun parissa. Painopiste on viimeksi mainitussa.

Hoivassa kaltoinkohtelua voi aiheutua esimerkiksi liian vähäisestä henkilöstömitoituksesta tai työntekijöiden uupumuksesta. Ikäihminen ei saa tarvitsemiaan palveluja tai palvelut ja hoiva eivät ole laadultaan riittäviä tai kohtelu ei ole muutoin hyvää. Vakaviakin perusoikeuksien toteutumisen puutteita ilmenee ajoittain vanhustenhuollossa ja nämä nousevat esiin erityisesti aluehallintovirastojen, Valviran ja eduskunnan oikeusasiamiehen toimiston valvonta- ja kantelutyössä. Niissä tulee kuitenkin esiin vain jäävuoren huippu ja liian usein kaltoinkohtelu ei tule esiin.

Vuonna 2016 julkaistussa Valviran kyselyn tuloksissa kävi ilmi, että 93 % kyselyyn vastanneista työntekijöistä on havainnut vanhusten kaltoin kohtelua työssään. Yleensä kaltoin kohtelija oli ollut toinen työntekijä tai toinen asiakas.

Vuodesta 2016 alkaen sosiaalihuollon ammattihenkilöstöllä on ollut velvollisuus ilmoittaa toiminnasta vastaavalle huomaamistaan epäkohdista. Myös omavalvontasuunnitelmissa tulisi olla kaltoin kohtelua ehkäiseviä toimia ja ohjeita. Huoli-ilmoitusten käyttöönotto ei ole ollut ongelmatonta, mutta on kuitenkin lisännyt näiden ilmiöiden esiin nosta.

Omaisuuksissa tapahtuu myös kaltoin kohtelua. Aikuiset päihde- tai mielenterveysongelmista kärsivät lapset saattavat käyttää iäkkäitä vanhempiaan kaltoin, esimerkiksi ikääntyvän äidin tai isän tili saatetaan tyhjentää eläkepäivänä, vaa-

ditaan rahallista avustamista tai muutetaan asumaan lupaa

kysymättä iäkkään omaisen kotiin. Omaishoitaja voi väsyessään turvautua turhan kovaotteeseen tai välinpitämättömyyden käyttöön ja hoivaan. Ikäihminen saattaa itse sairauksista tai lääkityksistä johtuen käyttäytyä aggressiivisesti ja väkivaltaisesti puolisoaan kohtaan. Rajutkin parisuhteiden ongelmat, kuten väkivaltaisuus tai päihde- ja mielenterveysongelmat, voivat jatkua iäkkääksi asti ja kärjistyä tai puhjeta vasta iäkkäinä.

Taloudellinen ja rikollinen kaltoin kohtelu on noussut viime aikoina erityisesti esiin. Onkin järkyttävää, että yli 65-vuotiaisiin kohdistuvat petosrikokset ovat lisääntyneet rajusti tämän vuosikymmenen alusta lähtien. On kohtuutonta, että ikäihmisten heikkoa asemaa käytetään rikollisessa ja epäeettisessä mielessä hyväksi. Tätä ilmenee esimerkiksi erilaisena ”pakkomyyntinä”, kuten puhelinmyynnin epäeettisinä muotoina tai tarpeettomien tuotteiden tai palveluiden myyntinä, kuten turhat kotiremontit ja tarpeettomat vakuutukset. Ikääntyneitä on huijattu mm. sijoitustoimintaan liittyen, heiltä on viety salasanoja sekä pankkitunnuksia urkkimalla, he ovat joutuneet rystösten kohteeksi mm. ”valepoliisien” tai katuryöstäjien toimesta.

Suvanto ry nostaa keskusteluun ja kouluttaa kaltoinkohtelun huomioimiseksi yhteiskunnassa. Suvanto ry tekee myös konkreettista asiakastyötä vertaistuellisten ryhmien (Suvanto-ryhmien), asiakaskohtaisen asiakastyön sekä auttavan puhelimen (Suvanto –linja ja juristipäivystys) kautta. Suvanto ry on julkaissut erilaisia oppaita, kuten viimeksi kesällä Vanhustyön keskusliiton kanssa toteutetun arjen turvallisuusoppaan sekä pankeille ja maistraateille kohdennetun oppaan ikääntyvien taloudellisen hyväksikäytön tunnistamiseksi ja siihen puuttumiseksi.

Käynnissä olevassa Suvannon JUURI-hankkeessa on yhdistetty turvakodin ja vanhustenhoivan osaamista uraa uurtavalla tavalla ja mallia on tarkoitus jatkossa juurruttaa eri puolille maataamme. Suvanto ry on tehnyt ja tekee myös kansainvälistä yhteistyötä alan toimijoiden kanssa. Hiljattain päättyneessä S.Tage-hankkeessamme nostettiin ikäihmisten ihmisoikeudet esiin ja vahvistettiin ikäpolvitajua sosiodraaman keinoin.

Haavoittavinta hyväksikäyttöä ja kaltoin kohtelu ovat usein silloin, kun se tapahtuu luottamuksellisissa ihmissuhteissa.

Hyväksikäyttö jää usein pimentoon sen aiheuttaman häpeän vuoksi ja koska usein iäkä haluaa suojata esim. läheisiään asian esittämisen seurauksilta. Iäkäs ihminen saattaa jopa ajatella, että huono kohtelu on ansaittua tai se täytyy kestää osana läheisen roolia – silloinkin, kun hänen oma tilanteensa on jo tukala ja kohtuuton. Läheisissä ihmissuhteissa tapahtuva ikäihmisten kaltoin kohtelu on usein tabu, joka onkin uskallettava nostaa vahvemmin yhteiskunnalliseen keskusteluun.

Suvanto ry tekee yhteistyötä eri viranomaisten, kuten poliisin kanssa sekä muiden järjestöjen kanssa. Ongelman tunnistamiseksi ja siihen puuttumiseksi tarvitaan herkkää otetta meiltä kaikilta, ikääntyvät täytyy suojata hyväksikäytöltä ja kaltoinkohtelulta. Yhteiskunnassa tulee lisätä tietämystä, jotta herkkyyttä puuttua mahdollisiin kaltoin kohtelutilanteisiin vahvistuisi ja että jokainen kaltoin kohdeltu ohjautuisi palveluiden ja tuen piiriin. Jokaisella tulee olla oikeus turvalliseen ikääntymiseen.



SATU TAIVEAHO
toiminnanjohtaja
Turvallisen vanhuuden puolesta Suvanto ry

HYVÄNTEKEVÄISYYSKONSERTTI
KÄTKETTY ÄÄNI
ikääntyneiden kaltoinkohtelua
vastaan Helsingin Tempelikaution
kirkossa 18.10.2017 klo 18

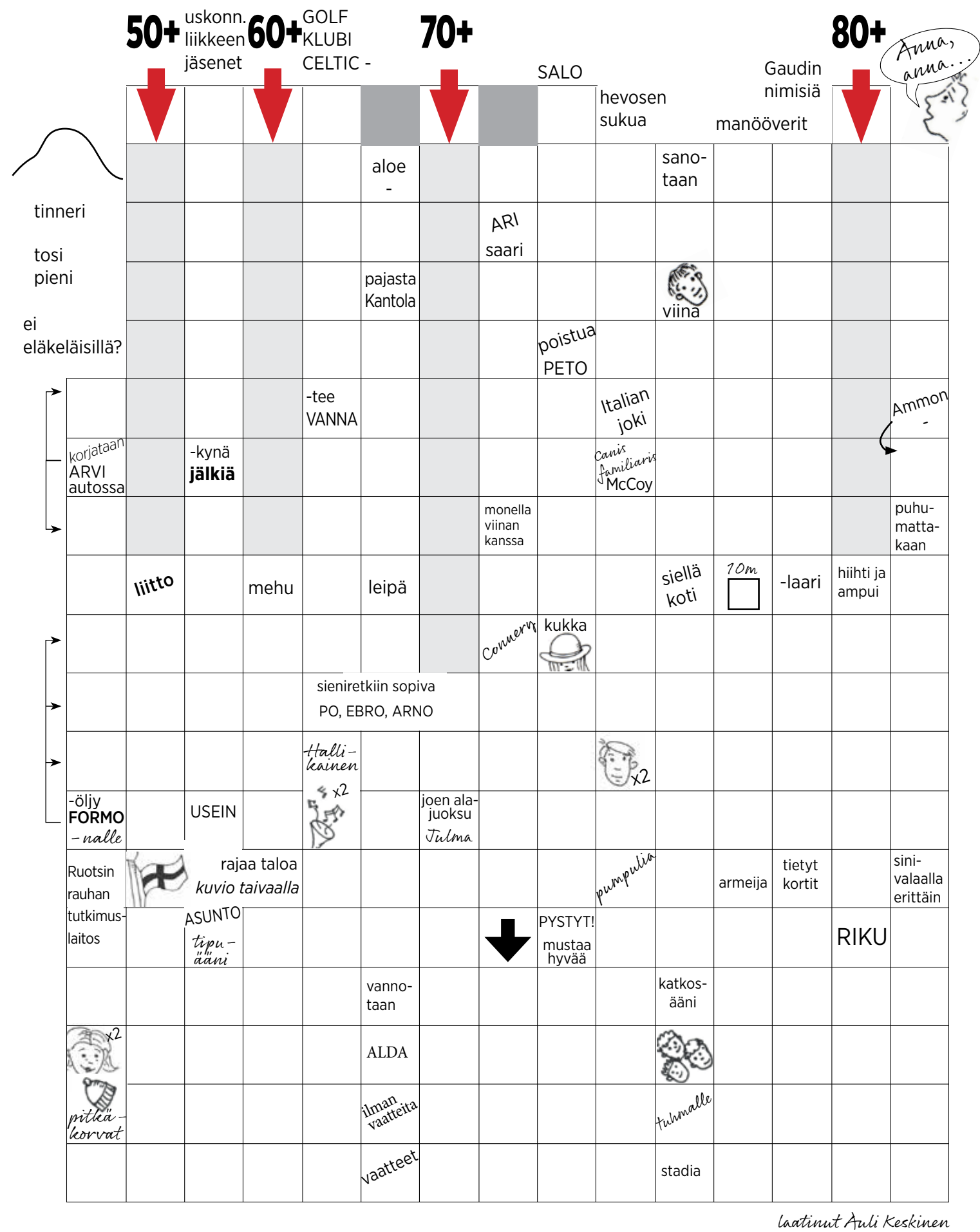
SenioriRistikko

Seniorilehdelle räätälöidyn ristikon on laatinut Auli Keskinen. Hän on tulevaisuudentutkimuksen dosentti, ja toiminut ympäristöministeriössä ja EU:ssa tietoyhteiskunta-asiantuntijana. Nyt hän viettää eläkepäiviä Hämeenlinnassa.



Ristikon ratkaisun löydät sivulta 27.

Ikä on vain numero?



laatinut Auli Keskinen



Jospa tunteita voisi punnita!

MATTI LITUKKA

Pikku-Jumbon raskas taakka

Kaikkien aikojen evakkojuna myytiin hetkessä loppuun.

MUSEOVETURI PIKKU-JUMBO tarvitsi avukseen kaverin kyetäkseen vetämään raskaan junan Tampereelta Haapamäelle. Sehän on itse vain kevyt tavarajunaveturi, Tampellan vuonna 1947 valmistama.

Elokuun viimeisenä viikonvaihteena kaksikko veti perässään parikymmentä ikääntynyttä vaunua. Niiden lasti oli painava, yli seitsemän tuhatta matkustajaa. Juna oli myyty loppuun.

Kaikki matkustajat olivat mukana muistelemassa Suomen historian raskaita hetkiä, evakkojen vaiherikkaita kuljetuksia.

Jos myös tunteita voisi punnita, kaksikaan höyryveturikaksikkoa olisi tuskin saanut junaa liikkeelle.

PIKKU-JUMBO nokalla, karja-auran yläpuolella, oli nyt jo tutuksi käynyt juliste "Suomi 100 vuotta".

Järjestäjät kutsuvat tätä hanketta "sukupolvemme merkittävimmäksi juhluvuodeksi, joka vaalii Suomen vahvuuksia, kuten tasa-arvoa ja demokratiaa".

Nyt tiedetään, että evakkoon joutui sotien aikana, siis yli 70 vuotta sitten, lähes puoli miljoonaa suomalaista. Monet heistä joutuivat liikkeelle kahteen kertaan.

Evakkojuna kyytiin Tampereen aseman viidennelle raiteelle nousi lukuisia kansalaisia, jotka itse olivat kokeneet evakkotien. Paljon oli heitäkin, jotka olivat eläneet noitten koettelemusten pitkässä varjossa, seuraavana sukupolvena.

Demografiaa sujuvasti hyödyntävät liittävät niihin myös maankuulut, vastuuttomiksikin kuvatut suuret ikäluokat.

VÄESTÖTIEDE, tämä demografia, piirtelee kuuluja ikäpyramidejaan, joista kulloisetkin vallanpitäjät saavat polttoainetta visioihinsa, arvauksiinsa tulevaisuudesta siis. Kuolleisuus, syntyvyys ja maahanmuutto ovatkin aiheita, jotka pitävät nykyistä yhteiskunnallista keskustelua kuumana kuin Pikku-Jumbon höyrykattila.

Neljäsataa metriä pitkä, seitsemän ja puolen tuhan-

nen ikääntyneen matkustajan juna oli tervetullut muistutus heille, jotka pyrkivät tekemään vuodesta "kaikkien aikojen juhluvuoden". Vieläpä yhdessä.

MATTI LITUKKA

Setlementti asunnot

YHTEISÖJEN RAKENTAJA

Yhteisöllinen asuminen tarkoittaa arjen kohtaamisia ja asukkaiden yhdessäoloa. Vuokratilojemme asukastiloissa on mahdollisuus monenlaisen yhteiseen toimintaan.



Setlementtiasunnot Oy
Sturenkatu 11 B, 00510 Helsinki
www.setlementtiasunnot.fi
Asiakaspalvelu 010 837 5300



Seniorilehti

Suomen Senioriliike Arvokkaan vanhenemisen puolesta.

- ilmestyy kahdesti vuonna 2017
- painos / jakelu 50 000 kpl
- painopaikka: Lehtisepät

ILMOITUSKOOT JA HINNAT:
(eur alv 0%)

Tekstisivujen ilmoitukset
koko sivu 2 900 euroa
1/2 sivua 1 500 euroa
1/4 sivua 900 euroa
1/6 sivua 670 euroa
1/8 sivua 550 euroa

Mediakortin löydät: senioriliike.fi tai toimisto@senioriliike.fi

Lehden voi tilata maksutta yhdistyksen toimistosta.

puheenjohtaja:
Kimmo Kiljunen
kimmo.kiljunen@hotmail.com

TOIMITUSKUNTA:
päätoimittaja:
Heli Stenvall
heli.stenvall@arabianranta.com
p. 050 568 9336
Eeva Kainulainen
Matti Litukka
Sisko Salo-Chydenius
Eeva Söäskilähti

ULKOASU JA TAITTO
Minna Ruusinen / Miks' ei! Oy
puh. 040 540 84 94
minnaruusinen@gmail.com
mikseioy@gmail.com

KUSTANTAJA / JULKAISIJA
Suomen Senioriliike ry - Arvokkaan vanhenemisen puolesta ry

HALLITUS 2017
Kimmo Kiljunen, puheenjohtaja
Esa Fagerlund 1. varapj.
Hanna Vesala 2. varapj.
Eeva Kainulainen, pääsihteeri
Leif Jansson
Jaana Leikas
Kerttu Perttilä
Heikki Ranki
Jaana Utti
Arto Tiihonen

VARAJÄSENET
Asta Kaitila
Soile Kuitunen

TOIMISTO
c/o Kuntoutussäätiö Pakaritutvantie 4, 00410 Helsinki
Toimiston puhelinpäivystys ma - pe klo 10 - 14.
p. 050 345 42 00
sähköposti: toimisto@senioriliike.fi

SenioriSeminaareja

Tervetuloa keskustelemaan ajankohtaisista aiheista SenioriSeminaareihin!

IKÄYSTÄVÄLLINEN KUNTA/KAUPUNKI

Suomen Senioriliike – Arvokkaan vanhenemisen puolesta ry järjestää yhdessä Foibekartanon kanssa keskustelutilaisuuden, millainen on ikäystävällinen kaupunki.

Keskiviikkona 11.10. klo 13.00

(Kahvitarjoilu klo 13, ohjelma alkaa klo 13.30)

Foibekartanossa, Sairaalankatu 7, 01400 Vantaa

Mistä tunnistaa ikäystävällisen kunnan tai kaupungin? Ikäystävällinen kunta kuuntelee asukkaitaan, niin nuoria kuin vanhoja, perheitä ja yksin asuvia. Ikäihmisetkin toivotetaan tervetulleiksi, heidät nähdään paikkakunnan toiminnan vireyttäjinä. Ikäystävällisessä kunnassa on houkutteleva ja turvallinen asuinympäristö, kulttuuritarjontaa ja liikkumisen mahdollisuuksia, innostavaa itsensä kehittämistä ja toimivat palvelut. Ikäystävällinen kunta perustelee

päätöksiään asukkaiden arjen sujuvuudella ja hyvinvoinnin edistämällä. Millaisiin asioihin ikäystävällinen kunta kiinnittää huomiota? Näistä asioista kutsumme teidät keskustelemaan asukkaina, vaikuttajina ja päättäjinä.

OHJELMA

Tilaisuuden avaus

Puheenjohtaja *Kimmo Kiljunen*,

Suomen Senioriliike ry

Toimitusjohtaja *Ulla Broma*, Foibekartano

Elinvoimainen kaupunki on myös

ikäystävällinen kaupunki

Elinkeinojohtaja *José Valanta*, Vantaa

Miten luodaan ikäystävällinen kaupunki?

Apulaispormestari *Nasima Razmyar*,

Helsinki

Keskustelu

Kahvi/tee tauko

Minkälainen on ikäystävällinen

kunta/kaupunki ikäihmisten kannalta?

Keskustelua yleisön kanssa siivittää väitöstutkija *Liisa Söderlund*, Aalto-yliopisto

Tilaisuuden yhteenvedo

TaM, taidepedagogi *Tuovi Hippeläinen*,

Foibekartano

Pääsymaksu 6 euroa.

SENIORILIIKKEEN SYYSKOKOUS

Keskiviikkona 8.11. klo 14.00,

Kuntoutussäätiö,

Pakarituvantie 4, 00410 Helsinki

Tilaisuuden teemana on kunnossa pysyminen ja kuntoutus. Kokouksen virallisessa osassa käsitellään Senioriliikkeen toimintasuunnitelma ja talousarvio ja valitaan jäsenet erovuoroisten hallituksen jäsenten tilalle. Tähän syyskokoukseen tulee erillisen kutsu ohjelmätietoineen noin 3 viikkoa ennen kokousta.

ASUMISEN TEEMATILAISUUS

Keskiviikkona 13.12.klo 14.00, Sukupolvikortteli Länsisatamankatu 34 A, 00220 Helsinki (Jätkäsaari)

Isäntänä tapahtumassa on toimitusjohtaja *Kimmo Rönkä*, Setlementtiasunnot Oy.

Kaikissa tilaisuuksissa kahvitarjoilu.

Tarkempia tietoja tilaisuuksista voit lukea seuraavista jäsenkirjeistä.

Lisäksi tilaisuuksista on nettisivuillamme www.senioriliike.fi.

MIKKELIN TAPAHTUMIA:

Mikkelin alueella rekisteröitiin keväällä Senioriliikkeen aluejärjestö, jonka nimi on Senioriliikkeen Mikkelin Alueyhdistys ry.

Yhdistyksen ensimmäinen syyskokous pidetään **24.10. klo 13-15. Esteryn isommassa kokoustilassa, Otto Mannisenkatu 4, 50100 Mikkeli.**

Suomen Senioriliike

Arvokkaan vanhenemisen puolesta

Suomen Senioriliike

- Arvokkaan Vanhenemisen Puolesta ry

Suomen Senioriliike ry on vuonna 2008 perustettu puolueisiin sitoutumaton, valtakunnallinen, suomen- ja ruotsinkielinen kansalaisjärjestö. Yhdistyksen nimi muuttui 17.1.2017 muotoon: Suomen Senioriliike - Arvokkaan Vanhenemisen Puolesta ry.

Ajamme voimavaroja luokan oikeuksia, niiden yli miljoonan, jotka ovat eläkeiässä ja etenkin niiden, jotka tarvitsevat ympärivuorokautista hoivaa tai säännöllistä kotihoitoa hyvän elämän toteutumiseen.

Tasa-arvon aika sijoittajille.

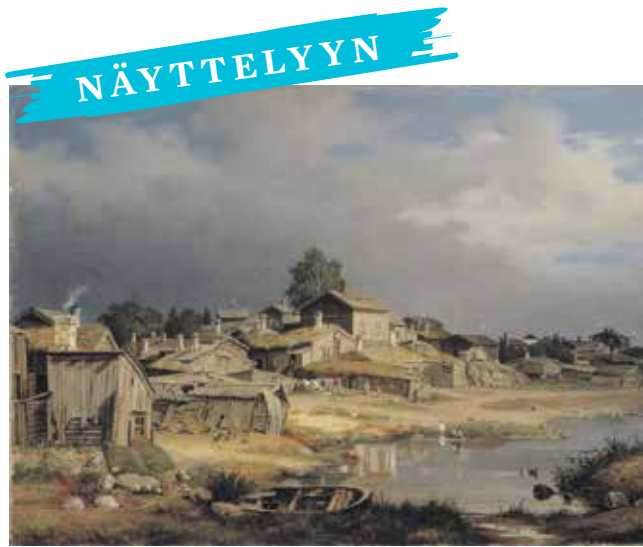
Sijoitusmaailma ei tule olemaan entisensä ja hyvä niin. Me haluammekin tuoda siihen muutoksen; **tasa-arvoa kaikille sijoittajille.** Olipa sukan varressasi jemmassa satasia tai satoja tuhansia, tämä koskee sinua.

Tasa-arvoa on se, että sijoitamme rahasi kuten omamme; samoihin sijoituskoh-teisiin, joihin itse uskomme. Katso lisää lahitapiola.fi/sijoituspalvelut.

LÄHITAPIOLA

Palveluntarjoajat: Säästöhenki- ja sijoitusvakuutusyhtiö. Omaisuudenhoito, toimeksiantojen välittäminen ja sijoitusneuvonta: LähiTapiola Varainhoito Oy. Kiinteistöpääomarahastot: LähiTapiola Kiinteistöpääomarahastot Oy. Kiinteistövarainhoito: LähiTapiola Kiinteistövarainhoito Oy.

MENOVINKKEJÄ



Magnus von Wright: Katjanokalta (1868). Kansallisgalleria/Ateneumin taidemuseo. Kuva: Kansallisgalleria/Hannu Aaltonen.

Veljekset von Wright esillä Ateneumissa yli 300 teoksella

ATENEUM, KAIVOKATU 2, 00100 HELSINKI
NÄYTTELY AVOINNA 25.2.2018 SAAKKA

Näyttelyssä on esillä yli 300 teosta: öljyvärimaalauksia, vesiväritöitä, grafiikkaa ja luonnoksia Ateneumin kokoelmista, muista kotimaisista museoista ja yksityiskoelmista. Mukana on myös Magnuksen täyttämät lintuja Luonnontieteellisestä keskusmuseosta.

Perhe asui Haminalahden kartanossa Kuopiossa. Kiinnostus luontoon tuli isän metsästysharrastuksesta. Pojat rupesivat dokumentoimaan metsästämiään lintuja.

Veljeksistä vanhin Magnus (1805-1868) oli helsinkiläinen kulttuurivaikuttaja, toimi piirustuksenopettajana Helsingin yliopistossa, Suomen taideyhdistyksen asiantuntijana ja oli vaikuttamassa Ateneumin kokoelmien syntyyn. Hänen tunnetuimpia teoksiaan ovat maalaukset Katjanokalta ja Annankadulta kylmänä talviaamuna, molemmat vuodelta 1868.

Keskimmäinen veljeksistä Wilhelm (1810-1887) vaikutti Tukholmassa Ruotsin kuninkaallisen tiedeakatemian kuvittajana. Hän avusti Magnusta Ruotsin linnustoa esittelevän Svenska Fåglar-teoksen kuvittamisessa. Linnut on kuvattu tieteellisen tarkasti ja ne ovat nykytutkimuksen mukaan edelleen paikkansa pitäviä.

Veljeksistä nuorin ja tunnetuin on Ferdinand (1822-1906). Hän teki veljeksistä pisimmän uran. Hän oli nuorten taiteilijoiden arvostama mestari. Tunnetuimpia töitä ovat Taistelevat metsot (1886) ja Haminalahden puutarhassa (1856-57).

Näyttelyn yhteydessä ilmestyy uusia tutkimuksia esiin tuova kirja: Veljekset von Wright. Taide, tiede ja elämä.

Näyttely jatkaa Ateneumista vuonna 2018 Kuopion taidemuseoon sekä Tikanojan taidekotiin Vaasaan.

EEVA SÄÄSKILAHTI



Espoon Emmassa optimismia ja elämäniloa

EMMA-ESPOON MODERNIN TAITEEN MUSEO
NÄYTTELYKESKUS WEEGEE, AHERTAJANTIE 5, TAPIOLA
NÄYTTELYT AVOINNA 7.1.2018 SAAKKA

Ernst Mether-Borgströmin (1917-1996) syntymästä on kulunut 100 vuotta. Hän on suomalaisen modernin taiteen kärkinimi. Nyt juhlanäyttelyssä esitellään laajasti taiteilijan tuotantoa. Esillä on maalauksia, grafiikkaa, veistoksia, pienoismalleja, luonnoksia, kuvituksia sekä henkilökohtaisia arkistomateriaaleja. Mielenkiintoisen henkilökuvan voi katsoa videolta ”Puhun koiralleni, koira vastaa”.

Ensimmäisen abstraktin maalauksen Mether-Borgström teki vuonna 1941. Hän oli hyvin tuottelias,



Ernst Mether-Borgström, Korholm 1974

osallistui ahkerasti näyttelyihin kotimaassa ja ulkomailla. Taiteilijalle värit olivat tärkeitä, hän tutki miten värit vaikuttavat toisiinsa. Hän halusi tallentaa optimismia ja elämäniloa. Kronologisesti ripustetussa näyttelyssä voi katsoa värien ja muutokielen vaihtumista vuosien aikana. Julkisia veistoksia on nähtävillä Espoon lisäksi Hämeenlinnassa, Riihimäellä ja Kuopiossa. Taiteilija työskenteli Tapiolassa, Nallepolun taiteilijatalossa vuosina 1963-1966, jossa hän alkun myös asui.

Taidemaalari ja elokuvantekijä **Sarah Morris** on kotoisin Britannista, asuu ja työskentelee New Yorkissa. Kansainvälisesti tunnettu taiteilija suunnittelee teoksensa tietokoneella ja assistentit toteuttavat ne mallin mukaan.

Emmassa on nähtävänä Morrisin 30 metriä leveä seinään maalattu teos, jonka toteutti paikan päällä Adrian Schiesser yhdessä taidealan opiskelijoiden kanssa. Morrisin työt ovat usein paikkasidonnaisia ja hän nimeää teoksensa paikkakuntien mukaan. Abstraktit maalaukset ja elokuvat ovat värikkäitä ja geometriaan perustuvia. Työt keskustelelevat toistensa kanssa.

EEVA SÄÄSKILAHTI

Sarah Morris January 2014

Rausku Osmo Rauhalan taiteessa

DIDRICHSEN, KUUSILAHDEKUJA 1,
00340 HELSINKI
NÄYTTELY AVOINNA 28.1. 2018 SAAKKA

Osmo Rauhalan Peilitesti on 60-vuotisjuhlanäyttely ja osa Suomen itsenäisyyden 100-vuotisohjelmaa. Esillä on taiteilijan uusinta tuotantoa, jonka keskiössä on rausku. Ainoana kalana se reagoi kuvaansa, kun sille näytetään peiliä. Se on merkki itsensä tunnistamisesta.

Kansainvälisesti menestynyt taiteilija maalaa talvet New Yorkissa. Kesät hän viljelee kotitalallaan Nokian Siurossa luomutuotteita ja taistelee niiden puolesta. Rauhala on myös kirjailija, ekonomi, filosofi ja oman tiensä kulkija.

Rauhalan tuotantoon kuuluu maalauksia, installaatioita ja videoita. Graafisen puhtaat aiheet ovat luonnon muotoja ja ne paneutuvat ihmisen, tieteen ja luonnon keskinäisen suhteeseen.

Hänen tunnetuin työnsä on Tyrvään kirkon maalaukset. Teokset luotiin yhdessä **Kuutti Lavosen** kanssa.

EEVA SÄÄSKILAHTI

Hauska ja vakava Punainen viiva

Läpeensä köyhässä Kainuussa 1900-luvun alussa ihmiset haaveilivat muutoksesta. Ilmari Kiannon Punaisessa viivassa Topi sanoo Riikalleen ”Jospa nuo kärejään käkkyrähäntäiset parakraahvit ja lain paksut puustavit hyvinkin ruvennevat suojaamaan köyhänkin selkänahkaa eikä ainoasti varakkaan litramahaa?”

Tämä saa Riikankin vetämään

punaisen viivan 1906 vaaleissa, jossa myös naiset saivat äänestää. Teatteriryhmä Red Nose Company vastaa Topin aprikointiin: Haave toteutui. Siihen meni vain 100 vuotta. Ja kysyy yleisöltä: ”Mistä te haaveillette tänään?”

Timo Ruuskasen ja Tuukka Vasaman näytelmä ja Otso Kauton ohjaama näytelmä on tänä vuonna toteuttanut Suomi

100 juhlakiertueen. Punaisen viivan voi tilata monenlaisiin esityspaikkoihin. Red Nose Company on ensimmäinen teatterikoloveriaan erikoistunut ryhmä Suomessa.

Ryhmän toinen näytelmä Hotakaisen Juoksuhaudantie käsittelee perhettä, asumista, kotitöitä ja eron pelkoa.

www.rednosecompany.fi

HS

Vapaaehtoistyön arvo vuonna 2015 oli lähes 3 mrd euroa

Kansalaisareenan, HelsinkiMission ja Kirkkohallituksen Taloustutkimukselta tilaama tutkimus suomalaisten tekemästä vapaaehtoistyöstä kertoo, että vapaaehtoistyön arvo vuonna 2015 oli noin 2,95 miljardia euroa.

Tutkimuksen mukaan vapaaehtoistyötä teki vuonna 2015 yhteensä 1,3 miljoonaa suomalaista. Näistä 65-79 vuotiaita oli 319 000. Vanhimman ikäluokan vapaaehtoisten määrä oli vuodesta 2010 kasvanut, muiden ikäryhmien määrä vähentynyt.

65-79-vuotiaat tekivät tutkimusta edeltäneen neljän viikon aika keskimäärin 23 tuntia vapaaehtoistyötä, eli eniten kaikista ikäryhmistä. Toiseksi eniten tekivät 25-34 vuotiaat 21 tuntia. Kaikkien ikäryhmien keskiarvo oli 18 tuntia vapaaehtoistyötä henkilöä kohden kuukaudessa. Vuoden 2015 henkilötyövuosiksi saatiin 167 890.

Tutkimuksessa käytettiin vapaaehtoistyön arvona minimipalkkaa eli 10 euroa/tunti, eli 17 600 euroa henkilöä kohti. Kun kertoo henkilötyövuodet vuosipalkalla päädytään 2,95 miljardiin euroon.

Tuo lähes 3 mrd euroa ei kuitenkaan kerro koko totuutta. Nimittäin, jos yhteiskunnan pitäisi hoitaa nämä tehtävät verovarosta, summa nousisi huomattavan korkeaksi.

LUE LISÄÄ TUTKIMUKSESTA:

http://www.kansalaisareena.fi/Vapaaehtoisty_Suomessa_2010ja2015.pdf

www.vapaaehtoiseksi.fi



ISTOCKPHOTO

Vuosisata

STADILAISTA SAFKAA

Suomi
Finland
100

Osuustoiminnalla oli tärkeä rooli maamme kansallisessa heräämisessä, kun suomalaiset rakensivat itsenäisen valtion toimintaedellytyksiä ja tunnusmerkkejä. Elanto perustettiin 1905 ja HOK vuonna 1919. Vuoden 2004 yhdistymisen jälkeen nimi on ollut HOK-Elanto.

Stadin oma lafka on ollut kehittämässä pääkaupunkiseutua monin tavoin. Olemme vahvasti läsnä satojen tuhansien ihmisten arjessa joka päivä. Osuustoiminta on muovannut merkittävästi myös Stadin ruokakulttuuria, niin ruokakaupoissa kuin ravintoloissa.

Intohimo, jolla Suomessa valmistamme, uudistamme ja rakastamme ruokaa, kertoo ruokakulttuurimme olevan elinvoimaisempi kuin koskaan.

Mutta mitä Stadin ruokapöydissä syötiin ja syödään? Miten ruoka puhuttaa? Sen tiedät parhaiten sinä. Jaa kanssamme oma ruokatarinasi tai ruokamuistosi – herkullinen, arkinen, ehkä pohjaan palanut, koskettava tai juhlava.

Kirjoitetaan yhdessä suomalaisen ruoan tarina sekä sanoin että kuvin. Näin syntyy Ruoka-Kalevala. Kerro oma tarinasi: ruokakalevala.fi #ruokakalevala #suomiruoka

HOK-Elanto onnittelee 100-vuotiaista Suomea. Yhdessä on kuljettu pitkä matka, tuotu leipä pöytään ja katettu parempi tulevaisuus.

HOK-ELANTO



Suomen Seniori kotiosoitteeseen

Haluatko saada Senioriliikkeen lehden suoraan kotiisi? Parhaiten se käy liittymällä Senioriliikkeen jäseneksi. Lehden lisäksi saat liikkeen tiedotteet, ja tiedon paikallisista tapahtumista. Senioriliikkeen jäsenenä olet mukana kehittämässä ja tukemassa parempaa, arvokkaampaa elämää eläkeläisille ja vanhuksille.

SUOMEN SENIORILIIKE
- ARVOKKAAN VANHENEMISEN PUOLESTA RY



NALLE CHYDENIUS

Suomen Seniorilehden toimittajat Tampereella suunnittelemassa lehden artikkeleita. Kuvassa vasemmalta Matti Litukka, Esa Fagerlund, Minna Ruusinen, Heli Stenvall, Eeva Sääskilahti ja Sisko Salo-Chydenius. Kuvasta puuttuu Eeva Kainulainen, joka oli matkoilla.

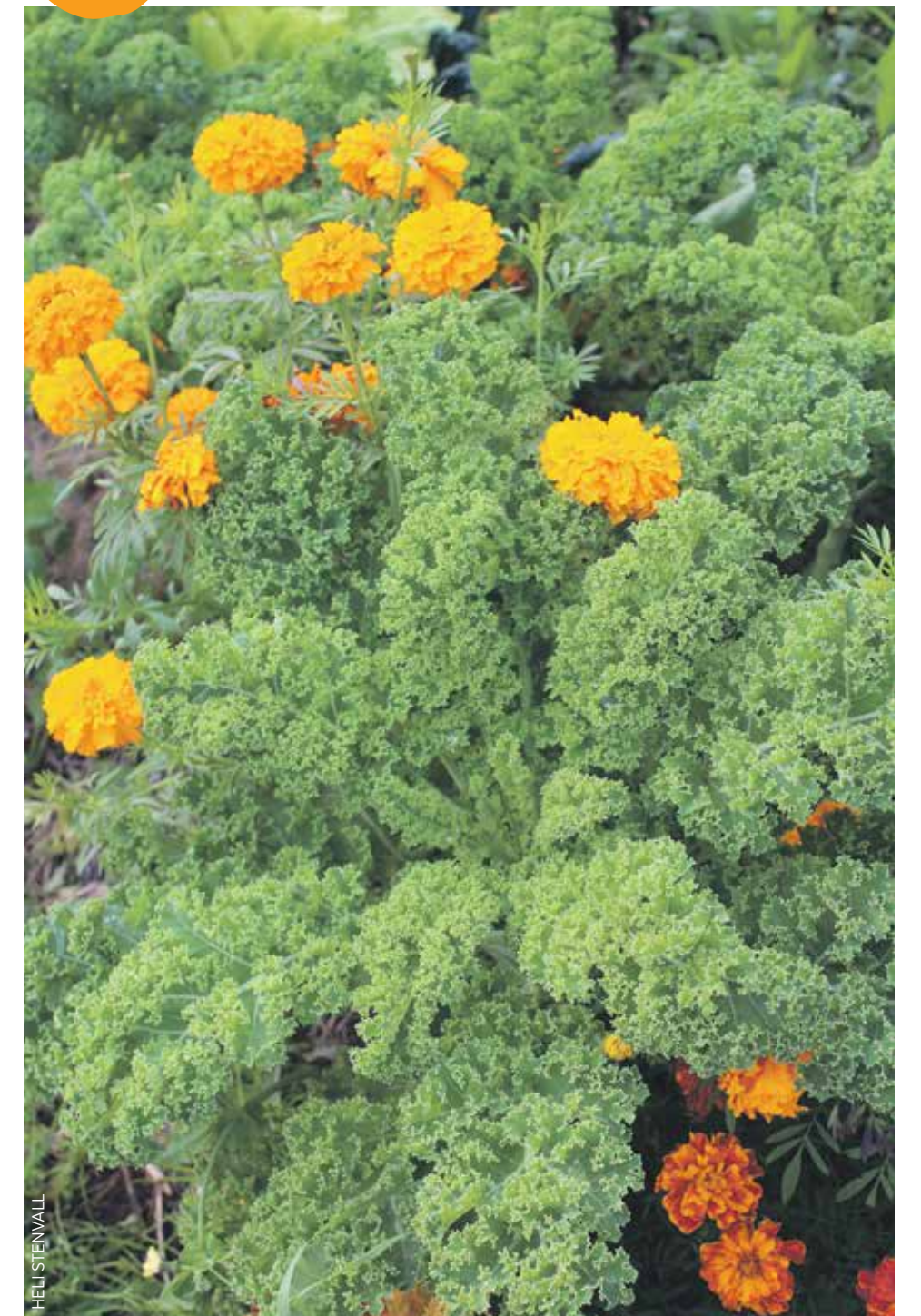
SenioriRistikko ratkaisu

Ikä on vain numero?



Lautaset Antti Keskisen

Ruoka & Ravinto



HELI STENVALL

Lehtikaalia aterian viherlisukkeena

Italialainen ruoka on hyvää, mutta kyllä hämmästyin, kun televisiossa kaksi herkuttelevaa herraa teki pastakastiketta nauriin naateista. Ohje oli muuten helppo, mutta käsin tehdyt pikkulusikan muotoiset tuorepastat naattien joukossa vaikuttivat liian vaikeilta väkertää.

Niinpä tein suomalaisen version pelkästä lehtikaalista. **HS**

**5 lehtikaalin lehteä oliiviöljyä
1 valkosipulin kynsi
mustapippuria
kurkumaa
suolaa
chiliä**

Laita oliiviöljyä pannulle. Lisää murskattu valkosipulin kynsi, mustapippuri, hiven kurkumajauhoa, suola ja pikkuriikkinen pala chiliä. Revi lehtikaalin lehdet pieniksi retaleiksi ja lisää pannulle. Älä kuumenna liikaa. Jos öljyä on paljon, kaalista tulee pehmeää. Jos öljyä on vähemmän, kaalista tulee rapeaa. Itse pidän rapeasta.

Mikkeli mukana Senioriliikkeessä alusta asti

Alkususäyksen senioritoiminnalle saatiin TempPELLIAUKION kirkossa pidettyä avoimesta yleisötapahtumasta v. 2008. Paikallistoiminnan alkamisajankohtana pidetään 3.9.2009 pidettyä perustamistilaisuutta. Läsä tilaisuudessa oli nejä henkilöä, joista kaksi jatkaa vielä tänäkin päivänä. Lähettämässämme lehdistötiedotteessa totesimme Senioritoiminnan tarpeellisuuden Mikkeliissä ja sen lähialueilla.

Olemme pyrkineet alusta lähtien kartoittamaan toimintakohteita, hakemaan yhteyshenkilöitä, kehittämään yhteyksiä mediaan, järjestämään avoimia yleisötilaisuuksia.. Kyseisiin tilaisuuksiin on kutsuttu Suomen Senioriliikkeestä eri toimihenkilöitä, mm. geriatrian professori **Sirkka-Liisa Kivelän**.

Jäsenten hankkiminen on ollut alusta lähtien tärkeä tavoite. Yhteisöjen toiminnassa jäsenmäärällä on erittäin korkea painoarvo. Mainittakoon, että jäsenmäärä nousi alkuvaiheessa hyvinkin voimakkaasti.

Olemme etsineet sponsoreita ja yllättävän helposti saimme ensimmäiseksi sponsorisiksi, Mikkeliissä toimineen Otso-Apteekin, jonka proviisori suhtautui erittäin myönteisesti toimintaamme. Jatkoksi olemme saaneet sponsorisiksi Mikkeliissä toimivan Apteekki Stellan.

Olemme saaneet erittäin myönteistä asian tuntijaluennoitsijoita kyseisten apteekkien proviisoreista. He ovat käsitelleet mm. lääkkeiden yhteisvaikutuksia, ikääntyvien lääkkehoidossa jne. Tilaisuudet ovat olleet avoimia jäsentilaisuuksia, joissa olemme saaneet lisäjäseniä yhdistykseemme.

Seniorilehteä olemme jakaneet tuhansia kappaleita Mikkelin kaupungin alueella ja maakunnassa. Ajokilometrejä ei ole säästetty, samalla on tutustuttu maakuntaan ja erilaisiin ihmisiin, joille olemme kertoneet suusanallisesti Senioriliikkeen toiminnasta ja tavoitteista. Mainittakoon, että Seniorilehteä on viety aivan Itäisintä Suomea, Ilomantsia myöten.

Olemme hakenet Mikkeliissä toimivan ES-TERYN Etelä-Savon sosiaali- ja terveysalan järjestöjen tuki ry:n jäsenyyttä, jonka jäsenyys mahdollistaa meille kokoustilan, kahvitusmahdollisuudet, kaappitilaa, sekä muuta tarvittavaa työskentelymateriaalia, sekä neuvonta-apua. Jäsenyyshakemuksemme hyväksyttiin 21.8.2017.

Vanhusneuvostossa olemme olleet mukana useamman vuoden ajan. Toistaiseksi olemme saaneet edustajamme varajäsenen paikalle. Olemme pyrkineet lisäämään yhteistyötä Vanhusneuvoston kanssa.

Toimintamme kulminoitiin 5.5.2017 tapahtuneeseen rekisteröintiin, Senioriliikkeen Mikkelin Alueyhdistys ry:ksi! Kipinä, joka sai alkunsa v. 2008 TempPELLIAUKION kirkossa pidetystä yleisötilaisuudesta, on kiteytynyt yhdistyksemme perustamispäivämäärään keväeseen 5.5.2017. Hallituksen kokouksessa päätimme pitää lokakuussa ensimmäisen sääntöjen määräämän jäsenistön syyskokouksen, jossa valitaan tarvittavat toimihenkilöt.

**LÄMPIMIN TERVEISIN
SENIORILIIKKEEN MIKKELIN ALUEYHDISTYS RY:N
PERTTI KORPINEN, PUHEENJOHTAJA
SEIJA KORPINEN, SIHTEERI**

Kotihoidon asiakasmäärä kasvanut, mutta henkilöstön määrä vähentynyt

Kotihoidon henkilöstöä on vähennetty, vaikka samaan aikaan asiakasmäärät ovat kasvaneet, kertoo THL:n Vanhuspalvelujen tuottajakohtainen seurantatutkimus. Kotihoidossa oli seurantaviikolla päivittäin keskimäärin 3000 asiakasta enemmän kuin kaksi vuotta sitten. Kotihoidon työntekijöiden määrä oli silti vähentynyt yli 400 henkilöllä. Näin siitä huolimatta, että hallitus on kirjannut kärkihankkeeksi: *”Kehitetään ikäihmisten kotihoitoa ja vahvistetaan kaikenikäisten omaishoitoa”*.

Samanaikaisesti ympärivuorokautisesta hoidosta on vähentynyt 2800 asiakaspaikkaa. Vaikka tämä on lisännyt kotihoidon asiakaspainetta, resursseja ei ole siirretty kotihoitoon. Kotihoidossa asiakasmäärät tulevat yhä kasvamaan väestön vanhetessa, ja kotihoito saa uusia tehtäviä hoitaakseen.

”Sairaalahoidosta kotiutetaan aikaisempaan nopeammin, akuuttitilanteet pyritään entistä useammin hoitamaan kotona ja kuntoutus on siirtymässä koteihin. Nämä tehtävät vaativat resursseja,” toteaa tutkimuspäällikkö **Sari Kehusmaa** THL:stä.

Tavoitteena on, että kotiin saa tarvittaessa palvelua 24 tuntia vuorokaudessa myös viikonloppuisin. Äkilliseen avun tarpeeseen kehitetään uusia liikkuvia palveluja ja kuntoutusta tehostetaan, Kehusmaa sanoo.

Kuntouttaminen ei ole riittävästi mukana asiakkaiden hoito- ja palvelusuunnitelmissa.

Kun kuntoutustavoitteet on kirjattu asiakkaan hoito- ja palvelusuunnitelmaan, ne myös toteutuvat todennäköisemmin, sanoo erikoistutkija **Hanna Alastalo** THL:stä.

”Positiivista on, että fysioterapeuttien määrä lisääntyy, mikä vahvistaa kuntouttavaa työotetta.

Kirkas päivä, kirkas ilta

Pirkanmaalla esitetään senioreille kulttuurua vähintään sata minuuttia viikossa.



KUVAT MATTI LITUKKA

Tunnelma 156-vuotiaassa Rientolan Pirtissä Tampereella on peräti harras. Kuusikymmenpäinen seniorijoukko seuraa **Jarmo Skönin** ja **Silja Kuoppalan** esitystä ”On kirkkana päivä ja ilta – vanhan miehen tunnustukset”. Nimi on lähtöisin **Eeva Kilven** kuulusta rakkausrunosta.

Muutamat sipaisevat silmänurkkaansa.

Esite kertoo, että esityksen taustana on viime keväänä pirkanmaalaisten seniorimiesten kanssa käynnistetty yhteisötaidehanke. Siinä pohjana ovat haastattelut, joista taiteilijat ovat kehittäneet vanhan miehen maailmaa luotaavan esityksen.

Se otti katsojansa vanhan pirtin mustuneitten hirsien määrittämässä tilassa.

VANHOJEN MIESTEN AJATUKSET johdattavat kuulijat nuorempien miesten ja naisten suunnitelmiin lisätä kulttuurin keinoin ikäihmisten hyvinvointia.

Suvella valmistui Pirkanmaan alueellinen kulttuuri-hyvinvointisuunnitelma.

Taiteen ja hyvinvoinnin läänintaiteilija **Arttu Haapalainen** kutsuu sitä Abc-kirjaksi, joka kertoo mitä pitäisi tehdä, jotta taiteesta ammennettaisiin entistä enemmän hyvinvointia. Hyvinvointia, joka ei tarkoita yksinomaan vaurautta.

VALMIINA ON nyt osa Pirkanmaan terveyden edistämistä, kulttuurin osuutta siihen.

Uskottavuutta lisää se, että mukana ovat kaikki alueen kunnat. Yhteistyötä ovat ohjailleet Pirkanmaan sairaanhoitopiiri ja Taiteen edistämiskeskus. Ne muistuttavat, että taiteen ja kulttuurin hyvistä vaikutuksista on runsaasti tutkimustietoa.

Tietenkin suunnitelma piirtelee yleisiä kaaria, ”Jokaikaisella tulee olla mahdollisuus ilmaista itseään ja harjoittaa kulttuuritoimintaa”.

Vaatimuksissa on Pirkanmaalla myös konkretiaa, kouriintuntuvaa siis.

Pirkanmaa ottaa ensimmäisenä Suomessa, ilmeisen ylpeänä, käyttöön suosituksen, jossa jokaiselle yli 65-vuotiaalle suositellaan taiteeseen ja kulttuuriin osallistumista vähintään sadan minuutin verran viikossa.

Se on reilut puolitoista tuntia – vähintään.

Näytelmän rekvisiittaan kuului aito pullo sotavuosilta. Se herätti tietenkin kiinnostusta, tyhjänäkin.



Tunnelma pirtissä oli koskettava.

PIRTTIIN KOKOONTUNEET olivat tietenkin tavoitteeseen tyytyväisiä, mutta saman tien keskustelu siirtyi kestoaiheeseen, kulttuurin kalleuteen. Pääsylippujen hinnoista ja kuljetuksista senioreilla on vahvaksi vaikiunut käsitys. Se on ristiriidassa hyvien tavoitteiden kanssa.

Hyvinvointisuunnitelma ehdottaa, että ”kulttuuriset oikeudet” otetaan osaksi sosiaali- ja terveydenhuollon palveluja. ”Maakunta turvaa”, suunnitelmassa sanotaan.

Lyhyesti sanottuna ikäihmisille tulee tarjota edullisia tai maksuttomia kulttuurin osallistumis- ja harrastusmahdollisuuksia.

Jotta kaikki saataisiin mukaan, ehdotuksessa vaaditaan helppokäyttöisiä digitaalisia palveluita kotihoidon asukkaille ja syrjäseudulla asuville.

MATTI LITUKKA



Ultraäänellä Alzheimerin kimppeun –hoitokeinoa etsitään kiivaasti

Suomalainen **Kullervo Hynynen** on paneutunut ongelmaan, kuinka aivojen herkkiin osiin päästään viemään lääkettä. Hynynen yhdistää magneettikuvauksen ja ultraäänien uudenaikaisiksi laitteeksi, jolla ohjataan vasta-aineita Alzheimeria sairastavien aivoihin. Hoidolla pyritään vähentämään haitallista plakkia aivoissa.

Helsingin Sanomat 16.6.17 kertoo, että toukokuusta lähtien menetelmää on kokeiltu ihmisiin.

Hynynen toimii Canadassa Toronton Sunnybrook-tutkimuslaitoksen johtavana lääketieteellisen fysiikan tutkijana.

Hynynen keksinnöstä on Canadassa oltu todella innoissaan. Sitä on verrattu penisilliiniin ja röntgenkuvauksen keksimiseen.

Suomen Seniori kotiosoitteeseen

Haluatko saada Senioriliikkeen lehden suoraan kotiin? Parhaiten se käy liittymällä Senioriliikkeen jäseneksi. Lehden lisäksi saat liikkeen tiedotteet, ja tiedon paikallisista tapahtumista. Senioriliikkeen jäsenenä olet mukana kehittämässä ja tukemassa parempaa, arvokkaampaa elämää eläkeläisille ja vanhuksille.

**SUOMEN SENIORILIIKE
– ARVOKKAAN VANHENEMISEN PUOLESTA RY**

KORSISAARI

Tervetuloa mukaan elämymatkoille!

Meillä on monia valmiita ryhmille suunnattuja matkoja mielenkiintoisiin kohteisiin. Jos ette löydä sopivaa meidän valmiista paketeista, niin voimme suunnitella teille kokonaan oman kokonaisuuden, vaikka Viroon.

Käy tutustumassa tarjontaan: korsisaari.fi/elamymatkat

**myynti@korsisaari.fi
(09) 8789 9050**



Hetkiä joina elät vähän enemmän

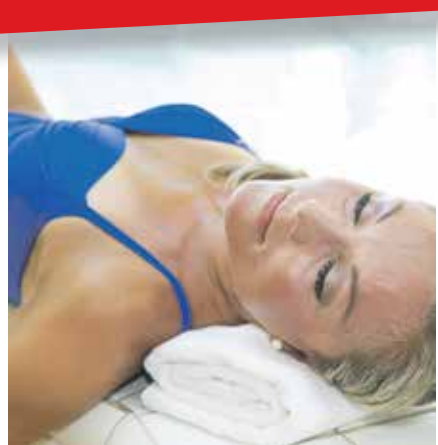
NG LI

Vähän enemmän tunnetta

Vikingline.fi



Koe arjen riemua kylpylässä!



Lähde viettämään rentouttavaa arkilomaa kylpylään.

Valitse kohteeksi Holiday Club Caribia, Katinkulta, Kuusamon Tropic, Saariselkä, Saimaa tai Tampereen Kylpylä – ja nauti.

Tarjous!
Kylpyläloma kahdelle **84 €/vrk**

Minimimajoitus 2 vrk. Voimassa su–ti.
Sis. majoituksen 2 hh, aamiaiset ja kylpylän vapaan käytön. Voimassa 19.12.2017 asti.

Ei voimassa kysytyimpinä aikoina ja erikoistapahtumissa.

Varaa verkkokaupasta holidayclub.fi

tai puhelimitse 0300 870 900, ma–pe 8–18, la 10–15
Tarjouksen saat varauskoodilla: **arjenriemua**

Holiday Club

Puheluiden hinnat 030-numeroihin: Lankapuh: 0,0828 €/puh + 0,07 €/min. Matkapuh: 0,0828 €/puh + 0,17 €/min.

LEDAREN



Nobelpristagaren Holmström framprovocerar i onödan ett krig mellan generationerna

Nobelpristagaren **Björn Holmström** är oroad över att Finlands pensionsfonder inte räcker till för nästa generation. Nobelpristagaren i ekonomi, som bor i Förenta Staterna, är rädd för att Finlands hållbarhetsgap orsakar en nästa generation utan pension.

”Finland kommer att betala pensionerna för den nu levande generationen, men jag är bekymrad för nästa generation. Det verkar inte realistiskt att tro, att den erhåller sin pension” menar Holmström i Kauppalehti (11.8). Holmström talade vid handelskamrarnas 100 år i framtiden -festseminarium.

Vad stöder sig Holmström på då han påstår, att det inte förefaller realistiskt att följande generation får sin pension? Hans uppfattning stöder sig inte på vår kunskap om utvecklingen hittills.

Pensionsfonderna har från 38 miljarder euro år 1995 stigit till nuvarande 195 miljarder euro. Åren 1996–2016 utgjorde avkastningen 4,3% per år. De senaste åren har utvecklingen gått ännu snabbare: åren 2012–2016 var den reella avkastningen 6,1%. Ingenting visar, att fondernas utveckling skulle stagnera.

Pensionsfonderna har, med undantag av de senaste åren, inte alls använts för pensionerna. Fonderna har orörda vuxit. Varje år har arbetspensionsavgifterna varit större än utbetalda pensioner, utom de två senaste åren, beroende på den av ”laman” orsakade massarbetslösheten. Med andra ord har respektive arbetstagargeneration alltid stått för pensionstryggheten. Varje generation har skött föräldragenerationens pensioner.

Tror ekonomivetaren Holmström, att arbetet i Finland tar slut? Varför beskriva en sådan framtid, där den yngre generationen inte mera skulle bära ansvar för sina åldrande föräldrar. Är orsaken den, att man inte vill upprätthålla nuvarande pensionstrygghet och därför är rädd för vad framtiden för med sig?

De nu levande pensionärerna är den enda invånarna, vars levnadsstandard lagligt försämras, på grund av det brutna indexet. Varför talar Holmström inte om detta?

En höjning av pensionerna skulle vara det överlägset effektivaste sättet att förbättra samhällsekonomin. Köpkraften skulle öka och de yngre skulle få arbete. Pengarna skulle komma från pensionärernas egna besparingar, från de nästan orörda växande pensionsfonderna.

I Finland har man skapat en konstgjord konflikt mellan den yngre och den äldre generationen. Man påstår att de yngre erlägger högre pensionsavgifter än den äldre generationen. Det är förstas sant. Men inkomstskatterna har med tiden blivit lägre och på så sätt har skatten totalt förblivit den samma, även om arbetspensionsavgifterna stigit. Dessutom gick man tidigare i folkskola och avgiftsbelagt gymnasium, det fanns ingen allmän barndagvård eller studiestöd. Hur meningsfullt är det att göra synliga jämförelser mellan människor som lever i olika historiska realiteter.

På tal om pensioner är det viktigt, att var och en erlägger sina lagliga pensionsskyldigheter och njuter sedan i sinom tid av det införtjänta pensionsskyddet, precis såsom nuvarande och blivande pensionstagare.

Det vore märkligt om den urgamla solidariteten, att de som förvärsarbetar vårdar både sina barn och sina föräldrar, inte mera skulle existera. De yngre har vårdats av sina föräldrar, men skulle alltså endast motvilligt gå med på att de äldre skulle få sin rättmätiga pension.

För närvarande för man en märklig diskussion i Finland. Tyvärr tillför nobelpristagaren Holmström lättvindiga argument i diskussionen.

KIMMO KILJUNEN

Ordförande för Finlands Seniorrörelse



Lisa i Mirakellandet

Det råder turbulens i de äldres boende, och SOTE kommer knappast att förbättra situationen.

Tammerforsänkan Liisas liv sker en skrämmande förändring. Hennes hem har efter årtionden blivit blott och bart en bostad. Liisa bor i den västra delen av staden, ett närområde som på sin tid blev uppfört i brädska ordning. Det är fråga om snabbt upbyggda betonglädor. Aldern har av naturliga skäl orsakat problem för Liisa. Ett av vardagens problem är att huset saknar en hiss. Liisa orkar inte mera vandra upp för trapporna som förr. Hon är en av de tusentals typiska nu levande pensionärer.

HEMVÄRDEN BESÖKER dagligen Liisa, och det utgör en stor lättnad. Då vårdaren frågar hur Liisa vill ha det på ålderns höst svarar hon utan att tveka: jag vill bo hemma. Förhoppningarna är dock inte alltid realistiska.

Även Tammerfors har ”ett service- och rådgivningsställe för äldre”, kallat Kotitori. Där informerar man på nätet, att ”det bästa åldringshemmet är det egna hemmet. Håll dig hemma”. Uppmaningen är inte särskilt modern, beslutsfattarna av idag vet knappast vad ett åldringshem är. Knappast känner man till detta ens i Tammerfors, fastän åldringshemmet Koukkuniemi på sin tid vara Finlands största.

IDAG bör man sätta tilltro till uppskattningen, att vi år 2030 har en och en halv miljon 65 år fyllda medborgare. De kallas numera ”äldre”, man undviker ordet gammal. Man har skadat långt in i framtiden och noterat, att befolkningen snabbt blir äldre. Detta orsakar bekymmer. Enligt nuvarande principer bör man ha omsorg om de

äldre. Vården bör därtill vara så billig som möjligt. Till stöd för detta finns massor av utredningar och planer. Situationen liknar socialpolitikens ursprungliga ”big bang”. Idag skulle man kunna tala om sanningar och alternativa sanningar.

LIISA VET vad en ägobostad är, för den verkar utgöra hennes enda trygghet. Hon kan inte fatta, att den trea som hon och hennes man i årtal sparade till, numera är nästan värdelös. I vårt välfärdsland kan man klassa Liisa som både rik och fattig. Numera uppskattar man, att vårt samhälle klarar av två dagliga besök av en hemvårdare till en kostnad om 100 euro per besök. Men om det inte räcker måste man hitta någon annan lösning. För Liisa är bostäder på fria marknaden, bostadsrätter, servicehus och annat liknande boende, främmande. Man bör således hjälpa henne.

I FÖRETAGSBROSCHYREN uppmanas man göra såhär: Kontakta först hemkommunens socialarbetare och utred om personen med hänsyn till kondition och ekonomi har rätt till ett kommunalt boende eller till en servicebostad. Därefter uppmanas man bekanta sig med företagets egna vård- och servicehem. Många vårdbehövande förstår inte att det endast handlar om pengar. Problemet är minde om seniorer har pengar. Många saknar pengar.

MÅNGA POLITIKER talar om välbefinnande, ett ord som kan betyda vad som helst. I det finländska samhället har ordet ändå en väletablerad betydelse, det betyder att ingen lämnas ut-

KOM OCH FÖRSVARA DE ÄLDRES RÄTTIGHETER

BLI MEDLEM. Fyll i och posta kortet. Seniorrörelsen betalar portot.

SOM MEDLEM FÅR DU information om arbetet som utförs till förmån för de äldre. Därtill får du medlemstidningen och medlemsbrev. Du kan ansluta dig till din egen lokalavdelning eller grunda en sådan.

- ☐ Jag önskar bli medlem och betalar medlemsavgiften 20 € då jag får räkningen
- ☐ Jag blir understödande medlem och betalar medlemsavgiften då jag får räkningen
- ☐ Jag stöder rörelsens verksamhet genom att betala en summa som jag själv bestämmer till Finlands Seniorrörelses konto FI86 1745 3000 0875 53

släktnamn _____

förnamn _____

näradress _____

hemkommun _____

e-post _____

telefon _____ mobil _____

☐ kvinna ☐ man födelseår _____

modersmål ☐ finska ☐ svenska

önskar få information per ☐ e-post ☐ brev

Informationen om min person får användas endast inom seniorrörelsen.

TULE PUOLUSTAMAAN IKÄÄNTYVIEN OIKEUKSIA

LIITY JÄSENEKSI. Täytä ja postita tämä vastauskortti.

Senioriliike maksaa postituksen.

JÄSENEKSI SAAT ajankohtaisia tietoja ikäihmisten hyväksi tehtävästä työstä sekä jäsenlehden ja -kirjeen. Voit liittyä oman alueesi osastoon tai perustaa sellaisen.

☐ Liity jäseneksi ja maksan 20 euron jäsenmaksun laskun saatuani

☐ Liity kannatusjäseneksi ja maksan kannatusjäsenmaksun 500 euroa laskun saatuani

☐ Olen tukenut liikkeen toimintaa maksamalla valitsemani summan Suomen Senioriliikkeen tilille FI86 1745 3000 0875 53

sukunimi _____

etunimet _____

lähiosoite _____

postinumero _____

kotikunta _____

sähköposti _____

puhelin _____ matkapuhelin _____

☐ nainen ☐ mies syntymävuosi _____

äidinkieli ☐ suomi ☐ ruotsi

toivottu viestintätapa ☐ sähköposti ☐ kirje

Tietojani sa käyttää ainoastaan Suomen senioriliikkeen sisäisiin jakeluihin.

Seniorrörelsen
betalar
portot

FINLANDS SENIORRÖRELSEN
- FÖR ETT VÄRDIGT ÄLDRADE RF
c/o Stiftelsen för rehabilitering
Pakarituvantie 4-5
00410 Helsingfors
Tunnus 5018500
00003 VASTAUSLÄHETYS

Vastaanottaja
maksaa
postimaksun

SUOMEN SENIORILIIKE
- ARVOKKAAN VANHENEMISEN PUOLESTA RY
c/o Kuntoutussäätiö
Pakarituvantie 4-5
00410 Helsinki
Tunnus 5018500
00003 VASTAUSLÄHETYS

...Lisa i Mirakellandet

an vård. Det här gäller även äldre. Men något berättar detta om vår tid, att man pekar finger: varför har du inte planerat för din ålderdom. En beredskap för ålderdomen kombineras lätt med ett stort bankkonto. Eller bristen på detta.

DEMOGRAFI, det att man skiljer på befolkningen, är något som man utrett länge. En av den grundligare utredningarna utgör Miljöministeriets program för de äldres boende. Problemen är utredda på en sådan vetenskaplig nivå, att det inte lämnar övrigt att önska.

Ofta betonar man att utredningar är tvärvetenskapliga. Detta betyder att utredningen inte kan kritiseras. Men vi tror oss ändå ganska uttömmande känna till de äldres problem. Enda svårigheten är, att man inte enbart kan använda sig av teoretiska modeller. Att peka på "rimlighet" och "allmännytta" är vanligt då man talar om de äldres boende.

TAMMERFÖRSTIDNINGEN *Aamulehti* såg för en tid sedan västerut, mot Sastamala. Nyheten var, att där hotar redan ett överutbud på vårdhem. I planerna finner man hälsovårdsjättarna, såsom tidningarna kallar dem, Atendo och Mehiläinen. Stadens social- och hälsovårdsdirektör **Päivi Tryy-ki** sade, att det skapas ett "överutbud på vårdplatser för de äldre". Detta beror helt klart på, att företagen är intresserade av de äldres pengar. Man har utan baktankar en känsla av att

förhållandena idag är sådana, att här finns en möjlighet att på ett behärskat sätt länsa de stora åldersklasserna på pengar.

Professor **Jari Vuori** vid Östra Finlands Universitet är inte förvånad. I tidningen tecknar han bild över hur internationella företag långsamt smyger sig in i vårt system, på ett "mycket aggressivt sätt". Han beskriver en deprimerande situation från England. Där "överförde en placerare hela äldreboendet på börsen", firman gick i konkurs och äldreboendet blev utan vård. Detta kallas för övergripande ekonomi. I Sastamala är vårdplatserna fulla, enligt social- och hälsovårdsdirektören. Stadens egna vårdplatser är mera eftertraktade än de privata serviceenheterna.

DET SOM PROFESSOR VUORI kallar en aggressiv verksamhet, ser man redan överallt i landet. Privata serviceproducenter hamstrar de kommunala social- och hälsovårdsenheternas fastigheter. Kommunerna säljer dem gärna, fattiga som de är. Denna mani får en förklaring, den kallas SOTE. Det är förnyelsen inom social- och hälsovården, vars "mål är minska klyftorna inom social- och hälsovården, jämställa servicen och begränsa kostnaderna".

Det är ingen överdrift att säga, att ingen vet hur världen ser ut efter att SOTE genomförs.

MATTI LITUKKA

Många pensionärer kan få momsfri social service

Företag, äldre och handikappade, tycks beklagligtvis inte känna till möjligheten att få social service utan mervärdesskatt, som med hushållsavdraget blir nästan halva priset.

Momsfri service kan t.ex. en person, med försvagad funktionsförmåga få, för städtjänster, fönstertvätt, badtjänster, följeslagartjänster, butiksbesök m.m. Försvagad funktionsförmåga kan bero på handikapp, sjukdom, minnessjukdom eller allmänt nedsatt funktionsförmåga på grund av ålderdom. Här behövs inget läkarutlåtande eller intyg från någon myndighet. Det kan vara intressant att notera, att även den sociala service som anhöriga anlitar för sina föräldrar, är momsfri. Momsfriheten beskrivs i Mervärdesskatte lagen 30.12.1993/1501 och då är särskilt §§ 37 och 38 av intresse.

Man kan själv kontakta det företag där man vill köpa servicetjänster. Då serviceavtalet mellan företaget och kunden skrivs är det viktigt, att också göra upp en vårdplan, där servicebehovet framgår, det vill säga varför man behöver hjälp i vardagen. Företaget anmäler till kommunen, oftast till socialnämnden, om sin verksamhet på en särskild blankett, som finns på kommunens hemsida. Socialnämnden, eller till exempel äldreomsorgschefen, godkänner företaget och skriver in företaget på stadens/socialnämndens hemsida. Bland dem kan kunderna välja det företag, som erbjuder momsfri service. Man kan med fog säga, att företagets namn på listan är en konkurrensfördel.

Då ovan nämnda kriterier fylls kan företaget fakturera de erbjudna tjänsterna momsfritt. Momsens andel av fakturan är cirka en fjärdedel (24%), vilket betyder att en betydande inbesparing.

Det är uppenbart att frågan om momsfri social service är för våra pensionärer en största betydelse. 50% av Finlands pensionärer har en månadsinkomst som understiger 1.600 euro. Våra pensionärer är värda den förmån som lagen erbjuder.

LEIF JANSSON

Styrelsemedlem i Finlands Seniorrörelse