

Opinnäytetyö

Ikäihmisten yhteisöllisyys ja sosiaalisuus - havainnointi- ja haastattelututkimus Kuopion kaupungin palvelutaloissa

Kati Seppälä

Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelma (210 op)

Arvioitavaksi jättämisaika
(4/2020)



HUMANISTINEN
AMMATTIKORKEAKOULU

TIIVISTELMÄ

Humanistinen ammattikorkeakoulu
Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelma, yhteisöpedagogi

Tekijä: Kati Seppälä

Opinnäytetyön nimi: Ikäihmisten yhteisöllisyys ja sosiaalisuus- havainnointi ja haastattelututkimus
Kuopion kaupungin palvelutaloissa

Sivumäärä: 43 ja 10 liitesivua

Työn ohjaaja: Erja Anttonen

Työn tilaaja: Kuopion kaupungin vanhuspalvelut

Opinnäytetyön aihe syntyi halusta saada selville, miten ikäihmiset kokevat asumisen palvelutaloissa. Tarkastelen työssäni minkälaista yhteisöllisyyttä ja sosiaalisuutta asukkaille on tarjolla. Ikäihmiset ovat kasvava osa väestöstä ja heidän tarpeensa ja odotukset hyvästä elämästä tulisi tulla kuulluiksi. Tavoitteena oli selvittää neljässä palvelutalossa Kuopiossa, kuinka yhteisöllisyys ja sosiaalisuus niissä toteutuu. Se millaista viriketoimintaa siellä tarjotaan, ja osallistuvatko ikäihmiset niihin oli kiinnostava asia selvittää. Tavoitteena oli selvittää, minkälaisia eroavaisuuksia palvelutaloista löytyy. On todettu, että sosiaalisuus ja yhteisöllisyys vähentävät yksinäisyyttä ja yhteisillä toiminnoilla on ikäihmisten elämänlaatua parantava vaikutus.

Työn tilaajana oli Kuopion kaupungin vanhuspalvelut. Aihe koettiin kaupungin puolelta erittäin tärkeänä ja nähtiin tarpeelliseksi, että opinnäytetyössä tarkasteltaisiin kaikkia neljää Kuopion asumis- palvelutaloa. Työ antoi kaupungille tietoa palvelutalojen asukkaiden kokemuksista, millaisena asuminen ja yhteisöllisyys niissä koetaan. Tulosten avulla saatiin vastauksia myös siihen, kuinka yhteisöllisyyttä voitaisiin kehittää. Opinnäytetyö toteutettiin Kuopiossa neljässä palvelutalossa, joita olivat Mäntylä, Alava, Suokatu sekä Pyörö. Työssä on käytetty lähteitä, että teoriaa koskien vanhenemista, yhteisöllisyyttä sekä palveluasumista.

Tutkimusmenetelminä käytettiin havainnointia, teemahaastatteluja sekä lomakekyselyitä. Esimiestason haastatteluilla selvitin, kuinka yhteisöllisyys toteutuu palveluasumisessa esimiesten näkökulmasta ja kuinka tärkeänä sen merkitys nähdään. Lomakekyselyiden avulla selvitettiin aihetta talon asukkailta. Havainnointi palvelutaloissa oli isossa roolissa työtä tehtäessä.

Tuloksista kävi ilmi, että asukkaat kokevat olonsa yksinäiseksi eikä yhteistä tekemistä ole tarpeeksi. Palvelutaloissa on monipuolisesti järjestettyä toimintaa, mutta asukkaiden toimintaan osallistuminen on haasteellista. Jos asukas on muistisairas, kuten moni on, heidän on lähes mahdotonta mennä yksin mukaan toimintoihin. Kotihoidon resurssit eivät puolestaan riitä avustamaan asukkaiden viemisessä tapahtumiin. Paremmalla organisoinnilla erilaiset avustavat toimet olisivat varmasti mahdollisia, mutta siihen tarvitaan uudenlaisia menettelytapoja. Esimiesten näkemyksistä kävi ilmi, että yhteisöllisyys nähtiin erittäin tärkeänä osana asukkaiden päivittäistä elämää. Tuloksia voidaan hyödyntää jatkossa erilaisissa ikäihmisten asumispalvelupaikoissa.

Asiasanat: yhteisöllisyys, ikäihmiset, palveluasuminen, sosiaalisuus, vanheneminen, muistisairaudet, päivätoiminnot

ABSTRACT

Humak University of Applied Sciences
NGO and youth work, Community Educator

Author: Kati Seppälä

Title: Community and social wellbeing of elderly people in Kuopio city sheltered houses

Number of Pages: 43 and 10 attachment pages

Supervisor: Erja Anttonen

Commissioner: Kuopio City elderly services

The purpose of this work was to investigate the community and social wellbeing of the elderly people living in sheltered housing in city of Kuopio. The main goal of this work was to enhance the community in sheltered housing and hear elderly people themselves if they feel they are living meaningful life. Elderly people are a growing part of the Finnish population, which is why it is very important to get their voices heard.

This work was commission by Kuopio city elderly care to explore the activities and workflow in four sheltered houses in Kuopio. A practice period was done in three sheltered houses. The research methods used in this study were perception, interviews of the supervisor of each shelter house, and personal questionnaires for the elderly people living in the shelter houses.

Social wellbeing and community in sheltered houses were seen very important the interviews of the supervisors. However, the results showed that many elderly people are very lonely, and they desire and wish for more social contacts into their lives. Unfortunately, currently the community in the explores in sheltered houses were low mainly because of the lack of resources. In addition, the motivation and desire of some nurses to increase the social wellbeing of the elderly was suboptimal and would need more effort.

The results show that activities during the day are very important for elderly people to maintain social relations and in meeting new people. Results also provide answers on how to develop community and social wellbeing. To work in a new way, allowing elderly people to live a meaningful and better. Renewing the work organization could allow the increase of social wellbeing and community of the elderly people. Simple things and improvements in the daily routines of the nurses could make elderly people's lives much more meaningful.

Keywords: community, elderly people ,sociality, every day life of elderly, work with elderly, sheltered housing

SISÄLLYS

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

1 JOHDANTO	6
2 TYÖN TAUSTA JA TAVOITTEET	7
2.1 Tilaajan esittely	7
2.2 Ikäystävällinen Kuopio	8
2.3 Parasta Pohjois-Savoon! -hanke	9
2.4 Yhteisöllisyyden ja sosiaalisuuden tarve palvelutaloissa	10
2.5 Työn tavoitteet	11
3 TIETOPERUSTA	11
3.1 Ikääntyminen	12
3.2 Muistisairauden tuomia haasteita	13
3.3 Vanhusten palveluasuminen ja kotihoito	14
3.4 Palveluasumisen malli Hollannista	15
4 TYÖSSÄ MUKANA OLLEET PALVELUTALOT JA NIIDEN TOIMINTA	17
4.1. Palvelutalot	18
4.1.1 Pyörö	18
4.1.2 Alava	19
4.1.3 Mäntylä	19
4.1.4 Suokatu	20
4.2. Palvelutalojen toiminta	20
4.2.1 Toiminnan haasteita ja mahdollisuuksia	21
4.2.3 Palvelutalo elinympäristönä ja rakenteelliset ominaisuudet	24

4.2.4 Vuorovaikutus ja sosiaalisuus	24
5 TYÖN VAIHEET.....	25
5.1 Kyselyt palvelutalon asukkaille	26
5.2 Havainnointi palvelutaloissa.....	27
5.3 Teemahaastattelut kotihoidon esimiehille	27
6 TULOKSET	28
6.1 Kyselyjen tulokset.....	28
6.2 Esimiesten haastattelujen tulokset.....	30
6.3 Kehityspalaveri esimiesten kanssa	32
7 JOHTOPÄÄTÖKSET.....	33
8 KEHITYSEHDOTUKSET	36
LÄHTEET	39
LIITTEET	44

1 JOHDANTO

Suomi ikääntyy ja ikäihmisten määrä on kovassa kasvussa. Yksi keskeinen sosiaali- ja terveystalouden tavoite on vanhuspalveluiden järjestäminen. Kunta on velvollinen järjestämään palvelut ja toimintaa ohjaa ikäpoliittinen strategia. Kuopiossa ikäpoliittisen strategian yksi lähtökohta on asiakaslähtöisyys. Asiakkaan oikeudet ja osallisuus ovat yksi tärkeitä lähtökohtia palveluita järjestettäessä. (Kuopion kaupunki 2017e.)

Opinnäytetyössä tarkasteltiin ikääntyneiden kokemuksia palvelutalossa asumisen yhteisöllisyyden ja sosiaalisuuden toteutumisesta. Palvelutaloissa toimii kotihoito, joten tarkastelen opinnäytetyössäni, mitä kotihoito voisi tehdä yhteisöllisyyden toteutumisen eteen. Asukkaiden kokemukset tuovat esille mikä merkitys yhteisöllisyydellä ja sosiaalisuudella on heidän elämäänsä. Esimiesten näkemykset asiasta on myös tärkeää tuoda esille, koska he ovat ammattilaisia ja he antavat kuvan tilanteesta ammattilaisten näkökulmasta.

Ikääntyneiden asioiden näkyväksi tekeminen, tutkimustiedon ja sen julkipuhumisen kautta, on yksi tapa saattaa palvelutalossa asuvien ikääntyneiden ihmisten ääni kuuluville. Näin myös vahvistetaan heidän osallistumistaan rakenteiden muovaamiseen omassa asuinyhteisössään ja yhteiskunnassa. (Ruuskanen-Parrukoski 2018, 16.)

Käsittelen työssä palveluasumismallia Hollannissa, jossa palveluasuminen on viety pidemmälle ja saatu siinä hyviä tuloksia. Voisiko Suomessakin palveluasuminen kehittyä sellaiseksi? Nyt on jo joitakin uuden tyyppisiä palveluasumisen malleja Suomessa ja toivon, että kehitys jatkuu. Parasta Pohjois-Savoon! –hankkeen otin mukaan työhön, koska koin sen antavan tietoa, miten hanketyöskentelyn avulla yhteisöllisyyttä on jo pyritty parantamaan.

Mielenkiintoni ikäihmisten palveluasumisesta ja ikäihmisten yhteisöllisyyttä kohtaan heräsi opiskelujeni aikana. Tavoitteeni oli saada ikäihmisten ääntä kuuluviin haastattelujen ja kyselyjen avulla. Näin pystyin luomaan käsitystä, mikä palvelutalojen asukkaille on merkityksellistä ja miten he itse kokevat sosiaalisuuden ja yhteisöllisyyden muuttuneen palveluasumisen myötä. On tärkeää saada tietoa, miten ikäihmiset itse kokevat arkensa merkityksellisyyden sekä miten palveluasumisessa on otettu huomioon jokaisen yksilölliset voimavarat ja haasteet yhteisiin osallistumisiin, joita palvelutalo tarjoaa.

2 TYÖN TAUSTA JA TAVOITTEET

Opinnäytetyöni oli laadullinen työ. Työssä on tutkittu asukkaiden sosiaalisuutta ja yhteisöllisyyttä. Aineistonkeruumenetelminä olivat osallistuva havainnointi ja kyselyt asukkaille sekä teemahaastattelut esimiehille.

Tavoitteena oli selvittää kuinka yhteisöllisyys ja sosiaalisuus Kuopion neljässä palvelutaloissa toteutuu. Se millaista viriketoimintaa palvelutaloissa tarjotaan ja osallistuvatko ikäihmiset niihin oli kiinnostava asia selvittää. Tavoitteena oli myös selvittää, minkälaisia eroavaisuuksia palvelutaloista löytyy. Tavoitteena oli selvittää, millaisia mahdollisuuksia hoitajilla on järjestää yhteisöllistä toimintaa, millaisena asukkaat kokevat yhteisöllisyyden merkityksen ja eroaako johtamiskulttuuri eri palvelutaloissa.

Sosiaalisesti ja taloudellisesti kestävä järjestelmä sisältää sekä mahdollisimman tervettä ja toimintakykyistä ikääntymistä turvaavat toimet, että vaikuttavat palvelut. Palvelujen rakennemuutoksen onnistuminen edellyttää puolestaan niin palvelujen sisällöllistä uudistusta kuin iäkkäiden parissa toimivien osaamisenkin kehittämistä. (sosiaali- ja terveysministeriö 2017.) Osaamista on hyvä kehittää esimerkiksi hankkeiden avulla. Asiakastytyväisyyskyselyitä on myös tärkeä tehdä, jotta saadaan tietoa asukkaiden henkilökohtaisista kokemuksista. Hyvään elämänlaatuun vaikuttavat monet tekijät. Se ei ole pelkästään hoivaa ja huolenpitoa, vaan siihen tulisi liittyä myös sosiaalisuus ja yhteisöllisyys, jotka vaikuttavat suuresti iäkkäiden elämänlaatuun. On havahduttu myös miettimään, mikä merkitys kodilla ja ympäristöllä on ikäihmisten elämään ja hyvinvointiin. Iäkkäillä ihmisillä pitää iästä ja toimintakyvystä riippumatta olla mahdollisuus elää omanlaistaan hyvää elämää omissa yhteisöissään (sosiaali- ja terveysministeriö 2017).

2.1 Tilaajan esittely

Tilaajana työlleni oli Kuopion kaupungin vanhuspalvelut. Yhteisöllisyyden ja sosiaalisuuden tutkiminen palvelutalokonseptissa koettiin kiinnostavana ja ajankohtaisena opinnäytetyön aiheena. Opinnäytetyön myötä voidaan kehittää palveluiden uudelleen muotoilua huomioiden yhteisöllisyys ja sosiaalisuus, hyödyntäen nykyinen palvelutaloissa työskentelevä henkilöstöresurssi.

Kuopion kaupungin asumispalvelujen järjestäminen perustuu sosiaalihuoltolakiin 710/82, terveydenhuoltolakiin 326/10, lakiin ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveyspalveluihin (ns. vanhuspalvelulaki 980/12) ja laatusuositukseen hyvän ikääntymisen turvaamiseksi ja palvelujen parantamiseksi 2017-2019. Tavoitteena on mahdollistaa ikäihmisen turvallinen kotona asuminen niin, että palveluja ja hoitoa kotiin voidaan järjestää myös ympäri vuorokauden. Palvelut järjestetään sosiaali- ja terveyspalveluilla, jotka sovitetaan sisällöltään ja määrältään vastaamaan iäkkään henkilön kulloisiakin palveluntarpeita. (Kuopion kaupunki 2018a.)

Kuopion kaupungin hoivapalvelut on tehnyt asiakaskyselyjä kotihoidon asiakkaille vuodesta 2015 alkaen. Vuoden 2018 tyytyväisyyskyselyissä nousi esille, että suuri osa kotihoidon asiakkaista kaipasi lisää viriketoimintaa, ulkoilua ja yhteistä aikaa hoitajien kanssa. Tuloksia on tarkoitus hyödyntää toimintoja suunnitellessa ja niitä verrataan myös edellisten vuosien tuloksiin. Asiakkaille ja heidän läheisilleen turvataan näin mahdollisuus osallistua ja vaikuttaa palvelujen laadun kehittämiseen ja suunnitteluun. (Kuopion kaupunki 2018b.)

2.2 Ikäystävällinen Kuopio

Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveyspalveluista velvoittaa kuntia ja kaupungeja toimenpiteisiin (980/2012). Kunnan tulee laatia strategia, kuinka pyritään saavuttamaan asetetut tavoitteet.

Kuopion kaupungin uusi strategia vahvistettiin joulukuussa 2017. Se antaa suuntaviivat Ikäystävällinen Kuopio -ohjelmalle ja linjaa osaltaan myös ohjelmaa sisällöllisesti. Kuopion kaupungin ikääntymispoliittinen ohjelma vuosille 2009- 2030 on nimetty Ikäystävällinen Kuopio. Ohjelmassa määritellään kaupungin ja sen asukkaiden yhteisen tahtotilan mukaiset linjaukset ja toimenpiteet, joilla kuopiolaisten ikäihmisten hyvinvointia tuetaan ja vahvistetaan. Ikäystävällinen Kuopio -ohjelma on valmistunut vuonna 2009. Ohjelmaa on päivitetty viimeksi lisää vuonna 2013. (Kuopion kaupunki 2018c.)

Ikäystävällinen Kuopio -ohjelma on suunnitelma toimenpiteistä ikääntyneen väestön hyvinvoinnin, terveyden, toimintakyvyn ja itsenäisen suoriutumisen tukemiseksi. Tärkeä osa ohjelmaa on iäkkäiden henkilöiden tarvitsemien palvelujen järjestäminen ja niiden kehittäminen. (Kuopion kaupunki 2018c.)

Yhtenä tavoitteena ohjelmassa on, että kotihoito kehittää toimintaa monialaiseksi. Tavoitteena on lisäksi saada mukaan virtuaalipalveluita sekä uutta turvateknologiaa. Ohjelma sisältää myös tavoitteita palvelurakenteelle. Ennakoimalla ikäihmisten tilannetta parannetaan heidän elämänlaatuaan ja hyvinvointiaan sekä samalla hillitään palvelutuotannon kustannuksia. Ohjelmassa toimintatapana on vahvasti mukana verkostoyhteistyö. Yhteistyö eri toimijoiden kanssa on erittäin tärkeä osa ohjelman toteutumisen kannalta.

2.3 Parasta Pohjois-Savoon! -hanke

Itä-Suomen Hyvinvointivoimalan- yhteistyön tuloksena aloitti tammikuussa 2019 Parasta Pohjois-Savoon! -hanke. Hankkeen tavoitteena on oppia hyödyntämään sosiaali- ja terveysalan työssä monialaista osaamista, kuten taide- ja kulttuurilähtöisiä menetelmiä, henkilökunnan omaa osaamista tai omaa aiempaa koulutustaustaa hyödyntäen. Visio on, että asiakkaiden elämänlaatua saadaan parannettua oppimalla uusia työskentelytapoja ja auttamalla työntekijöiden työssäjaksamista. Hankkeeseen osallistuvat sosiaali- ja terveysalan työyksiköt tarjoavat päivätoimintaa, sosiaali- ja valmennuspalveluita sekä ympärivuorokautista hoivaa asiakkailleen, jotka ovat tukea tarvitsevia nuoria, mielenterveys -tai päihdekuntoutujia, kehitysvammaisia, ikäihmisiä tai muistisairaita. (Voimala 2020.) Hankkeessa on alusta saakka ollut mukana 15 sosiaali- ja terveysalan yritystä, joiden valmennukset aloitettiin syksyllä 2019. Syksyllä 2019 mukaan tuli Kuopion kaupungin vanhusten hoivapalvelujen ja erityisryhmien asumis- palvelujen 23 yksikköä, joiden valmennukset alkoivat tammikuussa 2020. (Voimala 2020.)

Hankkeessa toimii kouluttajina neljän koulutusorganisaation opettajia. Opettajat kouluttavat hankkeessa mukana olevien yksiköiden henkilöstöä vuoden ajan, yhteensä yhdeksän valmennuskertaa. Uusi tapa toimia työssä otetaan mukaan eri alojen koulutusohjelmiin. Muokkaamalla koulutusten sisältöä opiskelijat saavat kokemuksia monialaisesta ja moniammatillisesta työskentelystä. Hankkeeseen mukaan lähteneet yksiköt ovat aloituksessa mukana yleisessä infossa, jossa kerrotaan toiminnasta ja tavoitteista.

Jokaiselle yksikölle räätälöidään koulutuksia kunkin tarpeiden mukaisesti. Koulutuksista saatu uusi tieto on tarkoitus viedä heti yksiköiden toimintaan mukaan ja saada pysyväksi tavaksi toimia. Hankkeen alussa yksiköille on lähetetty alkukysely ja loppukyselyn jälkeen arvioidaan hyvinvointivaikutuksia sekä henkilökunnalta että asiakkailta. (Mt.) Parasta Pohjois-Savoon! –hankkeen toiminta on tunnustettu ja tunnustettu tärkeäksi. Hanke tavoittaa alueen toimijoita täydennyskoulutusten, opiskelijoiden, kuin eri hankkeiden kanssa tehtävän yhteistyön kautta.

2.4 Yhteisöllisyyden ja sosiaalisuuden tarve palvelutaloissa

Sosiaalisuus ja yhteisöllisyys ovat tärkeitä vanhusten hyvinvoinnin edistämässä. On selvää näyttöä siitä, kuinka vanhusten elämä paranee, jos heillä on tarpeeksi sosiaalisia kontakteja. (Asuva-hanke 2017b.) Yhteisöllisyys tuo turvallisuutta, sisältöä elämään ja luo myös mahdollisuuksia edistää omaa terveyttä. Yksinäisyyden torjumisessa yhteisöllillä on merkitystä. Jotta saadaan onnistumisia aikaiseksi, ovat onnistuneet toimintamallit ja asukaslähtöisyys tärkeää. Asukkaiden, järjestöjen, kuntatoimijoiden ja palveluntuottajien yhteistyö on avainasemassa. Esteettömät ja turvalliset asuinympäristöt sekä monimuotoiset yhteiset sisä- ja ulkotilat edistävät kaikki yhteisöllisyyttä. (Suomen ympäristöministeriö 2013.) Palvelutalot ovat kaikki omia yhteisöjä, joiden muodostumiseen ja toimimiseen vaikuttavat rakenteelliset ja toiminnalliset tekijät. Yhteisön toimivuuteen tarvitaan myös henkilökunnan osallistuminen.

Yhteisöllisyys pohjautuu osallistaville toimintavoille ja -malleille asukkaiden sekä julkisen, yksityisen ja kolmannen sektorin kesken. Iäkkäät asukkaat haluavat osallistua toiminnan suunnitteluun ja toteutukseen. (Asuva-hanke 2016a.) Usein asukkaiden sosiaalisuus jää liikaa vain perhe- ja sukulaisverkostoihin. Asukkaiden toimintakyky on suurin haaste siihen, että he pystyisivät itse olemaan aktiivisia ja osallistumaan tarjottuihin aktiviteetteihin. Palveluasumisen arjessa ikääntyneillä tulisi olla mahdollisuus vahvistaa yksilöllistä toimijuutta, sosiaalisia vuorovaikutustaitoja ja yhteenkuuluvuuden tunnetta. Asiakaslähtöisessä palvelussa vanhus on palvelun keskipisteessä omista lähtökohdistaan käsin (Kulmala 2019, 36). Ei pitäisi olla niin, että vanhus ottaa vastaan vain palvelun mitä on saatavilla eikä pysty itse vaikuttamaan palveluihin, joita haluaisi. Näillä lisäpalveluilla on suurta hyötyä heidän elämänlaadussaan.

Olin ollut aiemmin harjoittelussa yhdessä palvelutalossa ja harjoittelun aikana koin, että sinne kaivataan kipeästi lisää yhteistä toimintaa. Juteltuani silloisen harjoitteluohjaajani kanssa asiasta, hän ohjasi minua eteenpäin ja rohkaisi selvittämään asiaa lisää. Kuopion kaupungin vanhusten hoivapalvelujen kehittämisasiantuntijan mielestä asiaa oli myös hyvä tutkia lisää. Tarve työlleni löytyi oman intressin sekä asiantuntijoiden kautta.

2.5 Työn tavoitteet

Kuopiossa on neljä palvelutaloa: Pyörö, Mäntylä, Suokatu ja Alava. Tavoitteena oli kehittää uusia ratkaisuja, joilla myös hoitajat pystyisivät järjestämään yhteisöllistä toimintaa asukkaille sekä mahdollistamaan asukkaille yhteistä tekemistä. Asukkaille jaettavan informaation kehittämiseen pyrittiin myös löytämään ratkaisuja. Tavoitteena oli selvittää kuinka yhteisöllisyys ja sosiaalisuus näissä palvelutaloissa toteutuu. Se millaista viriketoimintaa palvelutaloissa tarjotaan ja osallistuvatko ikäihmiset niihin oli kiinnostava asia selvittää. Tavoitteena oli myös selvittää, minkälaisia eroavaisuuksia palvelutaloista löytyy.

Lisäksi työssä pyrittiin selvittämään, minkä tekijöiden kautta yhteisöllisyys muodostuu ja miten se näyttäytyy palvelutalon arjessa. Kyselyjen, haastattelujen ja havainnoinnin avulla selvitettiin, millaisena yhteisöllisyys näyttäytyy ja miten sen onnistuminen vaikuttaa mielekkäästi asukkaiden arkeen. Työn tulosten jakaminen esimiehille on lisäksi tärkeä osa kehittämiskokonaisuutta, jotta kehittämistä taloissa voisi tapahtua.

3 TIETOPERUSTA

Vanhuspalvelulaki (Vanhuspalvelulaki 980/2012) velvoittaa järjestämään palvelut niin, että iäkäs henkilö kokee elämänsä turvalliseksi, merkitykselliseksi ja arvokkaaksi. Tavoite on, että iäkkäät kykenevät ylläpitämään sosiaalista vuorovaikutusta ja osallistumaan mielekkääseen, hyvinvointia, terveyttä ja toimintakykyä edistävään ja ylläpitävään toimintaan (Räsänen 2018, 58).

Yhteisöllisyys on osallisuutta sekä yhteenkuuluvuutta ja se perustuu yhteisön jäsenten välisiin suhteisiin sekä vuorovaikutukseen. Yhteisöllisyys vahvistaa ihmisten tunnetta siitä, että saa kokea olevansa osa yhteisöä ja voivansa vaikuttaa yhteisössään. Palvelujen laadun ja riittävyyden arvioimiseksi kunnan on kerättävä säännöllisesti palautetta

palveluja käyttäviltä, heidän omaisiltaan ja läheisiltään sekä kunnan henkilöstöltä (Vanhuspalvelulaki 98/2012).

3.1 Ikääntyminen

Ikääntyneiden määrä lisääntyy nopeasti. Pohjois- Savossa oli 75 vuotta täyttäneitä asukkaita lähes 26 000 vuonna 2016 ja vuonna 2030 heitä arvioidaan olevan yli 40 000. (Pohjois-Savo 2019, Liite 1) Ikääntyminen näkyy Pohjois- Savon kunnissa erilaisena, pienissä kunnissa maakunnan reuna-alueilla 75- vuotiaiden osuus lisääntyy vain 6-27 %, mutta suurimmissa kunta- ja kaupunkikeskuksissa heidän osuutensa lisääntyy 52-100 %. Vanhimpien, yli 85- vuotiaiden osuus vähenee nykyisestä 29 %:a vuoteen 2030 26 %: iin, mutta nousee jälleen vuoteen 2040 mennessä 37 %: iin. (Pohjois- Savo 2019.) Kun väestö on ikääntynyt ja eliniät pidentyneet, on se saanut aikaan uusia yhteiskunnallisia muutoksia. Yhteiskunnalle on koitunut haasteita tuottaa hyvää palvelua ja hoitoa, jotta jokaisella olisi hyvä elämänlaatu.

Vanhenemisella ymmärretään ikääntymisen myötä tapahtuvia seurauksiltaan negatiivisia muutoksia elimistössä (Räsänen 2018, 8). Vanhenemiseen liittyvät muutokset merkitsivät erityisesti terveyden ja toimintakyvyn odotettua tai koettua heikkenemistä (Pirhonen ym. 2019, 9). Ei ole olemassa yksiselitteistä määritelmää sille, kuka on ikääntynyt. Suomen lainsäädännön mukaan ikääntyneellä väestöllä tarkoitetaan vanhuuseläkkeeseen oikeuttavassa iässä olevaa väestöä eli yli 65-vuotiaita (Terveyskylä, 2019).

Vanheneminen ja siihen kuuluvat nimitykset sekä avun tarve, avuttomuus ja riippuvuus hyväksytään nykyisin aiempaa huonommin (Räsänen 2018, 8). Eliniän pidentyminen on joillekin hyvä elämänvaihe, mutta osa saattaa kokea sen kielteisenä. Siksi palveluasumisessa tulisi ottaa huomioon jokaisen omat voimavarat ja halu olla mukana yhteisön aktiivisena jäsenenä. Yleisesti vanhenemistä tarkastellaan fyysisen, psyykkisen sekä sosiaalisen toimintakyvyn kautta. Usein vanhetessa alkaa kuulo heikentyä ja iäkkään on vaikea seurata keskustelua tai olla osallisena. Seurauksena voi olla, että hän alkaa vältellä sosiaalisia tilanteita. On siis tärkeää ottaa tarkasteluun sosiaalisuus ja tarkastella millaisia sosiaalisia kontakteja vanhuksella on ja miten hänelle niitä mahdollistetaan.

3.2 Muistisairauden tuomia haasteita

Suomessa lähes 200 000 ihmistä sairastaa jotain etenevää muistisairautta, ja heistä noin 7000 on työikäistä (Muistiliitto 2019, 6). Nyky-yhteiskunnassa on paljon yksin asuvia ikäihmisiä, joilla alkaa ilmaantua muistioireita. Lähipiiristä ei välttämättä löydy ketään kuka voisi tunnistaa alkavat oireet. Hoitoon hakeutuminen saattaakin tällaisessa tilanteessa viivästyä.

Suurin osa vanhuspalvelujen asiakkaista on muistisairaita. Joka toinen muistisairas henkilö asuu kotona omaishoidon ja kotihoidon tukemana (Terveiden ja hyvinvoinninlaitos 2019). Suurin yksittäinen elämänlaatua heikentävä ja avun tarvetta aiheuttava sairaus on muistisairaus. Suomessa muistisairauteen sairastuu vuosittain noin 14 500 henkilöä. 65–74-vuotiaista noin 4 %, 75–84-vuotiaista runsaat 11 % ja yli 85-vuotiaista 35 % kärsii keskivaikeasta tai vaikeasta dementiasta Suomessa. Kuopiossa muistisairaita on lähes 2000 yli 75-vuotiaista. (Kuopion kaupunki 2018c, 25.)

Muistisairaus tuo mukanaan monenlaisia käytösoireita. Ne ilmenevät usein keskivaikeassa ja vaikeassa vaiheessa. Käyttäytyminen muuttuu poikkeavaksi ja joskus jopa aggressiiviseksi. Hoitotilanteissa voidaan käyttää erilaisia menetelmiä, joilla saadaan vanhus toimimaan sujuvasti arjen toiminnoissa. Esimerkiksi musiikki tai hyräily ovat hyviä keinoja saada vanhus rauhoittumaan ja asiat sujumaan helpommin. (Muistiliitto, 2019.) Vanhusten yksilöllisyys ja myönteinen käyttäytymisen vahvistaminen ovat lähtökohtana, jos käyttäytyminen on ei-toivottavaa ja haastavaa (Kulmala 2019, 32). Ei pitäisi ajatella, että vaikka ihmisellä on muistisairaus, että hän ei enää ymmärtäisi mitään. Muistisairauksia on myöskin useita ja syitä sairauksiin on monia. Tutkimuksessaan sosiokulttuurista vanhustyötä paikantamassa 2018 Riekkinen-Tuovinen kuvaa, että vuorovaikutuksessa muistisairaana kanssa tulisi olla empaattisen utelias. On tärkeää, että keskustelussa keskittyy muistisairaana kokemuksiin ja tunnelmiin. Keskustelu tulisi olla persoonalta persoonalle ja heidän välilleen tulisi muodostua erityinen side. (Riekkinen-Tuovinen 2018, 99.)

Aktiiviseen elämään kuuluvat arjen askareet, harrastukset ja mielekkäät ihmissuhteet. Mielen hyvinvointi on tärkeä voimavara arjessa, niin sairastuneelle kuin läheisellekin (Muistiliitto 2019, 7). Siksi olisi erittäin tärkeää, että hoidossa otetaan huomioon myös elämänlaadun, toimintakyvyn sekä osallisuuden tukeminen. Erilaiset menetelmät, joilla voidaan vahvistaa elämänlaatua ennaltaehkäisevät mahdollisia käyttäytymisen

muutoksia taudin edetessä. Aktiivinen ja sosiaalinen toiminta läpi elämän on hyödyllistä sekä muistisairauden ennaltaehkäisyssä, että hoidossa (Virjonen 2013, 40).

3.3 Vanhusten palveluasuminen ja kotihoito

Siinä vaiheessa, kun ikääntynyt ei enää kykene poikkeamaan kodin ulkopuolelle, muodostuu kotona asuminen ongelmalliseksi. Käytännössä tämä tarkoittaa sosiaalisen vuorovaikutuksen vähentymistä tai loppumista. Kotipalvelujen kehittämisen rinnalla tulee kehittää palveluita, joissa ikääntyneet voivat jatkaa luontevasti ja valintojensa mukaisesti sosiaalista kanssakäymistä, olla yhteydessä omaisiin ja solmia halutessaan uusia ihmissuhteita. (Ruuskanen-Parrukoski 2018, 174.) Ennen kotihoidon piiriin pääsemistä asiakkaille tehdään erilaisia toimintakyvyn arviointeja sekä arvioidaan arjen tukiverkosto. Arviointien avulla selvitetään toimintakykyyn vaikuttavat sairaudet ja muut itsenäistä ja omatoimista elämää tukeva verkosto. Kotihoitoa arvioitaessa ja päätöstä tehtäessä huomioidaan asiakkaan kokonaistilanne (Kuopion kaupunki 2018d).

Kotihoidossa työskentelee pääsääntöisesti lähihoitajia. Heidän työnsä keskittyy lähinnä perushoivaan ja huolenpitoon. Heiltä edellytetään hyviä ihmissuhde- ja vuorovaikutustaitoja, organisointikykyä, yhteistyötaitoja sekä joustavuutta. Lähihoitajan tulisi myös aktivoida asiakasta toimimaan omatoimisesti. Kotihoito on monipuolista arjen tukemista. Palvelut suunnitellaan aina asiakkaan tarpeiden mukaan. Ne voivat olla esimerkiksi vaate- ja ruokahuoltoa, arkista huolenpitoa tai siivouspalveluita. Esteetön, rauhoittava, viihtyisä, turvallinen ja virikkeellinen toimintaympäristö tukee vanhukseen toimintakykyä. Hoito keskittyy usein perushoitoon ja hygieniaan. Olisi tärkeää, että vanhuksille olisi tarjolla virikkeellistä toimintaa jokaisen yksilölliset voimavarat huomioon ottaen. Palvelutaloissa luodaan sosiaalisia rakenteita ja toimintakulttuuria, joissa ikääntyneiden keskinäinen toiminta edistää yksilöllistä ja jaettua toimijuutta. (Ruuskanen-Parrukoski 2018, 170.)

Kuopion kaupungin omavalvonta- suunnitelmassa todetaan seuraavaa:

Yhteisö antaa asukkaille mahdollisuuden viettää hyvää ja aktiivista arkipäivää. Asukkaille järjestetään päivittäin/viikoittain viriketoimintaa/päivätoimintaa. Omaisille ja asukkaille järjestetään yhteisiä tilaisuuksia. Asukkailla on mahdollisuus osallistua asumisyksikön ulkopuolisiin tilaisuuksiin. Asukkailla tulee olla mahdollisuus turvalliseen sekä säännölliseen/ tarpeenmukaiseen ulkoiluun. (Kuopion kaupunki 2019f.)

Näiden asioiden toteutuminen jäi itseäni mietityttämään, toteutuvatko nämä asiat todella?

Ikäihmisten asumiseen on tarjolla monenlaisia arkea ja elämää helpottavia välineitä. Teknologia ja apuvälineet voivat lisätä turvallisuutta, tukea toimintakykyä tai tuoda arkeen iloa. Helppokäyttöisten laitteiden avulla voi esimerkiksi pitää sujuvasti yhteyttä läheisiin. Ovi- ja kaatumishälyttimet, liesivahti ja turvaranneke tuovat ikäihmisille turvaa. Arjen rytmittämistä auttavat lääkeautomaatti, muistuttajat ja vuorokausikalenteri. (Muistiliitto 2019, 31.)

Moniammatillisuus kotihoidossa on hyvä asia, mutta väitöskirjatutkimuksessaan Turjamaa toi esille, kuinka tärkeää on, että kaikki eri alojen työntekijät tuntevat toisensa ja asiakkaat, jotta laatu pysyisi hyvänä (Turjamaa 2014, 34). Hoitohenkilökunnan vaihtuminen saattaa aiheuttaa turvattomuuden tunnetta iäkkäissä. Työtä olisi hyvä tehdä pitkäkestoisemmin saman asukkaan kanssa, jotta hämmennystä syntyisi mahdollisimman vähän. Hoitajan olisi hyvä tietää mitä kukakin asukas haluaa ja mitkä asiat ovat hänelle mielekkäitä ja luovat turvallisuuden tunnetta.

Väitöskirjatutkimuksessaan ”Iäkkäiden ihmisten yksilölliset voimavarat ja niiden huomioiminen kotihoidossa” Turjamaa on todennut, että asiakkaille on tärkeää luoda hyvä luottamus ja hoitosuhde hoitajaan. Asiakkaat pitävät tärkeänä säännöllisyyttä ja heillä oli yhtenäinen mielipide siihen, että positiivinen ja rohkaiseva palaute hoitajilta on tärkeää. (Turjamaa 2014, 48.) On itsestään selvää, että palvelutalossakin asukkaiden ihmisyttä tukee mahdollisuus päättää itse omista asioistaan (Pirhonen 2015, 29).

Kotihoito on enenemässä määrin tärkeä hoitoympäristö iäkkäille ihmisille ja näin ollen tarvitaan ammattimaista ja osaavaa johtamista ja henkilöstöä toteuttamaan laadukasta kotihoitoa. Kotihoito on arvokasta työtä koko yhteiskunnalle ja sitä tulisi arvostaa enemmän. Lähihoitajien tulee laatusuosituksen (sosiaali- ja terveysministeriö) mukaan yhdessä henkilöstönsä kanssa vastata iäkkään henkilön oikeuksien ja osallisuuden toteutumisesta sekä iäkkäitä asiakkaita kunnioittavan toimintakulttuurin kehittämisestä toimintayksiköihin (Lehtilä 2016, 8).

3.4 Palveluasumisen malli Hollannista

Hogeweyk vanhusten asumispalveluyksikkö Hollannissa on erittäin mielenkiintoinen malli palveluasumisesta, missä koko palvelukylä on rajattu aitauksella ja näin luotu

turvallinen asuinympäristö myös muistisairaille. Otin sen tarkasteluun pohtiessani, kuinka palvelutaloasumista Kuopiossa voitaisiin kehittää. Löytyisikö sieltä hyviä esimerkkejä, joita voisi hyödyntää Kuopiossakin.

Hogeweyk-kylässä on 23 asuntoa, teatteri, supermarketti, ravintola, kauppoja, kampaamo, yhteisiä oleskelutiloja, puutarha sekä hoitoyksikkö. Kylä on rakennettu sosiaalisesta lähtökohdasta käsin. Kotien ja ympäristön suunnitteluun on käytetty paljon vaivaa. Suunnittelun ja rajatun tilan avulla dementiaa kärsivät asukkaat voivat turvallisesti ja vapaasti liikkua kylän sisällä. Viheralueet stimuloivat asukkaiden hyvinvointia monin tavoin (Hogeweyk 2020). Tutkimuksessani mukana olevissa palvelutaloissa muistisairaille asukkailla on haasteellista liikkua ja vaarana on, että he lähtevät ulos, eivätkä löydä takaisin. Vaikka piha-aitaus tuntuu pahalta ajatukselta, se mahdollistaisi asukkaille turvallisen ulkoilun itsenäisesti. Myös erilaisten kylttien ja opasteiden avulla voisi mahdollistaa turvallista liikkumista asukkaille. Nykyisissä Kuopion palvelutaloissa ei löydy opasteita, kuinka löytää esimerkiksi ruokalaan tai yhteisiin toimintatiloihin.

Hogeweyk-kylä muistuttaa pienoiskaupunkia siellä olevien kylttien ja suihkulähteiden takia. Asukkaat pystyvät käymään teatterissa, ravintolassa, kahvilassa ja muissa haluamissaan palveluissa vaivattomasti ja turvallisesti. Kylän elämä tarjoaa asukkaille elämyksiä, virikkeellisyyttä ja osallistumista yhteisöön.

Suomen Kuvalehti kirjoitti jutun kylästä ja kuvaili tunnelmaa näin:

”Useimmat vanhukset löytävät kyllä kotiinsa ja jos eivät löydä, kuka tahansa kylän työntekijä on valmis auttamaan. Ainoa ovi ulkomaailmaan ja siten myös ainoa lukittu ovi on vastaanotossa, jossa on ympärivuorokautinen valvonta. Tunnelma kylässä on iloinen ja moni vanhus vilkuttaa iloisesti, kun kävelee heidän ikkunansa ohitse.” (Suomen Kuvalehti 2014.)

Hollannin malli herätti minussa valtavasti positiivisia ajatuksia. Mieleeni nousi kysymyksiä, miksi Kuopiossa palvelutaloasuminen ei voisi olla samanlaista. Moneen palvelukotiin voisi saada aikaiseksi muitakin palveluita kuin pelkän ruokalan, joka on auki harvakseltaan. Asukkaiden toiveita tulisi kuunnella ja mahdollistaa heille niin sanottu normaali elämä, jota he ovat aiemmin tottuneet elämään. Tällainen kylämalli olisi myös mielestäni toimiva ja turvallinen ratkaisu. Mielekästä tekemistä jokaiseen päivään ja viihtyisä elinympäristö toisivat asukkaille varmasti iloa ja laatua elämään.

Nykyteknologian avulla asukkaille voitaisiin saada järjestettyä kulunvalvonta niin, ettei kukaan pääsisi eksymään pois asuinalueelta.

4 TYÖSSÄ MUKANA OLLEET PALVELUTALOT JA NIIDEN TOIMINTA

Kotihoito ovat sosiaalihuoltolain (1301/2014,2015) mukaista asumispalvelua, joiden järjestämisestä vastaa kunta. Asumispalvelut on tarkoitettu henkilöille, jotka tarvitsevat eri syistä tukea ja palveluja asumisensa järjestämiseen. Sairaudet, toimintakyvyn muutokset, korkea ikä, yksin asuminen, hoitavan henkilön puute, asuin -ja elinympäristö, sosiaalisen verkoston puute voivat olla syitä joiden vuoksi ihminen muuttaa palvelutaloon. Palvelutaloissa toimii kotihoito, joka varmistaa asukkaille riittävän hoidon ja tuen.

Palvelutaloasuminen on jatkuvasti kasvussa. Palvelutaloasumisessa asiakas maksaa vuokran, elinkustannukset, lääkkeet sekä kaikki saamansa palvelut. Kotihoito yhdessä muiden tahojen kuten fysioterapeuttien kanssa takaavat asukkaille riittävän tuen ja hoivan. Henkilöstön määrä ja riittävyys sekä heidän tekemänsä työ palvelukodeissa on tärkeä tiedostaa ja tutkia. Näin saadaan selvitettyä, miten henkilöstölle mahdollistetaan olla mukana tukemassa ikäihmisten aktiivista ja mielekästä elämää. Palvelutalo on toiminnallinen yhteisö, jonka yhteiseen toimintaan osallistuminen on vapaaehtoista ja toiminnan päämäärä toteutuu sosiaalisissa vuorovaikutussuhteissa kokemuksena yhteenkuuluvuudesta (Ruuskanen-Parrukoski 2018, 132). Toimintakeskuspalvelujen tavoitteena on tukea ja edistää kotona asuvan ikääntyvän toimintakykyä ja toimia ikääntyvien kohtaamispaikkana. Esteetön, viihtyisä, rauhoittava, turvallinen ja virikkeellinen toimintaympäristö tukee vanhuksen toimintakykyä (Kuopion Vanhustenkotiyhdistys ry 2020).

Palvelutaloissa asuvista suurimmalla osalla on käytössä kotihoidon palveluita. Kotihoidon peittävyys kaupungin oman palvelutuotannon osalta on noin 11 %. Tarkkaa tietoa yksityisen palvelutuotannon määrästä kohdistuen yli 75-vuotiaisiin ei ole. Arvio yksityisen kotihoidon (itse maksavat asiakkaat) määrästä perustuu aiempaan selvitykseen, jolloin se oli säännöllisen kotihoidon osalta n. 2,7 %. Nykyisin osuus lienee suurempi. (Kuopion kaupunki 2018c, 29.) Kotihoito tuottaa ikäihmisten lakisääteisiä ja

ikäntyneiden kuntalaisten tarpeita vastaavia kotiin tarjottavia ja kotona asumista tukevia palveluja. Keskeisiä palveluja ovat päivätoimintapalvelut, kotihoito, virtuaalikohtihoito ja kotisairaala. (Kuopion kaupunki 2018c, 34.)

Kuopion vanhusten kotiyhdistys ry omistaa asunnot, joita näissä palvelutaloissa on. Yhdistys on tarjonnut kuopiolaisille senioreille vuokra-asuntoja jo vuodesta 1969 lähtien. Palvelutaloissa asuu myös asukkaita, joilla ei ole vielä käytössä kotihoidon palveluita eikä välttämättä muitakaan itse kustantamia lisäpalveluita. He saattavat muuttaa palvelutaloon esimerkiksi, koska aiemassa kodissa ei ollut hissiä tai kodissa oli vaikea liikkua rollaattorilla tai pyörätuolilla.

4.1. Palvelutalot

Työssä tarkasteltiin neljää palvelutaloa ja niiden eroavaisuuksia ja toimintaa.

Tilajan mielestä oli tärkeä ottaa tarkasteluun kaikki Kuopion palvelutalot, jolloin saadaan tuloksista kattavampi. Eroavaisuuksien esille tuominen voi auttaa muita kehittämään toimintaansa paremmaksi. Parhaimmillaan jostain palvelutalosta esille nousseet hyvät käytänteet voi siirtää sellaisenaan toiseen palvelutaloon.

4.1.1 Pyörö

Pyörön palvelutalo sijaitsee Petosen kaupunginosassa noin 10 kilometrin päässä Kuopion keskustasta. Talo on rakennettu vuonna 1998. Asuntoja talossa on 50, joista 35-40 asukkaalla on käytössään kotihoidon palvelut. Talossa on ruokala-kahvio. Talo on viisikerroksinen ja siinä on kaksi hissiä. Kerroksissa on yhteisiä oleilualueita, joissa asukkaiden on mahdollista kokoontua. Niiden käyttö on kuitenkin vähäistä ja asukkaat istuvat usein penkeillä hissien edustalla. Talon ylimmässä kerroksessa on tila, josta on upeat näkymät sekä viihtyisät kalusteet. Tilaa ei ole hyödynnetty mitenkään yhteisiin toimintoihin. Yläkerrasta löytyy myös saunatilat, joita jotkin talon asukkaat käyttävät.

Talossa käy vapaaehtoisia pitämässä kaverikammaria muutaman kerran kuukaudessa. Yhteistä ohjattua toimintaa on siis hyvin vähän. Olen itse ollut talossa jo aiemmin harjoittelussa, jolloin tutustuin talon asukkaisiin sekä talossa järjestettyyn toimintaan.

COVID-19 epidemian takia harjoitteluni Petosen palvelutalossa ei päässyt alkamaan ja arvokasta tietoa talon tämänhetkisestä tilanteesta jäi saamatta.

4.1.2 Alava

Alavan palvelutalo sijaitsee Haapaniemen kaupunginosassa hyvin lähellä kaupungin keskustaa. Talo on rakennettu vuonna 1980 ja siihen on tehty perusparannuksia vuonna 2000, jolloin tehtiin asunnoista yhteys Alavan palvelukeskukseen. Vuokra-asuntoja on 50, joista suurin osa käyttää kotihoidon palveluita arkensa tueksi. Asunnot sijaitsevat kolmessa kerroksessa ja talossa on uusittu hissi, joka on tilava ja aukeaa kahteen suuntaan. Se on talossa oikein hyvä parannus ja huomattava etu muihin palvelutaloihin nähden. Talossa on helppo kulkea, eikä välimatka ruokalaan ja yhteiseen ajanviettopaikkaan ole pitkä.

Talon puolella asukkailla on käytössä viihtyisä olohuone, jonne tulee mm. päivän lehti, jota moni käykin lukemassa. Vapaaehtoiset järjestävät tilassa erilaista toimintaa. Toiminnoista ilmoitetaan tilan ulkopuolella olevalla ilmoitustaululla, jossa ne ovat selkeästi esillä. Viikkokohtainen tiedotus on paras ja selkein tapa ilmoittaa tapahtumista asukkaille.

Palvelutalon tiloja käyttävät aktiivisesti monet yhdistykset ja seurat. Huomasin ensi kertaa palvelutalossa käydessäni, että vauvamuskari käy talon tiloissa säännöllisesti. Asukkaat kertoivat, että he saattavat käydä joskus ihastelemassa pieniä ihmisiä. Mietin, että vierailu muskarissa olisi varmasti asukkaille riemastuttava hetki. Kaikenlainen yhteistyö jo talossa toimintaa järjestävien kanssa olisi järkevää. Avoimia tilaisuuksia, joihin asukkaat voisivat osallistua, on harvakseltaan. Karaoke ja jumalanpalvelus ovat sellaisia yhteisiä hetkiä, joissa asukkaat useimmiten käyvät.

4.1.3 Mäntylä

Mäntylä sijaitsee Kuopion Männistön kaupunginosassa. Mäntylässä on yhteensä 166 asuntoa, joissa on noin 90 kotihoidon asiakasta. Rakennuksessa on vanhempi osa, joka on rakennettu vuosina 1995-1999. Vanhalla puolella sijaitse mm. ruokala, jumppasali, saunatilat sekä kolme rappua, joissa on asuntoja. Vanhemmalta puolelta pääsee yhdyskäytävää pitkin kulkemaan uudempaan osaan, joka on rakennettu vuonna 2011. Uudella puolella on asuntoja kolmessa rapussa.

Näiden kahden rakennuksen välissä sijaitsee palvelutalon vilkkain kulkureitti, lasikäytävä. Vanhemman ja uuden rakennuksen välissä on risteämäkohta, jossa kokoontuu siinä päivittäin ryhmä asukkaita. Sijainti ei todellakaan ole viihtyisiä ja tilassa käy valtava veto koko ajan. Asukkaat kuitenkin kertoivat haluavansa istua juuri siinä, koska

siinä liikkuu ihmisiä, joita on mukava seurata. Talossa olisi pieniä viihtyisiä huoneita eri rappujen kerroksissa, mutta niitä ei juuri kukaan käytä. Miksipä mennä yksin istumaan sellaiseen tilaan, kun haluaa nähdä liikennettä ja muita ihmisiä?

4.1.4 Suokatu

Suokadun palvelutalo sijaitsee aivan Kuopion ydinkeskustassa. Talo on rakennettu vuonna 1989. Talossa on 58 asuntoa, joissa on 40 kotihoidon asiakasta. Vuokra-asunnot sijaitsevat erillisessä talossa, josta on melko vaikea kulkea palvelutalon puolelle. Reitti on sokkeloinen ja sisältää nousuja ja laskuja. Ei ole mitenkään mahdollista, että muistisairas voisi yksin kulkea sitä matkaa esimerkiksi ruokalaan. Talo on nelikerroksinen ja siellä on vain yksi hissi. Ruokailun alkaessa hissi ruuhkautuu, kun kotihoidon henkilökunta vie asiakkaita pyörätuoleilla syömään. Rakenteeltaan talo on haasteellinen vanhusten asumiseen varsinkin heille, jotka tarvitsevat kaikkien liikkumiseensa apua.

Talon ensimmäisessä kerroksessa sijaitsee ystäväintupa, joka on viihtyisä, mutta tila on vähällä käytöllä. Siellä kokoontuu kaksi kertaa viikossa ulkopuolisten järjestämä kerho. Asukkaat eivät juurikaan muuten siellä vietä aikaa, vaikka tilassa olisi televisio, tuoleja, pöytiä ja minikeittiö. Asukkaat istuvat eteisessä ulko-ovien edessä, koska siitä näkee edes vähän liikennettä. Paikka on kylmä ja kolkko eteistila, mutta siinä he haluavat takit päällä istua.

4.2. Palvelutalojen toiminta

Palvelutalojen tiloissa toimii monenlaisia ryhmiä mm. vertaisohjaajien, kansalaisopiston, eläkeläisjärjestöjen sekä veteraani- ja potilasjärjestöjen järjestäminä. Jokaisessa palvelutalossa järjestetty toiminta on tehty eri tavalla. Toimintojen avulla pyritään saamaan asukkaille arkeen virikkeitä ja kehittämään myös yhteisöllisyyttä. Ryhmiin osallistuu myös talon ulkopuolelta tulevia ihmisiä. Toimintakeskuspalvelujen tavoitteena on tukea ja edistää kotona asuvan ikääntyvän toimintakykyä ja toimia ikääntyvien kohtaamispaikkana (Kuopion vanhustenkotiyhdistys ry.).

Toiminnat pyritään suunnittelemaan niin, että jokaisella on mahdollisuus osallistua niihin omien voimavarojensa mukaan ja jokainen voi valita millaisista yhteisistä toimista pitää. Syrjäytymisen ja yksinäisyyden ehkäisy on myös yksi tavoite, kun järjestetään toimintaa yksiköissä. Ryhmistä voi löytyä myös uusia ystäviä ja asukkaat kokevat

kuuluvansa yhteisöön. Toiminnat tuovat ikäihmisille merkityksellisen virikkeellisen toiminnan lisäksi sosiaalista kanssakäymistä muiden kanssa.

Ulkopuolisten järjestämä toiminta on usein suunnattu asukkaille, joilla on parempi toimintakyky vielä jäljellä. Kaikki järjestetyt toiminnat eivät myöskään ole avoimia kaikille, vaan tulee kuulua yhdistykseen tai olla jäsen, jotta pääsee mukaan. Palvelutalojen tiloja käyttää ulkopuoliset toimijat paljon, mutta se ei tarkoita, että ohjelmaa olisi asukkaille tarjolla yllin kyllin. Tässä on lisäksi yksi haaste, kuinka palvelutaloissa asuvat asukkaat saadaan mukaan toimintoihin. Petosella toimintaa ei ole, koska siellä ei ole tiloja vuokrattavaksi.

Ikäystävällinen Kuopio -ohjelmassa todetaan, että palvelutaloissa asukkaille järjestetty toiminta on usein vapaaehtoisten toteuttamaa. Vapaaehtoistoiminnalla pystytään järjestämään sellaista läsnäoloa ihmisten arjessa, jota ei ole viranomaisvoimin mahdollista järjestää. Tavallisen ihmisen tiedot ja taidot riittävät toiminnan järjestämiseen, mutta vapaaehtoiset eivät korvaa palkattuja työntekijöitä. Toiminta kuitenkin tuottaa yleistä hyvää ja lisäarvoa kaikille osallisille. (Kuopion kaupunki 2018c.)

4.2.1 Toiminnan haasteita ja mahdollisuuksia

Lähihoitajien työnkuvasta sanotaan, että lähihoitajan tulisi auttaa vanhuksia päivittäisissä toiminnoissa. Hoitajat mm. avustavat ruokailussa, pesevät, nostavat istumaan ja kävelyttävät sekä ulkoiluttavat avun tarpeessa olevia vanhuksia (Ammattinetti 2020). Työnkuvaan vanhusten parissa kuuluu myös tukea vanhusten voimavaroja etsimällä heille sopivia ja mielenkiintoisia toiminnan muotoja. Lähihoitajan tulisi lisätä vanhukseen elämään sisältöä ja mielekkyyttä järjestämällä toimintaa. Hoitajan tulisi käyttää työssään kuvallisen- ja muun luovan ilmaisun menetelmiä. (Mt.)

Opinnäytetyötä tehdessä olin harjoittelussa Alavan, Suokadun sekä Männistön palvelutaloissa. Pyörön harjoittelu ei alkanut COVID-19 epidemian vuoksi. Pääsin näkemään, millaista hoitajan työ käytännössä on. Hoitajat hoitavat kaikki tärkeät hoidolliset asiat todella hyvin, mutta aikaa ei riitä mihinkään enempään. Kotikäynnin aikana ehtii jutella sen aikaa, kun tehdään hoidollisia toimia, mutta minusta sitä ei voida sanoa riittäväksi asukkaan sosiaaliseksi kanssakäymiseksi.

Henkilöstöön ja organisointiin liittyvät tekijät vaikuttavat siihen, miten voidaan tuottaa palveluita asukkaille. Miten hoitajien osaamista voidaan käyttää hyväksi erilaisissa toiminnoissa? Työvuorosuunnittelussa olisi hyvä huomioida jokaisen asukkaan avun

tarpeet. Moni asukas tarvitsee avustamista päivittäisissä toiminnoissa ja ulkoileminen on suurelle osalle lähes mahdotonta. Ikäihmisten oikeus päästä ulos on tärkeä tunnustaa sekä tunnustaa. (Kulmala 2019, 124.) Ikäihmisten terveyttä voi edistää viemällä hänet ulos tai vaikka parvekkeelle istumaan. Ulkoilu olisi hyvä linkittää jokaisen vanhuksen viikko-ohjelmaan. Monesti käy kuitenkin niin, että ulkoilu on vaikea toteuttaa, joten siitä luovutaan helposti. Palvelutaloissa käy kaupungin palkkaama henkilö ulkoiluapuna. Hänellä on kuitenkin vain rajallisesti aikaa, jolloin ulkoilu ei ole mahdollista kaikille halukkaille. Yhteiseen ulkoiluhetkeen, jollaista järjestettiin Männistön palvelutalolla, eivät kaikki pääse mukaan, koska heitä ei välttämättä kukaan ehdi avustaa lähtöpaikalle. Palvelutalon asukkaille pitäisi sallia riittävä autonomia ja mahdollisuudet toteuttaa haluttuja toimintoja turvallisissa olosuhteissa. Se kuitenkin edellyttää palvelutalon rakenteilta väljyyttä ja uudenlaista tapaa toimia (Ruuskanen-Parrukoski 2018, 123).

Asukkailla olisi toiveita päästä toimintoihin mukaan, mutta auttaja puuttuu. Jos hoitajat eivät auta vanhusta osallistumaan, jää osallistuminen yhteiseen toimintaan kokonaan. Harvalla on lähiomaisia, jotka pääsevät paikalle esimerkiksi keskellä päivää viemään omaistaan kerhoihin. Kotihoidon henkilökunta viestitti minulle, että omaisia on rohkaistu ja neuvottu auttamaan mahdollisimman paljon esimerkiksi juuri näihin kerhoihin menemisissä.

Jyväskylässä toimii projekti nimeltä Eloa Elokotiin. Sosiaali- ja terveystieteiden avustuskeskus (STEA) on myöntänyt Eloa Elokotiin – projektille avustuksen ja toimintaa hallinnoi Jyväskylän Hoivapalveluyhdistys ry. Toiminnan tarkoitus on kehittää terveyttä, hyvinvointia ja toimintakykyä mahdollistavaa sekä syrjäytymistä ennaltaehkäisevää yksilö- ja ryhmämuotoista toimintaa Lutakon ja Elokodin ikääntyneille. Alueen ikääntyneille luodaan toiminnan avulla yhteinen matalan kynnyksen olohuone Lutakon lähipalvelutalon tiloihin, jossa voi tavata muita alueen ikääntyneitä yhteisen toiminnan merkeissä. Ylisukupolvisuuden periaatteella toteutetaan ryhmätoimintaa yhteistyössä Sateenkaaren päiväkodin kanssa. (Jyväskylän hoivapalvelut 2020.) Tällainen projekti on hyvä esimerkki siitä, että hyvin organisoidulla toiminnalla ja yhteistyöllä eri tahojen kanssa voidaan saada hyviä tuloksia aikaiseksi.

4.2.2 Yhteisö ja yhteisöllisyys palvelutaloissa

Yhteenkuuluvuuden tunne yhteisössä on tärkeää ikäihmisille, se vahvistaa yksilön suotuisaa käyttäytymistä, sekä herättää myönteisiä tunteita. Virikkeellisen toiminnan avulla voidaan parantaa ikäihmisten elämänlaatua ja toimintakykyä. Päivätoiminoilla on iso merkitys iäkkään sosiaaliseen hyvinvointiin.

Keskustelimme esimiesten kanssa siitä, mikä on palvelutalo. Miksi näitä neljää paikkaa Kuopiossa kutsutaan palvelutaloiksi? Hoitajat kokevat asian niin, ettei asuminen niissä eroa juuri mitenkään siitä, jos ikäihminen asuu omassa kerrostalokodissaan. Kotihoito tuottaa taloissa palveluita asukkaille aivan, kuten kotihoito toimii kentälläkin. Palvelutaloissa asumisen erona on, että talosta löytyy yhteinen ruokala ja ulkopuolisten toimijoiden kerhotoimintaa järjestetään palvelutalojen tiloissa. Taloihin hakeutuville ikäihmisille ja heidän omaisilleen saattaa muodostua erilainen kuva palvelutalosta. He saattavat kokea, että palvelutalossa asuminen sisältää paljon erilaista toimintaa. Palvelutalo saatetaan nähdä uusina mahdollisuuksina avaavana resurssina, jonka avulla arki on fyysisesti sujuvampaa ja sosiaalisesti turvatumppaa (Ruuskanen-Parrukoski 2018, 103). Yhdessä toimimisen ensisijaisena tarkoituksena on lujittaa eri toimijapositioniin liittyvää yksilöllistä toimijuutta ja tarvittaessa poistaa osallistumisen esteitä palvelutalon sosiaalisissa toimintakäytänteissä (Mt., 7). On tärkeää, että saa olla osallisena ja tulla nähdyksi omine tarpeineen.

Ikääntynyt palvelutalon asukas on tavoitteellinen, valintoja tekevä ihminen, joka on monin tavoin sidoksissa muihin ihmisiin ja resursseina tai rajoitteina toimiviin rakenteisiin (Ruuskanen-Parrukoski 2018, 50). Osallistuminen yhteisiin tilaisuuksiin tuo yhteisyyden tunnetta ja turvallisuutta. Päivittäiset kerroskahvit ovat tärkeitä, vaikka itse kahvia ei joisikaan, joulukirkkoon halutaan osallistua, vaikka itse uskonnolla ei olisi merkitystä. Kaikki yhteiset kokemukset osallistumisista voivat olla merkittäviä. (Ruuskanen-Parrukoski 2018, 157.)

Vaikka asukkailla on kodeissaan keittiöt, on ravintolapalvelu tärkeä erityisesti yksin asuville asukkaille. Lounashetki yhteisessä ravintolasalissa tuo mahdollisuuksia tavata muita ja vaihtaa ajatuksia. (Ruuskanen-Parrukoski 2018, 176.) Harjoitteluni aikana kävi ilmi, että ruokailuhetket yhteisessä ruokalassa ovatkin useille ainoat sosiaaliset hetket päivässä. Asukas, joka ei kykene enää yhteiseen ruokailuun, jää hän paitsi tästäkin sosiaalisesta tilanteesta.

4.2.3 Palvelutalo elinympäristönä ja rakenteelliset ominaisuudet

Nykyaikaisten palvelutalojen rakentaminen on alkanut Suomessa 1980-luvulla. Niiden avulla pyrittiin ratkaisemaan ikäihmisten kodeissaan kohtaamat selviytymisongelmat. (Pekkarinen 2019, 67.) Ikäihmisille on tarjolla useita erilaisia asumismuotoja iän ja kunnan mukaisesti. Palvelutalo on hyvä valinta ikäihmisille silloin, jos haluaa palvelut ja kodin saman katon alta. Palvelutaloissa on hoitohenkilökuntaa aina paikalla, joten apu on aina lähellä ja turvallisuuden tunne lisääntyy. (Saga Care Finland Oy 2020.)

Palvelutalon rakenteilla ja toimintakäytännöillä on merkitystä sille, miten ikääntynyt voi arjessaan toimia sosiaalisissa suhteissa ja uusintaa niihin liittyviä toimintakäytäntöjä (Ruuskanen-Parrukoski 2018, 16). Mikäli tilat suosivat arjen toimintojen toteutumisessa, kuten yhteiset ruokailut ruokalassa, tarjoavat ne myös mahdollisuutta rytmitää päivää. On myös tiloja, joissa voidaan yhdessä harrastaa ja viettää juhlia. Keskeistä yhteisen toiminnan muotona on se, että voi vain olla seurassa ja jutella ruokapöydässä, terassilla, saunassa, aulassa ja niin edelleen. Satunnaiset tapaamiset muodostuvat ilman sen suurempaa organisoitumista, mutta yhteiseen toimintaan tarvitaan usein myös tekijää, koolle kutsujaa ja hakijaa, jos joku ei ole paikalla. (Mt., 171). Palvelutalon rakenteilla ja toimintakäytännöillä on merkitystä, sille miten ikääntynyt voi arjessaan toimia sosiaalisissa suhteissa (Mt, 15).

4.2.4 Vuorovaikutus ja sosiaalisuus

Sosiaalinen toimintakyky muuttuu ihmisen vanhetessa ja verkoston supistuessa. Työyhteisön puuttuminen ja sukulaisten ja ystävien näkeminen vähenevät. Ikääntymisen mukanaan tuomat sairaudet ja avun tarve voivat johtaa kyvyttömyyteen, sekä haluttomuuteen olla sosiaalisessa vuorovaikutuksessa muiden ihmisten kanssa (Finne-Soveri, Björkgren, Vähäkangas & Noro 2006, 136). Palvelutalossa päivittäiset sosiaalisen kanssakäymisen toiminnot liittyvät arjen toimintaan, ruokailuihin, saunomisiin, puutarhassa oleskeluun, yhteisten tapahtumien järjestämisiin tai niihin osallistumisiin. Merkityksellisinä pidettiin kasvokkaisia kohtaamisia käytävillä tai hississä, keskusteluja eri tilanteissa, seurustelua ja yhdessä harrastamista. Sosiaalinen kanssakäyminen muiden ihmisten kanssa synnyttää toimintaa, mutta myös itse toiminta synnyttää ja ylläpitää sosiaalista kanssakäymistä. (Niemistö 2010, 44.)

Palvelutalossa elettäessä sosiaaliset rakenteet nähdään resurssina, jonka toiminnan rytmit saattavat muotoilla arkea, mutta myös vahvistavat kykyä sosiaaliseen vuorovaikutukseen (Ruuskanen-Parrukoski 2018, 173). Osallisuus on jokaiselle yksilöllinen kokemus. Jokaisen tulisi tuntea, että saa osallistua ja olla osallisena. Ikääntyneelle itselleen merkitykselliset asiat ja tilanteet ovat tärkeitä. Vuorovaikutuksessa ei ole kyse vain viihdyttämisestä vaan aidot kohtaamiset ja läsnäolo ovat kaiken perusta. Sosiaalinen toimintakyky rakentaa ihmisen osallisuutta ja yhteisöllisyyttä, ja se onnistuu, jos on tilanteita ja niihin sopivia vuorovaikutustaitoja muiden ihmisten kanssa (Räsänen 2018, 32). Joskus ainut asia, mitä vanhus tarvitsisi olisi aito läsnäolo, puhuminen ja kuuntelu. Jokainen tarvitsee ympärilleen ihmisiä, joille voi puhua ja jakaa huoliaan. Aito läsnäolo auttaa myös ehkäisemään yksinäisyyden tunnetta ja turvattomuutta.

Kotihoidon ihmiset viestittävät usein, että moni vanhus haluaisi vain jutella sen sijaan, että hoitaja tekee erilaisia toimenpiteitä (Räsänen 2018, 33). Voisiko tätä asiaa parantaa siten, että toimenpiteitä tehdessä hoitaja pystyisi myös kuuntelemaan ja juttelemaan aidosti sen hetken, kun viettää vanhuksen luona?

Sosiokulttuurisen innostamisen periaatteiden mukaan ikäihmisille ei tulisi järjestää vain jotakin työntekijöiden antamaa virikkeellistä tekemistä. Toimintaa mietitään yhdessä ikäihmisen sekä mahdollisesti myös lähipiirin kanssa (Riekkinen-Tuovinen 2018 53). Kuopion kaupungin omavalvontasuunnitelmaan on kirjattu, että hoidon lähtökohtana ovat ikääntyneen yksilölliset tarpeet ja olemassa olevat voimavarat. Jotta ikäihmisellä säilyy itsemääräämisoikeus, on hän oikeutettu osallistumaan asioiden suunnitteluun ja toteuttamiseen. Kaikki asukkaan toiveet on kirjattu hoito- ja palvelusuunnitelmaan. (Kuopion kaupunki 2019f.)

5 TYÖN VAIHEET

Aloitin miettimään opinnäytetyöni aihetta jo keväällä 2019. Kesällä 2019, ollessani harjoittelussa ikäihmisten parissa, minulle vahvistui halu perehtyä asiaan lisää. Hyväksytin aiheeni koulussa syksyllä 2019, minkä jälkeen hain tutkimusluvan kaupungilta. Tutkimusluvan hakeminen tapahtui Kuopion kaupungin vanhuspalvelujen tukipalveluista. Luvan myönsi kuntoutusjohtaja Mikko Korhonen 19.11.2019 (Liite 2.) Seuraavaksi otin yhteyttä kaikkien neljän palvelutalon esimieheen, joiden kanssa sovittiin

harjoittelusta palvelutaloissa. Harjoitteluni aikana tein samalla aineiston keruuta tähän opinnäytetyöhöni.

Opinnäytetyössä olen käyttänyt tiedonkeruumenetelminä haastatteluja, kyselyitä sekä havainnointia. Menetelmien valintaan vaikutti se, että halusin saada selville niin asukkaiden kuin esimiestenkin näkökantoja tutkittavaan asiaan. Näillä menetelmillä sain tarvittavat tiedot haasteista ja ongelmakohtista, joita lähdin kehittämään.

5.1 Kyselyt palvelutalon asukkaille

Kun tehdään kyselyitä ikäihmisille, suurimpana haasteena on saada luotettavia vastauksia. Kuinka kysymykset esitetään niin, että siihen vastaava ihminen ymmärtää kysymykset oikein. Pyysin hoitajilta nimiä asukkaista, joille kannattaisi kyselyitä tehdä. Heillä oli tuntemus asukkaisiin ja siihen kuka kyselyyn pystyisi vastaamaan. Olin itsenkin seurailut ja tutustunut talon asukkaisiin ennen kuin aloitin kyselyjen tekoa.

Lomakekyselyt olivat kvalitatiivista eli laadullista tutkimusta sekä myös kvantitatiivista tutkimusta. Toteutin kyselyt ollessani harjoittelussa kolmessa palvelutalossa. Pyörön osalta kyselyn toteuttivat hoitajat. Kerroin asukkaille miksi ja mihin tarkoitukseen teen kyselyä. Kaikki vastaukset tein nimettöminä ja olin aina kahdestaan asukkaan kanssa kyselyä tehdessä. Pyrin toimimaan kyselyä tehdessäni eettisesti oikein ottamalla huomioon, että asukkaalla oli aikaa rauhassa vastata. Kerroin vastaajalle, ettei häntä voida kyselystä tunnistaa. Lomakkeilla kysyin asukkailta asioita koskien palvelutalossa asumista. Millaisia kokemuksia heillä on yhteisistä tekemisistä ja mitä ne antavat asukkaille. Lomakkeissa kysyin myös, kuinka tärkeänä he pitävät yhteisiä toimintoja (Liite 3).

Kyselyihin vastasi kodinhoidon asiakkaina olevia mies- ja naisasukkaita. Yhteensä toteutin 32 kyselyä. Pyrin saamaan vastauksia ikäihmisiltä, joilla ei ollut kovin vaikeata muistisairautta. Tämän työn resursseihin nähden otanta oli riittävä antamaan hyvän kokonaiskuvan tutkittavasta aiheesta. Lomakkeet olivat kaikille osallistujille samanlaiset, mikä lisäsi tutkimustulosten luotettavuutta. Lomakkeissa oli vastausvaihtoehtoina kyllä, ei tai en osaa sanoa. Kyselyn lopussa oli myös vapaata sanaa sille, mitä he itse kokisivat tarpeen kehittää yhteisöllisissä toiminnoissa. Vastaajat halusivat kertoa paljon enemmänkin, kuin mitä lomakkeissa oli kysytty. Siksi kirjasin ylös myös muita asioita, joita vastaajat nostivat eri aiheista esille. Täytetyt lomakkeet olivat nimettömiä,

niitä on säilytetty vain minun saatavilla koko työprosessin ajan ja ne hävitetään asianmukaisesti opinnäytetyön valmistuttua.

5.2 Havainnointi palvelutaloissa

Valitsin havainnoinnin menetelmäksi, koska se auttoi minua pääsemään lähelle ai-
hetta. Pystyin lähtemään ns. puhtaalta pöydältä, kun olin palvelutalon toiminnoille
täysin ulkopuolinen ihminen. Pääsin konkreettisesti taloihin mukaan toimintaan ja
näin ollen tekemään arvokasta havainnointia. Asiat ja tilanteet nähneenä oli helpompi
päästä syvemmälle aiheeseen. Oli myös tärkeitä saada työhön omia näkemyksiäni ai-
heesta ja se onnistui parhaiten havainnoinnin avulla. Tein havainnointia kolmessa
näistä taloista tammi-maaliskuun 2019 aikana. COVID-19 epidemian takia harjoitte-
luni keskeytyi maaliskuussa 2020 ja en ehtinyt olla Petosen palvelutalossa fyysisesti
paikalla. Onneksi olin jo aiemmin tehnyt harjoitteluani siellä, joten minulla oli jo taust-
tietoja olemassa.

Osallistuin palvelutalojen toimintaan, mikä antoi minulle mahdollisuuden tehdä ha-
vainnointia. Havainnointiympäristönä oli koko talo, asukkaiden kodit, ruokala ja ker-
hotilat. Pyrin keskustelemaan asukkaiden kanssa aina, kun sopiva tilaisuus tuli. Joskus
keskusteltiin isommassa ryhmässä ja toisinaan kahden jonkun asukkaan kanssa. Sy-
väällisempiä keskusteluja syntyi paljon asukkaiden kodeissa, jolloin asukkaat kertoivat
hyvinkin paljon menneestä elämästään. Koin, että nuo kahdenkeskiset hetket olivat
todella arvokkaita ja asukkaille tuli varmasti tunne, että minulla oli aikaa kuunnella
heitä. Todella usein käyntini jälkeen asukkaat kiittelivät käynnistä ja sanoivat, että olen
aina tervetullut takaisin.

5.3 Teemahaastattelut kotihoidon esimiehille

Teemahaastattelussa haastattelun aihepiiri sekä teema-alueet on aina etukäteen mää-
rätty. Kun halutaan tietää mitä joku ajattelee jostakin asiasta, kaikkein yksinkertaisinta
ja tehokkainta on tietenkin kysyä sitä häneltä. (Aaltola & Valli, 2001, 24.) On hyvin
tärkeää, että haastattelussa tulee käytyä kaikki suunnitellut teemat läpi, mutta va-
paammin kuin miten ne strukturoidussa haastattelussa toteutetaan.

Toteutin teemahaastattelut kaikille neljälle palvelutalon kotihoidonesimiehelle. Nau-
hoitin haastattelut, jotka sitten litteroin tekstiksi. Yhdelle esimiehelle kysely tehtiin
sähköpostin välityksellä, koska COVID-19 epidemia sotki aikataulut ja tapaaminen oli

vaikea järjestää. Kotihoito on yksi vanhustenhuollon merkittävä osa ja siksi on esimiestyön toimivuus tärkeää. Haastateltavat esimiehet kuvaavat haastatteluissa kotihoidon haasteellista kenttää ja toimimista henkilökunnan kanssa. Työssä tarvitaan vahvoja ohjaus- ja kehittämisvalmiuksia. Siksi on erittäin tärkeää, että esimiehille on tarjolla koulutusta, jonka avulla saadaan kotihoidon palvelut toimimaan mahdollisimman tehokkaasti ja hyvin.

Työmäärän ja työntekijöiden määrän lisääntymisen vuoksi esimiestyö kotihoidossa ei pysy ajan vaatimusten perässä. Kehittäminen jää usein rutiinityön alle (Lehtilä 2016, 4). Pelkästään tahtotila ei riitä siihen, että lupaukset yhteisöllisyydestä ja aktiivisesta arjesta toteutuvat. Siihen tarvitaan oikeanlaista resursointia ja hoitajille mahdollisuuksia toimintojen toteuttamiseen. Uudenlainen työote kotihoitoon tulisi ottaa tarkasteluun, jos näitä asioita halutaan oikeasti parantaa.

Teemahaastattelu antoi myös vastaajille mahdollisuuden sanoa omia mielipiteitä ja tuoda ääntä kuuluviin. Haastattelu voi kuitenkin antaa eri kuvan asioista haastattelijalle, kuin miten asiat oikeasti ovat. Siksi aineistonkeruun menetelmiä on hyvä olla useita, jotta tulokset olisivat luotettavia. Haastattelun tuloksista ei pysty päättämään, kuka esimies on kyseessä, joten vastaukset pysyvät anonyymeinä. Näillä haastatteluilla sain käsityksen nimenomaan esimiestason ajatuksista yhteisöllisyyden ja sosiaalisuuden toteutumisesta palvelutaloissa.

6 TULOKSET

Tutkimuksessa käytettiin haastatteluita, kyselyitä ja havainnointia aineistonkeruumenetelminä. Aineiston avulla pystyin vertailemaan erilaisuuksia ja yhtäläisyyksiä, joita palvelutalon yhteisöllisyyden ja osallisuuden toteutumisesta löytyy. Tämän työn avulla voidaan herättää keskustelua palvelutalojen sosiokulttuurisesta tilanteesta. Tuloksia ja kehitysideoita voi jatkossa hyödyntää monenlaisissa ikäihmisten asumisympäristöissä.

6.1 Kyselyjen tulokset

Asukkaat vastasivat kyselyihin hyvin mielellään. Vastaukset olivat melko samanlaisia jokaisessa yksikössä ja tulokset on esitetty palvelutalo kohtaisesti sekä kokonaisuutena, jolloin tulokset ovat kaikista neljästä palvelutalosta. Eniten samoja vastauksia

tuli kysymykseen, onko muiden ihmisten näkeminen tärkeää. Toiset nauttivat omasta ajasta eivätkä kaipaa muiden seuraa niin paljon kuin toiset. Suuri osa vastanneista kaipaa kuitenkin yhteistä tekemistä ja muiden kanssa yhdessä olemista.

Vastaajien mukaan yhteisöllisyys ja sosiaalisuus koettiin erittäin tärkeänä arjen voimavarana. Yhteiset hetket muiden asukkaiden kanssa vahvistavat yhteenkuuluvuuden tunnetta. Se, että joku on aidosti läsnä ja kuuntelee, on arvokas lisä asukkaiden elämään. Vastauksista voidaan todeta, että yhteiset toiminnot palvelutaloissa ovat tärkeä osa asukkaiden arkea.

Vuonna 2012 olivat Kehälinna Suvi ja Matilainen Sini tehneet vastaavanlaisen opinäytetyön aiheesta. Työssä oli tutkittu vain yhtä palvelutaloa ja otanta oli ollut suppeampi. Tulokset olivat kuitenkin hyvin samankaltaisia yhteisöllisyyden osalta. Siinä todettiin, että asukkaat kaipaisivat yhdessä olemista ja keskustelua arkeensa. (Kehälinna & Matilainen 2012.)

Taulukossa 1 on esitetty, minkälaisia eroja vastauksissa tuli eri palvelutaloissa. Taulukkoon on merkitty vastaajien määrä. Tuloksista ei kuitenkaan voida erottaa kuka vastaaja on kyseessä, joten eettisyys ja anonymisyys säilyvät. Suurimmat eroavaisuudet käyvät esille Pyörön osalta, että vain 20% pääsee ulkoilemaan riittävästi. Alavan kohdalla silmiin pistävää on, ettei uusia ystäviä tai tuttavuuksia ole asukkaille juuri löytynyt.

Taulukko 1

Palvelutalot	Asuntojen määrä	Kodin hoidon asiakaina	Vastaajien määrä	Ei ole riittävästi toimintaa	Kävisikö mielellään toiminoissa	Pääsee ulos riittävästi	On löytynyt uusia ystäviä
Alava	50	40-50	8	5 (63%)	6 (75%)	4 (80%)	3 (38%)
Pyörö	50	25-30	5	5 (100%)	5 (100%)	1 (20%)	3 (60%)
Männistö	166	90	10	8 (80%)	7 (70%)	8 (80%)	7 (70%)
Suokatu	58	40	9	5 (56%)	5 (56%)	6 (67%)	5 (56%)

Ikääntyneet arvostavat heidän sosiaaliselle toiminnalleen asetettujen tavoitteiden kunnioittamista, kun palvelutalossa luodaan tälle rakenteellisia mahdollisuuksia. 53 % kaikista vastaajista vastasi, ettei taloissa ole riittävästi järjestettyä toimintaa. Moni vastasi, että kaipaasi ihan vain yhdessä olemista. Se, että joku kutsuisi ihmiset yhteen koettiin tärkeäksi. Mielekkäitä yhteisiä tekemisiä olisivat lauluhetket, keskustelut, jumalanpalvelukset, tanssit ja ulkoilu. 69 % kaikista kyselyyn vastanneista totesi, että kävisi yhteisissä toiminnoissa, mikäli niitä järjestettäisiin. Toisten ihmisten näkeminen oli vastaajien mielestä erittäin tärkeää (72 %). Monellakaan ei ole ystäviä, tuttavita tai lapsia, joita näkisi säännöllisesti. Siksi palvelutalon arjessa koetut ihmiskontaktit koettiin tärkeiksi.

Kaikista vastaajista haasteita päästä liikkumaan ulos asunnosta oli 41 %:lla. Moni sanoi, ettei pääse riittävästi ulkoilemaan tai ulos asunnostaan. Varsinkin talviaikana ulkoiluun ei ole mahdollisuutta. Jos ihminen kulkee pyörätuolilla tai rollaattorin avulla, on jo sisällä liikkuminen haasteellista.

Uusien ihmissuhteiden muodostuminen koettiin haasteellisena. Yhteisiä hetkiä, joissa tapaa muita on oikeastaan vain ruokailu. Vastaajista 41 % sanoi, ettei uusia ystäviä ole löytynyt palvelutalosta. Moni asukas kertoi, että ei ole löytynyt sopivia ja luontevia hetkiä alkaa jutella uusille ihmisille. Avoimista vastauksista kävi ilmi, että palvelutalo koetaan hyvin turvallisena paikkana asua ja ruokailuun ollaan hyvin tyytyväisiä. Myös hoitajista annettiin hyvää palautetta. Asukkaat ovat kuitenkin tottuneet siihen, että hoitajilla on kiire paikasta toiseen, joten monikaan ei halua olla enempää vaivaksi.

6.2 Esimiesten haastattelujen tulokset

Kyselyissä käsiteltiin aiheina työn kuormittavuutta, haasteita, motivointia, kehittämistä sekä ideoimista yhteistyössä henkilöstön kanssa. Yksi tärkeä keskustelun aihe oli yhteisöllisyys, sosiaalisuus ja virikkeellisyys palvelutaloissa.

Yhteisöllisyyden tärkeydestä sanottiin seuraavaa:

”Asukkaat kaippaa nimenomaan kokoontumista ja yhdessä oloa.”

”Ite pien sitä kyllä tärkeänä.”

”Kyllähän se tuo asukkaille niinku virikkeitä, kun siellä on jotain muuta kun se meidän kotihoito.”

”Minusta sosiaalinen kanssakäyminen on toimintakyvylle tosi isossa

roolissa.”

Henkilökunnan resurssit ovat rajalliset ja se tuokin haasteita toimintojen järjestämiseen. Myös jokaisella hoitajalla on omat tahtotilansa, miten kokee yhteisöllisyyden tärkeyden. Esimiehet kuvaavat resurssien hallinnan haasteita mm. näin:

”Millä tavalla saadaan luotua resurssit siihen, että se ei kaikki mene tähän perushoitoon.”

”On todettu, että resurssit on pienet siihen, että voitaisiin koota porukkaa ja saada sinne järjestettyä jotain.”

”Hoitajilla on ehkä omat rajat, että osaanko minä ja pitääkö minun nyt laulaa ja tanssia.”

Kaikki hoitajat eivät ole halukkaita järjestämään ohjelmaa, joten kuinka löytää ne henkilöt, joille toimintojen järjestäminen olisikin mielekästä ja toisi työhön uudenlaista sisältöä. Jos yksittäisten työntekijöiden tai organisaation ajatus vanhusten tarpeista on, että heille riittää perushoito niin eivät he osaa muuta vaatiakaan, näin toteaa Riekinen-Tuovinen tutkimuksessaan ja saman havainnon minäkin olen tutkiessani aihetta saanut. Tätä aihetta Kuopion palvelutalojen esimiehet kuvaavat seuraavin lausein:

”Mitä muutakin voisi tulla talon ulkopuolelta, mahdollisuudet on rajattomat.”

”Opittaisiin löytämään rohkeutta ja käyttämään vaikka vähäisiäkin taitoja.”

”Työntekijöiden tulisi itse olla aktiivisia.”

”Jos ei osaa antaa virikkeitä siinä samalla kun tekee hoitohommia.”

”tai, että on muuta kuin se hoitotapahtuma”

Työntekijöiden oma motivaatio ja halu tehdä asioita ovat myös isossa roolissa, jos halutaan saada toimintaan muutosta. Väitöskirjassaan Riekinen-Tuovinen on kirjoittanut, että sosiokulttuurinen innostaminen perustuu henkilön, persoonan omaan osallistumiseen.

”Täällä on aina ollut et henkilökunta mieltii hyvin, ketkä tuodaan mukaan.”

”Ei tarvi olla välttämättä semmonen, minne kerätään kaikki.”

Hankkeiden kautta uutta virtaa ja ideoita työhön, mutta onko niistä hyötyä? Esimiesten haastatteluissa kävimme läpi erilaisten hankkeiden merkitystä ja vaikutuksia.

”Pitäs saada elämään ne täällä arjessa.”

”Voidaan kokea ristiriitaisena.”

”Onko tämä yhdessä tekeminen tärkeää.”

Jos henkilökuntaa koulutetaan, niin heille täytyisi myös mahdollistaa aika toteuttamiseen. Henkilökunta haluaisi, että kaikki työ mitä he tekevät merkitään, jotta se näkyy tehtynä työnä. Joskus henkilökunta saattaa kokea koulutukset ja hankkeet raskaina koska heille ei järjestetä siihen hyvin aikaa ja koulutuksen tuomat opit eivät pääse käyttöön liian kiireen takia. Esimiesten näkemys asialle on:

”Virikevastaavatkin on, joten kyllähän se jotain tarkoittaa.”

*”Sopii minun kanssa, se pystytään järjestämään, työvuorolistat, uskoi-
sin näin.”*

”Olen pyrkinyt järjestämään työntekijöille aikaa siihen.”

*”Omahoitajuus otettu pois, silloin työntekijät eivät tiedä mitä kukakin
tykkää harrastaa.”*

Esimiehillä on paljon vastuuta saada toiminta pyörimään. Hoitotyön tulee sujua hyvin, mutta tärkeää olisi kehittää muitakin palveluita. Esimiehet kuvaavat työn muuttuvaa tilannetta näin:

”Pitäis olla suunnitelmallista, että pystyis työvuoroissa huomioimaan,”

”Saatais yhteinäistä linjaa.”

”Molempien motivaatiota tarvitaan siihen.”

”Listat on niin täynnä, että ei jää aikaa siihen muuhun.”

6.3 Kehityspalaveri esimiesten kanssa

Harjoitteluni ja opinnäytetyöni aineistonkeruun päätyttyä, pidimme yhdessä kahden palvelutalon esimiehen sekä kotihoidon palveluesimiehen kanssa kehityspalaverin. Halusin tuoda esimiehille esiin kaikki oleelliset asiat, joita olin tutkimusta tehdessäni

havainnut. Myös esimiesten haastattelujen tulokset ja asukkaiden kyselytulokset käytiin yhdessä läpi. Kehityspalaverin tärkein tavoite oli tuoda kaikille tulokset esille samaan aikaan ja herättää yhdessä keskustelua aiheesta.

Keskustelua herätti kysymys, mikä on riittävästi järjestettyä toimintaa. Koska jokainen on yksilö ja kokee asiat eri tavalla, voi olla, että jollekin asukkaalle riittää kerran kuussa jokin yhteinen tapahtuma, kun taas joku olisi vailla jokapäiväistä toimintaa. Muistisairaus on myös yksi haaste kysyttäessä toiminnan riittävyttä, koska vastaaja ei välttämättä muista, onko toimintaa ollut minkä verran. Itse kuitenkin ajattelen, että vanhustyön ammattilaiset tietävät, miten paljon toimintaa on riittävästi. Kyllä varmasti jokainen voi olla samaa mieltä siitä, että kerran kuussa lauluhetki ei ole riittävästä yhteisöllisyyden ja sosiaalisuuden edistämisen kannalta. Kuten aiemmin jo totesin, säännöllisyys toiminnoissa olisi erittäin tärkeää ikäihmisille.

Hänninen Elina 2014 toteaa pro-gradu tutkielmassaan, että onnistuneen kehityspalaverin avulla voidaan parantaa ja kehittää työyksikön toimintaa (Hänninen 2014). Kehityspalaverit ovat erinomainen työkalu kehittämiseen. Kaikki saavat palautteen ja keskustelun avulla voidaan auttaa koko organisaatiota kehittymään. (Mt.) Palveluesimies toi esille, että lähiesimiehillä on työssään paljon erilaisia osa-alueita, joita täytyy tehdä ja organisoida. Kaikki lisäkehittäminen ja uudistaminen tulisi organisoida uudella tavalla. Kävi myös ilmi, että näistä samoista asioista, joita nyt nousi työssäni esille, oli jo keskusteltu lähiesimiesten kanssa. Asioiden toteuttaminen käytännössä olisi kehittämisen kohde.

7 JOHTOPÄÄTÖKSET

Väestön vanhetessa tulee ottaa entistä enemmän huomioon palvelun laatu ja mahdollisuudet hyvään elämään. Meidän tulee tulevaisuudessa valmistautua monimuotoiseen vanhustyöhön, jossa ammattilaisten lisäksi toimijoina ovat vapaaehtoistyöntekijät sekä omaiset. Olisikin osattava tehdä yhteis- ja yhteistyötä. (Noppari & Koistinen 2005, 17). Valitettavasti nyt näyttää siltä, että vain hyvässä asemassa olevat, joilla on varaa maksaa palveluista saavat elämäänsä lisää sisältöä. Kotihoito keskittyy asukkaiden hoitoon, jolloin aikaa ei muuhun toimintaan jää. Onko tämä oikea suunta? Hoitohenkilökunta on kuitenkin se, joka ymmärtää ja tuntee asukkaat parhaiten ja heillä

olisi tietämystä mitä kukakin tarvitsee. Ikävältä kuulostaa, ettei resurssien takia voida kaikille mahdollistaa edes ulkoilua tai vaikkapa saunassa käyntiä.

Vanhusta tulisi hoitaa kokonaisvaltaisesti niin, että vanhukset ovat olemassa yksilöinä, eivät vain hoidon kohteina. Yhteisöllinen näkökulma vanhusten hoitotyöhön on eheyttävää ja tervehdyttävää hoitotyötä. (Noppiari & Koistinen 2005, 149.) Vanhukset osavat itse sanoa millaisia palveluita he olisivat vailla, jos heiltä vaan kysyttäisiin sitä. Lakisääteinen oikeus itsemääräämiseen tulisi ottaa huomioon palvelun suunnittelussa.

Yhteisöllisen työotteen soveltaminen vanhusten palvelutalossa olisi erinomainen gerontologisen sosiaalityön tehtävä. Tämä turvaisi sosiaalisen vanhuuden huomioimisen sairauskeskeisen hoivan ohessa. (Okulov 2008, 150.) Jokainen vanhus on yksilö ja jokaisen omat tarpeet tulee ottaa huomioon. Olisi hienoa voida ottaa huomioon näitä tarpeita ja saada yksilöllisesti tarjottua palveluita, jotka tuottavat vanhukselle virkeyttä ja elämään mielekkyyttä.

Tulevaisuudessa myös älylaitteiden kehitysten ansiosta iäkkäät tulevat elämään vaivatonta elämää. Laitteiden avulla monella on mahdollisuus ylläpitää hyvää toimintakykyä ja mahdollisuus vahvistaa ihmissuhteitaan. Tutkimusjulkaisussa 2017 Lehto Paula ja Rantanen Teemu toteavat, että tulevaisuudessa robotit ja digitalisaatio kehittyvät vastaamaan vanhusten tarpeita niin kotona asuessa, kuin kotihoidossakin. Julkaisussa Kohden vuotta 2020 –näkökulmia digitalisaation vaikutuksista ikääntyvien arkeen on kerrottu, että ihmiset asuvat yhä enemmän yksin, vaikka myös yhteisöllinen senioriasuminenkin yleistyy. Nyt on jo olemassa robotteja, joiden kanssa voi keskustella ja ne myös muistavat heille puhutut asiat. (Röyskö 2016, 28.)

Hoitohenkilökunta työskentelee nykyisin valtavan paineen alla ja monet rutinoituneet tavat ovat jääneet osaksi hoitotyötä. Tämä saattaa aiheuttaa, ettei muutostarpeita ja kehittämisen kohteita huomaa. Se, miten aikaa jäisi muuhunkin kuin sairaanhoidollisen puolen toteutumiseen, onkin iso asia pohdittavaksi. Monesti hoitajilla olisi tahtoa ja sydäntä hoitaa asiakkaita kokonaisvaltaisemmin, mutta aika ei siihen riitä.

Opinnäytetyöni antoi selvän kuvan siitä, että yhteisöllisyys koetaan tärkeäksi osaksi arkea. Toiminnallisuus ja osallisuuden tunne antoi asukkaille paljon hyviä kokemuksia ja lisäsivät hyvän olon tunnetta. Se, että talossa oli joku, joka kuuntelee, juttelee ja pitää heille seuraa, koettiin erittäin tärkeäksi. Säännöllinen toiminta olisi tärkeää, sillä

sosiaaliset tilanteet auttavat jaksamaan ja edistävät myös mielialan pysymistä parempana.

Työtä paremman vanhustyön eteen tehdään koko ajan enemmän. On tiedostettu, että hyvään ja aktiiviseen elämään vanhuksilla kuuluu monia osa-alueita, joiden toteutumiseen tarvitaan monien eri alojen yhteistyötä. Yhteisöpedagogeilla olisi annettavaa vanhustyössä järjestäessä päivätoimintoja ja yhteistä tekemistä. Yhteisöllisyyden vahvistaminen on yhteisöpedagogeille ominta osaamista. Innostaminen ja osallistaminen ovat tärkeää osaamista, jota yhteisöpedagogit voisivat vanhustyöhön tuoda. Toiminnallisten menetelmien avulla vanhuksesta tulisi aktiivisempi ja tyytyväisempi ihminen. Yhteisöllinen tekeminen on tärkeässä osassa, kun pyritään vahvistamaan ryhmähenkeä ja yhteen kuulumisen tunnetta. Hyvä ja omannäköinen elämä omassa, turvallisuudessa lähiympäristössä on jokaisen oikeus iästä riippumatta (Kulmala 2019, 315).

Hanketyöskentely, kuten Parasta Pohjois-Savoon! -hanke olisi hyvä lisä myös yhteisöpedagogiopiskelijoiden koulutukseen. Yhteisöpedagogit voisivat olla mukana jakamassa omaa osaamistaan erityisesti ohjaustoiminnoissa ja tukemassa kohderyhmän asiakkaita.

Itse koin, että pystyn tulemaan hyvin juttuun muistisairaiden ihmisten kanssa. En ole saanut asiaan mitään koulutusta, mutta harjoittelujeni kautta olen alkanut oppimaan, kuinka kommunikoida muistisairaana kanssa. Itselle luonteenomainen nopea puhe on täytynyt opetella uusiksi. Rauhallisuus ja lyhyet lauseet auttavat kommunikoinnissa. Sain hyvää palautetta siitä, kuinka luontevasti pystyin muistisairaiden kanssa toimimaan. On ollut hienoa huomata, kuinka luontevaa on kommunikoida ihmisten kanssa joita en tunne, mutta saan silti aikaan hyvän yhteyden heidän kanssaan. Muistisairas ihminen kaipaa empaattista ja lämmintä otetta kanssakäymiseen.

Esimiesten haastattelut antoivat vastauksia siihen millaisena työnhallinta ja resurssit näyttäytyvät. Esimiesten tahtotilana olisi, että toimintoja pitäisi lisätä. Haasteena on, kuinka se käytännön tasoilla voitaisiin toteuttaa.

Opinnäytetyö on lisännyt ymmärrystäni siitä, mikä on tilanne palvelutaloasumisessa ja millaisia haasteita siellä kohdataan. Tutkimuksen avulla sain selville, mikä merkitys päivätoiminnoilla asukkaille on ja myös kuinka tärkeänä yhteisöllisyys koetaan. Yhteinen tekeminen ja sosiaalinen kanssakäyminen on tärkeä osa palveluasumista. Yhteiset

hetket rytmittävät asukkaiden viikkoa ja antavat lisää hyvinvointia ja virkeyttä elämään. Hoitajien toimintaan palvelutaloissa olisi hyvä saada muutosta. Tiukat ja liian sairaalamaiset toimintatavat voisivat kehittyä. Negatiivisuutta vanhustyöstä voitaisiin vähentää erilaisen työorientaation myötä. Esille voitaisiin nostaa sosiaalisia, kulttuurisia ja pedagogisia sisältöjä. Hyväksi voitaisiin käyttää monenlaista luovuutta työkentelytavoissa.

Paras palaute, jonka työtä tehdessä sain, oli erään asukkaan toteamus; sinä olet meidän aurinko!

8 KEHITYSEHDOTUKSET

Aloittaessani harjoittelua näissä paikoissa kävi melko pian ilmi, että tiedotus on se, mikä täytyy saada kuntoon. Kun palvelutalot ovat isoja ja rakenteiltaan haastavia, täytyisi tiedotus asukkaille olla selkeää. Tiedottaminen tapahtuu palvelutaloissa yhteisellä ilmoitustaululla, jossa on kuukausikalenteri. Muistisairaani voi olla vaikeaa seurata tällaista kalenteria. Kehitin kalenteriin nuolen osoittamaan mikä viikko on menossa (Liite 5). Tätä nuolimerkintää kokeilimme Mäntylän palvelutalossa. Samaa ideaa voi käyttää muissakin paikoissa, joissa on kuukausikalenterit seinillä.

Kehitin myös tiedottamista varten viikkokohtaisen tiedotteen omista kerhoistani, joita talossa järjestin. Alavan palvelutalossa kokeiltiin ilmoituksen laittamista esille hissiin, jotta myös läheiset näkevät mitä talossa tapahtuu (Liite 6). Kun ilmoitukset olivat olleet ensimmäisen kerran hississä, tuli hyvää palautetta niin asukkailta kuin heidän läheisiltään. Asukkaat alkoivat toivoa, että saisivat samanlaisen viikkokalenterin myös koteihin, joten viikkokalenteria jaettiin myös asukkaille kotiin, jolloin viesti meni henkilökohtaisesti asukkaalle. Nämä viikkokalenterit koettiin hyväksi keinoksi saada tieto asukkaille. Viikko kerrallaan tiedottaminen on selkeää ja asukkaille helpompaa hahmottaa ja lukea. Viikkokalenterin kehittäminen, johon hoitajat voivat joka viikko itse kirjoittaa talon tapahtumia ja viedä ne asukkaille, onnistui myös hyvin (Liite 7).

Kokeilin Suokadulla viikonloppuvisailua asukkaille keskenään pohdittavaksi. Viikonloppuisin taloissa on hiljaista, mutta asukkaat istuskelevat käytävillä tai muissa yhteisissä tiloissa. Heille on voi jättää viikonlopuksi jonkin helpon visailun tai aivopähkinän mietittäväksi (Liite 8). Visailu ei ehkä ottanut vielä oikein tuulta alleen, mutta jos jokin viikonloppu asukkaille olisi jokin visailu, jäisi se ehkä tavaksi.

Pidin jokaisessa palvelutalossa erilaisia kerhoja. Kerhojen sisällöt pyrin suunnittelemaan siten, että ne sopivat yleensä ottaen kaikille. Niiden toteuttaminen oli myös helppoa. Kuka vain hoitaja voisi ohjata näitä yhteisiä hetkiä asukkaille. Aiheita kerhoissa olivat mm. laulut, runot, kirjallisuus, jumpat, levyraati, käsien hoito, visailut, bingo, curling ja pallonheitto. Suunnittelin ohjaustuokioita varten valmiin oppaan, johon koostin Suomen kalenterin juhlapyhiin sopivia aiheita. Sen avulla hoitajat voisivat järjestää pienen tuokion asukkaiden kanssa. Vihko voi toimia apuna keskustelun virittämiseksi. Nämä oppaat jaetaan kaikkiin neljään palvelutaloon hoitajien ja muun henkilökunnan käytettäväksi. (Liite 9).

Palvelutaloissa toimii virikevastaavat, heillä olisi oltava vastuu virikkeiden järjestämisestä. Sain selville, että jossakin paikassa oli järjestetty joulusauna ja toisaalla grilllausta kesällä. Virikehetki ei tarkoita sitä, että sen tulisi olla massiivinen tapahtuma. Se voi olla 3-5 ihmisen yhteinen hetki. Ja, jotta voidaan puhua viriketoiminnan merkityksestä ikäihmisen elämänlaatuun, ei riitä, että toimintaa on kerran tai kaksi vuodessa. Hetket tulisi olla säännöllisiä, vaikkapa esimerkiksi kerran viikossa järjestettävä yhteinen kerrosjumppa. Asukkaille jäisi toiminta mieleen ja tulisi tavaksi, että talossa tapahtuu säännöllisesti jotakin.

Erilaisten toimintojen kehittäminen oli haastavaa, koska moni asia kompastui siihen, että aika ei riitä. Ilman ylimmän johdon tukea ja työn uudelleen organisointia ei nykyisellä tavalla muutosta saada aikaan. Alla on lista kehitysideoita, joita mietin osaksi palvelutalon arkea tukemaan ja virkistämään asukkaiden elämää:

- Kummivanhustoiminta voisi toimia niin, että yksinäisille ikäihmisille etsittäisiin ”kummi”, joka vierailisi ikäihmisen luona ja he voisivat yhdessä tehdä kaikkea mielekästä. Vierailujen avulla ikäihminen saisi mielekkyyttä elämään ja juttuseuraa. Kummi-toiminta voisi tuoda myös uudenlaista arvokasta sisältöä myös kummin elämään.
- Huoneentaulu, jossa kerrotaan jokaisen asukkaan ajatukset siitä, mikä tekee hyvän päivän ja mikä huonon. Taulun avulla voisi uusien hoitajien työskentely helpottua, kun he näkisivät taulusta, mitkä asiat voisivat saada asukkaan hyvälle tuulelle.
- Spontaanit toimintatuokiot piristävät, eikä niiden tarvitse olla ennalta kovinkaan suunniteltuja. Jos mitenkään hoitajien olisi mahdollista edes kerran viikossa järjestää jokin pieni yhteinen hetki asukkaiden iloksi, esimerkiksi jumppahetki.

- Johtamiskulttuuri / yhteiset pelisäännöt. Tämä olisi erittäin tärkeässä roolissa, mikäli haluttaisiin, että taloissa tapahtuisi uudenlaista yhteistä toimintaa. Olisi erittäin tärkeää, että yhteiset pelisäännöt tulisivat selville ja miten mahdollistettaisiin toimintojen järjestäminen hoitajien resursseissa. Jotta muutosta voisi palvelutalojen yhteisöllisyyteen tulla, sen kehittäminen täytyisi lähteä ylemmältä taholta.

- Asukas voi itsekin olla ryhmän tai harrastustoiminnan vetäjä. Mikäli talosta löytyisi joku tai joitakin virkeitä ja halukkaita asukkaita ohjaamaan yhteisiä tuokioita, olisi se kaikkien etu. Esimerkiksi lukupiiri toimi joissakin taloissa asukkaan vetämänä. Myös ukkokööri oli toiminnassa Männistön palvelutalossa. Jotta toimintaa saataisiin käyntiin, tarvittaisiin siihen aluksi hoitajien apua, kunnes toiminta pyörisi asukkaiden itsensä ohjaamina.

LÄHTEET

Aaltola, Juhani & Valli, Raine 2001. Ikkunoita tutkimusmetodeihin. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino oy.

Ammattinetti 2020. Lähihoitaja, vanhustyö. viitattu 9.1.2020 http://www.ammattinetti.fi/ammattit/detail/239_ammatti

Asuva-Hanke 2016a. Asumisen uudet vaihtoehdot ja hyvä vanhuus -hanke. Viitattu 25.3.2020 https://tietokayttoon.fi/documents/1927382/2116852/9_2017_Asumisen+yhteis%C3%B6llisyydest%C3%A4+hyvinvointia+i%C3%A4kk%C3%A4lle/535c56d8-cdd9-4d83-b981-fd15cbc53c65?version=1.0

Asuva-Hanke 2017b. Asumisen yhteisöllisyydestä hyvinvointia iäkkäälle. Viitattu 16.3.2020 https://tietokayttoon.fi/documents/1927382/2116852/9_2017_Asumisen+yhteis%C3%B6llisyydest%C3%A4+hyvinvointia+i%C3%A4kk%C3%A4lle/535c56d8-cdd9-4d83-b981-fd15cbc53c65?version=1.0

Finne-Soveri, Harriet, Björkgren, Magnus, Vähäkangas, Pia & Noro, Anja 2006. Kotihoidon asiakasrakenne ja hoidon laatu. Vaajakoski: Gummerus kirjapaino oy

Hogeweyk.dementiavillage.com. Viitattu 2.12.2019 <https://hogeweyk.dementiavillage.com/en/kenniscentrum/>

Hänninen Elina 2014. Kehityskeskustelut hoitotyössä osastonhoitajien näkökulmasta, Pro-gradu tutkielma. Viitattu 15.3.2020 https://epublications.uef.fi/pub/urn_nbn_fi_uef-20140845/urn_nbn_fi_uef-20140845.pdf

Jyväskylän hoivapalvelut. Eloa kotiin -projekti. Viitattu 8.4.2020 <https://jyvaskylan-hoivapalvelut.fi/projektit/eloa-elokotiin/>

Kehälinna, Suvi, Matilainen, Sini 2012. Opinnäytetyö. Vanhusten yksinäisyys palvelutalossa: Kokemuksia yksinäisyydestä ja yhteisöllisyyden tukemisesta. Diakonia-ammattikorkeakoulu Diak Etelä, Helsinki. Viitattu 6.4.2020 https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/46796/Kehalinna_Suvi_Matilainen_Sini.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Kulmala, Jenni 2019. Hyvä vanhuus. Keuruu: Otavan kirjapaino Oy.

Kuopion kaupunki 2018a. Vanhusten asumispalveluiden myöntämisperusteet. Viitattu 15.3.2020 <http://publish.kuopio.fi/kokous/2018536179-8-8.PDF>

Kuopion kaupunki 2018b. Tiedote. Viitattu 1.1.2020 <https://www.kuopio.fi/documents/7369547/7427063/Vanhusten+hoivapalveluiden+asiakastytyv%C3%A4isyyskyselyjen+tulokset+kev%C3%A4%C3%A4lt%C3%A4.pdf/5fcc12d0-bb09-4763-995d-2111f87c7e9c?version=1.1>

Kuopion kaupunki 2018c. Ikäystävällinen Kuopio-ohjelma. Viitattu 30.10.2019 <https://www.kuopio.fi/documents/7369547/7757867/Ik%C3%A4yst%C3%A4v%C3%A4llinen+Kuopio+-ohjelma+2018/9e024aaa-cd49-41f1-8ab8-d15b7529cbe2>

Kuopion kaupunki 2018d. Perusturvan ja terveydenhuollon palvelualue. Myöntämisperusteet. Viitattu 4.12.2019 <https://www.kuopio.fi/documents/7369547/7556251/10124-2018-1+My%C3%B6nt%C3%A4misperusteet+Kuopion+kaupungin+kotihoito.pdf/3f92b6d8-df99-4ea3-bof6-aa19c49839ec>

Kuopion kaupunki 2017e. Kuopion strategia vuoteen 2030. Viitattu 16.3.2020 https://www.kuopio.fi/documents/7369547/7699416/Kuopio2030_strategiasite_suomi/4bca82a8-c7ab-45cd-a3e6-42bdcd6dce75

Kuopion kaupunki 2019f. Omavalvonta-suunnitelma. Asuminen, vanhusten hoiva – palvelut. Viitattu 24.2.2020 https://www.kuopio.fi/documents/7369547/8495678/2362-2019-1+2019-02-28_OVS+Yleinen+osio+asumispalvelut+280219+756085_1_1.pdf/cobfb4b2-5bf4-4733-9f8a-6eb1d8c29217

Kuopion vanhustenkotiyhdistys ry. Viitattu 10.2.2020 <https://vanhustenkotiyhdistys.fi/asunnot/untamonkatu-5/>

Lehtilä, Briitta 2016. Esimiestyö kotihoidossa. Maisterityö. Yhteiskunta- ja kulttuuritieteiden yksikkö, Tampereen yliopisto, Pori

Lehto, Paula & Rantanen, Teemu 2017. Robotics in homecare- the development process through a case study, tutkimusjulkaisu. Laurea -ammattikorkeakoulu, Vantaa

Muistiliitto 2019. Opas. Elämää muistisairauden kanssa. Viitattu 2.2.2020 https://www.muistiliitto.fi/application/files/8215/8088/7370/Elamaa_muistisairauden_kanssa_saavutettava_verkko.pdf

Niemistö, Heidi & Niemistö, Katja 2010. Päivätoiminta ikäihmisten tukena ja voimavarana. Hämeen Ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö. Viitattu 4.1.2020 https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/12189/paivatoiminta_ikaihmissen_tukena_ja_voimavarana.pdf?sequence=1

Noppiari, Eija & Koistinen, Paula 2005. Laatu vanhustyöhön. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Okulov, Seija 2008. Yksinolo on aika orpoo. Licensiaatin tutkimus. Kuopion yliopisto.

Pekkarinen, Anna-Liisa 2019. Kääkehän peremmälle. Kuopio: Offsetpaino

Pirhonen, Jari 2015. Artikkelit. Tunnustaminen ja sen vastavuoroisuus vanhustyössä. Yhteiskuntatieteiden tiedekunta ja gerontologian tutkimuskeskus. Tampereen Yliopisto

Pirhonen Jari Tuominen Katariina, Jolanki Outi & Jylhä Marja 2019. Hyvinvointi vanhuudessa – valmistautumista, sopeutumista, luopumista ja hyväksymistä. Tutkimus. Yhteiskuntatieteiden tiedekunta ja gerontologian tutkimuskeskus. Tampereen Yliopisto

Pohjois-Savo 2019. Hallituksen kärkihanke. Iäkkäiden yhteen sovitettujen palvelujen kokonaisuus Pohjois-Savossa. Viitattu 15.3.2020 https://stm.fi/documents/1271139/12617122/Pohjois-Savo_I%26O_I%C3%A4kk%C3%A4iden_yhteen-sovitettujen_palvelujen_kokonaisuus.pdf/424c3427-4f2e-6c9c-025b-4d93ff72104e/Pohjois-Savo_I%26O_I%C3%A4kk%C3%A4iden_yhteensovitettujen_palvelujen_kokonaisuus.pdf

Riekkinen- Tuovinen Sointu 2018. Sosiokulttuurista vanhustyötä paikantamassa. Tutkimus erilaisissa vanhusten asumisympäristöissä. Viitattu 14.2.2020 https://epublications.uef.fi/pub/urn_isbn_978-952-61-2703-3/urn_isbn_978-952-61-2703-3.pdf

Ruuskanen-Parrukoski, Pirkko 2018. Palveluasuminen ikääntyneen asumisen kontekstina. Tapaustutkimus. Lapin yliopisto. Väitöskirja. viitattu 23.10.2019 https://lauda.ulapland.fi/bitstream/handle/10024/63106/Ruuskanen-Parrukoski_Pirkko_ActaE_231pdfA.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Räsänen, Riitta 2018. Hyvää elämänlaatua ikääntyneille. Keuruu: Printek.

Röyskö, Heini 2016. Kohden vuotta 2020 –näkökulmia digitalisaation vaikutuksista ikääntyvien arkeen. Verkkojulkaisu. Viitattu 9.1.2020 <https://www.ee-tury.fi/Site/Data/671/Files/Kohden%20vuotta%202020%20-naekoekulmia%20digitalisaation%20vaikutuksista%20ikaeaentyvien%20arkeen.pdf>

Saga Care Finland Oy. Mikä ero on senioritalolla, palvelutalolla ja hoivakodilla. Viitattu 25.3.2020 <https://www.sagacare.fi/mika-ero-senioritalolla-palvelutalolla-ja-hoivakodilla>

Sosiaalihuoltolaki 1301/2014. Voimaantulo 2015.

Sosiaali- ja terveysministeriö 2017. Laatusuositus hyvän ikääntymisen turvaamiseksi ja palvelujen parantamiseksi 2017–2019. Julkaisu. Viitattu 15.3.2020 http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/80132/06_2017_Laatusuositusjulkaisu_fi_kansilla.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Suomen kuvalehti 2014. Muistisairaat saivat oman kylän. Viitattu 2.12.2019, <https://suomenkuvalehti.fi/jutut/ulkomaat/tassa-ja-nyt-hogeweykin-kylassa-muistisairaat-saavat-olla-ihmisia/>

Terveyden ja hyvinvoinninlaitos 2019. Vanhuspalvelujen tila. Viitattu 4.12.2019 <https://thl.fi/fi/web/ikaantyminen/muuttuvat-vanhuspalvelut/vanhuspalvelujen-tila>

Terveyskylä 2019. Ikääntynyt, iäkäs vai vanha? Viitattu 18.3.2020 <https://www.terveyskyla.fi/ikatalo/ik%C3%A4%C3%A4ntyneelle/ik%C3%A4-ja-arki/ik%C3%A4%C3%A4ntynyt-i%C3%A4k%C3%A4s-vai-vanha>

Turjamaa, Riitta 2014. Väitöskirja. Older people's individual resources and reality in home care. Itä-Suomen yliopisto

Vanhuspalvelulaki 980/2012. Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveystalvveluista 2012

Vipuvoimaa EU:lta 2007-2017. Millainen on hyvä hanke? Power point esitys. Viitattu 19.3.2020 http://www.lappi.fi/lapinliitto/c/document_library/get_file?folderId=21468&name=DLFE-4791.pdf

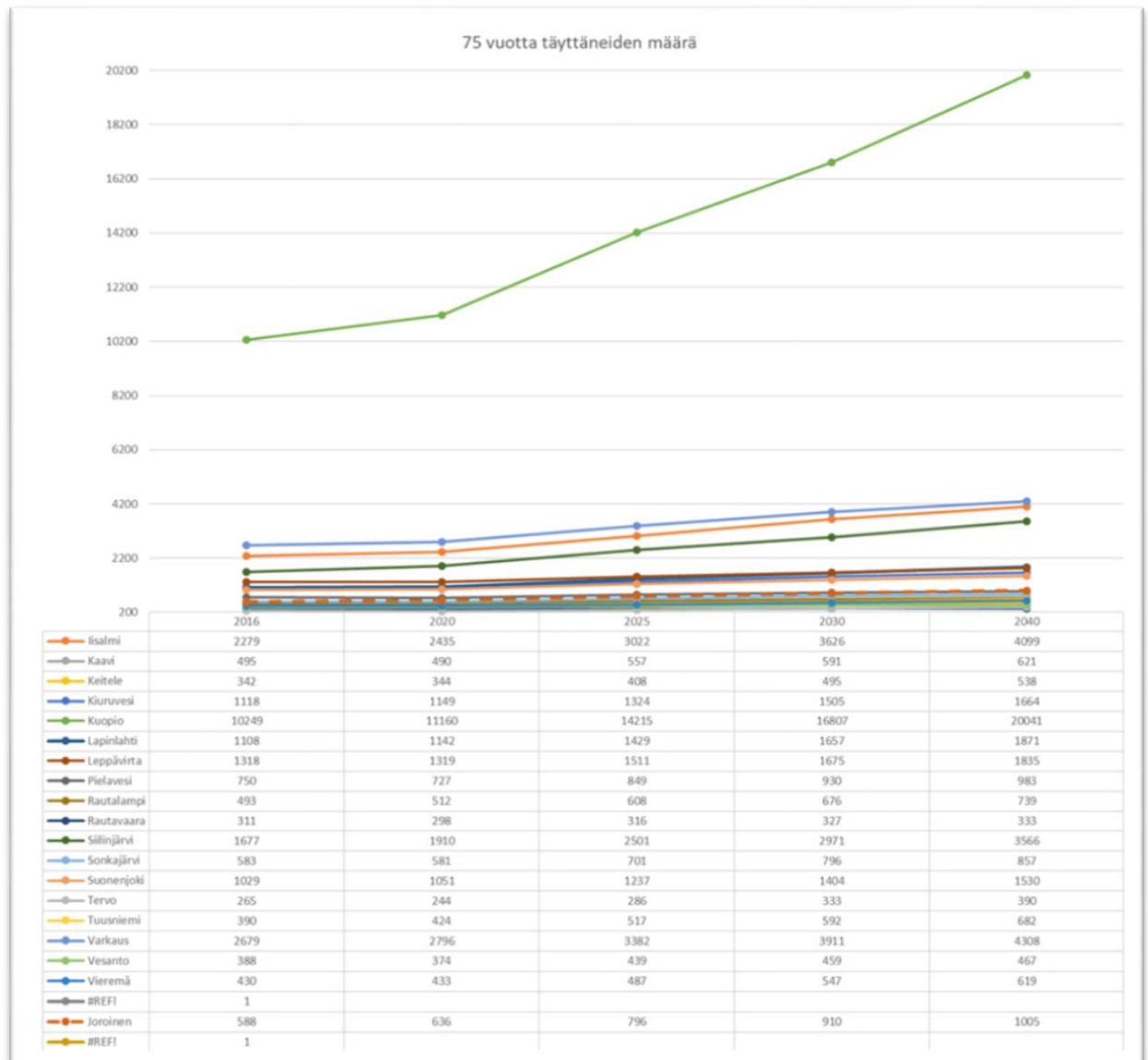
Virjonen, Kaija 2013. Muistin ongelmat. Juva: PS-kustannus

Voimala 2020. Parasta Pohjois-Savoon! –hanke. Viitattu 25.3.2020 <http://www.hyvinvointivoimala.fi/parasta-pohjois-savoon-hanke/>

Ympäristöministeriö 2019. Monipuoliset asumisratkaisut. Viitattu 24.10.2019 https://www.ymparisto.fi/fi-FI/Asuminen/Ikaantyneiden_asuminen/Monipuoliset_asumisratkaisut

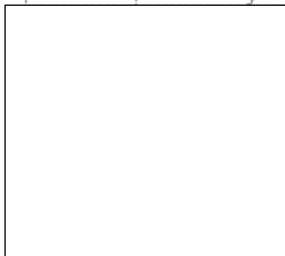
LIITTEET

Liite 1 Ikääntyneiden määrä Pohjois- Savossa



Liite 2: Tutkimuslupa

	Kuopion kaupunki	Päätöspöytäkirja	1 (2)
	Vanhuspalvelujen tukipalvelut Kuntoutusjohtaja	19.11.2019	Tehtävä 13.00.00 Asiantro 9107/2019



Lupa- ja ilmoitusasiat 11 § / 2019

Tutkimuslupa / Yhteisöllisyyden ja sosiaalisuuden toteutuminen palveluasumisessa / Kati Seppälä

Selostus ja perustelu Humanistisen ammattikorkeakoulun opiskelija Kati Seppälä hakee tutkimuslupaa / mahdollisuutta tehdä opinnäytetyö koskien yhteisöllisyyden ja sosiaalisuuden toteutumista palveluasumisessa. Opinnäytetyön tarkoituksena on selvittää neljässä eri palvelutalossa, kuinka yhteisöllisyys ja sosiaalisuus toteutuvat, millaista viriketoimintaa tarjotaan ja osallistuvatko ikäihmiset niihin sekä millaisia eroavaisuuksia eri paikoissa on. Opinnäytetyössä pyritään selvittämään mitkä tekijät ovat niitä, joiden kautta yhteisöllisyys muodostuu ja miten se näyttäytyy palvelutalon arjessa. Opinnäytetyön tavoitteena on tuottaa tietoa toimintojen kehittämisen ja arvioinnin tueksi.

Opinnäytetyön arvioitu valmistumisaika on 29.5.2020.

Päätös Myönnän haetun tutkimusluvan ehdolla, että saatuihin tietoihin nähden noudatetaan salassapitosäännöksiä ja yksi kappale valmistuvaa opinnäytetyötä luovutetaan maksutta sähköisessä muodossa Kuopion kaupungin perusturvan vanhuspalveluiden käyttöön.

Toimivallan peruste Perusturvan ja terveydenhuollon palvelualueiden toimintasääntö § 9.


Mikko Tapio Korhonen
kuntoutusjohtaja

Asiakirja on allekirjoitettu koneellisesti Kuopion kaupungin asianhallintajärjestelmässä. Allekirjoituksen oikeellisuuden voi todentaa kirjaamosta.

Valmistelija

Postiosoite	PL 227 70101 KUOPIO	Puhelin	+358 17 18 2111	www.kuopio.fi
Käyntiosoite	Tulliportinkatu 17 B	Faksi		etunimi.sukunimi(at)kuopio.fi
Laskutusosoite	PL 3017 70090 MONETRA	Laskustunnus		

Liite 2: Tutkimuslupa

	Kuopion kaupunki	Päätöspöytäkirja	2 (2)
	Vanhuspalvelujen tukipalvelut		Tehtävä 13.00.00
	Kuntoutusjohtaja	19.11.2019	Asianro 9107/2019

Liitteet

Liitteet.

Tiedoksianto

Päätös on lähetetty sähköpostitse tiedoksi 19.11.2019.

Kati Seppälä

Toimenpiteitä varten

Nimi 1. Nimi 2.

Tiedoksi

Nimi1. Nimi2.

Muutoksenhakukiello

Kuntalain 136 §:n mukaan tähän päätökseen ei saa hakea muutosta, koska päätös koskee vain valmistelua tai täytäntöönpanoa.

Postiosoite	PL 227 70101 KUOPIO	Puhelin	+358 17 18 2111	www.kuopio.fi
Käyntiosoite	Tulliportinkatu 17 B	Faksi		etunimi.sukunimi(at)kuopio.fi
Laskutusosoite	PL 3017 70090 MONETRA	Laskutustunnus		

Liite 3 Kyselyt asukkaille

Yhteisöllisyys palvelutalossa

1. Onko täällä riittävästi järjestettyä toimintaa?
2. Käytkö tai kävisitkö niissä?
3. Kuinka tärkeää on nähdä muita ihmisiä?
4. Pääsetkö liikkumaan ulos asunnostasi tarpeeksi?
5. Onko palvelutalosta löytynyt uusia ystäviä tai ihmissuhteita?
6. Oletko tyytyväinen palvelutalon palveluihin?


Liite 4 Haastattelut esimiehille

1. Millaisia kuormittavia tekijöitä koet työssäsi? (resurssit, työntekijöiden motivointi, organisaatiomuutokset)
2. Millainen vuorovaikutus sinulla on työntekijöiden kanssa? (onko palavereja, kehityskeskusteluja)
3. Koetko saavasi tarpeeksi koulutusta työn hallintaan ja tukea johdolta? Millainen koulutus olisi hyödyllistä?
4. Kehittäminen, onko siihen aikaa?
5. Miten tärkeänä koet yhteisöllisyyden ja sosiaalisuuden toteutumisen palvelutaloasumisessa?
6. Koetko, että yhteisöllisyys otetaan huomioon kotihoidon asukkaille?
7. Olisiko sinulla jotain ideoita palveluiden parantamiseksi?
8. Ideoitteko yhdessä henkilökunnan kanssa, kuinka toimintaa voisi parantaa?
9. Pitäisikö mielestäsi lisätä resursseja henkilökunnan kehittämiseen?
10. Tukeeko työyksikön ilmapiiri myönteisesti luovuutta ja uusien ideoiden käyttöönottoa?

Liite 5 Nuoli viikkokalenteriin helpottamaan hahmottamista

vko	Maanantai	Tiistai	Torstai	Perjantai	Sunnuntai	
1				3.1 MUSAPAJA klo 13.30-14.30 Voimala Reetta Karhunen ruokasali	5.1	
2	6.1 LOPPIAINEN	7.1 OHJATTU ISTUMATANSSI klo 10-11 liikuntasali KÄSITYÖKAHVILA (Ryhmä täynnä) klo 13-15 askartelutilassa	8.1 UKKOKÖÖRI klo 13.30-15 ruokasalin pianoaari LUKUPIIRI 14-15 C-ryhmätila KUULOLÄHIPALVELU klo 15-16 ruokasali	9.1 HARTAUS Männistön seurakunta klo 13.30 ruokasali	10.1 ULKOILU klo 10.15 (lähtö aulasta) BOCCIA klo 13-15 Liikuntasali SKIPBO-pelit 13.30-15.30 C-ryhmätila 14-16	12.1 SUNNUNTAI- KAHVIT KLO 13-14 RUOKASALI
3	13.1 SEURAT/Kuopion rauhanyhdistys ry klo 13.30-14.30 ruokasali	14.1 OHJATTU ISTUMATANSSI klo 10-11 liikuntasali	15.1 UKKI klo 1 ruok pian LUKUPIIRI 14-15 C-ryhmätila	16.1 TANSSIT/ VETERAANIMUUSIKOT klo 13.30-14.30 ruokasali	17.1 ULKOILU klo 10.15 (lähtö aulasta) BOCCIA klo 13-15 Liikuntasali SKIPBO-pelit 13.30-15.30 C-ryhmätila 14-16	19.1 MESSU/ Männistön seurakunta klo 13-14 ja SUNNUNTAI- KAHVIT
4	20.1 KARAOKE klo 13.30-15.30 Ruokasali	21.1 OHJATTU ISTUMATANSSI klo 10-11 liikuntasali KÄSITYÖKAHVILA (Ryhmä täynnä) klo 13-15 askartelutilassa	22.1 UKKOKÖÖRI klo 13.30-15 ruokasalin pianoaari LUKUPIIRI 14-15 C-ryhmätila	23.1	24.1 ULKOILU klo 10.15 lähtö aulasta BOCCIA klo 13-15 Liikuntasali SKIPBO-pelit 13.30-15.30 C-ryhmätila 14-16	26.1 SUNNUNTAI- KAHVIT klo 13-14 ruokasali
5	27.1 YHTEISLAULUA klo 13.30-14.30 ruokasali	28.1 OHJATTU ISTUMATANSSI klo 10-11 liikuntasali	29.1 UKKOKÖÖRI klo 13.30-15 ruokasalin pianoaari LUKUPIIRI 14-15 C-ryhmätila	31.1	31.1 ULKOILU klo 10.15 lähtö aulasta BOCCIA klo 13-15 Liikuntasali SKIPBO-pelit 13.30-15.30 C-ryhmätila 14-16	HELMIKUU 2.2 Kynttilänpäivä

Liite 6 Viikkokalenteri hissiin ja ilmoitustauluille



MÄNTYLÄN PALVELUTALO
Kaikille avoimet yhteiset ohjelmat Tammikuu

Ma 13.1	Klo: 9.30-10.30 Lauletaan yhdessä, Pianosali
Ke 15.1	Klo: 12.00-13.00 Naisten kerho, Sali
To 16.1	Klo: 9.30-10.30 Jumppaa, pelailut, Sali

Tervetuloa mukaan!
Toivoo opiskelija Kati

Liite 7 Viikkokalenteri asukkaille kotiin jaettavaksi

VIIKKO-OHJELMA		
MAANANTAI		
TIISTAI		
KESKIVIIKKO		
TORSTAI	12.15	KULTTUURI KYLÄILEE
PERJANTAI	12.15	BINGO
LAUANTAI	13.00	VIRIKETUOKIO
SUNNUNTAI		

Liite 8 Musiikin matkaan visailu!

1. Mikä maakuntalaulu alkaa: mun muistuu mieleheni?
2. Mikä soitin soi laulun mukaan kauniimmin kerran taivaassa?
3. Mikä vuodenaika on laulussa Tipitii?
4. Minne matkusti Kustaa laulussa, mua lemmitkö vielä, oi Kustaa?
5. Minkä nimisellä kalastajalla on oma valssi?

Liite 9 Opas hoitajille, Suomen kalenterin merkkipäivät 12 sivua. Esimerkki sivu.

Ystävänäpäivä 14.2

Ystävänäpäivän juuret ovat muinaisessa Roomassa. Tuolloin roomalaiset juhlivat keväistä hedelmällisyysjuhlaa lupercaliaa. Kristillisessä kirkossa samaan aikaan oli marttyyri Valentinuksen päivä, johon tavat siirtyivät. Kalentereissa ystävänäpäivä on ollut vuodesta 1996 lähtien,

Enkeleitä on, mutta joskus heillä ei vaan ole siipiä, ja kutsumme heitä ystäviksi.

Hyvät ystävät ovat kuin lyhtyjä tiellä- he eivät lyhennä matkaa, mutta tekevät sen turvallisemmaksi kulkea.

Kalleinkaan timantti ei korvaa ystävää.

**Lauluja ystävydestä:
Lapsuuden toverille
Näin kun yhdessä ollaan**