

Ikäsyryjästä

PUHEENVUOROJA IKÄOSAAMISESTA

Arja Jämsén & Tuula Kukkonen (toim.)



**Mitä se
ikäosaaminen
oikein on** s. 29

**Entä jos
en muista** s. 53

**Mitä näet, kun
katsot ikäihmistä** s. 21

Karelia-ammattikorkeakoulun julkaisuja
B:21

Ikä syrjästä

PUHEENVUOROJA IKÄOSAAMISESTA

Arja Jämsén & Tuula Kukkonen (toim.)

KARELIA-AMMATTIKORKEAKOULU 2014

Karelia-ammattikorkeakoulun
julkaisu B:21

Julkaisusarjan vastaava toimittaja
Kari Tiainen

Toimittajat
Arja Jämsén & Tuula Kukkonen
Graafinen suunnittelu ja taitto
Salla Anttila

Kansikuva
morguefile.com

@ Tekijät ja Karelia-ammattikorkeakoulu
Tämän teoksen osittainenkin kopiointi
on tekijänoikeuslain mukaisesti kielletty
ilman nimenomaista lupaa.

ISBN 978-952-275-122-5 (painettu)
ISBN 978-952-275-123-2 (verkkojulkaisu)
ISSN-L 2323-6876
ISSN 2323-6876

Joensuu, LaserMedia Oy, 2014

ALUKSI

Joensuussa 6. kesäkuuta 2014

Arja Jämsén, Itä-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus
Tuula Kukkonen, Karelia-ammattikorkeakoulu

Pohjois-Karjalassa kehitetään aktiivisesti ikäosaamista. On käytännön kehittämistoimia, hankkeita, koulutusta ja myös ikäihmisten omaa aktiivisuutta moninaisissa verkostoissa.

Tämä julkaisu on katsaus ikäosaamisen tiimoilta käytyyn keskusteluun sanoma- ja ammattilehdissä. Olemme halunneet koota yhteen ikäosaamisesta aiemmin julkaistuja artikkeleita, jotka ajoittuvat kymmenelle viime vuodelle. Lähtökohtana on ollut tarve saattaa yksien kansien väliin sitä keskustelua ja ajattelua, joka on tuonut meidät vuoteen 2014 ja toivon mukaan antaa meille myös eväitä katsoa tulevaan. Artikkeleiden kirjoittajat ovat aktiivisia ikäosaamisen kehittäjiä ja edustavat eri tahoja: koulutus- ja kehittämisorganisaatioita, järjestöjä ja kuntia.

Toivomme että tämä julkaisu valottaa ikäosaamisen käsitteen ja sisältöjen kehkeytymistä 2004–2014. Toimitustyön aikana on ollut kiinnostavaa havaita toisaalta ikäosaamisen arvoperustan ja ytimen säilyminen ja toisaalta ikäosaamisen käsitteen ja sisältöjen kehittyminen tekemisen ja kirjoittamisen myötä.

Julkaisun tavoitteena on myös nostaa keskusteluun näitä teemoja, jotka edelleen tarvitsevat huomiota ja kehittämisponnistuksia. Artikkelit on jaoteltu kuuteen temaattiseen kokonaisuuteen. Alkuosa keskittyy ikäosaamisen taustoihin, arvoperustaan ja määrittelyyn. Loppuosassa syvennyttään erityisesti tässä ajassa ja tällä alueella tärkeisiin kysymyksiin: Ikäihmisten hyvinvointiin pitkien välimatkojen alueella, muistisairaiden elämäntilanteeseen sekä kansainvälisiin kehittämiskulumisiin.

”

Tämä julkaisu on katsaus ikäosaamisen tiimoilta käytyyn keskusteluun sanoma- ja ammattilehdissä.

Sisällys

I Kaikki muuttuu, vaan ei itsestään	7
II Mitä näet, kun katsot ikäihmistä	21
III Mitä se ikäosaaminen oikein on	27
IV Saako sitä ihminen asua missä haluaa	35
V Entä jos en muista	53
VI Ikäännytään sitä muuallakin	59



I Kaikki muuttuu, vaan ei itsestään

(Matti Rossi 1973)

Vanhustyö kaipaa raikkaita muutoksia

Arja Jämsén, Itä-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus
Soile Syrjäläinen, Lieksan kaupunki
Silva Tedre, Joensuun yliopisto

Mitä sanotte tulevaisuudenkuvasta: kaupungissa joka toinen vastaantulija etenee rollaattorilla? Ja toisaalla vireät seniorit huristelevat ohitsemme mitä erilaisimmilla menopeleillä. Kansakuntana olemme saavuttamassa sitä, mitä olemme tavoitelleet: lisää virkeitä vuosia elämään. Myös markkinoilla väestön vanheneminen on mahdollisuus, mutta haistaako suomalainen markkinanentä tätä tilaisuuttaan turvarannekkeiden ja aamutossujen kauppaa laajemmin?

Monissa kunnissa valtuustojen keski-ikä on varsin korkea. Valtuustojen puhetapa ja päätöstenteko on korostanut vanhenemisen ongelmia ja ikääntymisestä aiheutuvia kustannuksia kuntataloudelle. Vanhuudesta ja ikääntymisestä puhutaan ikään kuin toisesta, joka ei kuulu minulle eikä meihin. Rollaattoreita ja kävelykeppejä ei kunnanvaltuustossa kuitenkaan näy.

Päätöksenteossa ikääntyminen muuttuu helposti tilastoiksi, numeroiksi ja graafisiksi esityksiksi, joita voidaan hallinnoida. Myös vanhuspalveluista on helpointa puhua numeroiden valossa: hoitopäivät, suoritteet, käyttöaste, pe-tipaikan hinta ja niin edelleen.

Koko vanhuspalvelujen kirjo hahmottuu kuntapuheessa laitoshoidon näkökulmasta. Kuitenkin vain viidestä seitsemään prosenttia yli 75-vuotta täyttäneistä hoidetaan laitoksessa. Muiden vanhuspalvelujen ymmärtämiseen on vaikeampi löytää sanoja, joilla arkista keskustelua voitaisiin käydä. Alan ammattilaiset kyllä puhuvat sujuvasti tukipalveluista, ennakoivista kotikäynneistä, raskaasta palveluasumisesta, tavallisesta palveluasumisesta ja tukiasumisesta.

Kunnallisia päättäjiä tuntuu hämentävän myös vanhuskuvan polarisaatio: yhtäältä kuvataan voimain-

”

Viisas vanhuspolitiikka ja siihen liittyvä vanhustyö eivät ole vain sosiaali- ja terveydenhuollon kysymyksiä.

sa tunnossa olevaa aktiivista ja hyvin toimeentulevaa seniorikansalaista, markkinoiden kultamunaa. Siinä sivussa menee vapaaehtoistyöntekijä, kolmannen sektorin tukipylväs. Toisaalla on avuton, heikko, monisairas ja ehkä vuoteeseen sidottu ja ainakin monenlaisen julkisen tuen tarpeessa oleva vanhus, kuntatalouden uhka. Molemmat kuvat ovat tietysti olemassa, ja molemmille kuntalaisille tuotetaan sekä julkisia että kaupallisia palveluita, osin samoja kuin koko muullekin väestölle. Kuvia käytetään myös tarkoitushakuisesti toinen toisensa pois sulkien.

Suuret ikäluokat ovat tulossa palvelujen käyttäjiksi. Tämän sukupolven pantterit ovat kokeneet monia työelämän muutoksia ja oppineet käyttämään uutta teknologiaa. Heistä monet ovat myös hyvin koulutettuja. Palvelujen käyttäjinä he toimivat toisin kuin äitinsä ja isänsä, vaikka ei tarkkaan osatakaan ennakoita, miten.

Viisas vanhuspolitiikka ja siihen liittyvä vanhustyö eivät ole vain sosiaali- ja terveydenhuollon kysymyksiä. Ikään-tyneiden opiskelu, vapaa-ajanvietto, kultuuriharrastukset ja liikunta tulevat olemaan oleellinen osa vanhuspolitiikkaa ja myös vanhustyötä.

Vanhustyöhön kaivataan syvällisiä muutoksia ja rohkeita näkemyksiä. Ratkaiseva osa muutosta on vanhuuden ymmärtäminen vivahteikkaana. Sairaakaan ihminen ei ole pelkkä potilas eikä pelkkä palveluja tarvitseva asiakas. Kyse on kuntalaisista yksilöllisine mielenkiinnonkohteineen, elämäntapoineen ja toimintahaluineen. Raikasta ja modernia ajattelua vanhustyössä edustavat sosiokulttuuriset työmenetelmät, joilla ikääntyvän ihmisen merkityksellisyyttä ja aktiivista osallisuutta yhteisössä voidaan virittää.

Sosiaalisen näkökulman avaaminen panee miettimään myös sitä, onko järkevää luopua ainakin osittain ikäperus-

teisista palveluista. Kansalaisistahan iän eri vaiheissa on kyse.

Oli niin tai näin, ikääntyvän väestön tukitoimien lähtökohtana tulisi olla mielekäs elämä, arjen sujumisen varmistaminen ja yhteiskunnan jäsenyyden turvaaminen kuntalaisena ja kansalaisena. Potilaana tai palvelujen asiakkaana oleminen on vain yksi vanhuuden ulottuvuus, joskus pienempi, joskus suurempi, mutta ei koskaan koko kuva, ei kunnallispolitiikassakaan.

Vanhetaanko nyt sellaisissa kunnissa, joissa eläkeläisinä olemme kiinnostavia vain mahdollisina sosiaali- ja terveyspalvelujen suurkuluttajina?

» JULKAISTU

Helsingin Sanomat 21.11.2004

Lupa vanheta – arvokkaasti ja villisti

Arja Jämsén, Itä-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus

Ennen vanhaan viisikymppinen sai syntymäpäivälahjaksi hopeapäisen kävelykepin tai keinutuolin. Lahjan tarkoitus oli (hienovaraisesti) vihjata syntymäpäiväsankarille, että nyt on jo aika hellittää.

Nykypäivänä ihmiset elävät entistä pitempään. Tämä ei kuitenkaan ole yleinen ilonaihe. Mitä enemmän ikääntyvää väestöä on, sitä äänekkäämmäksi käy puhe ongelmista. Meitä uhkaa eläkepommi, pula hoitajista, laitospaikoista, yhteiskunnan varoista ja resursseista. Vanhustenhoito ja vanhukset vievät tuhkatkin pesästä!

Valtaosa ikääntyvistä, ikäihmisistä, eläkeläisistä - mitä nimitystä nyt haluaakaan käyttää - voi hyvin ja ikääntyy arvokkaasti, mutta villisti ja vapaasti. Yritäpä huviksesi saada eläkeikäistä ihmistä kiinni. Ei löydä keinutuolista eikä päiväunilta, vaan joko lenkiltä tai vesi-

jumpasta, sienestämästä, lapsenlasta tai äitiä hoitamasta, tyttären talon rakennustyömaalta, rikoksia sovittelemasta, ulkomailta, yliopiston luennolta...

Kerron esimerkin Joensuun yliopiston Ikääntyvien yliopiston yhteiskuntapolitiikan ryhmästä, jossa on noin 15 osallistujaa. Heitä yhdistää kiinnostus yhteiskuntaan ja uuden oppimiseen. Olemme ryhmässä käsitelleet hyvinvointivaltion historiaa ja tulevaisuutta. Keskustelu on aina innostunutta ja monipolvista. Siinä saa teoria kyttyöjälkeen aimo annoksen kokemusta ja elämän viisautta. Ryhmä tekee opintokäyntejä, osallistuu seminaareihin ja tuottaa julkaisuja. Ryhmän jäsenet ovat myös toimineet käyttäjäarvioijina ja osallistuneet asiantuntijoina muun muassa suunnittelijoiden työpajoihin, joissa pohditaan seniorirakentamista. He ovat tehneet vierailuja kylpylöihin,

”

Ikäihmiset nähdään yhteiskunnassa tärkeinä vaikuttajina ja myös työvoimana.

ja arvioineet tiloja ja toimintoja matkailun esteettömyyden näkökulmasta.

Viime talvena yhteiskuntapolitiikan ryhmä opiskeli EU-asioita ja tänä syksynä vierailimme Brysselissä ottamassa asioista vielä tarkemmin selkoa. EU-virkamiesten ja europarlamentaarikon (lämpimät kiitokset Riitta Myllerille!) puheet kuunneltiin tarkkaan ja tiukkoja kysymyksiä esitettiin. Toki Brysselin kuuluisiin simpukoihin, suklaaseen ja pitsiinkin otettiin tuntumaa.

Vanhuspuhe vaatii suunnan muutoksen. Ikäihmiset voivat olla yhteiskunnan merkittävä voimavara – kun sen oikein ymmärrämme ja sitä tuemme. Japanissa ja Yhdysvalloissa puhutaan tuottavasta vanhuudesta. Ikäihmiset nähdään yhteiskunnassa tärkeinä vaikuttajina ja myös työvoimana. Japanissa isovanhemmat pääsääntöisesti hoitavat lapsenlapsensa. Yhdysvalloissa senio-

rit ovat esimerkiksi suosittuja myyjä liikkeissä, joissa myydään ikäihmisille vaikkapa vaatteita tai urheiluvälineitä. Osaksi työssäkäynti voi johtua surkeasta eläkkeestä, mutta voi taustalla olla muutakin tavoitetta.

Suomalaisella työelämällä on tapana uuvuttaa työntekijänsä ennen aikojaan niin, ettei kukaan halua eläkkeelle päästyään vilkaistakaan työhön päin. Voisiko olla toisin? Paremmalla johtamisella ja ”ihmisen mittaisella työllä” niin kuin Raija Julkunen sanoo?

Moni eläkeläinen haluaisi käyttää osaamistaan työelämän jälkeenkin. Meillä ei pitäisi olla varaa heittää selaista osaamista ja kokemusta hukkaan. Ikäihmisiä tarvitaan vapaaehtoistyössä, varaukkeina ja -mummoina, vertaisohjaajina ja tukijoina, vaikkapa innostamassa yksinäisiä ikäihmisiä yhteisiin rientoihin, liikuntaan ja harrastuksiin.

Vanhuspoliittiset ohjelmat ja strategiat sisältävät yleisimmin tavoitteita ja suunnitelmia palvelujen ja hoitopaikkojen järjestämisestä. Tulevaisuuden ohjelmien tulisi ensinnäkin viestiä ihmisille, että hyvä kun olette olemassa. Pitkä ja hyvä elämä on ollut suomalaisen hyvinvointivaltion perustavoitteita. Ikäihmisille tulisi myös kertoa, että heitä tarvitaan ja että heille löytyy paljon merkityksellistä tekemistä.

Kun ikäihmisille tarjotaan lisää mahdollisuuksia, he tulevat, tekevät ja toimivat niin, että kohta nuorempia huimaa.

» JULKAISTU

Karjalainen 21.1.2009

Pohjois-Karjala vanhenee, loistavaa

Arja Jämsén, Itä-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus
Tuula Kukkonen, Pohjois-Karjalan ammattikorkeakoulu

Otsikko mukailee Alf Rehnin ja Risto E. J. Penttilän huudahdusta tuoreessa kirjassa Suunnaton Suomi. Rehn on taloustieteilijä ja professori, Penttilä on tohtori hänkin ja Keskuskauppakamarin toimitusjohtaja.

Rehn ja Penttilä kaavailevat Suomelle kahta vastakkaista tulevaisuutta. Toisessa Suomi jatkaa ajelehtimistä kohti köyhyyttä. Toisessa kuvassa vanha ajattelu käännetään nurin ja huomataan suomalaisen menestyksen avaimet, muun muassa Lapin taloudellinen merkitys, pilvipalvelut ja yllättäen - vanhukset!

Suunnaton Suomi -kirja on virkistävä vastalause suomalaiselle vanhuskeskustelulle. Rehnin ja Penttilän mukaan on ollut suorastaan vahingollista luoda vanhuksista kuva taakkana, kustannus-eränä ja yhteiskunnan kurjuuden lähteenä. Meikäläiset vanhukset kun

ovat monella tavalla maailman parhaita: pitkään hyväkuntoisia, fiksuja ja osallistuvia.

Rehn ja Penttilä puhuvat ”vapaikäisistä”, jotka ovat paitsi aktiivisia kuluttajia, myös osaajia ja uuden kehittäjiä. Yhä useampi jatkaa töissä entistä pidempään. Osa jopa palaa vanhuuseläkkeeltä takaisin työelämään - entiseen työhön tai uudelle uralle. Myös vapaaikäisten poliittinen voima vahvistuu aina vain: miljoonaa yli 65-vuotiasta ei kannata ohittaa!

Vapaaikä luo aivan uuden talouden, vanhuustalouden, jossa vanhempi ikäluokka nähdään aktiivisena talouden osana. Vanhuustalous näyttytyykin kiinnostavana avauksena ja samalla haasteena uudelleenlaiselle ajattelulle ja yhteistyölle, uuden innovoinnille ja markkinoinnille. Meillä on toistaiseksi vain vähän tietoa vapaaikäisten elä-

”

Vapaaikä luo aivan uuden talouden, vanhuustalouden, jossa vanhempi ikäluokka nähdään aktiivisena talouden osana.

mästä ja toiveista. Tasapäistäminen, vaikkapa 65–95 -vuotiaiden niputtaminen yhdeksi ikäryhmäksi ei auta meitä käsittämään heidän tahtoaan ja tarpeitaan. Tuohon jaksoon mahtuu 30 vuotta elämää, jopa eri sukupolvia.

Muistikerhojen vetäjillä on tästä käytännön esimerkki: laulukirjat eivät pysy ryhmäläisten perässä. Tarjolla Harmony Sisters ja Kodin kynttilät, kun ryhmäläiset kaipaavat Rolling Stonesia tai vähintään Elvistä. Eläkeläisille tarjotaan elämäntapaa, palveluita ja tuotteita, jotka eivät ole heidän sukupolvensa juttu.

Paljon puhuttu vanhushoivakaan ei ole tässä katsannossa ongelma. Vain pieni osa ikääntyneistä tarvitsee laitoshoidtoa tai vaativaa kotihoitoa. Ja sitä paitsi Suomi, jos kuka, osaa vanhustenhuollon. Ikäihmisten palveluista ja asumisesta on syntynyt myös uusi yrittämisen ala, jolla on suorastaan

loputtomat kehittämisen ja luovuuden mahdollisuudet. Niin Suomessa kuin muuallakin vapaaikäiset tarvitsevat erilaisia palvelulta ja tuotteita, he matkustelevat, kuluttavat, haluavat elämyksiä. Koko maailma ikääntyy Japanin ja Suomen johdolla. Vapaaikäisiä on yhä enemmän vaikkapa Kiinassa. Voitaisiinko maailmalla hyödyntää suomalaista osaamista?

Pohjois-Karjalalla on tässä onnen avaimet käsissään, kun vain mahdollisuudet oikein ymmärretään ja toimeen tartutaan.

» JULKAISTU

Karjalainen 3.12.2012

Liekksa muuttaa rivakasti palvelurakenteita

Arja Jämsén, Itä-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus

Liekksalaisista yli 65-vuotiaita on nyt yli 26 prosenttia. Koko maassa tähän lukemaan ennustetaan tultavan kahdenkymmenen vuoden päästä. Tuolloin lieksalaisia ikäihmisiä taas arvioidaan olevan peräti 46 prosenttia. Pielisen Karjalan kolmen kunnan Lieksan, Nurmeksen ja Valtimon seudullinen ikäpoliittinen strategia hyväksyttiin syksyllä 2009. Kansallisten ohjelmien ja laatusuositusten mukaisesti ikäihmiset nähdään siinä aktiivisina toimijoina.

Palvelurakenteen, asumisen, ympäristön ja joukkoliikenteen tulee mahdollistaa ja tukea kotona asumista. Tavoitteena on purkaa laitostasumista, perustaa vaihtoehtoisia asumisyksiköitä ja lisätä lyhytaikaisia hoito- ja hoitospaikkoja. Ongelmia ehkäisevät työtavat ja kuntoutus aiotaan nostaa ensisijaisiksi toimintamuodoiksi. Pal-

velurakenteiden remontilla halutaan myös turvata riittävä ja ammattitaitoinen henkilöstö. Pahitteeksi ei olisi, jos uusilla toimintatavoilla saataisiin hillittyä kustannusten nousua.

SAIRAALA KIINNI

Strategiaa alettiin välittömästi panna toimeen. Pielisjärven sairaala lakkautettiin keväällä 2010. Siellä on hoidettu muun muassa muistisairaita vanhuksia ja mielenterveyspotilaita.

Laitospaikat vähenivät 50:llä. Ne korvattiin eriasteisella palveluasumisella. Noin 30 työntekijää sairaalasta siirtyi avotyöhön kotihoitoon, terveyskeskuksen poliklinikalle ja palveluasumiseen. Muutos tehtiin noin seitsemässä kuukaudessa.

Kotihoitoon perustettiin moniammatilliset tiimit, joissa on kotisairaanhoidon, kotihoidon, päihdetyön ja mie-

”

Vahvistunut moniammatillisuus ja yhteistyö luovat uudenlaisen osaamisen tarvetta.

lenterveystyön osajia. Poliklinikalle perustettiin akuuttiin mielenterveys- ja päihdetyöhön keskittyvä tiimi.

MUUTOSTIETOA KEHITTÄMISEN TUEKSI

Lieksassa pidettiin tärkeänä, että suurta muutosta dokumentoidaan, tutkitaan ja arvioidaan. Laitospaikkojen nopea vähentäminen on pitkän ja vaativan muutoksen alku. Muutostietoa tarvitaan kehittämisen tueksi. On tärkeää selvittää, mikä konkreettisesti muuttuu, miten työprosessit uudistuvat ja uusi moniammatillinen yhteistyö toimii ja miten muutos vaikuttaa kustannuksiin.

Lieksan kaupunki teki viime keväänä yhteistyötarjoituksen Pohjois-Karjalan ammattikorkeakoulun Sosiaali- ja terveysalan keskukselle. Siellä yhteistyö nähtiin hyvänä mahdollisuutena vahvistaa opintojen työelämälähtöisyyttä. Tämän syksyn työskentelyä valmisteltiin kaupungin, ammattikorkeakoulun ja Itä-Suomen sosiaalialan osaamiskeskuksen yhteistyönä. Ensimmäiseksi päätettiin kerätä työntekijöiden kokemuksia muutoksesta. Seuraavaksi kuullaan asiakkaita, omaisia ja muita yhteistyötahoja.

VASTUU KASVOI JA TYÖ MONIPUOLISTUI

Syyskuussa seitsemäntoista kolmannen vuoden sosionomiopiskelijaa tuli Lieksaan keräämään sosiaali- ja terveydenhuollon henkilöstön kokemuksia. Tiedonkeruu oli osa syksyn opintojaksojen tehtäviä. Teemoja oli mietitty ennakoon Lieksan kaupungin vt. sosiaa-

lijohtajan Soile Syrjäläisen kanssa. Hän kävi myös koululla kertomassa opiskelijoille muutoksen taustoista.

Opiskelijat haastattelivat rakenne muutoksen pyörytyksessä olevia työntekijöitä kotihoitossa, vanhustenhuollon tuki- ja avopalveluyksikössä, päiväkeskuksessa ja terveyskeskuksen vuodeosastolla. Työntekijät kokevat vastuun kasvaneen ja se on osittain lisännyt tunnetta työn kuormittavuudesta. Kotihoiton asiakkaina on nyt vanhusten ja vammaisten lisäksi mielenterveys- ja päihdekuntoutujia.

Vahvistunut moniammatillisuus ja yhteistyö luovat uudenlaisen osaamisen tarvetta. Muutos laitostyöstä kotihoitoon ja ihmisen omaan kotiin on työntekijälle melkoinen hyppy ja valtava kulttuurinen muutos. Työnkuva voi olla hakusessa, ja omasta osaamisesta ollaan epävarmoja. Työntekijöitä pitää perehdyttää uuteen työympäristöön. Tarvitaan nykyistä enemmän työnohjausta ja mahdollisuutta purkaa muutoksen herättämiä kokemuksia ja tunteita.

Palvelurakenteiden lisäksi muuttuvat työyhteisöjen totut toimintamallit ja työntekijöiden työnkuvat. Vielä on aikaista arvioida rakennemuutoksen vaikutusta kuntatalouteen. Alustavien tulosten valossa voidaan kuitenkin sanoa, etteivät erikoissairaanhoidon menot ole Lieksassa kasvaneet niin kuin on pelätty. Ne ovat vähentyneet alkuvuodesta elokuun loppuun mennessä 0.4 prosenttia. Monessa lähikunnassa ne ovat lisääntyneet jopa parikymmentä prosenttia vastaavana aikana.

PALVELURAKENNE- MUUTOS ELÄVÄKSI

Opiskelijoista Lieksa-tehtävä oli innostava ja opettava. Heille onnistuttiin tarjoamaan sekä tietoa että kokemusta sosiaalialan kehittämistyöstä. Opiskelijat näkivät etäiseksi ja paperinmakuiseksi koetun palvelurakennemuutoksen silmästä silmään. He oivalsivat tutkivan työtteen merkityksen sekä sen, että käytäntöä hyödyttäviä selvityksiä voidaan tehdä nopeasti. Aikaa suunnittelusta tulosten raportointiin ja arviointiin kului vain kuukausi.

Opiskelijoille on tärkeää, että heidän tuottamallaan tiedolla on merkitystä ja sitä käytetään. Työn tulokset ovat Lieksassa kovassa käytössä: niitä pohditaan työryhmissä, ne esitellään kaupunginvaltuustolle ja niistä otetaan opiksi jatkotyöskentelyssä.

Työntekijät pitivät haastatteluita tärkeinä. Ne olivat yhteisen pohdinnan ja arvioinnin paikkoja. Useat haastattelusta toivoivat uusintaa vaikkapa vuoden päästä.

» JULKAISTU

Sosiaalitieto 11/2010

Seniorit mukaan muutokseen

Arja Jämsén Itä-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus
Teija Nuutinen, Pohjois-Karjalan ammattikorkeakoulu

Ylinopeutta ikääntyvä väestö kuvaa etenkin Pohjois-Karjalan ikärakennetta. Suoria johtopäätöksiä ”mahdottomasta” huoltosuhteesta ei kuitenkaan ennusteiden pohjalta pidä tehdä, kuten Sanomalehti Karjalaisen pääkirjoituksessa 17.11. oikein todetaan.

Vanheneva väestö on muutakin kuin raskas huoltosuhte. Tulevaisuuteen ei toisaalta myöskään ajauduta ajopuun lailla. Kituliaalle ja ikävästi ikääntyvälle Pohjois-Karjalalle on vaihtoehtoja.

Eläköityminen avaa nuorille työpaikkoja. Pohjois-Karjala voisi olla houkutteleva asuinpaikka sekä nuorille perheille että paluumuuttajasieneille. Yhä useampi ikäihminen pystyy ja on halukas maksamaan laadukkaista ja monipuolisista palveluista. Maakunta voisi olla myös etätöntehtäjän unelma, myös maaseudulla. Näiden tavoitteiden toteutumiseksi tarvitaan kuitenkin vielä paljon yhteistä työtä.

Vähälle huomiolle on toistaiseksi jäänyt ikäihmisten oma osallistuminen hyvinvointitalkoisiin. Joensuussa järjestettiin marraskuussa ”ikäosaaminen alueelliseksi voimavaraksi” -tilaisuus, joka kokosi kymmeniä ikäihmisiä keskustelemaan ikärakenteen muutoksesta, ikäosaamisen tarpeesta, sukupolvien välisestä vuoropuhelusta ja aktiivisesta ikääntymisestä. Vilkasta keskustelua virisi siitä, miten ja missä ikäihmisten kokemusta kuullaan ja osaamista otetaan käyttöön. Selvästi on niin, että nykyisillä ikäihmisillä on halua kantaa kortensa kekoon ja osallistua yhteiskuntaan paljon enemmän kuin tällä hetkellä tuntuu olevan mahdollista. Toivottiin muun muassa nykyistä suurempaa keskusteluyhteyttä päättäjiin.

Ikäihmisillä on kokemusta niukkuudessa ja epävarmuudessa pärjäämisestä. Tulevaisuuden hyvinvoinnin valmistamiseksi tarvitsemme myös ikäihmisten taitoa ja tietoa. Moni ikäihminen on

halukas toimimaan yhteiskunnassa eri tavoin, esimerkiksi vapaaehtoistoiminnassa, vertaistukena, varaukkeina ja -mummeina tai kouluttajina. Yhä enemmän kiinnostaa myös palkkatyöhön osallistuminen, varsinkin jos työntekoa tuettaisiin verotuksellisilla ratkaisuilla.

Ikäihmisten osallistumista ja äänen kuulemista on vahvistettava rohkaisemalla ja kannustamalla ikäihmisiä tulemaan mukaan erilaisiin toimiin. Lisäksi tarvitsemme myös uusia toimintatapoja ja mahdollisuuksia olla aktiivinen toimija. Kuten Joensuun vanhusneuvoston puheenjohtaja Heimo Hassinen on osuvasti todennut, ikäihmiset ovat kaikkein varmin ja nopeimmin lisääntyvä voimavara.

» JULKAISTU

Karjalainen 19.11.2011

Tulevaisuuden valttikortti

Arja Jämsén Itä-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus
Tuula Kukkonen, Karelia-ammattikorkeakoulu

Väestön ikääntymisestä riittää juttua. Ei päivää, ettei vanhus-
ten määrästä, hoitajien puut-
teesta tai vanhuspalvelujen laadusta
olisi puhetta. Ja tosi hyvä niin! Tois-
taiseksi vähemmälle on jäänyt se, että
ikäihmiset ovat paljon muutakin kuin
sosiaali- ja terveyspalvelujen käyttäjiä.

Ikäihmiset ovat jo nyt merkittävä
kuluttajaryhmä. He asuvat, matkusta-
vat, remontoivat, tekevät isoja ja pieniä
ostopäätöksiä – ostavat ruokaa, vaattei-
ta, kenkiä, hankkivat jääkaappeja, tele-
visioita, tietokoneita. Osa pohjoiskar-
jalaisista yrityksistä on jo havahtunut
huomioimaan ikäihmisiä asiakkaina.
Eräs elektroniikan alan yrityksen joh-
taja kertoo, että ikäihmisten matkaan
lähtee monta tietokonetta ja tablettia
viikossa. Puhumattakaan televisioista
ja kännyköistä.

Laadukas asiakaspalvelu on vahva
kilpailutekijä ja valtti markkinoilla
asiakkaista kilpailtaessa. Hyvä palvelu

ja sujuva kaupankäynti tukevat myös
ikäihmisten hyvinvointia ja pärjäämis-
tä. Ikäihmiset ovat yleensä asiakkaina
tosioistajia, mutta heillä on myös aikaa
vaihtaa liikettä, jos heidän tarpeitaan
ei huomioida. Asiakaspalvelussa työ-
skentelevät tarvitsevat sekä tiedollista
että asenteellista ikäosaamista, jotta
he pystyvät entistä paremmin kohta-
amaan ikäihmisiä sekä tunnistamaan ja
ottamaan huomioon heidän yksilöllis-
et tarpeensa.

Karelia-ammattikorkeakoulun
hankkeessa selvitetään yritysten orga-
nisaatioiden asiakaspalvelutyönteki-
jöiden kokemuksia ja osaamistarpeita
ikäihmisten asiakaspalvelussa. Mukana
on muuan muassa ruokakauppa, ko-
dinkoneliike, vaatekauppa, kuntosali
ja bussifirma. Yritysyhteistyössä val-
mistuu ikäosaamisen opas ja koulutus-
paketti yritysten käyttöön. Tulevaisuu-
den ikäosaavan maakunnan yrityksillä
saattaa hyvinkin olla kilpailuvalttinaan

erityistä osaamista palvella ikäihmisiä
asiantuntevasti, kunnioittavasti ja
myös eettisesti oikein. Näin myös yri-
tysten menestys on taattu.

Tämän kehittämistyön tueksi kuuli-
simme mielellämme ikäihmisten omia
palvelukokemuksia. Millaisia ovat ol-
leet hyvät asiakkuuskokemukset vaik-
kapa juhlapukua tai tietokonetta hank-
kiessa? Entäpä marketissa tai matkalla?
Millaisissa tilanteissa olisit toivonut pa-
remmin tarpeesi huomioivaa palvelua?

Voit lähettää kertomuksesi sähkö-
postilla: tuula.kukkonen@karelia.fi tai
postitse: Tuula Kukkonen, Tikkarinne
9, 80200 Joensuu.

» JULKAISTU

Karjalainen 18.3.2013

Marketissa tavataan

Arja Jämsén, Itä-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus
Tuula Kukkonen, Karelia-ammattikorkeakoulu

Ikäihmisille tärkeät palveluaukot ovat jääneet melkein tyystin huomiotta. Jokainen ihminen tarvitsee vanhanaikin päivittäin elintarvikkeita ja muita kulutustavaroita. Saattaapa kaivata myös uutta televisiota, älypuhelinta tai tablettia.

Tavaraa on toki tarjolla, mutta miten tarjonta kohtaa kysynnän? Ovatko yritykset helposti kaikkien saavutettavissa? Osataanko valikoimissa, markkinoinnissa ja asiakaspalvelussa huomioida ikäihmisten tarpeet? Ikäihmisten palvelutarpeista tulee usein ensimmäisenä mieleen sosiaali- ja terveyspalvelut. Kyse on paljon muustakin, kaikesta mitä ihminen elämässään ja arjessaan tarvitsee.

Anna-Maija Kohikoski on tutkinut 55 vuotta täyttäneiden ostokäyttäytymistä ja ostokokemuksia Turun kaupunkiseudulla. Väitöstutkimus

paljastaa merkittäviä päivittäistavara-kaupan palveluaukkoja kaupunkirakenteessa. Palvelujen saavutettavuus voi olla eri syistä vaikeaa. Uusi tieto on, että ikäihmiset suosivat marketteja lähikaupan sijaan. He hurauttavat markettiin autolla parempien valikoimien ja sosiaalisten merkitysten vuoksi. Vanhan kyläkaupan rappusilla istuskelun merkitys ei olekaan hävinnyt kaupungistumisen myötä. Monet vanhat ihmiset sanovat käyvänsä parikin kertaa päivässä istuskelemassa marketin aulassa tai eteisessä katselemassa vilinää ja tapaamassa tuttuja. Näitä paikkoja ei ole kuitenkaan erityisemmin tällaiseen tarkoitukseen rakennettu eikä sisustettu. Osa vanhuksista nojaileekin rollaattoriinsa, kun ei ole paikkaa istua. Sosiaalisen ja yhteisöllisyyden merkitystä ei ole ostosympäristöjen suunnittelussa vielä ymmärretty.

”

Vanhan kyläkaupan rappusilla istuskelun merkitys ei olekaan hävinnyt kaupungistumisen myötä.

Pohjois-Karjalassa Karelia-ammattikorkeakoulun Ikäosaamisen ABC-hankkeessa selvitettiin ikäosaavan yrityksen lähtökohtia. Valveutunut yritys huomioi ikääntyneet asiakkaat tuote- ja palveluvalikoimassaan, markkinoinnissaan ja asiakaspalvelussaan. Myös arkisella ostosympäristöllä on merkitystä muun muassa siinä, miten tuotteet on sijoiteltu, miten hyllyt ja tuotteiden hinnat on merkitty ja millaisia värejä käytetään.

Tähän tarvitaan tietoa siitä, mitä ikääntyminen tarkoittaa yksilön näkökulmasta. Ymmärrys väestön ikääntymisen yhteiskunnallisesta merkityksestä on myös tarpeen. Yritysten into paneutua ikäihmisten odotuksiin ja kokemuksiin tuottaa ikäihmisille paremmin soveltuvia tuotteita ja palveluita sekä yrityksille lisämyyntiä. Ikäihmiset tietävät itse parhaiten, mitä ja miten

mieluiten ostaisivat. Ikäihmisten kulutustottumuksia ja niiden muutoksia on kuitenkin toistaiseksi tutkittu yllättävän vähän.

Reippaiden autoilevien ikäihmisten lisäksi on heitä, joilla ei ole autoa tai jotka ovat luopuneet autosta. Kulkeminen on keskeinen kysymys. Aina on muistettava, että ikäihmiset ovat erilaisia toimintakyvyltään ja kulutustottumuksiltaan.

» JULKAISTU

Savon Sanomat 26.3.2014



II

Mitä näet, kun katsot ikäihmistä

Ikääntyvät tavikset

Arja Jämsén, Itä-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus

L ehdissä kiersi taannoin pikku-uutisena juttu vanhasta naisesta, joka oli asunut tornitalon yläkerrassa käymättä kodin ulkopuolella kymmeneen vuoteen, koska talon hissi oli ollut epäkunnossa. Kun hissi viimein korjattiin, rouva sai kunnian ajella ensimmäisenä alas ja takaisin ylös.

Asun itsekin kerrostalossa – neljäs kerros, ei hissiä. Viihdyn yläkerrassa, enkä ole ajatellut muuttaa asunnosta ennen kuin jalat edellä. Tosin seinänaapurini, vanha rouva, joutui muuttamaan, kun ei enää pystynyt suoriutumaan portaista. Kolmannen kerroksen vanhat rouvat taistelevat portaat leväten joka porrastasanteella: ”kuntoiluahan tämä ja rollaattori odottaa alakerrassa”.

”Kaikki” Suomessa tuntevat ikääntymisennusteet ja ikäpyramidit. Miksei juuri mitään kuitenkaan tapahdu?

Muistioita ja julkilausumia syntyy, mutta väen ikääntymisen todelliset muutosvaikutukset yhteisöjen arkipäivässä jäävät tavoittamatta. Toki ollaan huolestuneita, syömmekö terveellisesti ja liikummeko tarpeeksi. Pohditaan, miten meidän hoidostamme tullaan selviämään ja miten palvelurakennetta pitäisi kehittää. Viime aikoina olemme alkaneet kiinnostaa myös markkinoita: meillä kuulemma on kolmannessa iässä sekä varallisuutta että myös halua kuluttaa.

Mutta kiinnostaako vanheneva väki yhteisöjä ja yhteiskuntaa ihan vaan ihmisinä? Ei potilaina, asiakkaina ja kuluttajina, vaan ihmisinä, ikääntyvinä taviksina, joilla on erilaisia, mutta toisaalta hyvin tavallisia tarpeita. Tavis haluaa raihnaistenkin päästä ihmisten ilmoille. Hän haluaa pysyä kärryillä ajan ilmiöissä. Tässä on sosiaalisen

asiantuntijoilla paikkansa: olla ikääntyvässä yhteiskunnassa jäsentämässä ja tukemassa arkielämän sujuvuutta sekä sosiaalista osallisuutta.

Tuoreessa tutkimuksessa ikääntyvien elämäntyyleistä (Karisto & Kontinen 2004) tulee esille se, ettei hyvä elämä ja vanheneminen muodostu vain elintasosta, terveydestä ja resurssien määrästä. Keskeistä on se, mitä resursseilla saadaan aikaa. Ja siihen tarvitaan kykyä ottaa hyvinvointia ”irti”. Itse elämä – ihmisten oma aktiivisuus – sekä luo että ylläpitää tätä hyvinvointikyvykkyyttä ja energiapääomaa.

Hyvän vanhustyön tavoite ei ole kotona asumisen turvaaminen, vaan Silva Tedren sanoin: mielekäs elämä, jossa suhde muihin ihmisiin ja yhteiskuntaan voi pysyä elävänä, huonokuntoisenakin. Hyvään vanhuuteen kuuluu kotoa pois pääsy. Ikääntyvässä

yhteiskunnassa tarvitaan uudenlaisia toimintoja, kohtaamispaikkoja ja vertaistuen areenoita. Sosiokulttuurinen työ antaa lupauksia työotteesta, jolla voidaan tukea ihmisten osallisuutta ja lisätä elämän merkityksellisyyden kokemusta. Taiteen, kulttuurin ja sosiaalisen liitosta voi löytyä hyvän vanhene-
misenkin avaimet. Ja kaikki ikääntyvät tavikset, muistakaapa jokakesäinen llovaarirock – sinne pääsee vaikka rolaattorilla.

”

Tavis haluaa raihnaisenakin päästä ihmisten ilmoille. Hän haluaa pysyä kärryillä ajan ilmiöissä.

» JULKAISTU

Sosiaaliturva 11/2004

Mikä on mielikuvasi ikääntyvästä – näetkö iän vai ihmisen?

Arja Jämsén Itä-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus
Tuula Kukkonen, Pohjois-Karjalan ammattikorkeakoulu

Mitä näet, kun katsot ikäihmistä? Näetkö iän vai ihmisen? Näetkö mielikuvasi ikäihmisestä? Osuuko silmiisi rollaattorimummo toisensa perään? Vai näetkö yksilön, ihmisen, jonka ikävuosien rinnalla kulkee koko hänen elämänsä? Vanhan naisen sisuksissa on yhtä aikaa se menneiden vuosikymmenten pikkulapsi, nuori tyttö, keski-ikäinen nainen, ikääntyvä nainen. Unelmat, odotukset, pelot, huolet, ilot, kaikki mitä ihminen mukanaan kuljettaa.

Ihminen säilyttää ikääntyessään oman perusolemuksensa, näkemyksensä ja minänsä. Ei ”minä” mihinkään katoa, vaikka ikäännytään. Eeva Kilven sanoin ”vanhan naisen silmän rei’istä katsoo nuori tyttö”. Elämän jatkuvuus takaa, ettei tietyn ikäpyykin ylittäminen muuta ihmistä toiseksi. Mielikuviamme aina samanlaista ikäihmistä

ei ole olemassakaan, ei sen enempää lempeänä ja pirteänä kuin raihmaisena ja äreänäkään. On vain monenlaisia ihmisiä, joilla on suunnilleen samat ikävuodet.

Ikäihmisiä siis riittää - ja moneen junaan. Peruslähtökohtamme elämään ovat hyvin erilaisia. Elämänasenteet ja kokemukset, terveys, taloudellinen tilanne ja tulevaisuuden suunnitelmat vaihtelevat.

Uskallamme väittää, että tulevaisuuden ikäihmiset haluavat visusti pitää kiinni omasta elämästään, tehdä omia valintojaan ja elää elämäänsä. Elämän halutaan myös ikäihmisenä näyttävän ja tuntuvan ihan omalta elämältä. Jotkut haluavat jatkaa aktiivista menoa, yksi opiskelee, toinen kulkee jumpassa tai kesän rokkijuhlissa. Kolmas haluaa olla monella tavalla hyödyksi äitiään auttavana eläkeläisenä tai sairaalaan

”

Elämän halutaan myös ikäihmisenä näyttävän ja tuntuvan ihan omalta elämältä.

sijaiseksi rientävänä seniorisairaanhoidtajana. Ja yhtä lailla on ihmisiä, jotka ikääntyessäänkin haluavat vetäytyä omiin oloihinsa, olla rauhassa, olla osallistumatta.

Tällä hetkellä ikääntyvää Suomea suunnitellaan hyvin tasapäistä ryhmää ja keskenään samanlaisia ikäihmisiä varten. Ikääntyvää väestöä on kuvattu jopa "harmaana tsunamina", joka valtavana vyöryvänä massana uhkaa maamme tulevaisuutta.

Entä jos ikäihmisen valinnat ovat yhteiskunnan palvelujärjestelmän näkökulmasta vinoja, outoja tai vääriä valintoja, mutta hänen omasta mielestään oikeita, hänen elämänsä valintoja? Entä jos ikäihminen haluaa asua maalla kaukana palveluverkon pisteistä, vaikka tarvitsee välillä ulkopuolista apua. Entä jos hän toivoo voivansa asua tutuilla kotirannoilla ja kulkea omilla marja-

ja sienipaikoilla. Tai jos hän haaveilee mukavasta kimppekämpästä keskeillä urbaania sykettä. Kaikki tämä on mahdollista, jos ikäihmisellä on varaa kustantaa tarvittava apu ja tuki omasta kukkarostaan. Miten omien valintojen ja omannäköisen elämän eläminen olisi mahdollista kaikille, varallisuudesta riippumatta? Millaisia valinnan vapauksia ja vaihtoehtoja on itäsuomalaisella pienituloisella ikäihmisellä?

Miten voisimme tukea näitä valintoja silloinkin kun vanhan jalka ei enää nouse? Miten osaisimme nähdä iän takaa ihmisen, kuulla, mitä hän haluaa ja tarvitsee voidakseen hyvin?

Me saatamme tietää, mikä hänelle vaikkapa tutkimusten mukaan olisi hyväksi, mutta tiedämmekö oikeasti, mitä hän itse pitää hyvänä, mitä hän haluaa, mihin hän sitoutuu – miten hän haluaa omaa vanhuuttaan elää?

» JULKAISTU

Karjalainen 20.9.2012



III

Mitä se ikäosaaminen oikein on

Ikäosaaminen maakunnan uudeksi vahvuudeksi

Arja Jämsén Itä-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus
Teija Nuutinen, Pohjois-Karjalan ammattikorkeakoulu

Jo hokeman asteelle on tullut tosiasia, että "Itä-Suomi harmaantuu ja huonosti meidän käy". Uhkakuvissa hoitopaikat ja hoitajat loppuvat, kustannukset paisuvat ja yhteiskunta täyttyy yhä raihnaisemmista, hoivaa tarvitsevista vanhuksista.

Totta on, että väestön ikääntyminen liikauttaa suomalaista yhteiskuntaa ja koko maailmaa. Ymmärryksemme on kuitenkin vielä kovin vajavaista siitä, millainen myönteinen muutosvoima ikääntyvä väestö myös on. Tarvitsemme uudenlaista ikäosaamista ymmärtääksemme ikääntymisen moninaisia vaikutuksia ja ennen kaikkea osataksemme tarttua ikääntymiseen tuoreesta ja voimavaroja korostavasta näkökulmasta. Ikääntyvällä väellä on voimaa, kykyä ja taitoa. "Harmaa tsunami" on käännettävissä voitoksi.

Ikääntyvän väestön tarkastelu vain palvelujen ja avun tarpeen ikkunas-ta vääristää kuvan. Ikäihmiset ovat ja tulevat olemaan aktiivisia ja toimeliaita. He osallistuvat eläkkeelläkin työelämään, toimivat vapaaehtoisina, hoitavat omaistaan, auttavat lastensa perheitä, matkustavat, kouluttautuvat ja harrastavat.

Ikäosaamista tarvitaan erityisesti sosiaali- ja terveysalalla, minkä lisäksi se koskettaa kaikkia yhteiskunnan tasoja. Kaupan, liikenteen, matkailun, kulttuurin, tekniikan ja koulutuksen kentän on syytä havahtua kysymään, millaista ikäosaamista siellä tarvitaan. Millaisia ovat tulevien ikäihmisten kullustottumukset, liikenne- ja matkailutarpeet, elämäntavat, lomailumieltymykset ja asumistavoitteet? Mitä ja millaista osaamista tarvitaan, että näihin tarpeisiin kyettäisiin vastaamaan.

Pohjois-Karjalalla on oivat mahdollisuudet tulla ikääntymisen johtavaksi asiantuntijaksi ja toimia ikääntymisen "laboratoriona". Muu maa on vasta 2030 samoissa ikääntymislukemissa kuin esimerkiksi Lieksa on jo tällä hetkellä. Tätä silmälläpitäen Pohjois-Karjalan ammattikorkeakoulussa valmistellaan laajaa maakunnallista ikäosaamisen toimintakonseptia vuosille 2011-2013. Tarkoituksena on koota ikäosaamisen seuraavat kehittämisaskeleet. Yhteiseen työhön tarvitaan monia eri toimijoita ja verkostoja.

Ensi vuosi on aktiivisen ikääntymisen eurooppalainen teemavuosi, joka korostaa aktiivista ikääntymistä, parempien mahdollisuuksien ja työolojen luomista, sosiaalisen eristäytymisen torjuntaa ja terveen ikääntymisen tukemista. Pohjois-Karjalassa aktiivisen ikääntymisen vuoden lähtölaukaus on jo ammuttu.



He osallistuvat
eläkkeelläkin
työelämään, toimivat
vapaaehtoisina,
hoitavat omaistaan,
auttavat
lastensa perheitä,
matkustavat,
kouluttautuvat ja
harrastavat.

» JULKAISTU

Karjalan Maa 3.2.1011

Ikäosaamisen johtoon

Arja Jämsén, Itä-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus
Teija Nuutinen, Pohjois-Karjalan ammattikorkeakoulu

Tasavallan presidentti Tarja Halonen osui naulan kantaan 14.9. puheessaan maakuntaliiton 75-vuotisjuhlassa. Presidentti korosti väestön ikääntymisen nostamista voimavaraksi ja innosti maakunnan toimijoita kehittämään ikäosaamisen mestareiksi.

Totta on, että Pohjois-Karjala ikääntyy muuta maata nopeammin. Me elämme täällä jo todeksi sitä, mikä tulevaisuutta muulle Suomelle ja Euroopalle. Esimerkiksi Lieksassa on yli 65-vuotiaita tällä hetkellä 26 prosenttia. Parissa vuosikymmenessä heidän osuutensa arvioidaan olevan jo 46 prosenttia. Pohjois-Karjalalla on kaikki mahdollisuudet ikäosaamisen ”laboratorioksi” ja malliksi maailmalle. Meillä on paljon osaamista ja ennen kaikkea innostunutta ja ennakkoluulotonta kehittämisen meininkiä. Maakunnan toi-

mijat ja palveluinnovaatiot ovat saaneet myönteistä julkisuutta ja useita tunnustuspalkintoja.

Pohjois-Karjala aloittaa ison mielikuvakampanjan. Myös ikääntymiseen ja ikäihmisiin liittyvissä asioissa kyse on monesti mielikuvista tai niiden puutteesta. Kampanjassa olisi hyvä muistaa myös ikääntymisen kysymykset. Miltä kuulostaisi ”iloisesti ikääntyvä Pohjois-Karjala”?

Väestön ikääntyminen muuttaa maailmaa enemmän kuin tällä hetkellä osaamme aavistaa. Ikäosaamista, uutta ymmärrystä ja osaamista tarvitaan kaikilla yhteiskunnan alueilla ja tasoilla, muun muassa asumisessa, liikenteessä, kulttuurissa, koulutuksessa sekä sosi- ja terveysalalla.

Pohjois-Karjala on väestön ikääntymisen edelläkävijä ja voi olla sitä myös ajattelun ja osaamisen uudistamisessa.

”

Pohjois-Karjalalla on kaikki mahdollisuudet ikäosaamisen ”laboratorioksi” ja malliksi maailmalle.

» JULKAISTU

Karjalainen 16.9.2011

Kohti ikäosaavaa Pohjois-Karjalaa

Arja Jämsén, Itä-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus

Ikääntyminen ravistaa yhteiskuntia kautta maailman. Huolta herättävät niin kustannukset ja talouden keskeisyys kuin ”hoitavien käsien” riittävyyskin. Näissä puheissa ikääntymistä tarkastellaan useimmiten palvelujen ja hoivan tarpeen ikkunasta. Totta on, että väen harmaantuminen muuttaa maailmaa. On jopa väitetty, että väestön ikääntyminen on suurempi muutos kuin teollinen vallankumous Kehruu-Jennyneen aikoinaan.

Ikääntymiseen liittyvässä ongelmapuheessa meiltä tahtoo kuitenkin jäädä huomaamatta, millainen myönteinen muutosvoima ikääntyvä väestö on. On voimaa, kykyä ja taitoa. Valtaosa ikäihmisistä on ja tulee olemaan aktiivisia ja toimeliaita. He osallistuvat eläkkeelläänkin työelämään, toimivat vapaaehtoisina, hoitavat omaistaan, auttavat lastensa perheitä, matkustavat, opiskelevat ja harrastavat.

Ikääntyminen olisikin ymmärrettävä laajana ja moniulotteisena ilmiönä.

Se edellyttää tuoretta ajattelua ja toimintaa ja tuekseen uutta osaamista. Ikäosaaminen ei ole pelkästään tietoa ja taitoa. Se on myös asennetta ja eettistä osaamista. Mikä on ikäihmisen arvo ja arvostus yhteiskunnassa? Millaisia osallistumisen ja vaikuttamisen mahdollisuuksia ikäihmisillä on? Miten ikäihmiset näkyvät ja kuuluvat yhteiskunnassa? Millaisia mahdollisuuksia eri-ikäisillä ihmisillä on tavata ja toimia yhdessä?

Sosiaali- ja terveystieteiden yhteistyössä. Ikäosaaminen ei kuitenkaan ole vain vanhustyön osaamista. Ikäosaamista tarvitaan kaikilla yhteiskunnan tasoilla. Mitä väestön ikääntyminen tarkoittaa kaupan, liikenteen, matkailun, kulttuurin, tekniikan ja koulutuksen kentällä? Mitä se tarkoittaa terveyden, sosiaalisten suhteiden, yhteisöjen, koko yhteiskunnan kannalta? Millaisia ovat tulevien ikäihmisten elämäntavat ja kulutustottumukset? Miten ikäihmiset haluaisivat asua ja

liikkua, matkailla ja lomilla? Mitä ja millaista osaamista tarvitaan, jotta näihin tarpeisiin kyettäisiin vastaamaan?

Sosiaalialan osaamista ja ammattitaitoa tarvitaan tässä muutoksessa. Yhteiskunnallisen muutoksen ymmärtäminen ja voimavaralähtöinen ja osallistava työtapa ovat sosiaalialan perusosaamista, jota erityisesti nyt kaivataan. Pohjois-Karjala on ikääntymisen edelläkävijä. Muu Suomi on vasta vuonna 2030 samoissa ikääntymislukemissa kuin esimerkiksi Lieksa on jo tällä hetkellä. Pohjois-Karjalalla on näin mahdollisuus etuottoon ikääntymisen ”laboratoriona”. Tervetuloa ikääntyvän yhteiskunnan muutostalkoisiin!

» JULKAISTU

Lähenne-lehti, Talentia Pohjois-Karjala ry. 20.2.2012

Mitä se ikäosaaminen oikein on?

Arja Jämsén, Itä-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus
Tuula Kukkonen, Karelia-ammattikorkeakoulu

Ikääntyminen on jatkuva puheenaihe. Ovatko ikärakenteen muutos ja ikääntyvä väestö eläkepomme, vai voisivatko ne olla uusi Nokia? Pohjois-Karjalaa on sanottu ikääntymisen laboratoriksi, täällä kun ikäihmisten osuus kasvaa muuta maata nopeammin ja aikaisemmin. Voisiko ikäosaaminen ollakin meidän vahvuutemme, jopa vientituotteeksi asti?

Näin meillä mietitään, mutta mitä se ikäosaaminen oikein on? Ikääntyminen kun ei ole ihan pieni juttu. Alamme puhua ikääntyvistä työntekijöistä jossain 50 ikävuoden kieppeillä. Toisaalla saamme yhä useammin juhlistaa 100-vuotissynttäreitä. Tähän väliin mahtuu paljon elämää ja monenlaisia ikääntymisen ilmiöitä ja kokemuksia.

Ikääntymisen ilmiöistä ja ikäosaamisesta puhuttaessa olisikin tärkeää

tarkentaa katsetta. Olemme jäsentäneet ikäosaamisen painopisteitä kolmeen elämänvaiheeseen, jotka eivät ole sidottuja ikävuosiin vaan pikemminkin elämäntilanteeseen ja yksilöllisiin elämänkulkuihin: ikääntyvät työntekijät, seniori-ikäiset sekä vanhuusikäiset.

Ikääntyviä työntekijöitä halutaan pysyttää työelämässä yhä pidempään, mutta työssä jaksamisessa on moninaisia pulmia. Tuoreen ATH-tutkimuksen mukaan esimerkiksi Pielisen Karjalassa 41 % aikuisväestöstä ei usko jaksavansa työskennellä eläkeikään saakka (koko maassa 26 %). Työelämän sukupolvenvaihdos on käynnissä ja tahti vain nopeutuu. Työyhteisöissä tarvitaan osaamista eri-ikäisten johtamiseen ja osaamisen hyödyntämiseen. Ikääntynyt työntekijä hyötyy joustavasta työkäytöstä ja työn yhteensovittamisesta.

Tietoisuus hyvistä ikäjohtamisen käytännöistä tuottaa turvallisuutta meille kaikille.

Seniori-ikä, elämänvaihe eläköitymisen ja vanhuusiän välissä, on onneksemme pidentynyt. Tässä vaiheessa ihmisellä on mahdollisuuksia moneen. Hän tulee toimeen ja asuu omillaan. Hän haluaa osallistua ja vaikuttaa. Joku tarjoaa hoitoapua lastenlapsille, joku talkoilee, toimii järjestöissä tai matkustelee. Monet toimivat toisten ikäihmisten apuna ja vertaistukena.

Seniori-ikäiset ovat voimavara, jota ei ole täysin oivallettu. Heiltä löytyy kokemusta ja osaamista, usein myös aikaa. Tämän elämänvaiheen aktiivisuus ja hyvinvointia ja terveyttä edistävä työ kantavat jatkossakin. Se näkyy myöhemmin sekä yksilöllisenä hyvinvointina että kustannussäästöinä.



Ikäosaamista tarvitaan, jotta voimme ennakoida ikääntymisen vaikutuksia ja osaamme nähdä voimavaroja ja osaamista, mahdollisuuksia mieluummin kuin esteitä ja rajoitteita.

Vanhuusikä luonnehtii usein hoi-va- ja hoitopalvelujen tarve. Palveluja käytetään yhä useammin omassa kodissa. Yksinäisyyttä, turvattomuutta ja erilaisia sairauksia koetaan aiempia elämänvaiheita useammin. Yksilöllisyys ja oma tahto eivät kuitenkaan katoa eikä niitä saa unohtaa. Ammat-tilaisten tulee pitää erityistä huolta näiden huomioimisesta silloinkin, kun ihminen itse ei enää välttämättä kykene niitä ilmaisemaan ja puolustamaan. Palveluja kehitettäessä valokeilassa ovat uudet asumisratkaisut ja liikkuvat palvelut, varsinkin meillä pitkien välimatkojen alueella.

Näiden elämänvaiheiden luonteen ja erityispiirteiden tunnistaminen on ikäosaamista. Ikäosaamista tarvitaan, jotta voimme ennakoida ikääntymisen vaikutuksia ja osaamme nähdä voima-

varoja ja osaamista, mahdollisuuksia mieluummin kuin esteitä ja rajoitteita.

Ikääntymisen ilmiöitä on siis syytä katsella totuttua monipuolisemmin. Väestön ikääntyminen vaikuttaa koko yhteiskuntaan, ei vain sosiaali- ja terveyspalveluihin. Kyse ei ole yksilö- teisesti vain kasvavista kustannuksista, vaan myös uusista myönteisistä mah- dollisuuksista.

Pohjois-Karjalalla on ikäosaamisen kehittämisessä ainakin yksi mahtava etulyöntiasema: Ikääntymisen koke- musasiantuntijoista ei ole pulaa.

» JULKAISTU

Karjalainen 27.2.2014



IV

**Saako sitä ihminen
asua missä haluaa**

Myös maaseudun ikäihmistä kuunneltava

Arja Jämsén, Itä-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus
Tuula Kukkonen, Pohjois-Karjalan ammattikorkeakoulu

Suomessa on käyty viime aikoina harvinaisen vilkasta keskustelua vanhustenhuollosta, ja paljon on ollut porua ikäihmisten tarpeista. Hyvä niin.

Ikäihmisiä koskevissa keskusteluissa elää kuitenkin vain kahdenlaisia ikäihmisiä: laitoshoitoon joutuvia tai pääseviä huonokuntoisia ihmisiä sekä kotona asuvia aktiivisempiä. Kato-tetaanko keskustelussa elämän moninaisuus, alueelliset erot ja ikäihmisten yksilöllisyys?

Me saatamme tietää, mikä ikäihmiselle vaikkapa tutkimusten mukaan olisi hyväksi, mutta tiedämmekö oikeasti, mitä hän itse pitää hyvänä, mitä hän haluaa, mihin hän sitoutuu - miten hän haluaa elää omaa vanhuuttaan? Entä jos ikäihmisen valinnat ovat yhteiskunnan palvelujärjestelmän näkökulmasta vinoja, outoja tai vääriä, mutta hänen

omasta mielestään oikeita, hänen elämänsä valintoja?

Ikäihmisellä on mahdollisuus valita asumismuotonsa ja elämäntyyliinsä, jos hän pystyy kustantamaan tarvittavan avun. Miten omien valintojen ja omannäköisen elämän eläminen olisi mahdollista kaikille, varallisuudesta ja asuinpaikasta riippumatta? Millaisia valinnanvapauksia ja vaihtoehtoja on esimerkiksi itäsuomalaisella pienituloisella ikäihmisellä? Entä jos hän haluaa asua maalla, tutuilla kotirannoilla kaukana palveluverkon pisteistä, vaikka tarvitsee välillä ulkopuolista apua?

Elääkö kuntien vanhustenhuollossa liian kaukana asumisen ja muuttamisen normi? Kaukana asuvaa ikäihmistä ohjataan muuttamaan taajamiin työntekijöiden työajankäytön ja matkustamiseen -käytettyjen kilometrien takia. Osa ikääntyvistä ajattelee automaattisesti,

ettei avun tarpeen lisääntyttyä pysty enää asumaan kotimökissään, vaan on pakko muuttaa kirkolle tai taajaman keskusta, halusi tai ei. Saako ikäihminen siis valita vain silloin, kun hän valitsee järjestelmän näkökulmasta oikein?



Millaisia
valinnanvapauksia
ja vaihtoehtoja
on esimerkiksi
itäsuomalaisella
pienituloisella
ikäihmisellä?

» JULKAISTU

Helsingin Sanomat 28.9.2012

Koti syrjässä, mutta palvelut lähelle

Arja Jämsén, Itä-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus
Tuula Kukkonen, Karelia-ammattikorkeakoulu

”Saako sitä ihminen asua missä haluaa?” Tämä kysymys on noussut ajankohtaiseksi pohdittaessa julkisten palvelujen rakenteita, rahoitusta ja järjestämistapoja. Ikääntyvässä Pohjois-Karjalassa moni syrjäkylässä asunut ikäihminen on ennakoanut mahdollista palveluntarvettaan ja muuttanut taajamaan. Pitääkö elämän mennä näin? Pitääkö ikääntyvän jättää kotinsa voidakseen luottaa siihen, että saa palveluja tarvitessaan? Mistä meille on muodostunut käsitys, että syrjäkylällä asuvalle ei tarjota samoja palveluja kuin taajamassa? Mahtaako tosiaan ollakin jotain lausumattomia normeja siitä, kuinka kauas taajamista palveluja tarjotaan?

MONEN KOTI ”VÄÄRÄSSÄ PAIKASSA”

Samalla kun meillä on tuntuma, että palveluja tarvitessaan niiden lähelle on muutettava, tavoitellaan ikäihmisten kotona asumisen jatkamista mahdollisimman pitkään. Onko siis kysymys siitä, että usein koti vain on väärässä paikassa? Esimerkiksi Pohjois-Karjalassa noin puolet yli 65-vuotiaista asuu taajamien ulkopuolella. Tulisiko heitäkin kannustaa siirtämään kotinsa taajamiin vai pystytäänkö löytämään uusia tapoja järjestää heille palvelut nykyisten asuinsijojen äärelle?

Ikäihmisten muuttaminen palvelujen perässä on suuri henkilökohtainen ratkaisu, johon usein liittyy muutoksia sosiaalisissa verkostoissa, arkielämän käytännöissä sekä mielen maisemassa. Nämä muutokset voivat pahimmillaan vaikuttaa ihmisen hyvinvointiin ja elä-

mänlaatuun. Yksilöllisten vaikutusten lisäksi ikäihmisten muutto taajamiin tarkoittaa tietenkin tarvetta ikäihmisille soveltuvalle asuntokannalle sekä ikäihmisten tukemiselle uudessa elämäntilanteessa ja asuinympäristössä. Tuntuu siltä, että sekä yksilöllisten että yhteiskunnallisten voimavarojen näkökulmasta kestävämpiä ratkaisuja voitaisiin saada aikaan tukemalla ikäihmisten arkea ja hyvinvointia heidän omassa ympäristössään.

ARJEN MONINAINEN OSALLISUUS

Tulevaisuuttaan suunnitellessaan ikäihmiset arvioivat mahdollisuuksiin asua kotona myös elämäntilanteen muuttuessa, esimerkiksi jos ajokorttia ei enää ole tai tarvitaankin palveluja. Samalla luodetaan lausumattomia odotuksia siitä, miten ikääntyä oikein,

ja minkälaisia palveluja on oikeus odottaa, mikäli asuu syrjäseudulla.

Ikäihmisten kotona asumista tukeviksi palveluiksi on perinteisesti mielletty sosiaali- ja terveyspalvelut. Arjen tarpeet ovat kuitenkin moninaisia, ja ne liittyvät kaikkiin elämänalueisiin. Apteekki- ja lääkärireissut ovat tärkeitä, mutta kulttuuripalvelutkin kuuluvat kaikille. Asiointimahdollisuuksien lisäksi kysymys onkin myös osallistumismahdollisuuksista ja osallisuudesta yhteisöön ja yhteiskuntaan. Niinpä syrjässä asuvan ikäihmisen arjen näkökulmasta joukkoliikenteen palvelujen kattavuudella ja joustavuudella on ratkaiseva merkitys. Verkko-yhteydet ovat tärkeitä sekä sosiaalisten merkitysten että asioinnin ja osallistumisen näkökulmista.

LÄHIPALVELU IHMISEN LÄHELLE

Lähipalvelut on tässä keskustelussa avainsana. Zitting ja Ilmarinen (2010) toteavat, että lähipalveluiden käsite on epäselvä. Mitä on lähipalvelu maantieteen näkökulmasta? Milloin palvelu on lähipalvelu? Silloinko, kun ihminen asettuu palvelujen lähelle vai silloin kun palvelut tulevat ihmisen luokse? Mikä on riittävän lähellä, ja mikä on liian kaukana?

Tämä kysymys lähipalveluista on vahvasti myös eettinen ja ihmisoikeudellinen. Ihmisellä on oikeus asumiseen valitsemassaan paikassa, ja samalla ihmisellä on oikeus tarvittavaan hoivaan ja huolenpitoon. Tedren ja Pulkisen (2010) mukaan ikäihminen voi joutua tylyn valinnan eteen: kummasta oikeudesta hän on valmis luopumaan?

Itsemäärääminen ja valinnan vaihtoehdot ovat tärkeitä, mutta ovatko pohjoiskarjalaisen ikäihmisen asumisen valinnat aitoja. Läheskään kaikille taajama-asuminen ei ole ollut unelmaa vaan ennakoivan huolen sanelema ratkaisu.

Yhdenvertaisuus on hyvinvointivaltion luovuttamaton arvo, eikä palvelujen saanti saa edellyttää kodin jättämistä. Nykyisessä hallitusohjelmassakin painotetaan julkisten palvelujen merkitystä tasa-arvon ja yhdenvertaisuuden takaajana. Samoin korostetaan harvan asutuksen ja pitkien etäisyyksien huomioimista sosiaali- ja terveyspalvelujen uudistamisessa.

UUSIA PAIKALLISIA RATKAISUJA

Näiden lupauksen lunastaminen edellyttää uudenlaisia palveluratkaisuja, joilla ylitetään välimatkojen ja syrjäisen sijainnin tuottamat palvelurailot. Ko-

tiin tuotavien palvelujen tulee ulottua kaikkialle. Uusia tapoja liikutella palveluja ja jalkauttaa työntekijöitä löytyy varmasti. Kilometrien laskemisen sijaan on tarpeen kysyä, minkälaisessa maisemassa ikäihminen on kotonaan. Etäpalveluiden kehittämiseen meillä on teknologiaa, tarvitaan sen hyödyntämisen osaamista. Tätä on useissa hankkeissa kehitettykin, mutta toistaiseksi uusia ratkaisuja on otettu valitettavan vähän käyttöön arkityössä.

Voisimmeko löytää uusia tapoja yhdistää eri toimijoiden tahtoa, osaamista ja voimavaroja? Julkiset kotiin tuotavat palvelut, yksityiset hoivayritykset ja paikalliset yhdistykset voisivat yhdessä mahdollistaa turvallisen elämän myös syrjäseuduilla. Uudet innovatiiviset ratkaisut syntyvät paikallisesti. Samalla ne tukevat alueen taloutta ja työllisyyttä.

Kehittämällä uusia palveluratkaisuja on mahdollista palauttaa ikäihmisten luottamus siihen, että palvelut järjestetään lähellä, eikä niiden perässä tarvitse muuttaa.

» JULKAISTU

Maaseudun Tulevaisuus
10.6.2013

Mitä miettii mummo maalla

Harvaan asutun maaseudun ikäihmisen palveluhaaste

Arja Jämsén, Itä-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus
Tuula Kukkonen, Karelia-ammattikorkeakoulu

Mitäpä miettii Ilomantsin Hattuvaarassa asuva ikäihminen uutisia kuunnellessaan? Kunta-uudistus, sote-palvelurakennemuutos, kestävyysvaje, demografinen muutos, vääristynyt huoltosuhte? Huolestuttavalta näyttää tulevaisuus maalla asuvan ikäihmisen näkökulmasta. Miten mahtavat palvelut järjestyä, kun ikää tulee lisää ja kirkonkylällekkin on pitkä matka?

Ikääntyvässä Pohjois-Karjalassa noin puolet yli 65-vuotiaista asuu taajamien ulkopuolella. Harvaan asutun maaseudun hyvinvoinnin kysymykset koskettavat siis suurta väestönosaa. Onko syrjässä asuminen mahdollista, kun ikääntyy ja kun tulee avun tarvetta? Moni syrjäkylässä asuva ikäihminen ei jää tätä pohtimaan, vaan ennakoii mahdollista palvelutarvettaan ja muuttaa kipin kapin taajamaan.

Pitääkö elämän mennä näin? Pitääkö ikääntyvän jättää kotinsa voidakseen

luottaa siihen, että saa palveluja tarvittaessaan?

Tuore, kesällä 2013 voimaan tullut vanhuspalvelulaki korostaa yhdenvertaisuutta palvelujen saatavuudessa ja saavutettavuudessa. Palvelujen on oltava lähellä asiakasta. Lähipalvelut on tässä keskustelussa avainsana. Mitä on lähipalvelu maantieteen näkökulmasta? Milloin palvelu on lähipalvelu? Silloinko, kun ihminen asettuu palvelujen lähelle vai silloin kun palvelut tulevat ihmisen luokse? Mikä on riittävän lähellä, ja mikä on liian kaukana? Toisaalta laissa todetaan, että palvelujen keskittäminen voi olla perusteltua palvelujen laadun tai turvallisuuden kannalta.

Itsemäärääminen ja valinnan vaihtoehdot ovat tärkeitä, mutta ovatko pohjoiskarjalaisen ikäihmisen asumisen valinnat aitoja? Läheskään kaikille taajama-asuminen ei ole ollut unelma vaan ennakoivan huolen sanelema ratkaisu.

”

Julkiset kotiin tuotavat palvelut, yksityiset hoivayritykset ja paikalliset yhdistykset voisivat yhdessä mahdollistaa turvallisen elämän myös syrjäseuduilla.

Yhdenvertaisuus on hyvinvointivaltion luovuttamaton arvo, eikä palvelujen saanti saa edellyttää kodin jättämistä. Nykyisessä hallitusohjelmassakin painotetaan julkisten palvelujen merkitystä tasa-arvon ja yhdenvertaisuuden takaajana. Samoin korostetaan harvan asutuksen ja pitkien etäisyyksien huomioimista sosiaali- ja terveyspalvelujen uudistamisessa.

Näiden lupauksen lunastaminen edellyttää uudenlaisia palveluratkaisuja, joilla ylitetään välimatkojen ja syrjäisen sijainnin tuottamat palvelurailot. Kotiin tuotavien palvelujen tulee ulottua kaikkialle. Uusia tapoja liikutella palveluja ja jalkauttaa työntekijöitä löytyy varmasti. Kilometrien laskemisen sijaan on tarpeen kysyä, minkälaisessa maisemassa ikäihminen on kotonaan. Etäpalveluiden kehittämiseen meillä on teknologiaa, tarvitaan sen hyödyntämisen osaamista. Tätä on

useissa hankkeissa kehitettykin, mutta toistaiseksi uusia ratkaisuja on otettu valitettavan vähän käyttöön arkityössä.

Voisimmeko löytää uusia tapoja yhdistää eri toimijoiden tahtoa, osaamista ja voimavaroja silloin, kun kukaan ei pärjää yksin? Julkiset kotiin tuotavat palvelut, yksityiset hoivayritykset ja paikalliset yhdistykset voisivat yhdessä mahdollistaa turvallisen elämän myös syrjäiseuduilla. Uudet innovatiiviset ratkaisut syntyvät paikallisesti. Samalla ne tukevat alueen taloutta ja työllisyyttä.

Kehittämällä uusia palveluratkaisuja on mahdollista palauttaa ikäihmisten luottamus siihen, että palvelut järjestetään lähellä, eikä niiden perässä tarvitse muuttaa. Tulevaisuuttaan suunnitellussa ikäihmisen arvioivat mahdollisuuksiin asua kotona myös elämäntilanteen muuttuessa: esimerkiksi jos ajokorttia ei enää ole ja tarvitaankin palveluja. Samalla luodetaan lausumattomia

odotuksia siitä, miten ikääntyä oikein ja minkälaisia palveluja on oikeus odottaa, mikäli asuu syrjäseudulla.

Kotona asumista tukeviksi palveluiksi perinteisesti miellettyjen sosiaali- ja terveyspalvelujen lisäksi ratkaisevan merkittäviä ovat joukkoliikenteen ja kaupan palvelut, ja kulttuuripalvelutkin kuuluvat kaikille. Verkkoyhteydet ovat tärkeitä sekä sosiaalisten merkitysten että asioinnin ja osallistumisen näkökulmista.

» JULKAISTU

Korvesta ja valtateiltä
-verkkolehti 1/2014

Ikäihmisten asumista Lieksan malliin

Arja Jämsén, Itä-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus
Soile Syrjäläinen, Lieksan kaupunki

Lieksa on esimerkki vanhusvoit-
toisesta itäsuomalaisesta kau-
pungista, jossa on rohkeasti läh-
detty ratkomaan ikäihmisten asumisen
ja hyvinvoinnin kysymyksiä. Väestön
ikäntymistä kuvaavat lukemat ovat
hurjia. Yli 65-vuotiaita on Lieksassa nyt
yli 26 % väestöstä. Koko maassa ollaan
samoissa lukemissa vasta kahdenkym-
menen vuoden päästä.

Tarve uudistaa ikäihmisten asumi-
sen malleja nousi käytännön arjesta.
Huomattiin, että osa yksin asuvista
vanhuksista koki turvattomuutta, jo-
hon kotihoito ei voinut vastata. Osa
vanhuksista kulki kodin ja terveyskes-
kuksen vuodeosaston väliä. Laitos oli
heille kuitenkin liikaa ja oma koti liian
vähän. Taustalla vaikuttivat myös valta-
kunnallisen vanhuspolitiikan suunta-
ukset ja lukuisat kehittämishankkeet,
joista kaupungin oma kehittämistyö sai
hyvää tukea.

KIMPPAKÄMPÄSSÄ ON TURVALLISTA

Lieksa panosti vanhusten ryhmäasu-
miseen ja perusti lyhyessä ajassa useita
pienkoteja, joista Lieksassa käytetään
kimppakämpän nimeä. Uusien pien-
kotien perustamista on helpottanut
se, että muuttotappiokunnassa on ollut
keskeisillä paikoilla tarkoitukseen sopi-
via tyhjiä isoja asuntoja. Tällä hetkellä
pienkoteja on jo yhdeksän. Juridisesti
ryhmäasuminen on palveluasumista tai
tuettua asumista.

Vanhusten, omaisten ja työntekijöi-
den yhteinen kokemus on, että yhdessä
asuminen tuo tyytyväistä mieltä, seuraa
ja turvallisuuden tunnetta. Asukkaiden
puheessa korostui turvallisuus, jota yh-
dessä asuminen ja yhteisön sosiaalinen
tuki toivat. Yhdessä olo ja puuhastelu,
saman ruokapöydän ääressä istuminen,
tv:n yhdessä katsominen ovat tärkeitä
arjen rakennuspuita.

”

Huomattiin, että
osa yksin asuvista
vanhuksista koki
turvattomuutta,
johon kotihoito ei
voinut vastata.

METSÄTYÖMIEHILLÄ OMA KOTI

Ruunaan metsätyömieskoti on toinen omaperäinen esimerkki lieksalaisesta vanhustyöstä. Koti kertoo Lieksan erämaakaupungin historiasta. Koti on perustettu vuonna 1966 alueen ikääntyneitä metsätyöläisiä varten. Monet miehet olivat vailla vakinaista asuntoa. Oltiin myös sitä mieltä, että tukkijätkä oli tottunut olemaan vapaa eikä perinteinen vanhainkoti sääntöineen sovellu näiden miesten vanhuuden kodiksi.

Ruunaan kylä sijaitsee 25 kilometrin päässä Lieksan keskustasta. Koti on lakkautetun kyläkoulun entinen oppilasarunkotila. Metsätyömieskotia uhkasi vuonna 2011 lakkauttaminen, kun kansainvälinen ajautui taloudellisiin vaikeuksiin raha-automaattiyhdistyksen lopetettua tukensa. Suunnitelmat kodin lakkauttamisesta järkyttivät asukkaita ja mielikuvat kaupungin palve-

luusuntoihin, ”betoniseinien sisälle”, joutumisesta pelottivat.

Onneksi päästiin ratkaisuun, jossa koti siirtyi lahjoituksena kaupungille. Omaleimainen ja alueen historiaan kytkeytyvä metsätyömieskoti on nyt osa kaupungin kotihoidon ja palveluasumisen rakennetta. Tällä hetkellä asukkaita on kahdeksan ja kaikki ovat miehiä.

Metsätyömieskodille kaavaillaan uutta elämää ja lisää asukkaita. Talo voisi toimia monipuolisena kuntoutuspaikkana ja tarjota väliaikaista tai jaksottaista asumista. Perinteisestä ja arvokkaasta Ruunaan metsätyömieskoti -nimestä ei kuitenkaan aiota tulevaisuudessakaan luopua.

» JULKAISTU

Lähenne-lehti 1/2012,
Talentia Pohjois-Karjala ry.

Yhteisöllisyydestä tukea vanhuuteen

Arja Jämsén, Itä-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus
Soile Syrjäläinen, Lieksan kaupunki

Martan, Miinan, Impin ja Sannin elämä kerrostaloyhteisössä sujuu muistisairauksista huolimatta. Yhdessä asuminen ja toimiminen ovat arjen tuki. Lisäapuja saadaan nykYTEknologiasta. Esteettön ympäristö kannustaa toimimaan. Huonekasvien kastelu ja tiskaus sujuvat vanhasta muistista. Keittiössä on helluvahti, ja liiketunnistin sytyttää valot yölliselle vessareissulle. Ulkoven ovivahti muistuttaa taas siitä, ettei asunnosta kannata poistua, ellei muista mihin on menossa.

Onko edellä oleva unen näköä? Ei välttämättä. Yhteisöllistä ryhmäasumista on otettu hyvällä menestyksellä käyttöön Lieksassa. Kokemusten mukaan yhdessä asuminen tuo turvaa ja poistaa yksinäisyyttä. Arkiliikunnan tukeminen, osallistuminen arkiaskareisiin, virkeä mieli ja osallisuus yh-

teisössä vahvistavat ihmisen olemassa olevia voimavaroja. Kokemus omasta terveydestä kohenee. Yhteisöllisessä ryhmäasumisessa omaiset osallistuvat keskimääräistä enemmän vanhusten elämään. Ennen kaikkea: asukkaat, ikäihmiset, kokevat olevansa tärkeitä ja toimivia, oman elämänsä päähenkilöitä.

Ympäristöministeriö on äskettäin julkaissut mielenkiintoisen kansainvälisen vertailun ikäihmisten asumisen ratkaisuista. Keskeisiksi näyttävät nousevan ratkaisut, joilla mahdollistetaan ihmisten asuminen – ja ikääntyminen – tutuissa ympäristöissään (Aging-in-Place). Tavoitteena on, ettei ihmisen tarvitsisi muuttaa, vaan voisi jatkaa asumista turvallisesti, itsenäisesti ja mukavasti riippumatta iästä ja toimintakyvyn muutoksista. Asuinympäristö tulee muokata tai rakentaa niin, että se

”

Tavoitteena on, ettei ihmisen tarvitsisi muuttaa, vaan voisi jatkaa asumista turvallisesti, itsenäisesti ja mukavasti riippumatta iästä ja toimintakyvyn muutoksista.

tukee elämänhallintaa ja selviytymistä. Asumisen ympärille muodostetaan sitten erilaisia palvelu- ja hoivajärjestelyjä. Ruotsissa on ratkaisuna tavallisten asuntojen muuttaminen ”välimuotoisiksi”. Tanskassa ja Hollannissa on samansuuntaisesti kuin Lieksassa kehitetty erityisesti muistisairaiden välimuotoista asumista. Asumisratkaisuilla pyritään tukemaan muistisairaana vahvuuksia sekä identiteetin ja itsemääräämisoikeuden säilyttämistä. Helsingin Arabianranta on taas esimerkki aktiivisten senioreiden yhdessä toteuttamista tee-se-itse -senioritalosta, jossa naapuriapu on kunnia.

Suomalaisen vanhustenhuollon ajankohtaisena tehtävänä on uudistaa asumisen muotoja. Tähän tähtäviä kehittämishankkeita onkin parhaillaan menossa. Kotona asumisen, laitosten

ja palvelutalojen rinnalle tarvitaan senioriasuntoja, omistusasuntoja ja vuokrataloja, tavallista ja tehostettua palveluasumista sekä muistisairaiden ryhmäasumista.

Kansainvälisen vertailun mukaan Suomessa on mahdollista tarjota nykyresursseilla hyvää asumista ja hoivaa huomattavasti suuremmalle ikääntyneiden joukolle. Tämä vaatii kuitenkin rakenteiden kehittämistä, osaamisen vahvistamista ja asenteiden muuttamista. Meidän olisi aika siirtyä laitos- ja palveluympäristöjen kehittämisestä mielekkään asumisen ja hyvän elämänlaadun tukemiseen. Ikäihmisten asumisratkaisujen sisältöjä tulee kehittää monipuolisesti. Elämäntilanteet vaihtelevat. Sama ratkaisumalli ei sovi kaikille.

Nyt tarvittaisiin lisää eri asumisratkaisujen arviointia ja vertailua. Onko

vanhusten pitkäaikainen laitoshoido mahdollista poistaa sekä käsitteenä että toimintana? Millaisia ovat vanhusten, omaisten ja työntekijöiden kokemukset ja ideat erilaisista asumisen muodoista? Mitä yhteisöllinen pienryhmäasuminen on? Millaisia erityispiirteitä muistisairaiden yhteisöllisellä asumismallilla on? Sulkeeko asumisen yhteisöllisyys pois yksityisyyden? Mistä asumisen yhteisöllisyys rakentuu?

» JULKAISTU

Lieksan Lehti 18.4.2009

Laulava lähihoitaja elähdyttää

Arja Jämsén, Itä-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus
Teija Nuutinen, Pohjois-Karjalan Aikuisopisto

Itä-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus järjesti lokakuussa Kuopiossa seminaarin, jossa oli puhetta nuorten syrjäytymisestä ja selviytymisestä. Yhteiskunnallisten analyysien lisäksi ohjelmassa oli musiikkia ja draamaa.

Ja mitä tapahtui? Tunteet pääsivät pintaan. Draamaesitys, jossa sosiaalityöntekijä ja nuori päihdeäiti kohtasivat ja yhdessä lievittivät pienen lapsen hätää, nosti kyynelät katsojan silmiin.

Seminaarin palautteessa eräs pienen kunnan sosiaalityöntekijä kirjoitti, että oli todella vahvistava päivä. ”Olen innolla kertonut seminaarista työtovereileni. Ilmapiiri oli ihan ekstraparasta.” Hänen mielestään kulttuurin yhdistäminen sosiaalityöhön oli antoisaa ja koskettavaa. Hän koki saaneensa vahvuutta osallisuuden ja yhteisöllisyyden muistamiseen työssä.

Taiteen ja kulttuurin merkitys ihmisen hyvinvoinnille on todettu monissa

hankkeissa. Meillä on maakunnissa hurjasti sosiokulttuurisen työn kokeamista ja osaamista. Taiteen soveltava käyttö voi olla kuvataidetta, tanssia tai draamaa esimerkiksi vanhusten muistiryhmissä, päihdetyössä, kuntoutuksessa. Se voi olla taitelijavierailu tai se voi olla laulava lähihoitaja. Ensisijaista on, että työyhteisö on oivaltanut taiteen merkityksen. Taiteen ja luovuuden käyttö rikastaa työtä ja vahvistaa työyhteisöä.

Myönteisiä kokemuksia ja näyttöä siis on. Miksi luovuutta soveltava työote on kuitenkin harvojen herkkua? Luova ote näkyy vain pieninä pilkahduksina siellä täällä sosiaali- ja terveysalan kentällä. Mikä estää? Vastausten perusteella muun muassa kiire, vaatimusten paineet, vähättely ja liian tiukkaan napitettu työyhteisöjen arki. Jäljet johtavat syytöntehtäälle, asenteisiin ja arvoihin. Raha ei ensisijaisesti tunnu olevan este.

”

Yhä edelleen monessa työyhteisössä ”oikea työote” on suorittavaa, toimenpidekeskeistä ja rutiininomaista, tehokkuuteen pyrkivää toimintaa.

Yhä edelleen monessa työyhteisössä ”oikea työote” on suorittavaa, toimenpidekeskeistä ja rutiininomaista, tehokkuuteen pyrkivää toimintaa. Luova, viihdyttävä ja elähdyttävä toiminta sen sijaan on ”hömpää”, jota tehdään sitten, jos oikeilta töiltä ehtii. Sosiaali- ja terveydenhuollon rakenteet ja rahoitukset ovat myllerryksessä. Olisiko nyt oikea aika ja paikka miettiä, voisiko sosiaali- ja terveysalan työtäkin tehdä sopivasti toisin, vaikka luovuutta käyttäen?

Mitä on vaikkapa lähihoitajan luovuus? Tarvetta ottaa todesta asiakkaan elämäkokemus esimerkiksi valokuvien, musiikin, arkea ilahduttavien asioiden kautta. Kohtaamista, kiinnostusta, innostusta arjen ihmeistä.

» JULKAISTU

Savon Sanomat
10.12.2013

Kylätulilla - yhteisellä asialla

Eeva Kröger, Pohjois-Karjalan Sydänpiiri ry.
Arja Jämsén, Itä-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus

” Yksi tuli sieltä ja toinen tuli täältä – kohta istuimme veljien lailla, ympäri valkean huolia vailla” kuvaa kirjailija Eino Leino elämää runossaan Maantiellä. Samoja kuvia ja tunnelmia tulee vastaan Kiertävän pysäkin matkassa Pohjois-Karjalan harvaan asutulla maaseudulla. Pohjois-Karjalan ELY-keskuksen rahoittama Kiertävä pysäkki -hanke kiertää, pysähtyy ja pysäyttää.

Kyliä kiertäessä kokee lämpöisiä ja läheisiä pysähtymisen hetkiä ihmisten kanssa. Elämä kylissä on kaikkea muuta kuin pysähtynyttä. Elämänhalua ja taitelutahtoa löytyy. Esimerkki Valtimon hyvinvointimessuilla oli reilut tuhat kävijää, mikä on huikea luku suhteutettuna kunnan asukaslukuun (2 400).

Viime marraskuussa kauniina täydenkuun iltana ajelimme reilut sata kilometriä Joensuusta kylään lähelle

itärajaa. Maa oli juuri ja juuri peittynyt lumiharson alle, kuu valaisi maisemaa, jota eivät katuvalot häirinneet. Olisi voinut melkein kuvitella, että olimme pudonneet kartalta - mutta ei: kyläillan tapahtumapaikan valot vilkuttivat iloisesti tervetulleeksi pimeyden keskellä.

Kokoontumispaikan uunit oli lämmitetty hyvissä ajoin, joten tunnelma on erityisen lämmin. Yksi kyläläisistä oli paistanut pullat kotonaan ja tuonut ne mukanaan kahvin keittoon tullessaan. Kyläläisiä oli paikalla reilut parikymmentä. He saivat illan aikana tietoa kunnan ajankohtaisista asioista. Lisäksi keskusteluissa oli laajakaistaa, kiertävää käsityöneuvontaa ja terveys- ja turvallisuusneuvontaa. Sitten mietittiin yhdessä, mitä juuri tälle seudulle tarvitaan. Ideat pulppusivat. Alueella on paljon poikamiestaloja. Tarvetta tuntui olevan niin ihmishuhde-

”

Mittauksen lomassa vaihdettiin omia ja kylän kuulumisia; miten monta kertaa karhu oli pihapiirissä käynyt, mitä iloja ja suruja sydämen päällä tuona iltana oli.

parinhaku-, tanssi- kuin stailauskursseillekin! Kurssipaikkakin oli valmiina: kylän baari, jonka pitäjä myös osallistui kyläiltaan. Baari on kuin tunnetun Emmerdale-tv-sarjan kyläpubi Villapakka olisi siirretty Pohjois-Karjalaan.

Kyläillan aikana oli mahdollisuus osallistua terveystutkimuksiin ja kartoittaa omaa kuntoaan. Mittauksen lomassa vaihdettiin omia ja kylän kuulumisia; miten monta kertaa karhu oli pihapiirissä käynyt, mitä iloja ja suruja sydämen päällä tuona iltana oli. Sovimme jo ensi kevään kyläturvallisuuskurssista, siellä kyläpubissa. Ensiaputaidot ja alkusammutusvalmius korostuvat, kun viranomaisapu on kaukana. Oma arki on mukavampaa ja turvallisempaa, kun osaa itse toimia. Tärkeintä illassa oli kuitenkin ajatusten vaihtaminen, kuulluksi tuleminen, yhdessä oleminen. Jokaisen mielipide kirjattiin kyläsuunnitelmaan. Kyläsuunnitelmia tehdään Maaseudun Sivistysliiton toimesta. Kiertävä pysäkki on hyvä käytännön toteutustyökalu erilaisiin tarpeisiin erityisesti arjen turvallisuuden, oman terveyden ja esteettömän asumisen osalta. Kylän yhteinen hyvinvointi ja siellä elämisen mahdollisuudet vahvistuvat yhteistyöllä eri toimijoiden ja kyläläisten kanssa.

ESIMERKILLISTÄ MAASEUDUN JA KYLIENTÄ YHTEISTYÖTÄ

Kiertävä Pysäkki on esimerkki maaseudun ja kyläkehittämisestä, jossa toimitaan toisistaan. Tavoitteena on lisätä maaseudun asukkaiden yhteisöllisyyttä ja mielekkään arjen mahdollisuuksia. Arjen turvallisuus on keskeinen asia. Asukkaiden toimintakykyä, osaamista ja valmiuksia toimia yhdessä vahvistetaan. Samalla edistetään kyläelämänsä elinvoimaisuutta ja myös maaseudun yritysten palvelutuotantoa.

Laajalla yhteistyöllä ja poikkihallinnollisuudella saavutetaan tuloksia. Hanke onkin onnistunut kokoamaan yhteen monta saman asian puolesta taistelevaa tahoa. Mukana ovat Pohjois-Karjalan Sydänpiirin lisäksi muun muassa Maaseudun Sivistysliitto, Karélia-ammattikorkeakoulu, Taitobussi-hanke, Vaara-Karjalan Leader sekä alueen kunnat.

Hankkeen työ liittyy myös sisäisen turvallisuuden ohjelman ideaan, joten Pelastuslaitos on itseohjautuvasti toiminnassa mukana. Sammutusharjoitukset ovat tärkeällä sijalla tilaisuuksien ohjelmassa. Turvallisuutta edistetään myös kyläiltoissa, joissa tehdään kyläläisille karttakoordinaattiselvitys kotei-

hin. Kun omalla seinällä on laminoituna kodin karttakoordinaatit, sillä on huikea turvallisuuden tunnetta lisäävä vaikutus. Riistanhoito- ja metsästysyhdistykset yhteistyössä laittavat laminoitua karttakoordinaatit laavuille ja muille kylän yhteisille paikoille. Näin ollaan kartalla konkreettisesti.

Hankkeen onnistuneisuutta on hyvä mitata esimerkiksi Suomen Sydänpiirin jäsenmäärän kasvulla. Muuta selitystä suosiolle ei ole keksitty kuin hankkeen tuoma kiinnostus ja innostus toimintaan. Idea on levinnyt liiton kautta muuallekin Suomeen.

Yhteisöllisyys ja osallisuus ovat usein korulauseita hankehakemuksissa, joissa puhutaan toimijoista ja kohderyhmistä. Kiertävän Pysäkin yhteistyön kautta huomattiin, että kun kaksi ihmistä aidosti kohtaa toisensa, syntyy aina kohtaamisvaikutus – ja se jos mikä, auttaa jaksamaan arjessa.

» JULKAISTU

Maaseutuplus 1/2013

Yhteiskoti harvaan asutulla maaseudulla

Arja Jämsén, Itä-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus
Silva Tedre, Itä-Suomen yliopisto

Ydinperhekeskeinen asuminen on Suomessa ollut hallitseva asumisen muoto kaupungistumisen myötä. Se on seurannut asenteissa ja ajattelussa myös vanhuuden asumisratkaisuihin. Vasta nyt kehitellään laitoksen ja oman kodin välimuotoja. Uudenlaista ryhmäasumista viritellään usein taajamiin, mutta maallakin niillä olisi paikkansa.

Pohjois-Karjalasta löytyy esimerkkejä siitä, millaisia uusia yhteisöllisyyden muotoja olisi mahdollista viritellä ikääntyville maaseutu ympäristössä. Uudet asumisratkaisut voivat vahvistaa kylien elinvoimaa ja tarjota asukkaille työtä ja toimeentuloa.

MIESTEN KOTI METSÄSSÄ

Ruunaan metsätyömieskoti Lieksassa on esimerkki asuinyhteisöstä, joka on kahdella tavalla erityinen: se sijaitsee maal-

la kaukana keskuksista ja sen asukkaat ovat kaikki miehiä. Koti on perustettu 1960-luvulla ikääntyneitä metsätyömiehiä varten. Metsätyömiesten elämäntapa ja -historia olivat perusteluita kodille. Tukkijätkä on tottunut olemaan omien joukossa ja vapaa, sanottiin.

Talossa on vinha metsäradion henki. Se on miesten koti, jossa tuoksuvat omien emäntien paistamat karjalanpaisti ja ruisleipä. Saunaa lämmitellään ja sauvalenkillä käydään voinnin mukaan. Sanomalehteä luetaan ja kommentoidaan. Yhteisen oleskelutilan täytetyt linnut ja jätkänpatsas kertovat asukkaiden taustoista. Heillä kaikilla on kytkös metsään. He ovat entisiä metsureita, eläneet metsästä ja metsässä.

Metsätyömieskotia uhkasi pari vuotta sitten lakkauttaminen, ja miehet ehtivät jo pelästyä joutumista be-

”

Omalla paikalla, luonnolla ja sosiaalisilla suhteilla on suuri merkitys ihmiselle.

toniseinien sisälle kaupunkiin. Asukkaiden onneksi koti siirrettiin osaksi Lieksan kaupungin kotihoidon tuettua asumista. Koti on entinen kansakoulu itärajan pinnassa ”salolla”. Ilves saattaa hiippailla ikkunan alla ja lähistöllä sanotaan olevan enemmän susia kuin ihmisiä. Rajamiehet ja kyläläiset piipahtavat silloin tällöin. Kesällä tienoo muuttuu suosituksi lomaviikkoalueksi. Konkreettinen kyläyhteisö ympärillä on aikojen myötä ohentunut, mutta sen symboliset kerrokset säilyvät miesten mielessä.

YKSITYINEN HOIVAKOTI KYLÄLLÄ

Pieni, yhdeksänpaikkainen hoivakoti toimii Pielisen rannalla vanhassa pappilassa. Näköetäisyydelle naapurin nousi hiljattain taiteilijaresidenssi muistuttamaan kylän suurista taiteilijoista kirjailija Heikki Turusesta ja kuvanveistäjä Eeva Rynnäsestä. Hoivakoti kylällä on merkittävä kahteen suuntaan. Se on kylän suurin työllistäjä ja osa kylän palveluinfrastruktuuria, institutionaalista rakennetta. Lähes jokaisen joku sukulainen tai tuttava on asunut tai asuu siellä. Se on myös kohtaamispaikka, sillä vieraileminen hoivakodissa on luontevaa ja mutkatonta. Joku paikallisista asukkaista piipahtele siellä kyläilemässä, juttelemassa ja pelaamassa korttia, tuomassa milloin

marjoja, milloin kalaa tai sieniä. Monet käyvät miltei päivittäin katsomassa siellä asuvia sukulaisiaan.

Hoivakodissa asuville ikääntyville kylä on jokaiselle eri tavoin merkityksellinen. Jotkut asukkaista ovat asuneet kylällä koko ikänsä. Heidät ja heidän elämänsähistoriansa tunnetaan siellä ja he tuntevat kylän. Kylä ihmisineen, toimintoineen, paikkoineen ja maisemineen on osa heidän identiteettiään. He ovat edelleen kyläläisiä sekä itselleen että muille. Joku asukkaista taas on muuttanut hoivakotiin kauempana lähemmäksi kylällä asuvaa lasten perhettä. Hänelle hoivakoti on ennen kaikkea mahdollisuus elävään yhteyteen omaan perheeseen.

VANHENEMISTA OMALLA PAIKALLA

Tällainen ”Aging-In-Place” -ajattelu, paikallaan vanheneminen on Suomessa toistaiseksi aika uutta. Entinen tuttu koti maalla ei vaihtuisikaan asumiseen taajamassa tai kirkolla, vaan korvautuisi uudella asumisen mallilla entisessä elämäntilassaan.

Omalla paikalla, luonnolla ja sosiaalisilla suhteilla on suuri merkitys ihmiselle. Oma paikka voi tarkoittaa tuttua seutua tai maisemaa, se on osa elettyä elämää. Paikka voi olla ihmiselle voimavara, joka tukee toimintakykyä ja sen säilyttämistä. Suomalainen van-

huspolitiikka on toistaiseksi ollut sokea asuinpaikan ja ympäristön merkityksille. Kun hoivaratkaisuja ja laatutekijöitä mietitään, ei astuta hoivakotien ovesta ulos. Yksiköitä ei mietitä osana paikallisyhteisöjä eikä vanhusten omia paikkasuhteita.

MIELIKUVITUSTA KEHIIN

Maaseudulla on paljon erilaisia mahdollisuuksia. Harvaanasuttu maaseutu kylineen ja työikäisine ihmisineen voi tarjota vaihtoehtoisia yhdessäasumisen ratkaisuja vanhuuden päiviksi. Ikäihmiset ovat yksilöllisiä, yhdelle sopii yksi, toiselle toinen ratkaisu. Eri vaihtoehtoja ja mielikuvitusta on toistaiseksi harvemmin käytetty.

Olisiko vaihtoehtottoman taajamaanmuuton tilalle tai rinnalle mahdollista perustaa hoiva-apua tarvitseville eläkeläisille pieniä hoivakoteja? Tai yhteisen elämäntavan ympärille rakentuvia yhteisöjä? Jollekin vanhukseksi perhehoito voi olla hyvä ratkaisu, ja samalla syntyy työpaikka kyläläiselle.

» JULKAISTU

Maaseutuplus 1/2013



V

Entä jos en muista

Entä jos en muista

Arja Jämsén, Itä-Suomen sosiaalian osaamiskeskus

Marja Saarenheimo kirjoittaa kirjassaan Muistamisen vimma: ”Ilman muistia elämästä puuttuisi jatkuvuus. Jos meillä ei taas olisi kykyä unohtaa, elämää hallitsisi kaaos.” Muisti on yhtä aikaa ystävä ja vihollinen. Unohtaminen onkin yhtä tärkeää kuin muistaminen.

Montakin asiaa haluaisin unohtaa. Mieleen tulee tilanteita, tekoja ja teemmättä jättämissä, jotka yhä vaivaannuttavat. Miksen voi niitä unohtaa? Ehkä siksi, että niiden tehtävänä on olla opetuksena ja muistuttaa. Vaikka aika vähän sitä taitaa oppia eikä yhtään paremmaksi ihmiseksi ole tainnut muuttua.

Toisaalta olen paljon unohtanutkin. Ihmisiä, paikkoja, tunteita ja tuoksujia. En enää millään muista, miten selvisin läpi jostain vaikeasta elämäntilanteesta. Ehkä joidenkin asioiden unohtaminen suojelee pientä ihmistä. Unohtami-

nen voi auttaa eteenpäin, kohti uutta.

On vielä enemmän sellaista, jonka haluaisin muistaa hamaan loppuun asti. Haluaisin säilyttää mielessäni erityisiä ilon ja rakkauden hetkiä, monenlaisia onnistumisen tunteita ja mukavia, tasaisen harmaita arkipäiviä.

Muistikullan säilyminen ei kuitenkaan ole itsestään selvyyttä. Joka päivä 36 suomalaista saa Alzheimer-diagnoosin. Sadat sairastuneet ja omaiset kamppailevat etenevän sairauden tuomien pulmien kanssa. Mistä arkeen turvallisuutta? Miten yksin asuminen luonnistuu? Tuleeko omaisen syötyä kunnolla? Miten voidaan tukea mahdollisimman normaalin elämän jatkumista, lenkkeilyä, elokuvissa käymistä, ystävien tapaamista?

Väkisinkin alkaa miettiä, miten itse haluaisin elää ja tulla kohdelluksi, jos muistisairaus olisi kohtaloni. Ainakaan

en toivoisi asuvani kunnassa X, jossa muistisairaalta evättiin avustus kuljetuspalveluihin perusteluna, ”ettei ihmisen huomenna kuitenkaan muistaisi, missä tänään käytiin”. Samaten eräessä toisessa kunnassa perusteltiin muistisairaalle epäasiallista kohtelua sillä, ettei tämä kuitenkaan ymmärrä.

Onko nykyhetkellä merkitystä, jos sitä ei huomenna muista? On! Vaikka en huomenna muistaisikaan elokuvan juonta enkä ehkä koko elokuvissa käyntiäkään, ei se tee sitä iltaa merkityksettömäksi. Olen nauttinut tunnelmasta, olen ollut siinä hetkessä onnellinen.

Muistisairaavat ovat toistaiseksi aika vähän päässeet tuomaan esille omia kokemuksiaan ja tuntemuksiaan. Varsinkin yksinasuvien muistisairaiden arjesta ei ole juurikaan tietoa.

Radiossa oli jokin aika sitten koskettava monologi ”Että säilyis nämä



Vaikka en huomenna muistaisikaan elokuvan juonta enkä ehkä koko elokuvissa käyntiäkään, ei se tee sitä iltaa merkityksettömäksi.

sanat”. Siinä muistisairauteen sairastunut rouva kertoi, miten hän oli pitkään salannut sairautensa. Miten raskasta oli ollutkaan, kun hän oli varonut ja vältellyt tilanteita, joissa sanat saattaisivat kadota ja ajatus katketa. Ei uskaltanut innostua uusista asioista eikä ihmisistä, kun koko ajan vaivasi pelko, muistanko oikein.

Meillä pitäisi olla huomasti paljon enemmän kykyä ja taitoa kuulla ja tunnistaa muistisairaiden – ja muidenkin ikäihmisten – ajatuksia ja mielipiteitä. Minä en ainakaan haluaisi luopua elokuvista, kampaajalla käynnistä tai matkoista – vaikka en niin kaikkea muistaisikaan.

» JULKAISTU

Karjalan Heili 6.10.2013

Turvallista arkea muistisairaille

Arja Jämsén, Itä-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus
Leena Knuuttila, Pohjois-Karjalan Dementiayhdistys ry

Muistisairas nainen paleltui harhailtuaan tuntikausia ulkona kevyissä vaatteissa. Hän menehtyi muutaman tunnin kulluttua löytämisestä. Nainen ei kuitenkaan eksynyt yöllä eikä metsään. Hän harhaili päiväsaikaan 20 000 asukkaan taajamassa Pohjois-Suomessa. Moni näki, että nyt ei kaikki ole kunnossa. Miksi kukaan ei kuitenkaan välittänyt?

Muistiliitto aloitti omaisen aloitteesta Välitä! -kampanjan, jottei samanlaisia enää koskaan tapahtuisi. Kampanjalla halutaan vaikuttaa kansalaisten, ammattihenkilöiden ja päättäjien asenteisiin. Arjen sujuvuudesta ja turvallisuudesta tulee pitää huolta myös silloin, kun muistisairaahan ihmisen toimintakyky on heikentynyt.

Onneksi on toisenlaisiakin välittämisen tarinoita. Muistihoidajat kertovat muun muassa lenkkeilijästä, joka huomasi pururadalla helteen uuvuttaman

muistisairautta sairastavan miehen. Mies ei enää tiennyt, miten mennä kotiin. Lenkkeilijä tarjosi apuaan ja vei kotiin. Lisäksi hän ilmoitti asiasta terveyskeskukseen muistihoidajalle.

Toisessa tarinassa muistisairas ihminen kuljeksi eksyneen oloisena edestakaisin kauppakassi kädessään. Ohikulkija kiinnitti hänen huomiota ja tarjosi apuaan. Kaupan muovikassin perusteella he menivät lähikauppaan, jossa ihminen tunnistettiin ja sieltä soitettiin muistihoidajalle. Näissä tarinoissa lopputulos oli hyvä. Asioita alettiin selvittää ja turvallisuutta miettiä rajoittamatta kuitenkaan ihmisen itsemääräämisoikeutta, vapautta liikkua ja osallistua tavanomaiseen elämään.

Muistisairaudet koskettavat noin miljoonaa suomalaista, esimerkiksi omaisena tai naapurina. Joka päivä 36 ihmistä sairastuu johonkin muistisairauteen. Muistisairauksia voidaan

ennaltaehkäistä kiinnittämällä huomiota aivoterveeyteen. Varhaisen vaiheen kuntoutus ja hoidon aloittaminen ovat myös tärkeitä. Muistisairaalla ihmisellä on oikeus turvalliseen ja ihmisarvoiseen arkeen.

Muistihoidajat ovat kunnassa tärkeä ammattikunta. He välittävät. He ovat muistisairaahan ihmisen ja hänen omaisensa puolella, tarvittaessa myös taisteelijana ja asianajajana. Useissa kunnissa muistihoidaja on hyvin tavoitettavissa. Valitettavasti Pohjois-Karjalassakin on kuntia, joissa muistihoidajat tekevät muistityötä vain osana työtään. Ammattilaisten lisäksi välittäminen kuuluu kaikille.

» JULKAISTU

Karjalainen 25.6.2013

Tavoitteena muistiystävällinen Pohjois-Karjala

Arja Jämsén, Itä-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus
Leena Knuutila, Pohjois-Karjalan Dementiayhdistys ry.

Muistisairaudet alkavat olla tuttu asia monelle suomalaiselle. Muistiongelmien törmää lähi-piirissä tai naapurustossa, vaikka oma muisti vielä kohtuullisesti toimisikin. Suomessa sairastuu melkein 40 ihmistä päivässä muistisairauteen. Pohjois-Karjalassa sairastuu vuosittain noin 700. Kaiken kaikkiaan maakunnassa on noin 5 400 muistisairasta. Muistisairaudet eivät ole vain vanhojen ihmisten sairauksia. Myös työikäisenä voi sairastua. Lisäksi alkoholin liikakäyttö voi aiheuttaa iästä riippumatta alkoholidementiaa.

Muistisairaudet ovat suuri kansanterveydellinen ja -taloudellinen kysymys. Sairastuminen on myös sosiaalinen kysymys, sillä se vaikuttaa ihmisen koko elämänpiiriin ja koskettaa aina myös sairastuneen läheisiä.

Muistiongelmien pyritään tarttumaan sosiaali- ja terveysministeriön keväällä julkaisemalla kansallisella

muistiohjelmalla ”Muistiystävälliseen Suomeen”. Tavoitteena on herätellä tunnistamaan muistiongelmien mahdollisimman varhaisessa vaiheessa. Tällä hetkellä suuri osa muistisairauksista jää toteamatta ja samalla tarvittava kuntoutus ja lääkehoito saamatta.

Muistisairauksiin ei toistaiseksi ole olemassa parantavaa lääkehoitoa. Oikea-aikaisella kuntoutuksella ja varhaisessa vaiheessa aloitetulla lääkehoidolla voidaan sairastuneen toimintakykyä ja elämänlaatua kuitenkin merkittävästi kohentaa ja pitää yllä. Muistisairas voi tarpeenmukaisen tuen turvin elää hyvää ja arvokasta arkea.

Herättelyä tarvitsevat niin tavalliset kansalaiset, asiantuntijat kuin poliittiset päättäjätkin. Usein muistiongelmien saattavat vaivata pitkäänkin ennen kuin apua osataan lähteä hakemaan. Valitettavan useassa kunnassa avun hakemisenkin voi olla tuskaisen työn takana.

Muistihoitajalle tai lääkärin vastaanotolle voi olla vaikea päästä. Tässä kohtaa säästäminen ei kuitenkaan kannata, sillä tunnistamaton sairaus on yhteiskunnallekin kaikkein kalleinta. Muistiystävälliseen Suomeen päästään vahvoilla yhteisillä toimilla. Viisailla poliittisilla päätöksillä voidaan edistää ennalta ehkäisyä ja parantaa hoidon ja kuntoutuksen laatua. Samalla hillitään kustannusten kasvua. Muistiystävällisen Suomen soisi nousevan syksyn kuntavaalienkin yhdeksi teemaksi.

Tietoa, tukea ja mielekästä toimintaa muistisairaille ja heidän omaisilleen tarjoaa myös Pohjois-Karjalan Dementiayhdistys. Ota rohkeasti yhteyttä!

» JULKAISTU

Karjalainen 6.7.2012



VI

Ikäännytään sitä muuallakin

Karpalolle uusia ideoita kansainvälisestä yhteistyöstä

Arja Jämsén, Itä-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus
Suvi Vepsäläinen, Lieksan kaupunki

Lieksan kaupunki osallistuu Pohjoisen Periferian alueen yhteistyöhön, jossa suuntaudutaan tulevaisuuden ikäihmisten hyvinvoinnin ja palvelujen vahvistamiseen. Mukana on kumppaneita Norjasta, Ruotsista, Färsearilta ja Skotlannista. Kaikkia alueita yhdistää väestön ikääntyminen, syrjäseudulla asuminen ja vanhuspalvelujen uudistamisen tarve. Palveluihin tarvitaan tuoretta ajattelua, uusia malleja ja uutta sisältöä. Kansainvälinen vuorovaikutus on loistava tapa arvioida omaa työtä ja ajattelutapaa sekä saada ideoita ja ajattelemisen aihetta toisilta.

Yhteistyökumppanit tekevät kukin omalla alueellaan selvitystyötä, jonka tuloksia kansainvälisissä tapaamisissa vertaillaan ja arvioidaan. Syyskuun alussa järjestettiin kansainvälinen tapaaminen Bodøssa Pohjois Norjassa. Kokoukseen osallistui projektityönteki-

jöitä, poliittisia päättäjiä ja kuntien virkamiehiä Pohjoisen Periferian alueelta.

Kokousten ohkeen oli järjestetty mahdollisuus tutustua isäntäkaupungin Bodø:n vanhustyöhön ja palveluihin. Kaupungissa on noin 44 000 asukasta. Tutustuimme mm. kotihoitoyksikköön. Yksikkö on toiminut kolme vuotta. Sen tehtävänä on arvioida palvelun tarve. Henkilöstö koostui moniammatillisesta työryhmästä: sairaanhoitajia, sosiaalityöntekijöitä, toimintaterapeutteja ja neuvoja toimeentuloon ja talouteen liittyvissä asioissa, yhteensä noin 15 työntekijää. Kotihoitoyksikkö vastaanottaa noin sata hakemusta viikossa. Palveluntarve arvioidaan kotikäynnin ja moniammatillisen tiimityön perusteella. Kunnan muut yksiköt toteuttavat sitten tarpeelliseksi havaitut ja määrätyt palvelut. Järjestelmä kuulosti hyvin toimivalta ja sujuvalta. Vauhtia

”

Toiminnasta huokuu laadukas ja asiakaslähtöinen ote ja suunnitelmallisuus. Työtä ohjaa elämänilo ja myönteisen vanhuuden korostaminen.

työhön lisää korotettu vuodepaikan hinta, jonka kunta joutuu sairaalalle maksamaan, mikäli ei onnistu kotiuttamaan potilasta ajoissa.

Muistihäiriöisten hoitoon on keskittynyt naisjärjestön omistama dementiaosaamiskeskus Kløveråsen. Se on tuottanut jo 15 vuotta 44 kunnalle palveluita, jotka liittyvät mm. muistihäiriöiden diagnosointiin, lääkitykseen ja dementiapotilaiden haasteelliseen käyttäytymiseen. Yksikössä oli koulutus- ja tutkimustoiminnan lisäksi myös poliklinikka- ja osastohoitoa dementoituneille. Erityisesti panostetaan varhaiseen toteamiseen ja kotona asumisen turvaamiseen. Omaisia opastetaan tukemaan muistihäiriöisen selviytymistä pienillä ja yksinkertaisilla arjen keinoilla, joilla koti ja ympäristö voidaan muuttaa helpommaksi havaita ja toimia.

Päivätoimintaa ja asumispalvelua tarjoava Tverlandet hyödyntää taitavasti ympäröivää kaunista puutarhaa. Keskuksessa on mm. muisteluhuone, jossa vanhat esineet virittävät kertomaan tarinoita. Huonetta käyttävät myös lapset ja nuoret yhdessä ikäihmisten kanssa. Yhteen huoneeseen on rakennettu puuverstas, toiseen pienen pieni matalan kynnyksen kuntosali. Keskuksessa on myös viihtyisä kahvila ja ikäihmisten täysin pyörittämä myymälä. Kaupan on oman käden tuotteita, mm. käsitöitä. Toiminnasta huokuu laadukas ja asiakaslähtöinen ote ja suunnitelmallisuus. Työtä ohjaa elämänilo ja myönteisen vanhuuden korostaminen.

Kansanvälisessä vuoropuhelussa korostuu kokemusten vaihto ja yhteinen oppiminen. Pohjoisen Periferian yhteistyö on hitsautunut tiiviiksi ja työtä halutaan edelleen syventää. Ke-

hittämisideat arvioidaan ja toteutetaan paikallisesti ja seudullisesti vanhustenhuollon kehittämiskeskus Karpalon kautta. Tämän hetken haasteena on kehittää mm. asiakkaan palveluohjasta. Piakkoin Lieksan kaupunki saa vieraakseen ruotsalaiset vanhuspalvelujen kehittäjät.

» JULKAISTU

Lieksan Lehti 17.9.2005

Kansainvälinen ykkösketju Lieksasta Grönlantiin

Arja Jämsén, Itä-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus
Erja Lehikoinen, Pohjois-Karjalan maakuntaliitto
Soile Syrjäläinen, Lieksan kaupunki

Färsaaret, Grönlanti, Norja, Pohjois-Irlanti, Ruotsi, Skotlanti, Venäjä – mitä se on? Se on osa Pohjois-Karjalan ikäosaamisen kumppaniketjua. Väestön ikääntyminen ei ole uhka – se voidaan kääntää voitoksi. Tältä pohjalta Pohjois-Karjala tekee myös kansainvälistä yhteistyötä.

dän ja lännen rajamailla Pohjois-Karjalassa on opittu hakemaan vaikutteita muualta. Kansainvälisyyttä ei ole pelätty. ISO on ollut luomassa kansainvälisiä kontakteja ja hankeyhteistyötä. Vireitä kuntakumppaneita on maakunnasta löytynyt.

Our Life as Elderly -hankkeessa päävastuun kantoi Lieksan kaupunki. Yhteistyö innosti kumppaneita niin paljon, että Skotlanti vaati seuraavaan EU-hankkeeseen mukaan Suomea ja Pielisen Karjalaa. Older People for Older People -hankkeeseen lähtikin seudullinen elinkeinoyhtiö, Pielisen Karjalan kehittämissyhtiö Oy, PIKES.

IKÄOSAAMISEN EDELLÄKÄVIJÄKSI

Suomessa väestö ikääntyy eurooppalaisittain nopeasti. Pohjois-Karjala komeilee ikääntymisennusteissa aivan

omilla lukemillaan. Pohjois-Karjala ikäosaamisen maakunnaksi -raportissa vuodelta 2009 nähtiin maakunnassa ainesta ikäosaamisen edelläkävijäksi. Sen jälkeen useat toimijat ovat yhdessä rakentaneet myönteisiä näköaloja ikääntyvään yhteiskuntaan. Pidentynyt elinikä on saavutus ja ikääntyvät ihmiset ovat yhteiskunnan ja yhteisöjen voimavara. Nyt Pohjois-Karjala maakuntaliitto on partnerina DART-hankkeessa, joka keskittyy väestön vähenemisen ja ikääntymisen alueellisiin vaikutuksiin. Mukana on 13 aluetta 11 Euroopan maasta.

Vuonna 2012 Euroopan turuilla ja toreilla vietetään Aktiivisen ikääntymisen ja sukupolvien välisen yhteenkuuluvuuden teemavuotta. Suomessa yhdeksi tahtumaksi on suunniteltu kansainvälistä konferenssia Joensuuhun.

VIERAITA MUMMOJEN KIMPPAKÄMPISSÄ

Kansainvälinen yhteistyö on tuonut kuntien vanhustyöhön konkreettista hyötyä. Esimerkiksi Lieksaan saatiin Norjasta palvelutarpeen arviointimali, jota on sovitettu paikallisiin oloihin. Sen ansiosta Lieksa ei ole maksanut neljään vuoteen sakkomaksuja keskussairaallalle, pitkäaikaislaitospaikkoja on vähennetty ja erikoissairaanhoidon menoissa säästetty. Kansainvälisiä vieraita on kiinnostanut Lieksan pienryhmäasuminen. Mummojen kimppakämppeihin on käyty tutustumassa monesta maasta.

TUO TULLESSASI, VIE MENNESSÄSI

Tulevaisuudessa ikäihmiset pitää saada mukaan kehittämistyöhön. Kansalaisten osallistuminen ei ole suomalaisten vahvuuksia – kansainvälisestä hank-

keista voimme saada siihen vauhtia. Monessa asiassa olemme antava osapuoli: meidän pitää miettiä hyvien käytäntöjemme siirtokelpoisuutta ja ”markkinointia” muualle maailmaan.

Yhteistyö on tuottanut uutta osaamista, innovaatiota ja vertailukohtaa omalle työlle. Kun esittelemme työtämme kansainvälisissä työkokouksissa, olemme siitä yhdessä ylpeitä, voimaannumme yhdessä.

» JULKAISTU

ISO-viesti 2011

Ikääntyminen yhdistää Euroopan reuna-alueita

Arja Jämsén, Itä-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus

Maaseudun ikäihmisten arki Euroopan reunamailla on karua ja yllättävän samanlaista: nuoret muuttavat pois, ja palvelut uhkaavat karata keskuksiin. Kuitenkin suuri osa ikäihmisistä haluaisi elää kotikonnuillaan. Miten tämä onnistuu?

Maaseudun ikäihmisten arkea pohtivat yhteisessä EU-hankkeessa Grönlanti, Pohjois-Irlanti, Ruotsi, Skotlanti ja Suomesta Pielisen Karjala. Skotit pohtivat paikan merkitystä ikäihmiselle. Onko sillä merkitystä, että ikkunasta aukeaa aamulla vanha tuttu maisema? Ja miten sieltä kotoa pääsee liikkumaan keskustaan? Liikkuvatko ihmiset vai palvelut? Välimatkat vaihtelevat: Grönlannissa matka seuraavaan kylään saattaa kestää viikon – hyvällä kelillä.

Ikäihmisten kotona asumisen tukemisessa on kyse myös maaseudun elinvoimaisuudesta. Samalla kun ikäihmiset saavat nykyistä paremmin apua ja tukea, koko kylä voi saada piristysruiskeen, Ikäihmiset ja heidän asuinymäristönsä virittävät uutta toimintaa, yhteistyötä ja palveluita.

SKOTLANNISSA LUOTETAAN VAPAAEHTOISTYÖHÖN

Skotlannin maaseudulla järjestetään ruokapalvelu, lounaskerhoja ja pyöritetään ystäväpiirejä osin vapaaehtoisuudella, osin palkatun henkilökunnan avulla. Vireyttä kyläyhteisöihin tuovat osuuskuntien ja sosiaalisten yritysten uudet toiminnot ja vertaistuki. Maaseutua elvytetään myös innostamalla nuoria perheitä hankkimaan sieltä kakkosasuntoja.

Vapaaehtoistyön aikapankin jäsenet osallistuvat yhteisön elämään tekemällä taitojen ja aikavarojensa mukaan vapaaehtoistyötä. Yksi tunti vapaaehtoistyötä tuottaa yhden pisteen. Kertyneet pisteet voi vaihtaa tarvitsemaansa työhön tai tehtävään. Tunnin tapiseerauksella voi ansaita vaikkapa jooga-tunnin. Ansaitsemansa tunnit voi myös lahjoittaa esimerkiksi apua tarvitsevalle omaiselleen. Vapaaehtoistyön keskus haastattelee ja rekrytoi vapaaehtoiset. Se hoitaa käytännön järjestelyt, vakuutukset ja kirjanpidon. Skotlannin aikapankissa on noin 500 jäsentä. Tällä tavalla voi auttaa toista, saada itse apua ja mielekästä tekemistä, tutustua ihmisiin ja oppia uusia asioita.

Sopiiko aikapankki Suomeen? Meillä törmätään helposti verotuksen, sosiaaliturvan ja vapaaehtoistyön yhteensovituksen ongelmiin.

BELFASTIN VANHUKSET MIELENOSOITUS- MARSSILLA

Pohjois-Irlannissa käydään kovaa kampanjointia ikäihmisten hyvinvoinnin puolesta. Viime joulukuussa järjestettiin mielenosoitus, jossa vaadittiin ikäihmisille parempia elämisen ehtoja. Huolenaiheena olivat kohonneet elinkustannukset. Monet vanhukset joutuivat talvella valitsemaan syömisen ja lämmityksen välillä, molempiin kun eivät rahat riittäneet.

Ratkaisuiksi Pohjois-Irlannissa toivotaan sosiaalisia yrityksiä ja lisää pyörillä kulkevia palveluita. Paljon uskotaan myös ikäihmisten omaan aktiivisuuteen, niin vapaaehtoistyöntekijöinä kuin sosiaalisten yritysten toimijoina.

Puolentoista miljoonan asukkaan Pohjois-Irlannissa toimii yli 1 200 ikäihmisten ryhmää. Ne tuovat ikäihmisten ääntä kuuluviin, vaikuttavat politiikkaan ja suunnittelevat ja arvioivat palveluita. He saavat järjestöiltään tukea

koulutusta muun muassa siitä, miten ikäihmisten ääni ja viesti saadaan perille. Neuvontaa annetaan tiedotteen kirjoittamisesta bandarollien tekemiseen.

Viime vuoden lopulla Dame Joan Harbison, 75, nimitettiin Pohjois-Irlannin ensimmäiseksi vanhusvaltuutetuksi. Nimitys on osa Pohjois-Irlannin hallituksen ikäpolitiikkaa. Dame Joanin tehtävänä ei ole pelkästään tuoda esille ikäihmisten ongelmia ja vaikeuksia, vaan hän toimii myös hallituksen neuvonantajana ja tekee laki- ja kehittämisehdotuksia. Hän on koulutukseltaan opettaja ja ollut ikänsä kiinnostunut ihmisoikeuskysymyksistä.

Pohjoisirlantilaiseen ikäpolitiikkaan on saatu mukaan myös prinssi Charles. Hän perusti 50-vuotispäivänsä kunniaksi Prime-säätiön, joka tukee yli 50-vuotiaita työllistymään uudelleen. Heitä kannustetaan erityisesti yrittäjyyteen.

» JULKAISTU

Sosiaalitieto 9/2009

Nousevan auringon maa harmaantuu

Arja Jämsén, Itä-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus

Suomi ja Japani, kaksi maailman nopeimmin ikääntyvää yhteiskuntaa, hakevat yhdessä vanhusten arkeen uusia ratkaisuja. Japani elää jo Suomen tulevaisuutta: eläkeläisiä on enemmän kuin alle 15-vuotiaita.

Tutustuin viime keväänä Sendain ikääntyvien palveluihin keskittyvän hyvinvointikeskuksen tutkimus- ja kehittämistoimintaan. Sitä esittelivät projektipäällikkö Hiroaki Ogasawara ja liiketoiminnan kehittämispäällikkö Aiko Sakai.

Japanissa ensisijainen vastuu vanhusten hyvinvoinnista ja huolenpidosta on perinteisesti kuulunut perheen lapsille, erityisesti tyttärille ja miniöille. Vanhuksen joutumista laitokseen on pidetty häpeänä perheelle. Perheen ja laitoshoidon väliin sijoitettavia avohuollon vanhuspalveluita ei ole juuri ollut tarjolla. Väestön ikääntyessä ja naisten siirtyessä yhä enemmän työelämään haasteeksi on noussut vanhusten avopalveluiden kehittäminen. Yksinasuvien vanhusten määrä kasvaa: nyt yksin asuu noin 20 prosenttia ikäihmisistä.

Tähän muutokseen Sendai-keskus pyrkii osaltaan vastaamaan.

Jo aulassa näkyivät keskuksen Suomi-yhteydet: verhojen kuosi tuttua unikkaa, kirjahyllyssä suomalaisten kaupunkien viirejä ja kuvakirjoja ja ruokasalin kellon muoto Suomi-neidolta. Sendai-yhteistyössä ovat mukana muassa Stakes, Tekes, Finpro ja useita hyvinvointiteknologiayrityksiä ja pari ammattikorkeakoulua. Japanin puolelta yhteistyöhön osallistuvat muun muassa Sendain, Tohukun yliopisto ja Tohuko Fukushin yliopisto.

HYVINVOINTI-TEKNOLOGIAA JA SAUVAKÄVELYÄ

Keskuksen näyttelyhuoneessa on esillä suomalaisia hyvinvointituotteita kuntolaitteista syke- ja verenpainemittareihin ja aromitippoihin. Suomalaisille yrityksille vuokrataan keskukselta työtiloja. Käytävän seinillä valokuvat kertovat Sendaissa meneillään olevasta sauvakävelykampanjasta. Terveystiedon edistäminen on kova sana myös Japanissa. Ehkä vähän yllättäen sielläkin kannetaan huolta keskivartalolihavuudesta ja osteoporoosista.

Keskuksessa on tutkimus- ja kehittämissyksikön lisäksi erillisessä rakennuksessa hoivayksikkö. Se muistuttaa modernia suomalaista palvelutaloa. Alakerrassa on avara aula, ravintola, kokoontumis- ja harrastustiloja sekä erilaisin liikuntaa helpottavin välinein varustettu uima-allas. Japanilaiset harrastavat perinteisesti kuumia lähteitä, ja nyt taloon on rakennettu myös suomalainen sauna. Talon oma koira tuo asukkaille iloa ja eloa.

Hoivayksikön runsaat sata hyvin varustettua asuinhuoneistoa sijaitsevat omassa siivessään. Jonossa kerrotaan olevan 300 vanhusta. Keskus tarjoaa myös päiväohjelmaa lähiseudun vanhuksille ja tukea omaishoitajille.

EI VOI KOPIOIDA, MUTTA OPIA VOI

Sendaissa ymmärretään hyvin, ettei ”Suomen malli” ole Japanin kopioitavissa. Paljon on kuitenkin puolin ja toisin opittavissa. Japanilaiset kiittävät suomalaisten tasokasta koulutusta. Suomen näkökulmasta kyse on liiketoiminnallisesti tuotetun ja tuoteistetun hyvinvointipalveluosaamisen viennistä. Hauska esimerkki on tuotekehittäminen,

jossa luodaan uutta japanilaiselle vanhukseksi sopivaa vuodetta perinteisen tatamin ja suomalaisen sairaalasängyn välimaastoon.

Vanhuksia näkyi Japanissa paljon työelämässä, enemmän kuin meillä. Isoäidit kaitsevat puistossa lapsenlapsiaan. Majapaikassamme isäntäväellä oli vastaanottotiskin ja muiden toimien ohella usein hoidettavana myös tytären pieni vauva. Tavaratalojen parkkihalleissa näkyi virkapukuisia ikämiehiä liikennettä ohjaamassa. Metroasemilla palvelu-, neuvonta- ja valvontatehtävissä oli useimmiten eläkeikäinen henkilökunta.

Maailmanlaajuinen ikääntyminen muuttaa yhteiskuntia idässä ja lännessä. Olisi kiintoisaa rakentaa enemmänkin yhteyksiä Japanin ja Suomen välille. Mitähän uutta syntyisi, jos joku suomalainen vanhustyön kehittämissyksikkö löytäisikin japanilaisen kehittämissukumppanin?

» JULKAISTU

Sosiaaliturva 11/2008

Tieteellisinä turisteina Japanin Sendaissa

Tapio Kirsi, Tampereen yliopisto
Arja Jämsén, Itä-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus

Viime vuonna Oulun Gerontologian päivillä kuulumme Finnish Wellbeing Center Finland Oy:n johtaja Hilikka Tervaskarin esityksen Japanin Sendaissa vuonna 2004 toimintansa aloittaneesta vanhusten hyvinvointipalvelukeskuksesta. Esityksen jälkeen päätimme: ”Tuonne, kun... ja jos...”. ”Kun” aktualisoitui loppukesästä Helsingin yliopistossa japaninkieltä opiskelevan poikani (-TK) saatua tiedon vuoden vaihto-opiskelustipendistä Yamagatan yliopistoon. Yhteensä kuusi henkeä käsittävän omais- ja ystäväseurueen matkavalmistelut alkoivat saman tien. Kun vuoden vaihteessa matkan ajankohdaksi varmistui huhtikuun alkupuoli, otimme yhteyttä Hilikka Tervaskariin, jolta saimme Sendai-keskuksen yhteystiedot. ”Jos” muuttui toiveesta todeksi keskuksen tutkimus- ja kehittämissyksikön johtaja Merja Karp-

pisen toivotettua meidät tervetulleeksi tutustumiskäynnille.

Kahden viikon matkamme alkupuoliskon vietimme Kiotossa kirsikkukaloistoa ja tempeleitä ihailleen sekä Tokiossa urbaania elämänmenoa ihmetellen. Toisen matkaviikon alussa siirryimme Tokiosta muutama sata kilometriä pohjoiseen sijaitsevaan Yamagataan. Päivää ennen keskiviikoksi 16.4. sovittua Sendain vierailua saimme Merja Karppiselta sähköpostiviestin, että valitettavasti hän joutuu matkustamaan viestintäministeri Suvi Lindenin vierailun vuoksi Tokioon. Mutta ei hätää, Mr. Hiroaki Ogasawara oli lupautunut isännöimään vierailumme.

Asukasluvultaan Tampereen kokoisesta Yamagatasta on Japanin pääsaaren Honsun pohjoisosan itärannikolla sijaitsevaan miljoonakaupunki Sendaihin vain runsaan tunnin matka,

jonka paikallisjuna mutkittelee halki jylhän vuoristomaiseman. Sendaihin saavuttuamme jätimme muun matkaseurueen tutustumaan kaupunkiin ja otimme taksin esikaupunkialueella sijaitsevaan H&W-keskukseen. Pienen hakemisen jälkeen määränpää lopulta löytyi ja olimme paikalla täsmällisesti sovittuun aikaan klo 13.

Keskuksen tutkimus- ja kehittämissosaston projektipäällikkö Hiroaki Ogasawara ja liiketoiminnan kehittämisspäällikkö, rouva Aiko Sakai ottivat meidät vieraanvaraisesti vastaan talon pääaulassa. Siitä, ettemme olleet keskuksen ensimmäiset suomalaisvieraat, kertoivat osaltaan aulaan sijoitetut suomalaiskaupunkien englanninkieliset kuvakirjat. Myös meillä oli ojentaa isännille kotimainen kirjatulainen. Vasta vierailua edellisellä päivänä huomasimme kauhuksemme, ettemme olleet muis-



Yhteistä Suomen kanssa on ollut julkisen terveyden- ja vanhustenhuollon laitoskeskeisyys. Perheen ja laitoshoidon väliin sijoittuvia avohuollollisia vanhuspalveluita ei Japanissa ole tähän asti juurikaan ollut tarjolla.

taneet hankkia Suomesta tuliaislahjaa. Lahjatavaraa löytyy Japanistakin, mutta paikallinen suklaa, paputahna tai mui-toesine ei tässä tilanteessa oikein pelit-täisi. Onneksi olin (-TK) napannut ko-toa mukaan Päivi Lipposen toimittaman uunituoreen kirjan ”Rakas velvollisuus”, jossa on mukana vanhemmistaan huolta pitäviä poikia käsittelevä kirjoitukseni. Suomalainen omaishoitokirjallisuus rat-kaisi tularipulmamme. Isännät ottivat kirjan kiitollisuudella vastaan kertoen sijoittavansa sen keskukseen perusteilla olevaan kirjastoon. Tulariiposten luovutuk-sen lisäksi vastaanottoseremonioihin kuului käyntikorttien vaihtaminen kak-sin käsin ja kumartaen – rituaali, jonka olimme harjoitelleet etukäteen – ja va-lokuvien ottaminen. Kirjoittaessamme nimemme vieraskirjaan huomasimme kahden suomalaisvieraan ehtineen käydä talossa kylässä aamupäivällä jo ennen meitä.

Mrs. Aiko Sakai vastasi keskuksen tutkimustoiminnan esittelystä. Tilavassa seminaarihuoneessa saimme nau-tittavaksemme kahvikupillisten ohella vajaan tunnin mittaisen PowerPoint-esityksen kunnan kongressityyliin, oi-kein puhujapöytästä pidettynä. Esitys käsitteli Japanin ja Suomen väestöra-kenteen, vanhusväestön toimintaky-vyn ja terveydentilan kehitystrendejä sekä vanhenemisen vaikutuksia japa-nilaiseen kulttuuriin ja yhteiskuntaan. Esitystä ei selvästikään pidetty suo-malaisyleisölle ensimmäistä kertaa; tavanomaisesta poikkeavaa oli ehkä vain kuulijakunnan pieni koko. Hie-man meitä kahta lomamatkalla itsen-

sä kylään kutsuttanutta turistia tilan-teen virallisuus aluksi jännitti, mutta alkuhämmennyksestä toivuttuamme toimimme kunnan seminaariosallis-tujan tavoin tekemällä kysymyksiä, kommentoimalla ja kertomalla suoma-laisen vanhustenhuollon tilanteesta ja toimintatavoista.

Keskustelussa löysimme paljon maillemme yhteistä, muun muassa sen, että Japani ja Suomi ovat kaksi maailman nopeimmin ikääntyvää yh-teiskuntaa. Japanissa perinteinen ja moderni kulttuuri elävät rinnakkain. Toisin kuin Suomessa, Japanissa ole ollut sodan jälkeen samankaltaista laajan hyvinvointivaltion välivaihetta – jollaiseksi sitä voinee nykyisin meil-lä jo kutsua – kuin Suomessa matkalla maatalousyhteiskunnasta urbaaniin kilpailu- ja hyvinvointiyhteiskuntaan. Japanissa ensisijaisen vastuun vanhus-ten hyvinvoinnista ja huolenpidosta on perinteisesti katsottu kuuluvan perheen lapsille. Yhteistä Suomen kanssa on ollut julkisen terveyden- ja vanhustenhuollon laitoskeskeisyys. Perheen ja laitoshoidon väliin sijoittu-via avohuollollisia vanhuspalveluita ei Japanissa ole tähän asti juurikaan ollut tarjolla. Väestörakenteen ikääntyessä ja perheiden hoivaresurssien kaven-tuessa keskeiseksi haasteeksi on nous-sut vanhustenhuollon avopalveluiden kehittäminen. Juuri tähän tarpeeseen pyrkii Sendai-keskuksen suomalainen vanhuspalvelukonsepti osaltaan vas-taamaan.

Jälkikäteen meitä jäi mietityttä-mään suomalaisen vanhustenhuollon

avopalvelukonseptin ja -osaamisen vieminen maailmalle samanaikaisesti kun vanhusten kotiin annettavia palveluita Suomessa, ainakin julkisen sektorin puolella, ollaan karsimassa. Toisaalta Sendai-keskuksen suomalaisessa palvelukonseptissa ei olekaan kyse suomalaisen hyvinvointivaltiomallin markkinoinnista maailmalle, vaan liiketoiminnallisesti tuotetun ja tuotteistetun hyvinvointipalveluosaimisen viennistä.

Mrs. Sakain esityksen jälkeen Mr. Hiroaki Ogasawara esitteli meille keskuksen tiloja. Keskus on suomalaisarkkitehtien suunnittelema ja suomalaisittain kalustettu ja sisustettu. Tutkimus- ja kehittämissyksikön aulatiloiissa suomalaissilmä bongasi oitis Marimekon verhot ja Artekin kalusteet. Aulassa on näytteillä suomalaisia hyvinvointiteknologiatuotteita erilaisista kuntolaitteista syke- ja verenpainemittareihin. Suomalaisilla yrityksillä on yläkerrassa omia huoneitaan. Käytävän seinillä valokuvat kertovat Sendaissa meneillään olevasta sauvakävelyboomista. Sauvalaajasta Exel oli saanut projektinsa päätökseen. Huoneen ulkopuolella käytävällä odotti suuri pussillinen kävelysauvoja kotiin viemistä. Parhaillaan keskuksessa valmisteltiin pirkanmaalaisen Hyvite-projektin toukokuussa järjestettävää seminaaria, jonka ohjelmaa isäntämme ylpeänä esitteli. Ohjelmasta tunnistimme tuttuja suomalaisnimiä.

Keskus koostuu kahdessa erillisessä rakennuksesta: tutkimus- ja kehittämissyksiköstä sekä hoivayksiköstä,

johon Mr. Ogasawara johdatti meidät pihan poikki. Japanilaiseen tyyliin vaihdoimme eteisaulassa kengät sisätossuihin. Hoivayksikkö muistuttaa modernia suomalaista palvelutaloa. Alakerrassa on avara aula, ravintola, kokoontumis- ja harrastustiloja sekä erilaisin liikuntaa helpottavin välinein varustettu uima-allas. Talossa on myös suomalainen sauna. Hoivayksikön runsaat sata hyvin varustettua asuinhuoneistoa sijaitsevat omassa siivessään. Niitä ei meille esitelty. Myöskään talon asukkaita emme vierailumme aikana nähneet. Liekö ollut iltapäivälevon aika, vai oliko Mr. Ogasawara Mrs. Sakain luennon aikana käynyt häätämässä asukkaat omiin huoneisiinsa, sitä emme tohtineet isännältämme kysyä yhteistilojen autiutta ihmetellessämme. Talon aktiivisesta elämästä saimme käsityksen vasta matkan jälkeen toukokuun alussa, kun TV2:n Akuutti-ohjelmassa esitettiin Sendai-keskusta käsittelevä raportti. Nauhoitustilanteessa erilaisten harrastus- ja virkistystoimien pariin oli kutsuttu suuri joukko talon asukkaista. Keskus tarjoaa myös päivätoimintaa lähiseudulla asuville vanhuksille sekä tukea omaishoitajille.

Kahden tunnin vierailulla ehdimme nähdä, kuulla ja kokea asioita monin verroin enemmän kuin lyhyessä raportissa on mahdollista kuvata. Hyvästellessämme isäntämme toivotimme keskukselle menestystä ja kartoitimme alustavasti yhteistyömahdollisuuksia. Astuessamme ulos puitteiltaan ja tunnelmaltaan suomalaisittain tutunolaisen keskuksen pääovesta, siirsi hori-



Suomalaisessa sosiaali-gerontologisessa keskustelussa on viime aikoina pohdittu tuottavan vanhenemisen käsitettä. Japanissa näimme, mitä käsite käytännössä tarkoittaa.

sontissa arviolta vähintään 50 metrin korkuisena siintävä vitivalkea Buddhan patsas meidät takaisin aitojapanilaiseen arkeen jatkamaan turistintyötämme.

Viittauksia kotisuomeen voi suomalaisturistin silmä ja korva poimia Japanissa mitä yllättävimmissä paikoissa ja yhteyksissä. Muun seurueen tapasimme sovittuun aikaan Sendain asema-aukion laidalla sijaitsevan Ollinkarinimisen valokuvausliikkeen edustalla. Sendain ihmisvilinässä nousi mieleemme yksi päivän luennon yksityiskohta. Puhuessaan ikääntymissairauksista Mrs. Sakai korosti metabolista oireyhtymää – suomalaisittain keskivartalolihavuutta – yhtenä vanhenevan väestön kasvavista terveysriskeistä. Missään emme olleet aiemmin nähneet yhtä vähän ylipainoisia ihmisiä, sen paremmin nuoria kuin vanhojakaan, kuin edeltävän puolentoista viikon aikana Japanissa. Sumopainijatkin kuulemma erikseen lihotetaan lajiinsa soveliaiksi läskivuoriksi. Lieneekö Mrs. Sakain ilmaisema huoli ikääntyvän väestön metabolia-riskistä ollut suomalaista vientituotetta sekin, mene ja tiedä?

Gerontologisia havaintoja teimme matkan aikana myös muualla kuin Sendai-keskuksessa. Suomalaisessa sosiaaligerontologisessa keskustelussa on viime aikoina pohdittu tuottavan vanhenemisen käsitettä. Japanissa näimme, mitä käsite käytännössä tarkoittaa. Päiväkotien lapsiryhmiäkin näimme, mutta yleisempi näky oli isoäiti kaitsemassa lapsenlapsiaan. Yamagatan ryokanimme (majatalon) isäntäväellä oli vastaanottotiskin ja muiden toimi-

ensa ohella usein hoidettavanaan myös pieni tyttärentyttärensä. Suurkaupunkien tavaratalojen parkkihalleissa näkyi virkapukuisia ikämiehiä liikennettä ohjaamassa. Metroasemilla erilaisissa neuvonta- ja valvontatehtävissä palveli enimmäkseen eläkeikäinen, tai ainakin siltä näyttävä, henkilökunta. Suomessa eläke- ja verolainsäädäntö estää ikäihmisten osallistumisen palkkatyöhön. Työkuntoisten eläkeläisten määrän lähivuosina kasvaessa ja hyvinvointivaltion muuttuessa ihmisten omaa vastuuta niin hyvinvoinnistaan kuin toimeentulostaankin korostavaksi hyvinvointiyhteiskunnaksi, voi vaatimusten eläkeikäisten työhön osallistumisesta ja taloudellisten houkuttimien työhön osallistumiseksi olettaa yleistyvän meilläkin. Omaishoitoa rahalliseen palkkioon oikeuttavana työnä voi pitää yhtenä tuottavan vanhenemisen uusvanhoista ilmentymistä. Työvoimapulan pahentuessa tasaisesti kasvava varhaisvanhusten joukko muodostaa ainakin kielitaidon suhteen maahanmuuttajia pätevemmän työvoimareservin vähän fyysisesti kuormittavilla, heikosti tuottavilla ja alipalkatuilla aloilla.

» JULKAISTU

Gerontologia 2/2008

Näkyvissä ikääntymistä

Arja Jämsén, Itä-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus
Teija Nuutinen, Pohjois-Karjalan ammattikorkeakoulu

Kansainvälinen vanhustyön konferenssi ”Work among the Elderly ICCEF 2011” järjestettiin Tampereella 11.–14. syyskuuta 2011. Pääteemana oli monimuotoinen työ vanhusten ja ikääntyneiden parissa.

Konferenssin tavoitteena oli esitellä monimuotoista työtä vanhusten ja ikäihmisten keskuudessa sekä luoda kokonaiskuva nykyaikaisesta, korkealaatuisesta ja tuloksellisesta vanhustyöstä. Aihe on ajankohtainen sekä kansainvälisesti että kansallisesti. Teemaa käsiteltiin monialaisessa asiantuntijakonferenssissa viimeisimpien tutkimusten ja tapausesimerkkien valossa.

Osallistajat tulivat ympäri maapalloa, kaukaisimmat Argentiinasta, Brasiliasta, Kanadasta, Japanista ja Australiasta. Mukana oli asiantuntijoita myös muun muassa Saksasta ja Norjasta. Suomalaisten osallistujien joukossa

oli tutkijoiden lisäksi myös sosiaali- ja terveysalan opettajia, kouluttajia ja kehittäjiä sekä hallinnon virkamiehiä. Sisällöltään laajan konferenssin teemat vaihtelivat ikääntyvien työntekijöiden jaksamisesta maahanmuuttajataustaisten hoivatyöntekijöiden työoloihin sekä vanhusten asumisen ja toimintakyvyn kysymyksistä ikäosaamisen vahvistamiseen. Lisäksi konferenssissa käsiteltiin erilaisten ympäristötekijöiden, kuten fyysisen ympäristön, kemikaalien ja psykososiaalisten tekijöiden merkitystä ja vaikutuksia hyvinvointiin ja työkykyyn.

TYÖ, ELÄMÄ JA OSAAMINEN

Konferenssin puheenjohtaja Olavi Manninen korosti, että keskeistä on työ, elämä ja osaaminen. Työssä jaksamisen näkökulmasta on hänen

mielestään oleellista työn hallinnan ja toimivan työkuulttuurin lisäksi myös tyytyväisyys omaan elämään. Työurien pidentämisen näkökulmasta huolta eivät herätä niinkään ikääntyvät työntekijät, vaan nuoret. Mannisen mukaan valtaosa alle 26-vuotiaista nuorista ei ole halukas jatkamaan työuraansa edes 63 ikävuoteen asti. Koulutuksen ja työelämätaitojen merkitys nousee suureksi. Ikääntyneillä työntekijöilläkään ei pelkkä halu tai kyky riitä työuran pidentäjäksi. Työkuulttuurin tulisi olla toimiva ja työtaakan kohtuullinen. Koulutuksen tulisi uudistua ja vastata nopeasti työelämän muutoksiin.

MONIPUOLISIA KANSAINVÄLISIÄ ESIMERKKEJÄ

Japani on suomalaisia kiinnostava nopeasti ikääntyvä maa. Tällä hetkellä yli 65-vuotiaiden osuus väestöstä on 21.5

prosenttia, vuonna 2030 jo 31.9 prosenttia ja vuonna 2055 osuuden on arvioitu olevan peräti 40.5 prosenttia. Samaan aikaan Japani muuttuu vinhaa vauhtia laajennetun perheen yhteiskunnasta ydinperheyhteiskuntaan, jossa entisenkaltaista sosiaalista tukea ja turvaa ei enää ole.

Japanissa luodaan uutta vanhusten palveluasumisen mallia, kehitetään kuntoutusmenetelmiä ja uudistetaan palvelujen rahoitusta. Vanhustyön organisoinnissa kokeillaan uudenlaista yhteistyötä vakuutusyhtiöiden kanssa. Kyseessä on ”käänteinen laina”, jossa omaa taloa käytetään turvavarantona kotihoidon ja -palvelujen ostoon.

Israelissa ja Saksassa ovat esillä vanhustyön rekrytointiin liittyvät kysymykset. Israelissa vanhustyössä on paljon Aasiasta tulleita maahanmuuttajia. He työskentelevät enimmäkseen perheissä ja mahdollistavat kotihoidon laitoshoidon sijasta. Asiassa on kuitenkin monia puolia: miten turvataan laatua, millainen koulutus työntekijöillä on, millaiset sosiaaliset olot heillä on perheissä ja miten estetään mahdollinen hyväksikäyttö tai riisto. Miettimistä on myös siinä, miten maahanmuuttajatyöntekijöiden tulo vaikuttaa paikallisiin työmarkkinoihin. Kanadassa hyödynnetään uutta teknologiaa kotipalvelujen työturvallisuuden varmistamiseksi. Kotipalvelun työntekijät kokevat työssään häirintää ja väkivaltaa, mikä on jo terveyttä uhkaava ongelma.

Argentiinan ja Brasilian yliopistoissa tutkitaan ikääntyneiden fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista hyvinvointia ja kehitellään työelämäläheistä koulu-

tusta. Esimerkiksi Argentiinassa sosiaaliryhmiin koulutukseen sisältyy kurssi ikääntyvästä yhteiskunnasta. Ikäihmiset käyvät kursilla kertomassa ikääntymisestä ja keskustelevat aiheesta seminaareissa opiskelijoiden kanssa. Tätä sukupolvien välisen vuorovaikutuksen vahvistamista korosti myös brittiläis-australialainen gerontologian professori Simon Biggs. Kestävän kehityksen näkökulmasta tärkeimpiä tulevaisuuden taitoja on kyky asettua toisenikäisen ihmisen asemaan.

UUSIA TYÖMUOTOJA SUOMALAIISIIN IKÄÄNTYNEIDEN PALVELUIHIN

Kotimaisia esimerkkejä kuultiin muun muassa uusimman teknologian, vapaaehtoistyön ja sosiaalipedagogisen hevostoiminnan mahdollisuuksista ikääntyneiden kanssa tehtävässä työssä. Uusille ja ennakkoluulottomillekin työmuodoille on ilmeistä tilausta. Lisäksi esiteltiin tutkimuksia, jotka liittyivät päihteistä tai omaisen mielenterveysongelmista kärsiviin ikäihmisiin ja aviopareihin. Esitysten myötä ikääntyneiden arjen ongelmiin saatiin konkreettisia näköaloja.

Omassa Pohjois-Karjalan esimerkissämme kerroimme maakunnallisesta ikäosaamisen kehittämisestä useiden, hyväksi havaittujen ja palkittujenkin tapausesimerkkien valossa. Erityisesti kotona asumisen ja ennalta ehkäisevän vanhustyön toimintamalleja on kehitetty ja kehitetään aktiivisesti edelleen. Kunta- ja palvelurakennemuutoksen myötä kuntia kutsutaan monialaiseen yhteistyöhön järjestöjen, yritysten ja koulutusorganisaatioiden kanssa. Tär-

keää on löytää konkreettisia toimintamalleja, joissa ikäihmiset itse pääsevät osallistumaan kehittämistyöhön.

Väestön ikääntyminen muuttaa maailmaa enemmän kuin tällä hetkellä osaamme aavistaa. Uutta ymmärrystä ja osaamista tarvitaan kaikilla yhteiskunnan alueilla ja tasoilla, muun muassa asumisessa, liikenteessä, kulttuurissa, koulutuksessa sekä sosiaalili- ja terveysalalla. Ikäosaamisen laaja ymmärrys haastaa myös koulutusta kehittämään monialaista ja työelämäläheistä toimintaa.

VÄLJYTTÄ SEMINAARI-OHJELMAAN

Konferenssissa kuultiin kolmen päivän aikana yli 40 esitystä, joista vajaat 20 oli kotimaisia. Konferenssin monipuolinen anti kärsi liian tiiviistä aikataulusta ja runsaista ja pitkistä esityksistä, jotka eivät jättäneet riittävästi tilaa keskustelulle tai keskinäiselle tutustumiselle ja verkottumiselle. Monipuolisuudesta seurasi myös lievää epäjohtomukaisuutta esitysten sinkoilla lennossa temaattisesti, kulttuurisesti ja maantieteellisesti esimerkiksi Japanista Norjaan ja Suomesta Argentiinaan.

Konferenssin järjesti Tampereen Aikuiskoulutuskeskus TAKK yhdessä ISCES:n (The International Society for Complex Environmental Studies) kanssa. Tällä kertaa kyseessä oli jo 13. yhteinen konferenssi.

» JULKAISTU

Gerontologia 4/2011

Ikäosaaminen on Pohjois-Karjalan valtti. Maakunnasta löytyy koulutusta, käytännön kehittämistyötä ja ikäihmisten omaa aktiivisuutta - ikäosaamista.

Tämä julkaisu on katsaus ikäosaamisen tiimoilta käytyyn keskusteluun sanoma- ja ammattilehdissä. Julkaisun kirjoittajat edustavat pohjoiskarjalaisia ikäosaamisen kehittäjiä koulutus- ja kehittämisorganisaatioista, järjestöistä ja kunnista.

Julkaisuun on koottu artikkeleita kymmenen viime vuoden ajalta. Koosteen tarkoituksena on valottaa ikäosaamisen käsitteen ja sisältöjen kehkeytymistä sekä nostaa näkyviin monia edelleen ajankohtaisia teemoja.

Artikkelit on jaoteltu teemoittain: ikäosaamisen tausta, arvoperusta ja määrittely, ikäihmisten hyvinvointi pitkien välimatkojen alueella, muistisairaiden elämäntilanne sekä kansainvälinen yhteistyö.



KARELIA-AMMATTIKORKEAKOULUN JULKAISUJA B:21

ISBN 978-952-275-122-5 (painettu)
ISBN 978-952-275-123-2 (verkkójulkaisu)
ISSN-L 2323-6876