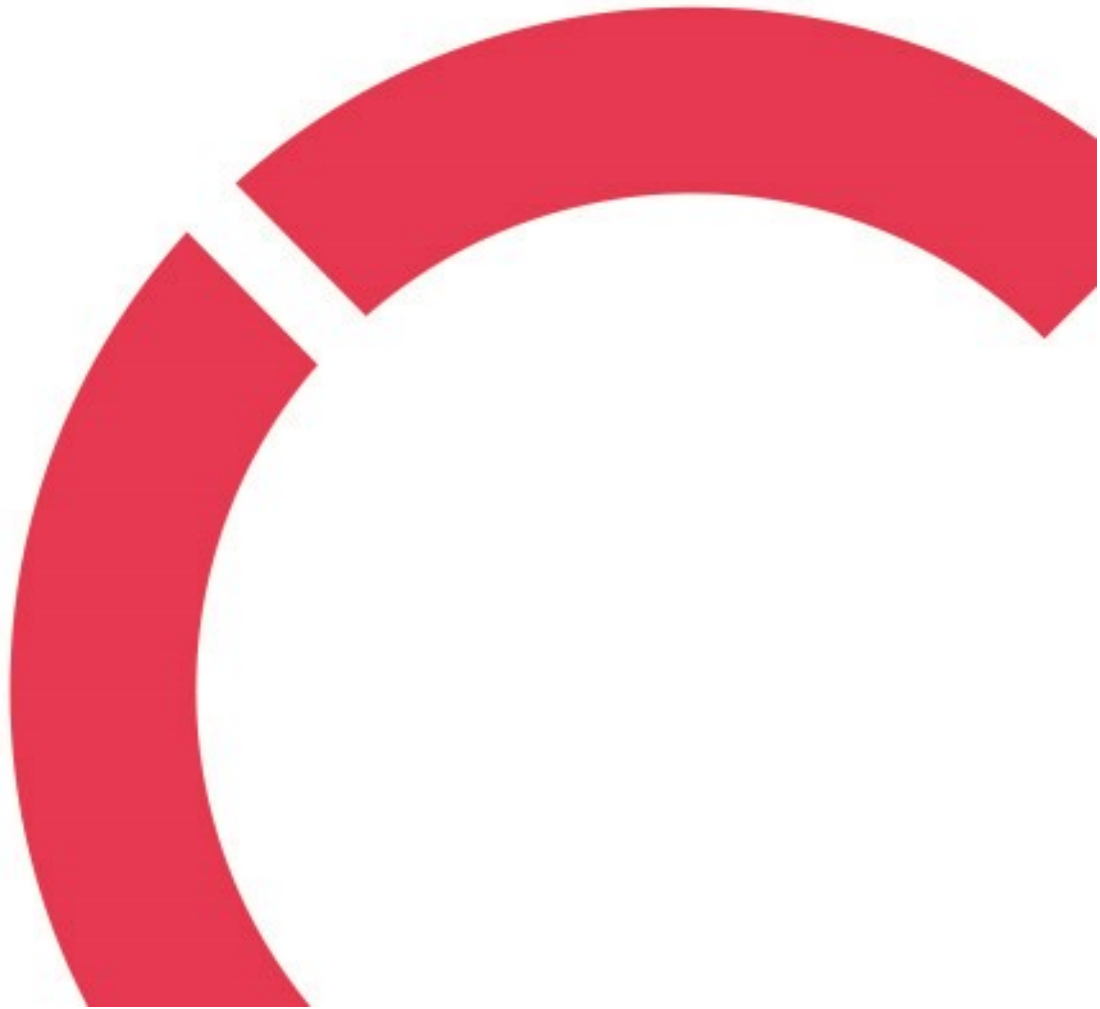


Maria-Theresa Vähäkangas

IKÄÄNTYNEIDEN YHTEISÖLLISYYDEN TUKEMINEN

**Opinnäytetyö
CENTRIA-AMMATTIKORKEAKOULU
Sosiaalialan koulutus
Lokakuu 2022**



Centria-ammattikorkeakoulu	Aika Lokakuu 2022	Tekijä/tekijät Maria-Theresa Vähäkangas
Koulutus Sosiaalialan koulutus, Sosionomi (AMK)		<input checked="" type="checkbox"/> AMK <input type="checkbox"/> YAMK
Työn nimi IKÄÄNTYNEIDEN YHTEISÖLLISYYDEN TUKEMINEN		
Työn ohjaaja Leena Raudaskoski		Sivumäärä 25 + 2
Työelämäohjaaja Rauni Koppelo		
<p>Tämä oli toiminnallinen opinnäytetyö, jonka tilaajana oli Hailuodon kunnan vanhuspalvelut. Opinnäytetyön tavoitteena oli tukea ikääntyneiden yhteisöllisyyttä ja osallisuutta helposti saavutettavalla tavalla. Tarkoituksena oli saada ikääntyneet ja heille läheiset sidosryhmät kokoontumaan yhteen ja hyödyntää tähän tarkoitukseen palvelukodin uudistettua sisäpihan puutarhaa.</p> <p>Kesäjuhla järjestettiin kolmen vuoden tauon jälkeen, koska Covid-19-pandemia on rajoittanut sosiaalista kanssakäymistä ikäihmisten ryhmässä. Kesäjuhla toimi virikkeellisenä ja yhteisöllisenä tilaisuutena Saarenkartanon palvelukodin asukkaille, kotihoidon asiakkaille sekä omaishoitajille ja heidän hoidettavilleen. Kesäjuhlaan kutsuttiin myös Hailuodon kunnan palveluksessa olevia työntekijöitä ja hoitohenkilöstöä.</p> <p>Opinnäytetyön tietoperusta koostuu ikääntyneiden hyvinvoinnin laatutekijöistä, yhteisöllisyyden ja osallisuuden kokemisesta sekä luontoympäristön ja musiikin vaikutuksesta ikäihmisten psyykkiseen hyvinvointiin.</p> <p>Ohjelma ja tarjoilu tuotettiin paikallisin voimin. Palautetta kerättiin kaikilta osallistujilta palautelomakkeella, johon vastattiin anonymisti. Palautteiden perusteella tilaisuus oli hyvin suunniteltu ja järjestetty. Se oli tuonut osallistujille iloa ja piristystä. Musiikki oli palauttanut mieleen mukavia nuoruusmuistoja, joita oli kerrottu toisille. Puutarhaa oli pidetty viihtyisänä ja tuttuja kukkia oli ollut mukava tunnistaa yhdessä. Juhla oli tuonut kaivattua vaihtelua arkeen ja antanut mahdollisuuden jutella rauhassa tuttavien kanssa. Myös hoitajien runsasta mukanaoloa oli kiiteltu.</p>		
Asiasanat ikäihminen, omaishoitaja, osallisuus, vanhus, viriketoiminta, yhteisöllisyys		

ABSTRACT

Centria University of Applied Sciences	Date October 2022	Author Maria-Theresa Vähäkangas
Degree programme Bachelor of Social Services		
Name of thesis SUPPORTING THE SENSE OF COMMUNITY FOR OLDER PEOPLE		
Centria supervisor Leena Raudaskoski	Pages 25 + 2	
Instructor representing commissioning institution or company Rauni Koppelo		
<p>This was a functional thesis commissioned by the elderly services of the municipality of Hailuoto. The aim of the thesis was to support the sense of community and participation of older people in an easily accessible way. The aim was to bring the elderly and the stakeholders close to them together and to use the newly renovated courtyard garden of the service home for this purpose.</p> <p>The summer celebration took place after a three-year break because the Covid-19 pandemic has limited social interaction with the elderly. The summer celebration was a stimulating and communal opportunity for the residents of Saarekartano service home, home care customers and family carers and their care providers. Employees and nursing staff in the municipality of Hailuoto were also invited to the summer celebration.</p> <p>The knowledge base of the thesis consists of quality factors for the well-being of older people, the experience of community and inclusion, and the impact of the natural environment and music on the mental well-being of elderly people.</p> <p>The program and the catering were produced with local power. Feedback was collected from all participants using a feedback form, which was replied anonymously. Based on the feedback, the event was well planned and arranged. It had brought the participants joy and cheering up. The music had brought to mind the pleasant memories of youth that had been shared with others. The garden had been considered comfortable and it was considered nice to recognize familiar flowers together. The event had brought much needed variety to everyday life and had given us the opportunity to talk to acquaintances in peace. The great attendance of the nurses had also been commended.</p>		
<p>Key words carer, community, inclusion, old people, recreational activities, senior citizen</p>		

KÄSITTEIDEN MÄÄRITTELY

OMAISHOITAJA

Omaishoitaja on henkilö, joka hoitaa ja huolehtii joko perheenjäsenestään tai muusta läheisestään, joka ei selviydy itsenäisesti ja omatoimisesti arjesta sairaudestaan, vammastaan tai muusta erityisen hoivan tarpeesta johtuen (Omaishoitajaliitto 2021).

OSALLISUUS

Osallisuus määritellään kokemukselliseksi tilaksi, jossa ihminen tuntee kuuluvansa johonkin itselle tärkeään yhteisöön tai ryhmään. Yksilötason lisäksi osallisuutta on myös yhteisön, yhteiskunnan ja politiikan tasolla. (Terveysten ja hyvinvoinnin laitos 2020.)

TIIVISTELMÄ
ABSTRACT
KÄSITTEIDEN MÄÄRITTELY
SISÄLLYS

1 JOHDANTO	1
2 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET	3
3 HYVÄN ELÄMÄNLAADUN TEKIJÖITÄ IKÄÄNTYNEILLÄ	4
3.1 Vanhuuden määritelmä	4
3.2 Elämän laatutekijöitä	5
3.2.1 Luontoympäristö	5
3.2.2 Yhteisöllisyys	6
3.2.3 Omaishoito	8
3.2.4 Musiikki	9
4 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS	10
4.1 Aloitusvaihe	10
4.2 Suunnitteluvaihe	11
4.3 Esivaihe	12
4.4 Työstövaihe	17
4.5 Tarkistusvaihe	18
4.6 Viimeistelyvaihe	18
4.7 Valmis tuotos	18
5 ARVIOINTI	19
6 LUOTETTAVUUS JA ETIIKKA	21
7 POHDINTA	22
LÄHTEET	24
LIITTEET	
LIITE 1. Kutsukirje	
LIITE 2. Palautelomake	
KUVIOT	
KUVIO 1. Opinnäytetyön prosessi aikajanalla.....	10
KUVAT	
KUVA 1. Marjaniemen vanha kalastajakylä	7
KUVA 2. Saarenkartanon sisäpiha.....	14
KUVA 3. Oulun seudun omaishoitajat ry.....	15
KUVA 4. Makkaratarjoilu.....	16

1 JOHDANTO

Me ihmiset olemme sosiaalisia olentoja ja kaipaamme sekä yksinoloa että yhteisiä hetkiä. Haluamme vahvistusta omalle sosiaalisuudellemme kukin omalla tyylillään enemmän tai vähemmän. On mukavaa tuntea olevansa osa jotain ryhmää tai yhteisöä myös ikääntyvänä. Olen työskennellyt vuosia vanhusten parissa lähihoitajana ja huomannut, että ihmiset ovat yksilöitä myös vanhetessaan. Ikäihmisten voimavarat heikkenevät niin fyysisesti kuin psyykkisesti. Sehän on jo luonnonlaki. Sosiaaliset voimavarat ovat myös yksilöllisiä. Erään teorian mukaan vanheneminen on onnistunut prosessi, kun siihen liittyy aktiivinen toiminta ja elämäntapa. Nämä ylläpitävät fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista toimintakykyä. Aktiivinen elämä sisältää myös sosiaalisia suhteita ja sosiaalista osallistumista. Nämä taas vahvistavat toimintakykyä ja parantavat elämänlaatua. (Heikkinen 2002, 28.)

Toteutin tämän opinnäytetyöni toiminnallisena opinnäytetyönä omalla työpaikallani. Hailuodon kunnan vanhuspalvelut oli opinnäytetyöni tilaaja ja aiheena oli kesäjuhlien järjestäminen. Tämä aihe nousi tilaajan tarpeesta. Koska Covid-19-pandemia on rajoittanut kokoontumisia, ei kesäjuhlia ole voinut järjestää viime vuosina. Opintovapaani mahdollisti minun työpanokseni keskittämisen juhlan järjestämiseen eikä työssä olevaa hoitohenkilöstöä ei tarvinnut resursoida projektiin.

Tilaajan toiveena ja opinnäytetyöni tavoitteena oli mukava, kesäinen ja yhteisöllisyyttä vahvistava noin 50 hengen juhla, joka pidettiin kesäkuun alussa. Juhlaan kutsuttiin palvelukodin asukkaat, kotihoidon asiakkaat sekä omaishoitajat ja heidän hoidettavat läheisensä. Juhlaan kutsuttiin myös kunnan, palvelukodin, kotihoidon henkilöstöä sekä Oulun seudun omaishoitajat ry:n edustaja ja Hailuodon seurakunnan edustaja.

Opinnäytetyönä juhlan järjestäminen voi olla vaativa tehtävä. Taustalla ovat yhtä aikaa toimeksiantaja, opinnäytetyöprosessi, sääolot, luonto ja aikataulu. Tapahtuman suunnittelussa ja itse järjestämisessä on monta tekijää, jotka pitää ottaa huomioon ja jotka voivat muuttua odottamatta. Niinpä varasuunnitelmat eri tilanteisiin on mietittävä valmiiksi. Monta palapelin palaa piti sovittaa yhteen ja lopputuloksena oli valmis yleisötilaisuus 7.6.2022 klo 13. Professori J.T. Hakala sanoo teoksessaan, että hanke on vaativa ja jopa salakavala, mutta voi antaa tekijöilleen paljon (Hakala 2022, 22). Tämän tilaisuuden järjestämiseen sisältyi myös sisäpihan puutarhan kunnostaminen juhlapaikaksi. Puutarha-alan kokemuksesta

tiedän, ettei kesäkukkaistutuksia voi tehdä ennen säätilan ja maaperän lämpenemistä ja huhti-touku-kuussa pihalla on vielä lunta. Saaressa kevät tulee myöhemmin kuin mantereella johtuen jäässä olevasta Perämerestä.

Opinnäytetyöni tietoperustassa käsittelen ikäihmisten osallisuuden ja yhteisöllisyyden vahvistamista sekä luontoympäristön vaikutusta elämänlaatuun lähdemateriaalin pohjalta. Vaikka tämä toiminnallinen opinnäytetyöni oli vahvasti projektiluonteinen työ, perustelen teoreettisen viitekehyksen eli tietoperustan käyttöä sillä, että siinä esitetyt tekijät vaikuttavat toisiinsa enemmän tai vähemmän tietoisesti. Lähdemateriaali syventää tietämystä näistä sosiaaliseen toimintaan liittyvistä tekijöistä ja auttaa paremmin ymmärtämään opinnäytetyötäni kokonaisuutena. Oppaassa Näkökulmia tutkimukselliseen ja toiminnalliseen opinnäytetyöhön (Salonen 2013) sanotaan, ettei projektityö nojaudu lähteisiin perustuvaan käsitejärjestelmään niin selkeästi kuin tutkimuksellinen opinnäytetyö, mutta poikkeuksia voi olla (Salonen 2013, 12). Tämä on sellainen opinnäytetyö.

2 OPINNÄYTETYÖN TARKOITUS JA TAVOITTEET

Kun opiskelija tekee toiminnallisen opinnäytetyön, hänen työnsä eli tuote tai vastaava tehdään jollekin rajatulle kohderyhmälle. Tavoitteena on saada tämä rajattu ryhmä mukaan tapahtumaan tai osallistumaan toimintaan. (Vilkkä & Airaksinen 2003, 38). Koska nämä tunnusmerkit täyttyivät ja tämän opinnäytetyön aihe, tapahtuman järjestäminen, oli tiiviisti sidottu työelämään, oli toiminnallinen opinnäytetyö looginen valinta. Opinnäytetyön tilaajana oli Hailuodon kunnan vanhuspalvelut.

Toiminnallisen opinnäytetyöni tarkoituksena oli suunnitella ja järjestää vanhusten kesäjuhla Hailuodossa Saarenkartanon palvelukodin asukkaille, kotihoidon asiakkaille sekä omaishoitajille ja heidän hoidettavilleen. Juhlaan kutsuttiin näin laaja osallistujajoukko, koska heillä kaikilla oli osuutensa yhteisön ikäihmisten elämässä. Kesäjuhlien järjestämisessä oli ollut pitkä tauko valtakunnallisten kokoontumisrajoitusten vuoksi. Kun kokoontumisrajoitukset poistuivat, oli juhlien järjestäminen taas mahdollista.

Opinnäytetyön tavoitteena oli elämyksellinen, muistorikas, osallistava ja yhteisöllisyyttä vahvistava tilaisuus ikäihmisille juhlaohjelman ja ympäristön avulla. Kesäjuhlapaikkana toimi Saarenkartanon sisäpihan puutarha viihtyisyyden, sijainnin, esteettömyyden ja helpon saavutettavuuden vuoksi. Mikäli säätila olisi muuttunut sateiseksi, juhla olisi pidetty sisällä Saarenkartanossa.

3 HYVÄN ELÄMÄNLAADUN TEKIJÖITÄ IKÄÄNTYNEILLÄ

Meille nuoremmille on helpompi määritellä tekijöitä ja asioita, jotka tekevät elämästämme hyvää ja laadukasta. Kysyttäessä osaamme heti luetella muutaman tekijän. Kun mietimme samaa asiaa ikäihmisen kohdalla, voimme joutua pohtimaan hetken. Ensinnäkin kuka on ikäihminen? Miten vanhus määritellään? Onko eläkeläinen automaattisesti ikääntynyt? Olen kysynyt useammalta eri-ikäiseltä eläkeläiseltä, onko hän vanhus ja mieltääkö hän itsensä ikääntyneeksi. Joka kerta vastaus on ollut samanlainen. Hän ei ole vielä vanhus. Kun minä olin 15-vuotias, mielestäni 50-vuotiaat olivat jo vanhoja. Nyt muutamana vuosikymmenen jälkeen olen täysin eri mieltä. Vanhuudelle ja elämänlaadulle on vaikeaa löytää yksiselitteistä, kaikenkattavaa määritelmää, koska se riippuu henkilöstä.

3.1 Vanhuuden määritelmä

Olemme yksilöitä myös vanhetessamme. Teoksessa Hyviä vuosia (Kivelä 2012) mainitaan kolmas ja neljäs ikäkausi. Ikäkaudet määritellään toimintakyvyn mukaan eli kun jäädyään eläkkeelle, alkaa kolmas ikäkausi. Sen karkea määritelmä on vuodet 65-90. Neljäs ikäkausi alkaa vasta sen jälkeen. (Kivelä 2012, 13.) Koska olemme erilaisia sekä fyysisiltä että psyykkisiltä toimintakyvyiltämme, tuo määritelmä on suuntaa antava. On olemassa eri ikäisiä virkeitä ja toimintakykyisiä ja toisaalta heikompiuntoisia ikääntyneitä. Niinpä teos tarkentaa määritelmää mainitessaan 65 vuotta täyttäneet ikääntyneiksi ja senioreiksi ja 75 vuotta täyttäneet iäkkäiksi. Vasta 90 vuotta täyttänyt on vanha ja vanhus teoksen määritelmän mukaan. (Kivelä 2012, 14.)

Geropsykologiassa eli vanhenemisen ja vanhuuden psykologiassa vanhuuden määritelmään kuuluu niin sosiaalinen, historiaa ja yhteiskunnallista aikaa peilaava näkökulma kuin kognitiivinenkin ulottuvuus (Raitanen, Hänninen, Pajunen & Suutama 2004, 7). Vaikka biologia ja luonnonlaki määrää vanhenemisemme, fyysinen korkea ikä ei automaattisesti heikennä kognitiivisia taitoja. Ikääntyessä kykymme käsitellä tietoa muuttuu. Samoin kykymme havaita, oppia, muistaa, puhua vaikuttavat arjesta selviytymiseemme. Mitä enemmän näitä tekijöitä ikääntyneillä tutkitaan, sitä laajemmin saadaan tietoa kognitiivisen toimintakyvyn muutoksista ja vaikutuksista ikääntymiseen. (Raitanen ym. 2004, 76.) Tosiasia on, että väestön eliniänodotteen noustessa elämme entistä vanhemmiksi. Tutkimukset geropsykologian alalla tulevat olemaan entistä tärkeämpiä vanhenevan ihmisen hyvinvointiin ja elämän laatuun liittyen, jotta yhteiskunta osaa paremmin vastata tämän kasvavan väestöryhmän yksilöllisiin

tarpeisiin tulevaisuuden hyvinvointipalveluita kohdentaessa (Raitanen ym. 2004, 7). Tämä on entistä ajankohtaisempi asia juuri nyt, kun vuosien suunnittelutyön jälkeen Suomi on jaettu hyvinvointialueisiin ja nämä alueet ottavat vastuun resurssien kohdentamisesta tulevaisuudessa 1. tammikuuta 2023 alkaen.

3.2 Elämän laatutekijöitä

Elämän laatutekijöiksi voidaan määritellä monenlaisia asioita. Laadukkaan elämän eläminen on hyvin yksilöllinen kokemus. Se, mikä edustaa laatua toiselle, voi toiselle olla vähäpätöinen ja merkityksetön asia. Jollekin yhteisöllisyyden tunne on merkityksellistä ikääntyneenäkin, kun taas toinen on tyytyväinen omissa oloissaan. Monelle perhe, ystävät, harrastukset, ympäristö, asunto, matkustaminen, taloudellinen tasapaino, työ ym. ovat elämänlaatua lisääviä tekijöitä. Elämänlaatututkimuksia on tehty enemmän nuoremmissa kuin ikääntyneissä ikäryhmissä ja samoja elämän laatuun vaikuttavia tekijöitä löytyy kaikista ikäryhmistä, mutta ne ilmenevät eri tavoin (Räsänen 2011, 90). Palvelukodissa asuvan lapset asuvat muualla ja hän voi kokea palvelukodissa asuvat perheeksi ja ystäviksi. Ikäihmisen tuttu ystäväpiiri pienenee vuosien kuluessa. Samoin harrastukset vähenevät ja muuttavat muotoaan toimintakyvyn laskiessa. Nuorempana kuorossa laulanut voi laulaa palvelukodin musiikkihetkissä. Ikänsä puutarhatöitä tehneelle istuminen puutarhassa tuo muistoja mieleen ääni- ja tuoksumailman kautta. Elämän laatutekijöitä voidaan ylläpitää ikääntyneenäkin. Se edellyttää ihmisen ja hänen elämänsä tuntemista. (Kulmala 2019, 11.) Yhteiskuntamme kehittyy milloin mitäkin ominaisuutta arvostaen. Ennen vanhuksilla oli suuri merkitys yhteisössä. Heillä oli tietoa ja taitoa välitettävänä nuoremmille sukupolville. Vanhusta arvostettiin ennen eri tavoin kuin nykyään, kun nuoruus ja nopeus, tekniikka ja taito käyttää sitä ovat arvossaan. Nyky-yhteiskunnan vanhuksat haluavat tulla kuulluiksi ja nähdyiksi. He haluavat tuntea olevansa arvokkaita yksilöitä, eivät ulkopuolisia. (Vikström 2004, 16-17.)

3.2.1 Luontoympäristö

Luonto- ja muut viheralueet voivat vahvistaa iäkkään väestön hyvinvointia ja edistää heidän kuntoutumistaan. Luontoelämysten kokeminen eri aistein tulisi mahdollistaa ja ottaa huomioon asuinalueiden suunnittelussa. (Sosiaali- ja terveysministeriö & Suomen Kuntaliitto ry 2020, 39.) Vaikka luonnossa liikkuminen vähentyisi liikuntakyvyn laskiessa, ei luonnon merkitys ihmiselle katoa. Puutarhaterapian periaatteiden mukaisesti rakennetussa puutarhassa huomioidaan kaikki aistit.

Puutarhaterapia on lähtöisin Yhdysvalloista 1600-luvulta. Puutarhaterapian keskeisiä teoreettisia taustoja ovat sosiaalipedagogiset, psykoterapeuttiset ja neurologiset lähtökohdat sekä kasvien biologia. Kun ihminen hoitaa luontoa, niin luonto hoitaa ihmistä. Vaikka kuulo ja näkö heikkenevät iän myötä, säilyvät haju-, maku- ja tuntoaisti pisimpään. Muistisairaille puutarha palauttaa mieleen muistoja tuoksu- ja makujen avulla. (Keckman 2019, 11-13, 53.) Palvelukoti Saarenkartanon remontoitun sisäpihan puutarhan kasvivalinnoissa on otettu juuri näitä tekijöitä huomioon. Se on tärkeää, sillä kasvien erilaiset värit, muodot, makumaailma ja tuoksut tarjoavat paljon ymmärrettävää aistitietoa ja herättävät asukkaiden tunteita, mielikuvia ja muistoja. Kasvaessaan kasvit muuttuvat, mutta muutokset ovat ennustettavissa, mikä vahvistaa ympäristön hallinnan tunnetta. (Rappe, Kotilainen, Rajaniemi & Topo 2018, 76.)

Puutarhan merkitys palvelukodin asukkaille ja käyttöaste on kasvanut sisäpihan remontin myötä. Saatavuus parani tasaisen laatoituksen avulla, joten siellä on helppo liikkua pyörätuolilla. Keväällä seurataan puutarhan heräämistä, kylvetään yhdessä kukansiemeniä ja odotetaan omenapuun kukintaa. Syksyllä ihastellaan punaisia aronian lehtiä ja seurataan talven saapumista puutarhaan. Vuodenaikojen muuttuminen pienessä mittakaavassa vahvistaa tuota ympäristön hallinnan tunnetta. Viheralueet ovat tärkeä osa muisti- ja ikäystävällistä asumista, sillä ikääntyneet ja muistisairaavat mielellään käyttävät viheralueita, joilla on heidän hyvinvointiaan edistävä vaikutus. Iäkäs kokee terveytensä sitä paremmaksi, mitä lähempänä viheralue häntä sijaitsee ja mitä useammin hänellä on mahdollisuus siellä käydä. On myös todettu, että viheralueiden läheisyys vähentää sairastavuutta, pidentää elinikää ja parantaa unta. (Rappe ym. 2018, 50.)

3.2.2 Yhteisöllisyys

Tunne siitä, että kuuluu johonkin ryhmään tai yhteisöön, on meille tärkeää. Ihminen on laumasielu. Muodostamme ympärillämme olevien ihmisten kanssa sosiaalisen verkoston. Olemme tässä sosiaalisessa verkostossa yhdessä yksilöinä. Ikääntynyt haluaa olla yhteisönsä arvostettu jäsen ja tulla kohdatuksi omana itsenään. On tärkeää, että hänet nähdään, kuullaan ja hyväksytään sellaisenaan. Kun vuorovaikutus toimii, tukee se vanhuksen hyvää elämää, toimintakykyä ja lisää hänen osallistumistaan. (Pynnönen 2019, 234-235.) Yhteisöllisyyttä lisää monenlainen sosiaalinen kanssakäyminen. Vierailut, vertaissuhteet ja etenkin samanikäisten seura lisäävät vanhuksen elämänlaatua ja psyykkistä hyvinvointia. Myös mielihyvän kokemukset lisääntyvät ja yksinäisyyden tunne vähenee, kun ikääntyneellä

on sosiaalisia suhteita arjessaan. (Räsänen 2011, 118.) Täällä Hailuodon pienessä kunnassa yhteisöllisyyden tunne on voimakas. Hailuoto on noin 1000 asukkaan saariyhteisö Perämerellä lähellä Oulua. Yhteisöllisyydellä on iso merkitys kuntalaisten arjessa. Kaikki tuntevat toisensa ja asukkaiden keskuudessa elää edelleen voimakas saaristolainen me-henki. Saarella on ennen säännöllistä lauttaliikennettä asuttu enemmän tai vähemmän eristyksissä vuodenaikojen mukaan. Ennen kalastuksella oli merkittävä rooli saarelaisten elämässä. Pienissä kalastajamökeissä vietettiin kalastuskaudella pitkiäkin aikoja yhdessä (KUVA 1). Tuohon aikaan Marjaniemeen ei ollut kunnan tietä, vaan se oli kaukana saaren vakituisesta asutuksesta. Toisia autettiin, kun siihen oli tarvetta. Olosuhteet muokkasivat jokaisen elämää ja se lisäsi saarelaisten yhteisöllisyyttä.



KUVA 1. Marjaniemen vanha kalastajakylä (Vähäkangas 2022)

Tämän päivän hailuotolaiset lapset, nuoret, aikuiset ja vanhuksat muodostavat omanlaisensa aktiivisen sosiaalisen ympäristön. Toiminta eri ikäryhmien välillä on luontevaa ja jokapäiväistä ja niinpä järjestettäviin tilaisuuksiin osallistuu kaikenikäisiä hailuotolaisia. Se luo turvaa ja yhteenkuuluvuuden tunnetta. Koska me ihmiset olemme yksilöitä, osa voi kokea pienen yhteisön ahdistavana. Kaikille saarella asuminen ei vaan sovellu ja silloin muutetaan saarelta pois mantereelle. Sosiaalinen ympäristö voi olla rikkaus ja voimavara, mutta se voi myös kuluttaa voimavaroja. Silloin yksilön kyvyt ja ympäristön vaatimukset eivät ole tasapainossa ja hänen toimintansa ei ole optimaalista. Se ei lisää hyvinvointia. Näin on myös iäkkäillä ihmisillä. Elämässä pitää olla sopivassa suhteessa helppoutta ja haasteita, jotta kuormituksen tasapaino arjessa ylläpitäisi toimintakykyä. (Rantakokko 2019, 260.)

3.2.3 Omaishoito

Omaishoitajaliiton määritelmän mukaan perheenjäsentään tai muuta läheistään hoitava henkilö on omaishoitaja (Omaishoitajaliitto 2021). Hoitopaikkana toimii yleensä oma koti. Omaishoitaja auttaa hoidettavaa selviytymään syömisestä, hygieniasta, pukeutumisesta, lääkkeiden ottamisesta ja ulkoi-lusta eli tarpeen mukaan. Moni vanhus haluaa asua omassa kodissaan mahdollisimman pitkään ja omaishoito on yksi sen mahdollistava tekijä.

Suomessa on olemassa myös etäomaishoitajuus, jossa läheisestään huolehtiva on työelämässä ja huolehtii muualla asuvasta läheisestään säännöllisesti. Esimerkiksi Oulussa asuva tytär huolehtii Hailuodossa asuvista iäkkäistä vanhemmista viikonloppuisin käymällä kaupassa, siivoamalla ja olemalla mukana lääkärikäyneillä. Virallista asemaa tai määritelmää etäomaishoitajuudelle ei ole eikä moni näin toimiva ajattele olevansa omaishoitaja. Ajallisesti ja taloudellisesti omaishoitajuus sitoo tekijäänsä ja rasittaa myös henkisesti, vaikka kotihoito olisi avustamassa vanhusta arkisin. (Kaivolainen & Kotiranta & Mäkinen & Purhonen & Salanko-Vuorela 2011, 15.)

Omaishoitaja voi tehdä kunnan kanssa sopimuksen omaishoidosta. Kunta päättää, myönnetäänkö hoitajalle omaishoidontukea ja omaishoitajan vapaavuorokausia, jolloin hoidettava omainen on esim. laitoshoidossa 3 vrk kuukaudessa tai 6 vrk joka toinen kuukausi. Tämän tarkoituksena on auttaa omaishoitajaa jaksamaan (Kaivolainen ym. 2011, 93). Palvelukoti Saarenkartanossa hoidetaan omaishoidettavia lyhytaikaisilla hoitajaksoilla eli tilapäispaikolla omaishoidonvapaiden aikana.

3.2.4 Musiikki

Musiikki on yksi kulttuurin ilmenemismuoto. Musiikilla on mahdollisuus tuottaa elämyksiä ja vaikuttaa tunteisiin ja hyvinvointiin positiivisesti. Tällaisia musiikkielämyksiä tarvitsevat kaiken ikäiset sekä kotonaan että hoivakodissa asuvat. (Rinne 2019, 290.) Kesäjuhlassa oli musiikkia monella tavalla esitettynä ja koettuna. Juhlassa haitarimusiikilla oli merkittävä rooli yhteisöllisyyden tukemisessa, sillä soitettava musiikkikappaleet valittiin vanhojen, perinteisten ja tuttujen laulujen joukosta. Koska juhlan päähenkilöt eli osallistujat olivat ikäihmisiä, heidän kertomansa mukaan nuoruuteen kuului usein haitari. Eräs vanhempi nainen kertoi, kuinka hänen isänsä oli istunut kotitalon portaille ja soittanut haitaria päivän päätteeksi. He lapset olivat kerääntyneet ympärille kuuntelemaan. Toinen muisteli, kuinka

he olivat tanssineet nuorina neitoina ja miehinä tanssilavalla kesäiltana haitarin soittaessa vanhoja sävelmiä. Musiikilla on mahdollista tuoda mieleen muistoja heille antoisasta ja aktiivisesta ajasta. Jotta ikäihmisen toimintakyky, mieliala ja muisti saisivat kaipaamansa piristävän kulttuurikokemuksen, se on tuotava hänen lähelleen, siihen ympäristöön, missä hän asuu, ja hänelle mieleisellä tavalla (Rinne 2019, 294-295). Tämän vuoksi kesäjuhlassa kuunneltiin haitaria, laulettiin yhdessä ja katsottiin päiväkodin lasten esitystä. Kulttuuri tuli lähelle osallistujia ja siitä yhdessä nauttien oli mahdollista vahvistaa yhteisöllisyyden tunnetta.

4 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTUS

Toiminnallisen opinnäytetyön toteutus on ajallisesti pitkä prosessi, joka alkaa joko opiskelijan omasta ideasta tai työelämän tarpeesta ja päättyy valmiiseen tuotokseen. Tuon aloitusvaiheen jälkeen ovat vuorossa suunnitteluvaihe, esivaihe, työstövaihe, tarkistusvaihe, viimeistelyvaihe ja valmis tuotos. Tästä 5-vaiheisesta kehittämistyön prosessista käytetään nimeä konstruktivistinen malli. (Salonen 2013, 16-19.) Tässä opinnäytetyössä tarve tuotokseen eli kesäjuhlaan tuli tilaajalta ja juhlan järjestäminen oli prosessin toiminnallinen vaihe. Ajallisesti koko opinnäytetyöprosessini (KUVIO 1) kesti huhtikuusta marraskuuhun 2022 suunnitelman mukaisesti. Tiiviin aikataulun mahdollistivat hyvät muistiinpanot, ammatillinen kokemus, tehtävän perusteellinen ajatus- ja mielikuvaprocessointi ja tuttu toimintaympäristö. Koska opinnäytetyön tavoitteena oli yhteisöllisyyden tukeminen, tuli se huomioida eri vaiheissa mahdollisuuksien mukaan. Esimerkiksi osallistujia kutsuttiin laajemmin ikäihmisten yhteisöstä eikä pelkästään palvelukodin asukkaita, kutsukirje ei sisältänyt tarkkaa ohjelmaa, joten se oli helppolukuinen ja helposti kaikkien ymmärrettävissä, tilaisuuden musiikki valittiin osallistujia miellyttäväksi, samoin puutarhan kasvit valittiin tuomaan muistoja omilta kotipihoilta.

Aloitus- vaihe	Suunnittelu- vaihe	Esivaihe	Työstö- vaihe	Tarkistus- vaihe	Viimeistely- vaihe	Valmis tuotos
04/22	05/55	06/22	09-10/22	11/22	11/22	11/22

KUVIO 1. Opinnäytetyön prosessi aikajanalla

4.1 Aloitusvaihe

Opinnäytetyöni prosessi käynnistyi huhtikuussa 2022. Kävimme puhelimitse läpi sen hetkistä tilannetta ja aloitusvaiheeseen kuuluvia asioita ohjaajan kanssa. Opinnäytetyöni tilaaja eli työelämän edustaja vaihtui yllättäen maaliskuussa minusta riippumattomista syistä. Esitin ohjaajalle uutta aihettani toiminnallisesta opinnäytetyöstä Hailuodon kuntaan. Meillä töissä oli ollut suunnitelmissa ennen pandemiaa järjestää Hailuodon kotihoidossa asiakkaille ja heidän omaisilleen pienimuotoinen tapahtuma. Ajallisesti tapahtuma voisi ajoittua elokuulle 2022. Sovimme ohjaajan kanssa, että otan yhteyttä Hailuodon kunnan vanhuspalveluiden vastaavaan hoitajaan Rauni Koppeloon. Keskustelimme ohjaajan

kanssa opinnäytetyöhöni liittyvistä rakenteellisista asioista, aikataulusta ja toimintasuunnitelmasta, joihin sain hyviä neuvoja. Tavoitteena minulla oli edelleen esittää tutkimussuunnitelmani toukokuun seminaarissa muuttuneesta tilanteesta huolimatta ja valmiin opinnäytetyön esittelisin marraskuun 2022 seminaarissa. Olin puhelimitse yhteydessä Hailuodon kuntaan Rauni Koppeloon 12.4. ja esittelin hänelle alustavasti opinnäytetyöaiheeni ikääntyneiden yhteisöllisyyden tukemisesta, jolle hän näytti viirää valoa. Hailuodon kunnan vanhuspalvelut tuli siis toiminnallisen opinnäytetyöni tilaajaksi ja Rauni Koppelo tilaajan edustajaksi. Tapaamisemme sovittiin hänen työpaikalleen Saarenkartanon palvelukotiin 26.4. klo 12.

Ensimmäisessä tapaamisessa 26.4. tilaajan kanssa selvisi, että pitäisi järjestää kesäinen juhla vanhukille. Kesäjuhlan päivämäärä oli jo mietitty valmiiksi tilaajan toiveesta eli se pidettäisiin 7.6.2022 klo 13-15. Mietimme yhdessä kutsuttavia ja tarjoilua. Juhlapaikaksi sovittiin palvelukodin sisäpiha. Samalla sovimme, että minä suunnittelen ja teen tarvittavat sisäpihan kunnostustyöt istutuksille ja hankin kesäkukat juhlaa varten. Ohjelman suunnitteluun sain vapaat kädet. Tämän tapaamisen aikana tilaajan edustaja lähetti sähköpostia kunnan työntekijöille, seurakunnalle, Oulun seudun omaishoitajat ry:n puheenjohtajalle, päiväkodille ja koululle. Viestissä hän kertoi kesäjuhlan pidettävän 7.6. ja juhlan projektipäällikkönä ja yhteyshenkilönä toimii Maria-Theresa Vähäkangas. Näin sidosryhmillä oli jo alustava tieto juhlasta ennen varsinaisten kutsujen lähettämistä. Seuraava palaveri sovittiin pidettäväksi 20.5. klo 8.30.

Konstruktivistisen mallin mukaisen aloitusvaiheen myötä toiminnallinen opinnäytetyö käynnistyi kunnolla. Opinnäytetyölleni oli todellinen tarve ja ryhdyin innoissani kehittämään ideaa tutussa toimintaympäristössä. Yhdessä mietimme toimijoita ja sain tarvitsemani tuen työn tilaajalta. Koska minulla oli täydellinen veto- ja toteutusvastuu tästä projektista, muistiinpanoja oli tehtävä todella tarkkaan joka vaiheesta. Suunta oli vain eteenpäin. (Salonen 2013, 18.)

4.2 Suunnitteluvaihe

Seuraavassa eli suunnitteluvaiheessa tein kirjallisen kehittämissuunnitelman. Vaikka kaikki tapahtumaan liittyvät asiat eivät olisikaan selvillä tässä vaiheessa, kannattaa tapahtumaa ja aikataulutusta hahmotella huolellisesti. Niitä on hyvä korjata ja tarkentaa työn edetessä. (Salonen 2013, 17.) Olin ilmoittanut esittäväni opinnäytetyöni tutkimussuunnitelman 19.5. eli edellisenä päivänä ennen seuraavaa ta-

paamista tilaajan kanssa. Tutkimussuunnitelman kirjoittamiseen olin saanut hyviä neuvoja. Kysymykset mitä tehdään, miten tehdään ja miksi tehdään ovat olleet hyviä vinkkejä koko opinnäytetyöprosessin aikana. Kun näitä kysymyksiä peilasin opinnäytetyöni aiheeseen eli yhteisöllisyyteen, niin päädyin valinnoissani aihetta tukeviin päätöksiin. Olin täyttänyt myös oppimispäiväkirjaa ja työstänyt toukokuun aikana juhlan ohjelmaa ja kutsukirjeen (LIITE 1), jonka lähetin tilaajalle arvioitavaksi ennen seuraavaa tapaamista.

Tutkimussuunnitelman kirjalliseen osaan kirjoitetaan opinnäytetyön tavoite, toimintaympäristö, työn eri vaiheet, ketkä ovat mukana eli toimijat, keinot kuinka tapahtuma toteutetaan, kirjallisesta materiaalista ja aineistoista, mitä tiedonhankintamenetelmiä käytetään ja kuinka tiedot dokumentoidaan ja käsitellään. Tässä vaiheessa tarkkaa ja lopullista tietoa ei ole, mutta ne kirjataan suunnitelmaan sillä tarkkuudella, jolla ne tiedetään tässä vaiheessa opinnäytetyötä. (Salonen 2013, 17.) Kirjallisen suunnitelman lähetin ohjaajalleni tarkistettavaksi. Seminaarissa 19.5. esitin suunnitelmasta tiivistetyn neljän sivun Power Point -esityksen ja siinä oli mukana opinnäytetyön aikataulu, jota ohjaaja piti realistisena ja toimivana. Tutkimussuunnitelmani hyväksyttiin ja pääsin etenemään kohti seuraavaa vaihetta.

Toisessa tapaamisessa tilaajan kanssa kirjoitimme opinnäytetyösopimuksen. Tämä tapaaminen oli tärkeä. Kävimme tilaajan kanssa läpi kaiken suunnittelemani aineiston. Lähettämäni kutsukirjeluonnos sai hyväksynnän sellaisenaan. Osa kutsuista lähetettiin sähköpostitse, osa postitettiin ja osa jaettiin henkilökohtaisesti asukkaille ja asiakkaille. Tarjoiluun liittyviä asioita olin käynyt läpi palvelukodin keittiön kanssa 16.5. Kesäjuhlaperinteeseen kuuluu, että paistetaan makkaraa ja syödään mansikkakermakakkua. Päiväkodin johtajalle olin lähettänyt sähköpostin 16.5. ja ohjelmaan saatiin päiväkodin lasten esitys. Lisäksi juhlassa oli yhteislaulua, haitarimusiikkia ja pieni hupailuesitys. Tämä kaikki sai tilaajan varauksettoman hyväksynnän. Toin tilaajalle esille sen, kuinka juhlan vanhoihin perinteisiin nojaava ohjelma tuki yhteisöllisyyttä. Pihatöiden osalta kartoitin tarvittavat toimenpiteet käymällä paikan päällä 20.5. ja tein muistiinpanoja. Otin pihasta muutaman valokuvan vuonna 2021 istuttamistani kasveista muistiinpanojeni tueksi.

4.3 Esivaihe

Suunnitteluvaiheen jälkeen siirrytään tositoimiin siihen ympäristöön, missä työskentely tapahtuu. Tämä esivaihe voi olla lyhyt, lähinnä suunnitelman kertaamista (Salonen 2013, 17). Tässä opinnäytetyössä suunnitteluvaiheen ja esivaiheen raja ei ollut kovin tarkka, koska tapahtuman järjestäminen

vaati suunnitelmien jatkuvaa päivittämisen ja toteuttamisen vuoropuhelua, joka vain kiihtyi juhlapäivän lähestyessä. Ajallisesti tämä vaihe kesti noin kaksi viikkoa, ja se alkoi pihatöistä ja päättyi juhlapäivään. Ensimmäisenä oli pihatyöpäivä 24.5., jolloin istutukset kunnostettiin kitkemällä rikkaruohot. Samalla hahmottelin alustavaa kesäkukkien istutussuunnitelmaa. Sen toteutuksen jätin mahdollisimman lähelle juhlaa, koska sään ja maaperän piti vielä lämmetä. Ohjelman rungon olin suunnitellut ja sitä vahvistin tuon kahden viikon aikana ja pidin tilaajaa ajan tasalla.

Haitarin soittajan eli hanuristin löytämisessä oli projektin suurin haaste. Juhlan ajankohta oli arkipäivä eli tiistai ja edellisenä viikonloppuna oli koulujen päättäjäisviikonloppu. Vaikka aloitin hanuristin etsimisen hyvissä ajoin, soittajan löytymisessä oli melkoinen työ, joka vaati yhteydenottoja useammalle hanuristille. Osa oli lomamatkalla, osalla oma työ esti osallistumisen. Lopulta 31.5. varmistui, että saarressamme asuvalla hanuristilla on vapaapäivä ja hän pääsee soittamaan. Sovimme, että hän saa vapaasti valita itselleen tuttuja kappaleita soitettavaksi kuulijakunnan iän huomioiden eli tilasin perinteistä haitarimusiikkia.

Keittiön osuus vahvistui 1.6. eli tarjoilu ja makkaranpaistajat oli mietitty valmiiksi. Pihatöiden toisessa vaiheessa 3.6. kävin hakemassa valmiiksi tarvittaessa viileää säätä kestävätkukat paikallisesta Puutarha Meriviljasta. Pihalla puhdistin pienen suihkualtaan ja asensin allaspumpun odottamaan sähköjen kytkentää. Orvokkien istutus ja kukka-amppeleiden ripustaminen sisäpihan katokseen oli sunnuntaina 5.6. Valitsin perinteisiä kukkia, koska olin kysellyt muutamalta vanhukselta, millaisia kukkia heillä oli ollut kesäisin kotipihaa kaunistamassa. Vastauksissa mainittiin orvokit ja petuniat. Seuraavana päivänä 6.6. Hailuodon kunnan kiinteistöpalvelut toimitti tilaamani grillit ja äänentoistolaitteet juhlapaikalle. He tarkistivat kaasupullot ja testasivat grillien toimintakunnon. He asensivat sähköt sekä suihkulähteelle että äänentoistolaitteille. Viereistä pihatietä ei tarvinnutkaan suolata, koska edellisenä yönä oli satanut runsaammin ja tie ei enää põlissyt. Pihalaatoituksen ja -kalusteet pesin kasteluletkulla ja yön aikana ne kuivuivat.

Kesäjuhlapäivän aamuna olin hyvissä ajoin paikalla. Järjestin pöydät ja tuolit paikoilleen. Äänentoistolaitteet olivat asennettu toimintavalmiiksi. Sain siihen hyvän opastuksen kahdelta asiaan perehtyneeltä kunnan työntekijältä. Yhteislaulukirjat olivat pinossa valmiina, samoin kynät ja palautelomakkeet. Hain vielä kotoani pieniä lasipurkkeja maljakoiksi ja poimin kukkapenkistä kesäkukkia juhlapöytiä koristamaan. Palvelukodin askartelukerho oli maalannut koristeellisia kiviä ja niitä halusin käyttää pöytien koristeena. Vanhukset olivat iloisia nähdessään omia askartelutöitään esillä ja kokivat olleensa

avuksi koristelussa. Aurinko paistoi kirkkaan siniseltä taivaalta. Kaikki oli valmiina juhlapaikalla, vain yleisö puuttui (KUVA 2).



KUVA 2. Saarenkartanon sisäpiha (Vähäkangas 2022)

Juhlakansaa alkoi tulla paikalle n. puoli tuntia ennen alkua. Paikalle tulivat melkein kaikki kutsutut. Sisäpiha täyttyi kauniisti pukeutuneista juhlijoista, iloisista ilmeistä, kun tutut näkivät toisiaan pitkästä ajasta ja jännittyneestä puheensorinasta. Oli kukkahattuja ja värikkäitä huiveja eli juhlaan olivat panostaneet myös osallistujat asiaankuuluvilla asusteilla.

Hieman yli klo 13 juhla alkoi. Toimin juhlan kuuluttajana ja toivotin kaikki tervetulleeksi. Kerroin lyhyesti juhlan taustalla olevasta opinnäytetyöstäni. Kerroin myös, että juhlassa otetaan valokuvia, joita voidaan käyttää opinnäytetyössäni ja mainitsin myös palautteen keräämisestä. Kesäjuhla alkoi yhteislaululla eli Suvivirrellä. Valitsin tuon tutun virren aloituslauluksi yhteisöllisyyden näkökulmasta, koska Suvivirsi oli kuulunut jokaisen läsnäolijan kouluaikojen kevätjuhlaperinteeseen. Haitari säästi ja kaikki osasivat tutut sanat. Sitten olivat vuorossa päiväkodin lapset. He esittivät lauluesityksen, joka sai juhlijoiden kasvot loistamaan. Esityksensä jälkeen lapset lähtivät takaisin päiväkodille iloisesti huiskuttaen ja jättivät kesäiset kortit osallistujille jaettaviksi. Hanuristi soitti pari kappaletta ohjelmanumeroiden välissä, joten hiljaisia taukoja ei tullut. Välillä laulettiin yhdessä yleisön laulukirjasta ehdottamia lauluja.

Juhlaan oli kutsuttu Oulun seudun omaishoitajat ry:n edustaja, koska kutsuimme myös omaishoitajat. Juhlan yhteydessä kynnys lähestyä järjestön edustajaa on matalampi, kun sen voi tehdä siinä ohimennen. Niinpä esittelin paikalle saapuneen Oulun seudun omaishoitajat ry:n edustajan Minna Hernbergin, joka toimii yhdistyksen vastaavana omaistoiminnan ohjaajana. Hän kertoi yhdistyksen toiminnasta ja

sanoi olevansa valmiina vastaamaan mieltä askarruttaviin, omaishoitoon liittyviin kysymyksiin. Yhdistyksellä oli myös esittelypöytä, jossa oli kirjallista materiaalia (KUVA 3).



KUVA 3. Oulun seudun omaishoitajat ry (Hernberg 2022)

Palvelukodin kolme hoitajaa olivat valmistelleet hauskan esityksen Harmaat Siskokset esikuvanaan kolmen siskoksen Harmony Sisters -lauluyhtye, joka esiintyi menestyksekkäästi 1930-luvulla Suomessa ja Euroopassa. Yllättäen yksi ohjelmanumeron hoitajista sairastui edellisenä päivänä ja se aiheutti pienen muutoksen esitykseen. Minä toimin laulajattarien haastattelijana ja kyselin kuulumisia ja ihmettelin kolmannen siskon odottamatonta poissaoloa. Hän oli kuulemma sairastunut koronaan ja joutunut keuhkoparantolaan eli tuttuja termejä kuulijoille, mutta tällä kertaa iloisemmassa yhteydessä. Sitteen laulettiin yhdessä ja kuunneltiin haitarin soittoa. Näin ohjelma soljui sujuvasti eteenpäin kohti odotettua ohjelmanumeroa eli kahvitaukoa. Tauko oli ajoitettu tarkoituksella puoleen väliin tilaisuuden aikataulua. Kahvitauko olisi tutulla paikalla iltapäivässä ja lounaasta oli kulunut sopivasti aikaa. Osa juhlijoista lähti jaloittelemaan ja kiertelemään tuttujen luona. Puheensorina yltyi ja välillä raikui iloisen nauru.

Juhla oli tullut puoleen väliin ja kello oli 14.00. Vuorossa oli makkaraa ja mansikkakermakakkua sekä mehua ja kahvia. Keittiön henkilökunta oli järjestänyt tarjoilun valmiiksi sisäpihan katoksen alle ohjelman aikana ja makkarat alkoivat olla valmiina grillissä (KUVA 4). Hoitajat auttoivat vanhuksia hakemalla tarjottavat valmiiksi pöytään ja avustamalla itse ruokailussa.



KUVA 4. Makkaratarjoilu (Vähäkangas 2022)

Juhlan aloituspuheessa olin kertonut palautteen keräämisestä. Ilmoitin jakavani tässä vaiheessa palautelomakkeet (LIITE 2), johon sai antaa risuja ja ruusuja. Perustelin palautteen merkitystä opinnäytetyölleni. Samalla kun nautittiin tarjoilusta ja kirjoitettiin palautteita, hanuristi kiersi yleisön joukossa soittamassa. Tunnelma oli todella hieno. Viimeisenä ohjelmanumerona oli kevyt tuolijumppa, jossa teimme yhdessä mielikuvaretken kesämökille pyörällä ja soutuveneellä. Kotihoidon hoitaja ei ehtinytkään paikalle sitä ohjaamaan, joten minä toimin sijaisena, näytin edessä mallia ja hyvin saimme tehtyä retken jumpaten. Liikkeet valitsin kaikille sopiviksi. Ne olivat helppoja ja istualtaan tehtäviä. Näin jokainen pystyi osallistumaan yhteisjumppaan omalla toimintakykytasollaan.

Oli tullut loppusanojen aika. Kiitin kaikkia juhlaan osallistuneita siitä, että olimme yhdessä tehneet yhteisöllisen ja muistorikkaan juhlan. Toivotin mukavaa kotimatkaa kaikille ja lopuksi lauloimme viimeisen yhteislaulun. Juhla päättyi tasan klo 15, kuten kutsuun oli merkitty. Muuten jätin kutsusta pois tarkan ohjelman, koska matkan varrella voi tulla mutkia matkaan ja se vaatii nopeita korjausliikkeitä, joten käteni eivät olleet sidotut sen suhteen.

Juhlan jälkeen keräsin pöydälle laatikkoon jätetyt, täytetyt palautelomakkeet ja pakkasin äänentoistolaitteet odottamaan poiskuljetusta. Järjestin pöydät omille paikoilleen ja vein laulukirjat takaisin palvelukodin kirjahyllyyn. Lopuksi katsoin, että sisäpiha jäi siistiin kuntoon ja suljin portin. Todella onnistunut aurinkoinen kesäjuhlapäivä oli päättynyt.

4.4 Työstövaihe

Työstövaiheessa alkaa opinnäytetyön kirjallisen osuuden työstäminen. Tästä vaiheesta voi tulla raskas ja vaativa, mutta tässä vaiheessa on mahdollista oppia eniten ammatillisessa mielessä (Salonen 2013, 18). Ensimmäinen opintovapaajaksoni päättyi 31.5. ja olin kesän tiiviisti töissä. Niinpä varsinainen opinnäytetyön työstövaihe alkoi syyskuussa toisen opintovapaajakson alettua. Aloitin keräämällä lähdemateriaalia internetistä ja lainaamalla kirjoja kirjastosta. Kesän aikana olin prosessoinut opinnäytetyötäni mielessäni. Olin kirjoittanut ideoita ja ajatuksia muistilapuille ja koonnut ne materiaalikansiin. Pitkä ajatustyön vaihe kesän aikana syvensi kokonaisuuden ymmärtämistä. Olimme ohjaajan kanssa Teams-palaverissa syyskuussa. Tämä työstövaihe on vaatinut suunnitelmallisuutta, vuorovaikutustaitoja, vastuullisuutta, epävarmuuden sietoa, sitkeyttä ja itsensä kehittämistä. Ne ovat työstövaiheen ammatillisia kvalifikaatioita. (Salonen 2013, 18.) Lisäisin tuohon listaan vielä itsensä tuntemisen ja itsensä johtamisen. Mielestäni on tärkeää tuntea itsensä sekä opiskelijana että ammattilaisena, jotta voi kehittyä ja ennen kaikkea huomata itse sen kehittymisen. Työstövaiheessa teoreettisen viitekehyksen peilaaminen käytäntöön ja päinvastoin on tuonut ammatillista varmuutta.

4.5 Tarkistusvaihe

Tarkistusvaiheella on oma tärkeä roolinsa, vaikka kehittämishanketta tarkistetaan jatkuvasti työn edetessä. Tarkistusvaiheessa toimijat arvioivat omaa opinnäytetyötään, joko pistävät sen eteenpäin tai jatkavat vielä työstämistä. Tarkistusvaihe voi olla kestoaltaan lyhytaikainen ja se tehdään vain kerran. (Salonen 2013, 18) Tarkistusta, arviointia ja muokkausta olen tehnyt koko ajan opinnäytetyötä kirjoittaessani. Pyrin kirjoittamaan sen mahdollisimman valmiiksi ja palautin työni ohjaajalleni arvioitavaksi 31.10.2022.

4.6 Viimeistelyvaihe

Tämä vaihe voi tulla yllätyksenä ja kestää kauan, joten se voi vaatia opiskelijalta voimia, koska tässä työstetään viimeistelyvaiheeseen sekä tuotos että kehittämishankkeen raportti. Vastuu tästä vaiheesta on opiskelijalla. Hän kirjoittaa kirjallisen raportin. (Salonen 2013, 18.) Tämän opinnäytetyön tuotos on

kesäjuhla, joka pidettiin 7.6. Siihen ei tarvitse enää palata. Viimeistelyvaihe on lyhyt ja keskittyy tämän opinnäytetyön kirjoittamiseen valmiiksi. Centrian opinnäytetyö- ja kirjoitusohjeita olen käyttänyt tukena opinnäytetyötä kirjoittaessa (Centria-ammattikorkeakoulu 2022).

4.7 Valmis tuotos

Tämä opinnäytetyö valmistui marraskuussa 2022. Opinnäytetyön tuotoksena pidettiin kesäjuhla kesäkuun 2022 alussa. Juhlan suunnittelu- ja esivaiheet olivat yksityiskohtaisemmin kerrottu, jotta työn eteneminen olisi paremmin nähtävissä. Valmiin opinnäytetyön esittelin marraskuun seminaarissa 17.11.2022.

5 ARVIOINTI

Sain juhlasta sekä suullista että kirjallista palautetta. Kutsukirjeen yksinkertaisuutta kiiteltiin. Se oli ollut helppo lukea ja siinä oli ollut vain hyvin vähän muistettavaa eli aika ja paikka. Itse juhlapäivänä tuli paljon kiitosta juhlapaikan viihtyisyydestä. Useampi oli ensimmäistä kertaa palvelukodin remontoitulla sisäpihalla ja istutuksia pidettiin kauniina. Tutut pensaat ja kukat olivat palauttaneet monelle mieleen oman kodin pihan. Ohjelmaa pidettiin sopivan mittaisena ja sisällöltään mieluksena. Musiikki oli ollut juuri sellaista kuin osallistujien mielestä kuuluukin olla kesäjuhlassa, ja kun äänenvoimakkuus säädettiin sopivaksi, sitä oli myös mukavampi kuunnella. Monelle oli tullut muistoja mieleen omasta lapsuudesta ja nuoruudesta. Useampi kertoi Suvivirren olleen yksi parhaista muistoista koulun kevätjuhlista. Siitä oli tiennyt koulun loppuneen ja kesäloman alkaneen. Kertoipa muuan juhluvieras tanssineen erästä kappaletta nätin tytön kanssa, josta myöhemmin tuli hänen vaimonsa. Haitarin soittajan kiertely juhlijoiden joukossa oli jäänyt monelle mieleen. Siitä oli yhdelle tullut mieleen markkinat, toiselle katukahvila Pariisissa. Päiväkodin esitys oli yllättävä ja todella mieluinen ohjelmanumero. Lasten esitykset ovat niin herttaisia ja saavat hyvälle tuulelle, sanoi eräs vanhempi nainen. Päiväkodin kesätervehdyksistä jäi mukava muisto juhlasta ja näin niitä tervehdyksiä monen asiakkaan kotona kesän aikana.

Eräältä omaishoitajalta sain niin lämpimän kiitoksen siitä, kun heidätkin oli kutsuttu mukaan. Juhla oli ollut enemmän kuin tervetullut kohokohta arjen keskelle. Hän kertoi, kuinka tavallinen arki kotona kahdestaan hoidettavan kanssa on välillä raskasta ja kysyy voimia. Tämä kesäjuhla piristi häntä ja antaa voimia pitkälle kesään. Hän toivoi samanlaisia juhlia jatkossakin. Toinen omaishoitaja kiitti kutsusta ja oli iloinen, että jaksoi sittenkin lähteä juhlaan. Juhlissa hän oli saanut tavata muitakin omaishoitajia ja jutella rauhassa, koska sisäpiha oli turvallinen ja aidattu eikä hänen tarvinnut pelätä muistisairaana omaisensa lähtevän yksin kauemmaksi. Omaishoitajille oli tullut tunne, että he kuuluvat tähän yhteisöön.

Tarjoiluja keuhuttiin. Monelle grillimakkarat ja mansikkakermakakku olivat kesän ensimmäiset. Keittiölle annettiin herkuista kiitokset moneen kertaan. Keittiön tarjottavien menekin perusteella tehtyjen laskelmien mukaan paikalla oli ollut noin 60 ihmistä. Se oli uusi osallistujaennätys kesäjuhlien historiassa.

Oulun seudun omaishoitajat ry:n puheenjohtajalta sain kiitokset sekä juhlassa että vielä sähköpostitse jälkeensä. Hän kiitti erittäin mukavasta ja lämminhenkisestä juhlasta ja oli iloinen, että oli saanut kutsun. Hän kertoi olleensa monissa ikäihmisille järjestetyissä juhlissa ja vertasi tätä kokemusta aikaisempiin. Hän oli huomannut, miten juhlassa oli ollut todella vapautunut ja rento tunnelma. Erityisen positiivisena asiana hän piti sitä, että hoitajat olivat mukana juhlassa ja hän oli huomannut, kuinka lämpimät ja välittömät välit hoitajilla ja vanhuksilla oli keskenään. Omaishoitajien ja heidän hoidettavien kutsuminen mukaan oli hänen mielestään ollut merkityksellinen asia. Juhlalla oli iso merkitys vertaistuen saamisessa, kun omaishoitajat olivat nähneet toisiaan ja saaneet jutella keskenään.

Minä näin juhlijoiden kasvoilta tyytyväisyyden. Aikaisemmin kesken tilaisuuden vähintään yksi palvelukodin asukas on tahtonut levähtämään. Tällä kertaa kaikki jaksoivat olla alusta loppuun. Se minusta kertoi sanattomasti sen, kuinka hyvin juhlassa viihdyttiin ja haluttiin olla yhdessä kokemassa sitä hetkeä. Jälkeensä eräs palvelukodin asukas kiitteli, miten hyvät juhlat ”tyttö” oli järjestänyt heille ja kuinka nämä olivat parhaat juhlat missä hän on ollut mukana asuessaan palvelukodissa.

Tilaaajalta tuli kiitosta palautepalaverissa. Juhlat olivat olleet täydelliset ja onnistuneet kaikilta osin. Tilaaja oli tyytyväinen, että juhla järjestyi näin nopealla aikataululla. Tilaaja oli saanut kiitosta siitä, että pitkän tauon jälkeen juhla oli vihdoin järjestetty ja että juhlalle oli selvästi tarvetta, kun osallistujia oli niin paljon paikalla. Palvelukodin asukkaiden omaisiakin oli muutama juhlassa mukana. Tilaisuus oli tuonut tutummaksi palvelukotia, sen asukkaita ja hoitajia. Lisäksi tilaisuus oli lähentänyt koko ikäihmisten yhteisöä. Tämä helpottaa siirtymävaiheita eli silloin kun tulee aika siirtyä pysyvästi asumaan palvelukotiin tai tulla sinne tilapäisesti omaishoitajavapaan ajaksi. Kun ympäristö on tuttu ja siellä on tuttuja ihmisiä, helpottaa se kaikkien osapuolten sopeutumista muuttuneisiin olosuhteisiin. Tilaajan mielestä juhla oli ylittänyt kaikkien odotukset, vahvistanut osallistujien yhteisöllisyyden tunnetta ja näin ollen saavuttanut opinnäytetyölle asetetut tavoitteet.

6 LUOTETTAVUUS JA ETIIKKA

Opinnäytetyöhön kuuluu olennaisesti hyvän tieteellisen käytännön eli tutkimusetiikan noudattaminen. Tutkimuseettinen neuvottelukunta on julkaissut verkosta luettavissa olevan materiaalin tähän tarkoitukseen. Opinnäytetyöskentelyssä noudatetaan tätä hyvää tieteellistä käytäntöä alusta loppuun saakka. Tämä tarkoittaa sitä, että tutkijan käyttämät tiedonhankinta- ja tutkimusmenetelmät ovat eettisesti kestäväällä pohjalla olevia, oman tiedeyhteisön hyväksymiä menetelmiä. (Vilkkä 2021, 41.) Opinnäytetyötä koostaessa olen käyttänyt lähdemateriaalina luotettavia lähteitä ja pyrkinyt löytämään alan viimeisintä tietoa.

Lähdekritiikkiä käytin valitsemalla sellaista aineistoa, jolla on tieteellistä pohjaa ja jota voin hyödyntää opinnäytetyössäni rehellisesti ja luotettavasti, toisen työtä kunnioittaen. (Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012, 6). Olen käyttänyt huolellista ja tarkkaa lähdeviittaustekniikkaa ja ohjeistusta koko opinnäytetyön prosessin aikana oppilaitokseni Centria-ammattikorkeakoulun opinnäytetyö- ja kirjoitusohjeiden (2022) mukaisesti. Toiminnalliseen opinnäytetyöhöni ei kerätty henkilötietoja. Palautelomakkeet täytettiin anonymisti ja jätettiin pöydälle yhteen laatikkoon, joten vastauksista ei voi saada selville palautteen antajaa.

7 POHDINTA

Tämän toiminnallisen opinnäytetyöni aiheena oli ikääntyneiden yhteisöllisyyden tukeminen ja se oli myös tämän työni tavoitteena. Opinnäytetyöhöni liittyi yhteisen kesäjuhlan järjestäminen Hailuodon ikäihmisille ja muille juhlaan kutsutuille sidosryhmille. Tämä Hailuodon vanhuspalveluiden kesäjuhla osoitti sen, kuinka erilaiset ja eri-ikäiset ihmiset voivat viihtyä samassa tilaisuudessa. Juhla kosketti jokaista osallistujaa jollain tavalla. Se antoi tarttumapintaa monella tasolla koettavaksi. Mieleen nousi monenlaisia muistoja, hyviä ja osa haikeitakin. Kun huomasi olevansa yksi samanlaisten joukossa, herätti se turvallisuuden tunteen siitä, ettei olekaan yksin sairautsiensa ja vaivojensa kanssa, vaan kohtalotovereita on useampi. Kaikki yhdessä nauramassa, laulamassa, syömässä makkaraa, muistelemassa ja juttelemassa, niin vanhukset, hoitajat, kunnan päättäjät kuin haitarin soittajakin. Tunnelma oli tiivis, lämmin ja sydämellinen. Se oli ainutlaatuinen, jonka jokainen tulee muistamaan omalla tavallaan.

Olen erittäin tyytyväinen saamaani palautteeseen sekä määrällisesti että laadullisesti. Se kertoo onnistumisesta ja siitä, ettei välillä raskaaksi koettu työ mennyt hukkaan. Sillä oli iso merkitys, että paikka ja henkilöstö olivat minulle tuttuja. Tunsin sisäpihan puutarhan kuin omat taskuni, joten siellä oli luontevaa toimia. Tiesin paikallisen puutarhan valikoiman ja se helpotti kukkien hankintaa. Koska asun Hailuodossa, minulla oli lyhyt välimatka juhlapaikalle.

Ilman opintovapaata tapahtuman järjestäminen olisi ollut hankalaa. Haasteena koin opintovapaan loppumisen noin viikko ennen juhlaa. Onneksi ehdin tehdä ison osan suunnittelusta ja osan toteutuksesta kin sen aikana. Silti juhlan kriittisimmät järjestelyvaiheet ajoittuivat työpäiviini. Varasuunnitelmaa sadepäivää varten piti kehittää aurinkoisen juhlapäiväoletuksen rinnalla. Jokaisen vaiheen osalta piti miettiä, kuinka se toimisi ulkona ja sisällä. Hanuristin löytäminen arkipäivänä pidettävään tilaisuuteen Oulun seudulta oli todella sitkeän työn tulos, joka kysyi kärsivällisyyttä ja ongelmanratkaisutaitoja.

Opinnäytteen kirjoittamisessa minulla oli aluksi kirjailijoille tutumpi ns. tyhjän paperin syndrooma. En tiennyt mistä ja miten aloittaa. Valmiiden opinnäytetöiden lukeminen auttoi hahmottamaan kirjoitusprosessia sekä kokonaisuutena ja eri vaiheina. Opinnäytetyöskentelyyn on kirjoitettu monia oppaita, joista toiset olivat helpommin ymmärrettävissä kuin toiset. Vanhuksia koskevaa lähdemateriaalia oli saatavissa monen tasoisena. Kaikkea kirjastosta lainaamaani materiaalia en käyttänyt, sillä yhden ihmisen tarinallinen kerronta eläkepäivistä ei täytä luotettavan lähteen kriteereitä. Erästä ulkoimaista lähde-

materiaalia en voinut käyttää, koska se ei ollut vapaasti luettavissa. Omat tarkat muistiinpanoni kaikesta mahdollisesta tapahtuneesta, päivämääristä ja tunnelmista juhlan suunnittelun ja toteutuksen ajalta osoittautuivat kullanarvoisiksi. Ne toimivat hyvinä muistinvirkistäjinä yksityiskohtaisista asioista, jotka muuten olisin todennäköisesti unohtanut. Kesän aikana tämän kaiken materiaalin prosessointi ajatuksentasolla osoittautui yllättävän tärkeäksi siinä vaiheessa, kun aloitin opinnäytetyöni kirjoittamisen. Opinnäytetyöhön liittyvät asiat olivat saaneet rauhassa hakea uusia muotoja ja löytää syvällisempiä tasoja. Sen ansiosta sain laajemman näkökulman etsiä ja käsitellä lähdemateriaalia sekä ymmärtää syvällisemmin sitä psykologista taustaa, mikä liittyi juhlan yhteisöllisyyden tunteen tukemiseen. Juhlan suunnitteluvaiheessa tein tietoisesti valintoja esim. musiikissa, jotka vahvistivat tuota tunnetta.

Minulle tämä opinnäytetyö on ollut monipuolinen oppimiskokemus. Olen saanut hyödyntää tässä projektissa laaja-alaisesti oppimaani tietoa, ammattitaitoani, ihmistuntemusta ja verkostojani. Olen hionut organisointitaitoja, odottamisen kärsivällisyyttä ja neuvottelutaitoja. Olen johtanut sekä toisia että itseäni. Olen päässyt testaamaan käytännössä, mitä tarkoittaa, kun pidän kaikkia lankoja käsissäni ja olen itse vastuussa kokonaisuudesta. Sain harjoitella juuri niitä taitoja, joita opiskelin suuntautumalla lähijohtamiseen sosionomiopinnoissani. Minulla oli missio yhteisöllisyyden tunteesta, visio kesäjuhlasta ja strategia, kuinka siihen päästään. Minä näin ison kuvan ja osallistuin toteuttamiseen monin tavoin. Toisille jaoin pieniä kuvia ja tehtäväpaloja. Yhdessä saimme aikaan yhteisöllisyyden tunnetta vahvistavan merkityksellisen kesäjuhlan. Juuri sellaisen Hailuodon kunnan vanhuspalvelut tilasi minulta.

LÄHTEET

- Centria-ammattikorkeakoulu. 2022. *Centrian opinnäytetyö- ja kirjoitusohjeet*. Saatavissa: <https://libguides.centria.fi/c.php?g=691790&p=4956683>. Viitattu 5.9.2022.
- Hakala, J.T. 2022. *Hyvä, parempi, valmis. Opinnäyteopas ammattikorkeakouluille*. Tallinna: Gaudeamus Oy.
- Heikkinen, E. 2002. Sairauksista toimintakykyyn. Teoksessa E. Heikkinen & M. Marin (toim.) *Vanhuuden voimavarat*. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi, 28.
- Keckman, E. 2019. *Hyvän mielen puutarha. Terapiaa kaikille aisteille*. Helsinki: WSOY.
- Kivelä, S-L. 2012. *Hyviä vuosia. Arvokas ja turvallinen ikääntyminen*. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Kirjapaja.
- Kulmala, J. (toim.) 2019. *Hyvä vanhuus. Menetelmiä aktiivisen arjen tukemiseen*. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Omaishoitajaliitto. 2021. *Omaishoidon tietopaketti*. Saatavissa: <https://omaishoitajat.fi/omaishoidon-tietopaketti/mita-on-omaishoito/>. Viitattu 10.9.2022.
- Purhonen, M., 2011. Tilapäishoito omaishoitajan jaksamisen tukena. Teoksessa M. Kaivolainen, T. Kotiranta, E. Mäkinen, M. Purhonen & M. Salanko-Vuorela (toim.) *Omaishoito. Tietoa ja tukea yhteistyöhön*. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 93.
- Purhonen, M., Nissi-Onnela, S. & Malmi, M. 2011. Omaishoidon yleisyys ja monimuotoisuus. Teoksessa M. Kaivolainen, T. Kotiranta, E. Mäkinen, M. Purhonen & M. Salanko-Vuorela (toim.) *Omaishoito. Tietoa ja tukea yhteistyöhön*. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim, 15.
- Pynnönen, K. 2019. Toimiva vuorovaikutus tukee aktiivista arkea. Teoksessa J. Kulmala (toim.) *Hyvä vanhuus. Menetelmiä aktiivisen arjen tukemiseen*. Jyväskylä: PS-kustannus, 234-235.
- Raitanen, T., Hänninen, T., Pajunen, H. & Suutama, T. (toim.) 2004. *Geropsykologia. Vanhenemisen ja vanhuuden psykologia*. Porvoo: WSOY.
- Rantakokko, M. 2019. Elinympäristö aktiivisen arjen ja hyvinvoinnin tukena. Teoksessa J. Kulmala (toim.) *Hyvä vanhuus. Menetelmiä aktiivisen arjen tukemiseen*. Jyväskylä: PS-kustannus, 260.
- Rappe, E., Kotilainen, H., Rajaniemi, J. & Topo, P. (toim.) 2018. *Muisti- ja ikäystävällinen asuminen ja asuinympäristö*. Ympäristöministeriö. Ympäristöopas 2018. Saatavissa: https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/161060/YO_2018_Muisti_ ja_ ikaystavall_ asuminen_ WEB.pdf. Viitattu 20.9.2022.
- Rinne, V. 2019. Taiteen ja kulttuurin hyödyntäminen osana iäkkään aktiivista arkea. Teoksessa J. Kulmala (toim.) *Hyvä vanhuus. Menetelmiä aktiivisen arjen tukemiseen*. Jyväskylä: PS-kustannus, 290.

Räsänen, R. 2011. *Ikääntyneiden asiakkaiden elämänlaatu ympärivuotisessa hoivassa sekä hoivan ja johtamisen laadun merkitys sille*. Rovaniemi: Lapin yliopisto. Yhteiskuntatieteiden tiedekunta. Acta Universitatis Lapponiensis 210. Väitöskirja.

Salonen, K. 2013. *Näkökulmia tutkimukselliseen ja toiminnalliseen opinnäytetyöhön. Opas opiskelijoille, opettajille ja TKI-henkilöstölle*. Turun ammattikorkeakoulun puheenvuoroja 72. Tampere: Suomen yliopistopaino – Juvenes-Print Oy.

Sosiaali- ja terveysministeriö ja Suomen Kuntaliitto. 2020. *Laatusuositus hyvän ikääntymisen turvaamiseksi ja palvelujen parantamiseksi 2020-2023. Tavoitteena ikäystävällinen Suomi*. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2020:29. Saatavissa: https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162455/STM_2020_29_J.pdf?sequence=1&isAllowed=y. Viitattu 12.9.2022.

Suutama, T. 2004. Kognitiiviset toiminnot. Teoksessa Raitanen, T., Hänninen, T., Pajunen, H. & Suutama, T. (toim.) 2004. *Geropsykologia. Vanhenemisen ja vanhuuden psykologia*. Porvoo: WSOY, 76.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2020. *Hyvinvoinnin ja terveyden johtaminen. Osallisuuden edistäminen*. Saatavissa: <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen>. Viitattu: 10.9.2022.

Tutkimuseettinen neuvottelukunta. 2012. *Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausepäilyjen käsitteleminen Suomessa*. Saatavissa: https://tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf. Viitattu: 31.10.2022.

Vikström, J. 2004. Vanhuksen äänen arvo. Vanhuus arvona yhteiskunnassamme. Teoksessa H. Kankare & H. Lintula (toim.) *Vanhuksen äänen kuuleminen*. Vantaa: Kustannusosakeyhtiö Tammi, 16-17.

Vilkka, H. 2021. *Tutki ja kehitä*. 5., päivitetty painos. Keuruu: Otavan Kirjapaino Oy.

Vilkka, H. & Airaksinen, T. 2003. *Toiminnallinen opinnäytetyö*. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

JUHLAKUTSU

Tervetuloa Kesäjuhlaan
Tiistaina 7.6.2022 klo 13-15

Juhlapaikkana on Saarenkartanon sisäpiha
Terveysaseman takana, käynti Kaunakaupungintieltä.

Nautimme kesäisestä yhdessäolosta,
ohjelmasta ja tarjoilusta.
Paikalla myös Oulun seudun omaishoitajat ry:n edustaja.

Kesäterveisin
Hailuodon kunnan vanhuspalvelut

Pyytäisin Sinulta palautetta juhlasta!
Missä onnistuttiin? Mikä olisi voinut
olla vielä paremmin? Eli ruusut ja risut:

Mukavaa kun olit mukana juhlassa.
Hyvää kesänjatkoa!



Maria-Theresa

Kiitos sinulle!

Olet tärkeä

