

Lastu

Lahden vanhusten asuntosäätiön asukaslehti 2/2024



PÄÄTOIMITTAJA

Sanna Mäkinen

LEHDEN TOIMITUSKUNTA

Mari Kokko, Hanna-Sisko Onnela,
Päivi Salo, Ulpu Ulmanen

ULKOASU JA TAITTO

T:mi Hanna-Sisko Onnela, Lahti

PAINO

PunaMusta oy

ISSN 2342-5067 (painettu)

ISSN 2342-5075 (verkkojulkaisu)

Seuraava lehti ilmestyy kesäkuussa 2025

Kannen kuvassa Kartanonkulman asukkaat
Eija Tikka, Tuija Vuorinen, Pirjo Myöhänen, Raili
Kaalikoski ja Kirsti Seine2. sivun kuvassa Kartanonkulman asukkaan
Tuija Vuorisen tekemiä joulukortteja

Lastu 2/2024

Pääkirjoitus	3
Ajankohtaista	4
Toimisto tiedottaa	5
Hoivassa usko ihmiseen ei saa unohtua	6
Asiantuntija kertoo: Erilaiset elämäntavat vaativat erilaisia asumisratkaisuja	10
Säätiön väki: Liisa Laaksonen	12
Yksi meistä: Ulla-Maija Mellin	14
Ihmisen elämää	16
Ristikko	19



Kohtuuhintaista asumista tarvitaan

VALTION TUKEMAA asuntotuotantoa on toteutettu Suomessa koko sotien jälkeisen ajan. Arava-järjestelmän käyttöönotto ajoittuu 1940-luvulle suomalaisen jälle- rakennuksen ideaa ja tekoja tukemaan. Vuosikymmenten saatossa valtion tuella on rakennettu jopa reilu kolmasosa Suomen asuntokannasta.

Valtion tukema asumisen tuotanto on onnistunut tehtävässään vähintään hyvin, myös kansainvälisesti vertailtuna. Asumisen laatu on kaikin puolin parantunut niin turvallisuuden kuin terveyden näkökulmista katsottuna ja tukea saaneen asumisen hinta on pysynyt varsin hyvin kurissa. Olemme myös esimerkkejä muulle maailmalle, jossa heikosti toimivien tai kokonaan puuttuvien asumisen tukijärjestelmien vuoksi esimerkiksi asunnottomuus voidaan omin silmin nähdä kaupunkien kaduilla.

Niissä Euroopan maissa, joissa valtion tukemaa asuntotuotantoa on ajettu alas ja samalla on siirrytty entistä markkinaehtoi-

sempaan asuntotuotantoon, tulokset ovat olleet heikkoja kohtuuhintaisten asuntojen saatavuuden, ihmisten elinolosuhteiden eriytymisen ja sosiaalisten ongelmien näkökulmista.

Barcelonassa ihmiset nousivat kaduille, kun markkinat ohjaavat paremman tuoton toivossa asunnot turistien lyhytaikaiseen käyttöön ja tavallisille ihmisille jää asumisen hinnoittelussa niin sanotusti "luu käteen". Barcelona on ongelmien rajun kärjistymisen myötä kieltänyt asuntojen vuokraamisen turisteille vuodesta 2028 alkaen. Barcelona ei kuitenkaan ole asumisen hintaan liittyvien ongelmien kanssa yksin. Monissa Euroopan kaupungeissa asumisen hinta on karannut jo kauan sitten pieni- ja keskituloisen asukkaan ulottumattomiin.

Suomen ARA-järjestelmä perustuu vuokrien omakustannusperiaatteeseen, asumisen tuotannon ja ylläpidon yleishyödyllisyyteen sekä säännelyihin rakennuskustannuksiin. Omakustannus-

periaate tarkoittaa, että yhtiöt määrittävät vuokrat ja käyttövästikkeet todellisiin kustannuksiin perustuen.

Valtion lainoin ja avustuksin tukema asuntotuotanto on mahdollistanut asumisen pienituloisille ja erityisryhmille kaupungeissa.

Tuen vastapainoksi asuntojen käyttöön, asukasvalintaan, luovutukseen ja tuoton tuloutukseen liittyy rajoituksia, jotka pääosin kestävät talokohtaisesti 40

vuotta. Tämän mallin luomisen pohjana on ollut ajatus, jossa asuminen nähdään ihmisten perusoikeutena, jossa mahdollisuus kotiin halutaan turvata ensisijaisena asumisesta saatavan voiton tavoittelun sijaan.

Mitä tapahtuu juuri nyt Suomessa? Asumisen rahoitus- ja kehittämiskeskus ARA virastona lakkautetaan ja siirretään osaksi Ympäristöministeriötä. Korkotukilainavaltuutta lasketaan ja erityisryhmille tarkoitettujen asuntojen rakentamisen investointiavustuksien määrää leikataan tulevalle vuodelle valtion budjetissa yhteensä 88 prosenttia tasoon, joka käytännössä lähes kokonaan estää uusien kohtuuhintaisuutta tavoittelevien erityisryhmien asuntokohteiden rakentumisen.

Onko valtio sitten aiemmin ottanut tarpeetonta riskiä ja osaa kuluihin mm. takaamalla rakentamisen lainoja, joiden maksamisesta huonosti käyden vastaa veronmaksaja? Ehkä tässä voidaan verrata esimerkkinä valtion merkittäviä takauksia teollisuusinvestoinneille, joihin nähden valtion tukeman asuntotuotannon täytekaukukset ovat vähäriskisiä ja itse takauksen määrä pieni.

Yleishyödyllisellä asuntotuotannolla on tärkeä rooli mahdollisuuksien tarjoamisessa kaikille suomalaisessa yhteiskunnassa. Kohtuuhintaisten vuokra-asuntojen tuotanto lisää yhteiskunnallista tasa-arvoa ja ehkäisee alueiden eriytymistä. Säätiön 1960-luvulta asti tekemä erityisryhmien asuntotuotanto vähentää eriarvoisuutta ja lisää näiden ryhmien osallisuutta. Suomen kriisinkestävyttä tukevat rakenteet liittyvät myös sosiaaliseen oikeudenmukaisuuteen ja jokaisen kansalaisen kokemukseen mahdollisuudesta pysyä mukana.

Lahden vanhusasuntosäätiön hallituksen puheenjohtaja
Pertti Merenuoto



Yhteisöllisesti kotona vai palveluasumisessa?

PALVELUKESKUS ONNELANPOLULLA alkoi lokakuussa sosiaalihuoltolain mukainen yhteisöllisen asumisen. Pikkuhiljaa asuntojen vapautumisen yhteydessä 130 säätiön vuokraamasta asunnosta 30-70 asuntoa siirtyy yhteisöllisen asumisen käyttöön. Loput 60-100 asuntoa jatkavat nykyisessä käytössään. Päijät-Hämeen hyvinvointialue toimii palveluiden tuottajana asukkaille. Vuokrasopimukset asukkaat solmivat säätiön kanssa tavanomaisin ehdoin.

Päijät-Hämeen hyvinvointialue rakentaa yhteisöllistä asumista kotihoitoon perustuen. Erillistä hoitajamitoitusta ei ole. Erona tavanomaiseen kotihoitoon on se, että yhteisöllisen asumisen asukas saa kotihoitoon lisäksi järjestettyä yhteisöllistä toimintaa ja mahdollisuuden yhteisöruokailuun.

Hyvinvointialueiden välillä näyttää syntyvän eroja sosiaalihuoltolain mukaisen yhteisöllisen asumisen toteuttamisessa. Toisilla hyvinvointialueilla toimintakäytännöt nojaavat palveluasumisen perinteeseen.

Kummassakaan mallissa hoitajat eivät ole läsnä vuorokauden ympäri, kuten on ympärivuorokautisen hoivan 2. ja 3. kerroksissa Onnelanpolulla. Yöaikaan tarpeen mukaisen avun voi kuitenkin saada kotihoidolta



Säätiön taloista yhteisöllinen asuminen käynnistyi ensimmäisenä Anttilankadulla. Puurojuhlassa laulettiin, nautittiin riisipuuroa ja koristeltiin yhdessä joulukuusi.

tai akuutin avun turvarannekkeen kautta.

Palvelukeskus Onnelanpolku on pitkään toiminut talona monen kuntoisille ikääntyneille ihmisille. Pääosa palvelukeskuksen vuokralaisista on kuitenkin ollut arjessaan jo monenlaisen kotiin tulevan avun piirissä. Käytännössä aamulla taloon tulevat kotihoitoon työntekijät eivät välttämättä ole lähteneet työvuorolleen edes talosta pois. Onnelanpolun asukkaille siis muutos arjessa ei lopulta suuresti näy.

Säätiön vuokraamissa asukkaiden omissa kodeissa on tänä vuonna 10 vuotta täyttäneen palvelukeskuksemme tiloissa hyvä ikääntyä. Palvelun laajeneminen yhteisölliseen asumiseen tuo kuitenkin entistä paremman mahdollisuuden elää arkea samassa osoitteessa myös toimintakyvyn muuttuessa.



Säätiön väki ja puheenjohtajat koolla Wanhan Herran Metelinmäki-kabinetissa.

Puheenjohtajat koolla kuukausittain

ASUKASTOIMIKUNTIEN puheenjohtajien kokous on yksi Lahden vanhusten asuntosäätiön tavoista toteuttaa yhteishallintolain tarkoittamaa asukkaiden ja vuokratotaloyhteisön välistä asukademokratiaa.

Säätiön talojen asukastoimikuntien puheenjohtajat sekä asukasedustajat kokoontuvat yhteisten asioiden äärelle säätiön toimiston asukasasioista vastaava väen sekä huollon edustajien kanssa kerran kuukaudessa, kesää lukuun

ottamatta. Kokouksessa käsitellään säätiön ajankohtaisia asioita ja asukkaiden esiin tuomia huomioita ja ehdotuksia.

Kuukausittaisen kokouksen puheenjohtaja vaihtuu vuoden 2025 alussa. Useita vuosia ansiokkaasti puheenjohtajana toiminut **Jorma Heinonen** (Elokatu) luovuttaa tehtävän jatkossa marraskuun kokouksessa puheenjohtajaksi valitulle **Juhani Salolle** (Kyösti Kallion katu). Kiitokset Jormalle ja onnittelet Juhanille!



Juhani Salo

info Isännöitsijän terveiset

Talvi on tullut!

Loppusyksyn ulkolämpötilat ovat vaihdelleet runsaasti. Lämmityskausi ja pihojen talvityöt ovat alkaneet. Kodeissa tavoitelämpötila vaihtelee 21 ja 22 asteen välillä. Otathan yhteyttä kiinteistöhoitajaan, mikäli sinulla on asunnossa lämmityksen kanssa ongelmia.

Huoltoyhdistömme vastaa siitä, että kiin-

teistöjen kulkuväylillä, piha- ja paikoitusalueilla ja portaila on turvallista ja esteetöntä liikkua, eikä niillä ole häiritsevästi irtolunta, sohjoa, polanteita eikä sulavesilätäköitä. Liukkauden torjuntaa hoidetaan tarpeen mukaisesti. Lumityöt käynnistetään, kun lunta on enemmän kuin 5 cm. Lumentulon jälkeen kulkureitit ja autopaikoitusalueet aurataan siten, että kyseiset alueet ovat kunnossa kuluvan työpäivän aikana. Muistakaa ulkona asioidessa jäällä pitävät talvikengät, myös jätekatoksille kotitalousjätteitä viedessä.

Sähkönkulutus mietityttää

Saamme välillä kysymyksiä energiankulutukseen liittyen. Kerrostaloasukkaana vastaat itse asuntosi sähkönkulutuksesta. Asukkaat vastaavat yhteisesti lämmityksen, veden ja kiinteistösähkön kulutuksesta.

Kehen otan yhteyttä kiinteistöasioissa?

Kiinteistöhoitoon palautteet ja mahdolliset puutteet ja huomiot voit hoitaa joko soittamalla isännöitsijälle tai sopimalla tapaamisen toimistollemme.

Asumisrauhaan liittyvissä häiriötilanteissa täytä kirjallinen häiriöntuottoilmoitus, jota varten löytyy lomakkeita talojen kerhuhuoneilta.

Muissa asioissa voit ottaa yhteyttä isännöitsijään niin kirjeitse, sähköpostilla kuin kiinteistöhuollon laatikkoon viestin jättämällä.



Talviaikana pienellekin ulospyrähdykselle lähtiessä kannattaa malttaa sujauttaa jalkaan pitävät kengät, oli sitten menossa vaikka vain roskakatokselle. Kuvassa Kartanonkulma, jossa roska-astioille pääsee sisätilojen kautta.



Joulutauko

Säätiön toimisto on suljettu joululomien vuoksi ajalla 23.12.2024-6.1.2025. Tarvittaessa voitte irtisanoa vuokrasopimuksen sähköpostitse vuokraus@lvas.fi tai postitse päivätyllä kirjeellä osoitteeseen Lahden vanhusten asuntosäätiö sr, asuntosihteri, Laaksokatu 17, 15140 Lahti. Irtisanomisaika on kalenterikuukausi, joka lasketaan alkavaksi irtisanomiskuukauden viimeisestä päivästä.



Kiitos kaikille asukkaillemme ja yhteistyökumppaneillemme kuluneesta vuodesta. Toivotamme rauhallista joulun aikaa ja hyvää uutta vuotta 2025!



Teksti ja kuvat **Hanna-Sisko Onnela**

Hoivassa usko ihmisyyteen ei saa unohtua

PERUSTUSLAKI, SOSIAALIHUOLTO-laki sekä laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista ohjaavat hyvän hoivan toteutumista yhteiskunnassamme. Aihe puhuttaa. Päijät-Hämeessä niiden toteutumista hyvinvointialueen ikääntyneiden asiakasohjauksen osalta seuraa tulosaluejohtaja **Katja Raita**.

- Lakien lisäksi on olemassa erilaisia suosituksia ja tutkimuksia siitä, mitä ihmiset näkevät hyvän hoivan olevan. Vaikka perushoiva toteutuisi ja lainsäädännön veloitteiden toteutuminen olisi varmistettu toiminnassa, on hyvä hoiva silti hyvin yksilöllinen kokemus, eikä sille ole olemassa vain yhtä määritelmää, Raita sanoo.

Hyvästä hoivasta puhuttaessa katseet kääntyvät usein ympärivuorokautisen palveluasumisen suuntaan. Kuinka hyvä hoiva voidaan taata ja kuka sen toteutumista valvoo? Hyvinvointialue on laatinut ympärivuorokautisen palveluasumisen palvelukuvauksen, jossa määritellään palvelu ja siihen liittyvät vaatimukset.

Millaista on hyvä hoiva? Kansan ikärakenteen ja asumispalveluiden muutoksessa hoivapalveluilta ja ikäihmisten asumisen suunnittelulta vaaditaan enemmän. Hyvinvointialueilla työskennellään hyvän hoivan toteutumiseksi.

- Palvelukuvaus pitää sisällään asiakkaan oikeudet ja palvelun laadun seurantamittarit, joiden toteutumista seuraamme. Uskon, että saamme mahdolliset epäkohdat tietoomme hyvin, sillä omaiset ovat hyvin valveutuneita. He onneksi ottavat yhteyttä suhteellisen matalalla kynnyksellä tai tekevät epäkohdista muistutuksen tai kantelun. Ymmärryksen mukaan valtaosa asiakkaistamme saa hyvää hoitoa. Mutta ihmisten elämistä puhuttaessa yksittäisiäkään epäonnistumisia hoidossa ei saisi tapahtua.

Yhteisöllinen asuminen on tulevaisuutta

Sosiaalipalvelulakiin kirjatun muutoksen myötä ympärivuorokautista palveluasumista vähennetään maassamme. Tilalle tarjotaan yhteisöllistä asumista. Päijät-Häme on yksi harvoista hyvinvointialueista, jotka

pyrkivät lisäämään myös ympärivuorokautisen palveluasumisen paikkamäärää. Syy löytyy tilastoista.

- Suunnitelmat perustuvat väestöennusteeseen sekä asiakkaiden palvelutarpeisiin. Verrattuna muihin alueisiin meillä Päijät-Hämeessä on tällä hetkellä melko matala peittävyys puhuttaessa ympärivuorokautisesta palveluasumisesta. Niillä alueilla, joissa peittävydet ovat korkeammat, on paikkojen määrällinen lasku mahdollista. Sillä tavoitellaan säästöjä. Tuoreimman väestöennusteen mukaan näyttää kuitenkin siltä, että saatamme pärjätä myös nykyisellä kapasiteetilla, tai sitä tarvitsee nostaa vain hieman.

Päijät-Hämeessä halutaan kehittää yhteisöllistä asumista. Sen suhteen ollaan Raidan mukaan hyvällä tiellä. Kotiin vietävien teknologioiden ja muun muassa muistisairauksien hoidon kehittyminen voivat muuttaa paikkatarvetta. Päijät-Hämeessä tavoitteena on, että omassa kodissa asuisi 94 prosenttia yli 75-vuotiaista, kun ympärivuorokautista palveluasumista heistä tarvitsisi enintään kuusi prosenttia ikääntyneestä väestöstä. Kotiin vietäviä palveluita ikääntyneistä käyttäisi 10 prosenttia, vastaavasti yhteisöllisen asumisen määrän ollessa kasvavasti 2-3 prosentin luokkaa yli 75-vuotiaista.

Itsemääräämisoikeuden toteutumista valvotaan

Itsemääräämisoikeudella tarkoitetaan yksilön oikeutta määrätä omasta elämästään ja päättää itseään koskevista asioista. Sosiaalihuollon palveluissa tulee kuulla asiakkaan toiveita ja mielipiteitä. Hänen tulee saada osallistua ja vaikuttaa palve-

”Sosiaalihuollon palveluissa tulee kuulla asiakkaan toiveita ja mielipiteitä. Hänen tulee saada osallistua ja vaikuttaa palveluidensa suunnitteluun ja toteuttamiseen ja toisaalta hänellä on myös oikeus tehdä muiden mielestä vääriä valintoja.”

luidensa suunnitteluun ja toteuttamiseen ja toisaalta hänellä on myös oikeus tehdä muiden mielestä vääriä valintoja.

Terveystieteiden tutkimuskeskuksessa asiakasta pitää hoitaa yhteisymmärryksessä hänen kanssaan. Suunniteltua hoitoa ei ole pakko ottaa vastaan ja asiakkaalla on mahdollisuus valita toinen hoitomuoto, mikäli se on lää-



Katja Raita on Päijät-Hämeen hyvinvointialueen ikääntyneiden asiakasohjauksen tulosaluejohtaja.

ketieteellisesti mahdollista. Asiakkaalla on myös oikeus kieltäytyä hoidosta.

Vammaisten henkilöiden kohdalla itsemääräämisoikeus tarkoittaa oikeutta yhdenvertaisuuteen sekä henkilökohtaiseen vapauteen ja koskemattomuuteen. Heillä on oikeus määrätä omasta elämästään ja oikeus tehdä itseään koskevia päätöksiä.

Sosiaali- ja terveysalan lupa- ja valvontavirasto Valvira valvoo itsemääräämisoikeuden toteutumista sosiaali- ja terveydenhoitopalveluissa. Hyvinvointialueella on erilaisia hoidon valvonnan mittareita, jotka auttavat ihmisen itsemääräämisoikeuden valvonnassa. - Niin kutsutun valvontalain nojalla jokaisella toiminnollamme ja yksiköllämme on omavalvontasuunnitelma. Siihen tulee

kirjata myös se, miten asiakkaiden itsemääräämisoikeutta edistetään ja tuetaan. Hoito- tai palvelusuunnitelma on mielestäni keskeisin itsemääräämisoikeuden edistäjä ja varmistaja. Suunnitelmassa sovitaan asiakkaan ja omaisten kanssa hoidon ja tuen yksityiskohdista, tavoitteista ja keinoista, sekä asiakkaan toiveista. Tätä asiakirjaa

arvioidaan ja päivitetään säännöllisesti.

Jos täysi-ikäinen ei sairauden tai muun syyn vuoksi kykene päättämään hoidostaan, kuullaan asiakkaan tahdon selvittämiseksi hänen lähiomaisiaan tai muuta edustajaa. Joskus voi olla epäselvää joko viranomaisille tai omaisille, onko asiakas kykenevä päättämään asioistaan.

- Itsemääräämisoikeutta ei voi koskaan pinnottaa liikaa – muistisairaudesta tai muista kommunikaatiovaikeuksista ja -rajotteista huolimatta on pyrittävä selvittämään aina ja kaikissa tilanteissa asiakkaan tahto ja toive. Meidän valvonnastamme vastaava viranhaltija kertoi, että itsemääräämisoikeus on myös ostopalveluissa iso teema ja osa arkea. Asiakkaille tehdään itsemääräämisoikeussuunnitelmat ja asiakkaiden ääni tulee kuulluksi hyvin. Joskus tulee ristiriitoja, kun omaisilla ja asiakkailla on eri näkemys siitä, mitä omaiset haluavat ja mitä asiakas todellisuudessa itse haluaa, Raita kertoo.

Jokaisella on oma käsitys ”hyvästä”

Asiakkaiden ylilääkitseminen on Raidan mukaan vähentynyt huomattavasti. Lääkinnän määrää ja tarvetta seurataan muun muassa RAI-järjestelmän (Resident Assessment Instrument) avulla. Sen avulla

asiakkaiden toimintakykyä ja palvelutarpeita voidaan arvioida yhdenmukaisesti ja monipuolisesti.

- RAI:n avulla on helppo kiinnittää huomiota siihen, jos asiakkaalla on runsaasti erilaisia lääkkeitä. Tiedossani ei ole hiljaiseksi lääkitsemisen tapauksia. Jos tällaista tulisi esiin, puuttuisimme siihen ilman muuta.

Asiakkaalle laaditun hoito- ja palvelusuunnitelman avulla pyritään edistämään ja pystytään turvaamaan sitä, että hoitajilla ja hoidettavilla olisi vastaava käsitys siitä, mitä on hyvä hoito.

- Luulen, että käsitykset kohtaavat pääsääntöisesti, mutta toisinaan voi tullaan

”Asiakkaille tehdään itsemääräämisoikeussuunnitelma.”

vastaan sellaisia vaikeita tilanteita, joissa omaisilla on eri käsitys itsensä määrittämisestä omaisensa hyvästä. Tämä on ehkä tyypillisin ristiriitatilanne, jossa käsitykset hyvästä hoivasta menevät ristiin.

Raidan mukaan toimintaa kehitetään myös sosiaali- ja potilasvastaavien raporttien pohjalta. Sosiaali- ja potilasasiavastavilla on lakisääteinen velvollisuus koota tietoa sosiaalihuollon asiakkaiden ja terveydenhuollon potilaiden yhteydenotoista,

seurata heidän asemansa ja oikeuksiensa kehittymistä alueella sekä antaa siitä vuosittain selvitys aluehallitukselle.

- Nämä raportit antavat meille hyvää tietoa siitä, mitä toiminnassamme tulisi kehittää, jotta asiakkaamme kokisivat saavansa hyvää hoivaa ja hyviä kohtaamisia terveydenhuollon henkilökunnan kanssa.

Hyvä hoiva on lain puitteiden lisäksi subjektiivinen kokemus. Katja Raidan mukaan hyvässä hoivassa toteutuu itsemääräämisoikeus. Siinä tuetaan asiakkaan toimintakyvyn ylläpitoa ja sosiaalisuutta asiakkaiden toiveita kuunnellen. Se on hyvää, syrjinnästä vapaata kohtelua. Hyvässä hoivassa huomioidaan ihmisarvon loukkaamattomuus ja kunnioitetaan asiakkaan yksityisyyttä. Hyvä hoiva mahdollistaa arvokkaan kuoleman sekä elämän loppuvaiheen hoidon. Saattohoidossa elämänarvot ja toiveet huomioidaan.

Neuvottelukunta seuraa hoivan toteutumista

Valtakunnallinen sosiaali- ja terveysalan eettinen neuvottelukunta ETENE käsittelee sosiaali- ja terveysalaan sekä potilaan ja asiakkaan asemaan liittyviä eettisiä kysymyksiä. Neuvottelukunta antaa asiantuntija-apua sosiaali- ja terveysalaa koskevaa lainsäädäntöä kehitettäessä,

järjestää keskustelu- ja koulutustilaisuuksia, toimittaa julkaisuja ja raportteja sosiaali- ja terveysalaa koskevista eettisistä kysymyksistä. Lisäksi se seuraa sosiaali- ja terveysalan ja siihen liittyvän teknologian kehitystä eettisestä näkökulmasta.

Käyttäjien asemaa, osallisuutta, vastuuta, näkyvyyttä ja roolia koskevista asioista tarvitaan eettistä keskustelua. Teknologia, tekniset apuvälineet ja tietotekniikan lisääntyvä käyttö palvelussa ja hoivassa ovat niin ikään aiheita, joiden jatkuva eettinen tarkastelu on välttämätöntä. Raidan mukaan neuvottelukunnan linjaukset tunnetaan Päijät-Hämeessä hyvin.

- Niitä hyödynnetään ikääntyneille suunnattujen palveluiden kehittämisessä ja yhteistyötahoille kohdistetussa viestinnässä. Linjaukset kulkevat mukana punaisena lankana myös kuntien asuntorakentamista suunniteltaessa sekä joukkoliikenteen kehittämisessä.

Joillain hyvinvointialueilla on oma eettinen toimikunta. Nähdäänkö Päijät-Hämeessä sille tarvetta?

- Ainakaan ikääntyneiden osalta ei hyvinvointialueellamme ole eettistä toimikuntaa. Muutoin edistämme asiakasosallisuutta monin tavoin. Toiveeni olisi, että saisimme ETENE:n seuraavaan kokoonpanoon edustajan hyvinvointialueelta.

Ennakointi kannattaa

On asioita, joita ihmisten kannattaa tehdä vielä hyvävointisina ja muistavina, jotta heidän tuleva hoitonsa toteutuisi mahdollisimman hyvin.

- Tämä on tärkeä asia. On tärkeä kirjata oma hoitotahto ja hoitotestamentti valmiiksi, kun on vielä hyvässä voimissa. Omaisten kanssa kannattaa puhua omista toiveistaan, jotta hekin ovat niistä tietoisia. On hyvä puhua ja miettiä perheen kanssa, olisiko esimerkiksi omaishoito tai perhehoito toimiva ratkaisu. Kannattaa myös miettiä muut asumisratkaisut hyvässä ajoin kuntoon, koska esimerkiksi muistisairaana kohdalla muutto liian myöhäisessä vaiheessa aiheuttaa usein hankaluuksia, Raita kertoo.

On todettu, että usein vielä muistisairauden alkamisen kynnyksellä tai sen alkuvaiheessa ihminen oppii sisäistämään ja tuntemaan hyvin uuden kotinsa ympäristön ja kulkureitit. Mitä pidemmällä muistisairaus on muuttaessa, sitä hankalampaa uutta ympäristöä on enää omaksua.

- Erilaisista kotona asumista tukevaa turvatekniikkaa on nykyisin helposti saatavilla. Myös sellaisiin vaihtoehtoihin kannattaa tutustua hyvässä ajoin.

Eettisen hoivan tärkeyden ymmärrys ja tieto lisääntyvät kaiken aikaa, mutta kuluista on leikattava. Millainen on silloin

hoivaetiikan tulevaisuus?

Aika näyttää, miten hyvä hoiva toteutuu 2030-luvulla, odottavan palvelutarpeen piikin aikana. Uuden haasteen edessä Katja Raita haluaa luottaa ihmisyyteen.

- Uskon, että tuleva aika tulee kysymään ikääntymisen ennakointia. Sitä tullaan varmasti painottamaan ja vahvistamaan. Se tarkoittaa esimerkiksi oikea-aikaisten ratkaisujen tekoa ja tilanteiden kriisiytymisen välttämistä ennakoimalla. Ensi kesänä saamme ensimmäisen lain, joka mahdollistaa hoitohenkilöstön korvaamista teknologian avulla. On varmaa, että huolenpidossa, hoivassa ja hoitotyössä teknologian rooli tulee vahvistumaan. Toisaalta oletan, että tulemme ottamaan joitain askelia taaksepäin kohti mennyttä aikaa, jolloin palaamme siihen, että omaiset hoitavat ikääntyvät perheenjäsenensä itse. Ehkäpä omaishoito kehittyä ja ottaa vahvempaa jalansijaa käsiäkädessä teknologian kanssa. Teknologiaan liittyvät eettiset haasteet ovat varmasti meillä vielä pohdittavana seuraavan kymmenen vuoden sisällä. On myös uskottava ihmiseen ja inhimillisyyteen: kyllä hyvä hoiva on toteutettavissa nyt ja tulevaisuudessakin, lopettaa Raita.

”Minulla on käynyt hyvä säkä!”

PALVELUKESKUS Onnelanpolulla asuvalla **Merja Leppäkynnäksellä** on vuosien kokemus henkilökohtaisten avustajien ja kotihoidon asiakkuudesta. Hänelle hyvä hoiva merkitsee sitä, että asiakkaalla on hyvä olla. Hänen kohdallaan se tarkoittaa erityisesti toimivaa vuorovaikutusta hoitajan kanssa.

- Minulla on käynyt hyvä säkä hoitajien suhteen. Me tulemme keskenämme hyvin toimeen. Meillä on samanlainen huumori. Ne hoitajat, jotka tuntevat minut jo pidemmältä ajalta, melkein jo tietävät mitä olen kohta sanomassa, Leppäkynnäs kertoo.

Toinen asia on kunnioitus.

- Ihminenhan saa palautuksen siitä, jos osaa olla toiselle hyvä. Silloin hänellekin ollaan hyviä, Leppäkynnäs miettii.

Itsemääräämisoikeus koetuksella

Kotihoidon tulee aamuisin nostamaan Leppäkynnäksen nosturilla pyörätuoliinsa ja auttamaan aamutoimissa. Iltaisin kotihoidon huolehtii hänet sänkyyn. Vielä toissakesänä kotihoidon työntekijöiden vuoro loppui iltayhdeksältä. Leppäkynnäkselle se tarkoitti hyvin aikaista sänkyyn menoa.

- Kotihoidon henkilökunnan täytyi vielä ennen työvuoron loppumista ehtiä toimistolle ennen yhdeksää. Minulle se tarkoitti sitä, että olin sängyssä jo kahdeksalta, välillä jopa seitsemältä. Kyllä minua harmitti kun toiset oli grillillä ja minä makasin hereillä sängyssä.

Sittemmin tilanteeseen tuli helpotus, kun kotihoidon päivystys määrittäin kestämään kymmeneen saakka illalla. Hoitaja tulee

Leppäkynnäksen luo aina viimeisenä. Nyt iltavirkku Leppäkynnäs pääsee osallistumaan paremmin talon iltakokouksiin.

Itsemääräämisoikeuden toteutumisen hän sanoo kohdallaan riippuvan paljon siitä, millaisia henkilökohtaisia avustajia hän saa. Ylipäänsä hän kertoo aina saaneensa terveydenhuollon ammattilaisilta ”aika hyvää” palvelua. Tosin yksi huono kohtaaminen terveyskeskuksessa on jäänyt mieleen.

- Olin lääkärin vastaanotolla, mutta lääkäri puhui minun sijastani koko ajan avustajalleni. Sanoin, kuule, minä tässä olen se sairas ja minulla vielä suu käy ja pollakin pelaa minkä pelaa. Lääkäri loukkaantui huomautuksestani eikä sen jälkeen katsonut meitä päinkään. Ei edes heippaa sanonut kun olimme lähdössä.

Pyörätuoliaktivisti

Eräänä päivänä Leppäkynnäksellä oli paljon ohjelmaa. Päivällä olisi luvassa pojantyttären valmistujaiset, iltaohjelmalla Pate Mustajär-

ven konsertti. Aamuksi oli varattu kampaaja. - Tutulla kampaajalla olikin mennyt pesupaikka rikki. Ajoin kiireesti etsimään vapaita aikoja muualta, mutta kaikilla oli sama ongel-



Leppäkynnäs hoitaa arjen askareita henkilökohtaisen avustajan kanssa. Hänelle on tärkeää, että hoivahenkilön kanssa ajatukset juoksevat samansuuntaisesti.

ma: pesupaikalle olisi pitänyt nousta pari rap-pusta ylös. Tulin siitä niin pahalle päälle, että laitoin Etelä-Suomen Sanomiin tekstiviestin. He soittivatkin minulle ja tulivat tekemään minusta ja tästä esteettömyysongelmasta jutun. Siitä tuli myöhemmin paljon kiitosta.

Omalla tavallaan hoivaa Leppäkynnäs tuo ympärilleen muun muassa pitämällä toiminnallisia tuokioita muille asukkaalle alakerran kerhohuoneessa. Yhteen kokoonnutaan torstai-iltaisin kello 17.

- Luen toisille runoja ja aforismeja. Jotain toimintaa tänne täytyy keksiä. Korttipelit, satutunnit ja juoruilu. Niitähän täytyy olla, Leppäkynnäs naurahtaa.

”Ne hoitajat, jotka tuntevat minut jo pidemmältä ajalta, melkein jo tietävät mitä olen kohta sanomassa.”



Tutustumiskohteena vanhusten asumista ja hoivapalveluita tarjoava Hazelhurst Court Lontoossa.

Erilaiset elämäntavat vaativat erilaisia asumisratkaisuja

Tampereen yliopiston Kiinteistökehittämisen osaamiskeskuksen Tulevaisuuden senioriasuminen -yhteiskehittämishankkeen projektipäällikkö **Jaana Vanhatalo** kertoo, millaiset seikat ovat suurennuslasin alla, kun halutaan löytää ratkaisuja tulevaisuuden asumisen haasteisiin. Säätiö on yksi hankkeeseen osallistujista.

Miksi projekti on tärkeä?

- Suomessa, kuten muuallakin maailmassa ikääntyneiden määrä kasvaa suuresti seuraavina vuosikymmeninä. Tämä tulee asettamaan suuria haasteita asuntokannalle sekä uusille asunnoille. Jotta ikääntyvät pystyisivät asumaan itsenäisesti mahdollisimman kauan, on tärkeää tarjota erilaisia senioriasumisen vaihtoehtoja normaalin asumisen ja palveluasumisen välille. Nykytilanteessa on myös tärkeää huomioida kestävyden eri ulottuvuudet.

Mihin asioihin etsitte vastauksia?

- Tavoitteena on kehittää asumisen malleja, joilla itsenäistä asumista voidaan jatkaa mahdollisimman pitkään turvautumatta raskaimpiin asumisratkaisuihin. Ajattelemme hankkeessamme asumista kolmessa eri mittakaavassa, asuntona, rakennuksena ja elinympäristönä. Tutkimusaloina työssämme yhdistyy sekä kiinteistökehittäminen että arkkitehtuuri. Hankkeessa tehdään myös senioriasumiseen liittyviä kustannustarkasteluja, jotka yleensä jäävät vähemmälle huomiolle. Yhtenä tärkeänä huo-

miona hankkeestamme on se, että keskitymme nimenomaan tulevaisuuden senioriasumiseen ja siihen, mitä siinä pitäisi ottaa huomioon.

Millaisia yhteiskehittämisen keinoja käytätte?

- Hankkeessamme on mukana yliopiston lisäksi 24 organisaatiota, joista kustakin mukana on 1-3 osallistujaa. Tämän joukon kanssa olemme yhdessä pohtineet nykyistä senioriasumista sekä tulevaisuuden tarpeita yhteisissä keskusteluissa sekä useissa työpajoissa. Tapaamisten yhteydessä olemme tehneet kohdekäyntejä suomalaisiin senioriasumisen sekä siihen liittyviin kohteisiin. Kohdevierailulla osallistujamme ovat arvioineet kohteen hyviä ja huonoja puolia lomakkeeseen, joka on jaettu hankkeemme pääteemojen mukaisesti koskemaan tiloja, yhteisöllisyyttä, palveluja sekä teknologisia palveluja. Arviointilomakkeiden tuloksia käytetään hankkeessa luotavien suositusten muotoiluun.

Käyttäjät tulisi osallistaa asumisen suunnittelu- ja toteutusvaiheen prosesseissa. Lääkäiden osallistamisesta ja käyttäjäkeskeisestä senioriasumisen yhteiskehittämisestä on meillä Suomessa esimerkinä mm. Jyväskylään rakentunut Yrjö ja Hanna -säätiön Kalonin

kortteli. Meidän hankkeessamme käyttäjälähtöisyyttä on pyritty huomioimaan esimerkiksi pitämällä ammatillisille asumispreferensseihin keskittyneitä työpajoja.

Miten kestävä kehityksen tavoitteet ovat muuttaneet asumisen tutkimusta ja toteuttamista?

- Kaiken kaikkiaan tutkimuksessa pyritään etsimään kestävämpiä ratkaisuja rakentamisen suhteen. Haastetaan esimerkiksi talojen purkamista miettimällä rakennusten uudelleenkäytön mahdollisuuksia sekä edistetään kierrätystä ja kiertotaloutta. Myös asumisessa halutaan etsiä kestävämpiä ratkaisuja, jotka auttavat ilmastonmuutokseen sopeutumisessa oikeudenmukaisella tavalla.

Millaisen asumisen ratkaisujen on todettu tukevan yhteisöllisyyden kehittämistä?

Hankkeen tutkija **Veronika Haukeland** kertoo yhteisöllisyyden riippuvan ihmisistä.

- Ei ole selkeää näyttöä siitä, että asuinympäristön tilallisilla ratkaisuilla olisi merkittävää vaikutusta yhteisöllisyyden syntymiseen. Yhteisöllisyys on riippuvainen ihmisistä ja vaatii asuinympäristössä asukkaiden vuorovaikutusta. Asumisen ratkaisu, joihin on integroitu yhteisiä tiloja tai yhteistä toimintaa voivat mahdollistaa asukkaille tilaisuuksia, jossa kohdata toisia ja jossa yhteisöllisyys voi muotoutua. Ne eivät kuitenkaan voi taata sen muotoutumista.

- Yhteisöllisyys vaatii jatkuvaa panostusta, ja varsinkin alkuvaiheessa uudessa kohteessa yhteisöllisyyden luominen vaatii tukea, Jaana Vanhatalo lisää.

Yhteisöllisyyttä voisi yhteiskunnan puolesta tukea esimerkiksi m u t t a m a l l a rahoituksia pitkäkestoisemmaksi projektiluontoisten rahoitusten sijaan. Koska yhteisöllisyyden tukeminen voidaan nähdä ennakoivana toimena, sen tulevia rahallisia hyötyjä voi olla vaikeaa todentaa suoraan.



Jaana Vanhatalo

Toisin sanoen tämän hetken sat-saus voi tarkoittaa suuria säästöjä tulevaisuudessa. Ne eivät vain vielä näy laskelmissa. Tämä voi johtaa asian vähättelyyn ja projektiluontoisiin rahoituksiin.

Yhteisöllisyydestä säästäminen voi näkyä pitkällä aikavälillä esimerkiksi yksinäisyyden ja pahoinvoinnin lisääntymisenä.

Miltä tulevaisuuden senioriasuminen näyttää?

- Tulevaisuuden senioriasumista

pohdittaessa on muistettava, että ikääntyvät eivät ole mikään homogeeninen joukko, jolle riittäisi yksi ratkaisu, jota voitaisiin monistaa ympäri Suomea tai maailmaa. Kaivataan erilaisia vaihtoehtoja erilaisten mieltymysten toteuttamiseksi. Senioriasumisen tulisi olla myös laadukasta. Se, että ihmisestä tulee ikääntynyt, ei tarkoita, että hänen pitäisi joutua tyytymään vähempään.

Asennemuutosta kaivataan niin ikääntyvien kuin yhteiskunnan puolelta. Ikääntymisen pitäisi olla jotain, mitä halutaan vaalia ja juhlistaa. Ikääntyminen tulisi nähdä yhteiskunnassa voimavarana. Myös ihmisten itse tulisi oppia aktiivisemmin miettimään omaa asumistaan ja tulevaisuuttaan, ja tehdä ratkaisuja ennemmin ns. etukenossa. Samalla tulisi myös ymmärtää, että uudet senioriasunnot ovat viihtyisiä paikkoja, joissa voi elää omannäköistään aktiivista ja halutessaan myös yhteisöllistä elämää, toteaa Vanhatalo.

Suomessa haasteena on esimerkiksi vähenävän väestön alueet. Miten tyydyttää tämän hetken asumisen tarpeet, mutta tehdä se kestävästi? Tulevaisuudessa ei monilla paikkakunnilla löydy näihin asuntoihin välttämättä asujia, mutta tarvetta olisi juuri nyt.

Myös rahoituspuoli haastaa asumista ja sen tuotantoa. Miten saamme toteutettua tarvittavan määrän sellaista asumista, joka myös pysyy kohtuuhintaisena? Samoin nykyajan ongelmana meillä on toimintaympäristön muutos, joka haastaa ainakin toistaiseksi. Erityisryhmien asumisen siirryttyä hyvinvointialueille on lain mukainen yhteisöllinen asuminen ollut jossain määrin kriisissä. Tarvittaisiinkin enemmän koordinoitua sekä määritelmien selkeyttämistä kansallisella tasolla.



TULE tutustumassa Appleby Blue Almshouseen Lontoossa.

Yhtenä haasteena sekä senioriasumisen edistämiseksi että ikäystävällisen ympäristön kehittämiseksi on jumahtaminen ns. vanhoihin tapoihin ja keinoihin, koska ”näin on aina tehty”. Tämä vaatii siis aktiivista ajattelua ja nykytilanteen haastamista, sillä muutosta ei saada aikaiseksi, elleivät kaikki toimijat herää tähän, kannustaa Vanhatalo.

Millaisia toimia yhteiskunnalta vaaditaan tulevaisuudessa hyvän ikääntymisen mahdollistavan senioriasumisen järjestämiseksi?

- Ensinnäkin tähän on resursoitava riittävästi. Tarvetta on ennakoitava ja asumisen suunnittelua ja rakentamista koordinoitava jotenkin alueellisella tasolla, mikäli tähtäimenä on monipuolinen senioriasumisen tarjonta, joka olisi vielä kestävä. Vaaditaan myös toimijoiden yhteistyötä ja vuoropuhelua. Rahoitukset on hoidettava jotenkin, jollei muuten niin uusia malleja etsimällä. Yhteisöllisyyteen ja sen tukemiseen tulisi myös panostaa, sillä sen avulla voidaan parantaa asukkaiden hyvinvointia sekä torjua niin terveydellisiä kuin sosiaalisia haittoja. Lyhyellä aikavälillä sosiaalihuoltolain mukaisen yhteisöllisen asumisen kenttä vaatii myös selventämistä, vastaa Vanhatalo.

Mihin kiinnittäisit päättäjien huomion seuraavaksi?

- Oikeudenmukaisuuteen ja sosiaaliseen kestävyteen tulisi kiinnittää enemmän huomiota. Tällä hetkellä kaikkien kulujen nouseminen sekä tukien väheneminen voi johtaa tilanteeseen, ettemme enää olekaan asunnottomuuden ”mallimaa” tai energiaköyhyydestä tulee meidän arkipäivää, päättää Vanhatalo.



Liisa tarjoilee lounasta Lounaskahvila Onnissa Onnelanpolun asukas Marjatta Kalliolle.

”Olen poikani suurin fani”

Hyvä ja toimiva arki, turvallinen työpaikka ja työkaverit, joiden kanssa viihtyy vuodesta toiseen. Sellaiseksi kuvailee arkeaan Lounaskahvila Onnissa työskentelevä apulaisravintolapäällikkö **Liisa Laaksonen**.

VUONNA 2007 parikymppinen opiskelija Liisa Laaksonen oli tekemässä restonomiopintojensa opinnäytetyötä. Järvenpään Laurean yksikössä suoritettavat opinnot olivat loppusuoralla ja aikaa tuntui olevan jollekin muullekin. 2000-luvun alku oli aikaa, jolloin suoraan kivijalkaliikkeeseen tai yrityksen toimistoon käveleminen ja työpaikan tiedusteleminen oli yleisempää. Laaksonen oli tekemässä opinnäytetyötään ja koska hänellä oli yli-

määräistä aikaa, päätti hän lähteä etsimään töitä. Liisa käveli Ravintola Wanhan Herran kassalle ja kysyi, keltä voisi kysyä töitä. Hänelle annettiin ravintolapäällikkö linan puhelinnumero.

Aluksi Liisa teki Wanhassa Herrassa tilaustarjoilua. Ilta- ja viikonloppupainotteisessa työssä muistotilaisuuksien ja syntymäpäivien järjestelyt tulivat tutuiksi. Vuoden 2008 syksyllä Laaksonen sai Wanhasta Herrasta vakituisen työpaikan.

Äitiyslomalle ja hoitovapaalle Laaksonen jäi vuonna 2009. Hän ehti piipahtaa puoleksi vuodeksi Wanhaan Herraan kunnes äitiysloma kutsui jälleen. Hoitovapaalta vuonna 2014 palatessaan Laaksonen aloitti juuri valmistuneen Onnelanpolun Lounaskahvila Onnissa.

- Aloitin täällä tarjoilijana. Teen salivuoroa ja kylmälönnön vuoroa ja tuuraan ravintolapäällikkö **Maaritia** hänen ollessaan poissa. Nykyisin olen apulaisravintola-

päällikkö. Tuuraan myös tarvittaessa Puntarin ravintolapäällikkö Saria. Muissa ravintoloissa tuuraaminen tuo mukavaa vaihtelua arkeen.

Onnissa valmistetaan palveluasumisen ruoka. Se tarkoittaa aamupalan, lounaan, päiväkahvin, päivällisen ja iltapalan tekemistä sadalle asiakkaalle joka päivä. Lisäksi ravintolassa käy syömässä 60-80 ruokailijaa päivittäin. Onnin arkeen saattaa olla luvassa muutoksia, sillä Onnelanpolulle kaavailtu yhteisöllinen asuminen tuo todennäköisesti Onnille lisää asiakkaita.

Onni on asiakkaidensa näköinen

Wanhassa Herrassa työt painottuivat iltaan, kun Onnissa Liisa tulee töihin aamuseitsemältä. Aamuvuorot sopivat

hänelle.

- Se on varmaan yksi syy miksi olen jäänyt Onniin. Ravintola-alalla työt ovat useimmiten iltapainotteisia.

Onnissa ruokailevat pääasiassa tutut talon asukkaat. Vakiasiakkaina on myös talon ulkopuolisia. Liisasta tuntuu, että nykyisin asiakaskunta on hieman heikkokuntoisempaa kuin Onnin aloittaessa toimintansa, sillä asiakkaat tarvitsevat enemmän apua esimerkiksi ruokatarjottimen kantamisessa pöytään.

Onnissa tehdään tilauksesta suolaisia ja makeita tarjoiluja. Asiakkaat osaavat kysyä henkilökunnalta erilaisia vaihtoehtoja. Sana kiirii selvästi talon sisällä, sillä kun joku tilaa kakun, tulee pian pari muutakin tilausta.

Lounaskahvilan arki on muovautunut vuosien aikana vanhojen, uusien ja jo pois menneiden asukkaiden myötä. Alkuaikojen

vakiojengiä, joka istui ruokasalissa puolet päivästä tekemässä ristikkoa, ei enää ole. Tietyt asukkaat käyvät vakituisesti aamupurolla.

- Me työntekijätkin aloitamme päivän omalla aamupalalla ennen avaamista, Liisa sanoo.

Samalla on hyvä vaihtaa päivän kuulumiset ja tehdä päivän suunnitelma.

Syntymäpäivälahjaksi kukkopilli

Liisa viihtyy työkavereidensa seurassa. Hän mainitsee hyvän työyhteisön tärkeimmäksi työssä viihtymisen edellytykseksi. Onnin porukassa huumori kukkii ja joustavuus on osa työskentelyä.

- On kiva tulla töihin. Ja hyvä niin, sillä yhteen aikaan kun mieheni teki enemmän iltavuoroa, näin enemmän päivittäin työkavereitani kuin miestäni, Liisa nauraa.

Onnin ruokaa Liisa kehuu hyväksi. Asukkaiden lempiruokia ovat ylikypsä possu ja kaalilaatikko. Jälkiruoista maistuvat etenkin maitokiisseli, letut ja pannukakut.

- Meillä oli Onnelanpolulla avoin keskustelutalutus, jossa oli mukana talon asukkaita. Asukkaat esittivät toiveen, että torstaisin olisi tarjolla hernekeitto, pannukakua tai lettuja. Toive kuultiin ja nyt torstaisin on hernekeittopäivä, Laaksonen kertoo.

Säätiön ravintoloissa talojen asukkaat tulevat tutuiksi henkilökunnalle. Ja kun henkilökunta yleensä viihtyy säätiön palveluksessa pitkään, tarkoittaa se myös

ystävällisen asukkaan, Liisa kertoo.

Säätiötä Liisa pitää hyvänä työnantajana ja Onnia turvallisena työpaikkana.

- Meistä pidetään huolta. Omaan työhön voi vaikuttaa jossain määrin, sillä toiveita kuunnellaan. Minä toivoin esimerkiksi lisää haastetta työtehtäviini. Se toteutui, kun sain alkaa tuuraamaan Maaritia, Liisa kiittelee.

Suurin fani

Ravintolatyö on fyysisesti raskasta. Päivät kuluvat pääasiassa seisten ja liikkeessä. Se sopii Liisalle, sillä Maaritia tuuratessaan hän on huomannut enemmän toimistotöitä tehdessään selkensä kipeytyvän. Pienet hyvinvointiteot auttavat jaksamaan.

- Liikuntaa ja ulkoilua voisin harrastaa enemmänkin. Työpaikan aamupalahetkessä minulla on kirkasvalolamppu seurana. Syksyisin ja talvisin liikunnat toteutuvat lähinnä koiramme Toton kanssa.

Kotona Liisa ei enää viihdy keittiössä. Perheen ruokahuollon hoitaa hänen miehensä. - Silloin kun kävelin Wanhaan Herraan kysymään töitä, oli minulla poikaystävä. Vuonna 2008 menimme naimisiin ja olemme edelleen yhdessä. Meillä on kaksi lasta, vuonna 2009 syntynyt lida ja vuonna 2011 syntynyt Aleks.

Liisa kuvailee itseään kotihiireksi. Mitä enemmän ikää karttuu, sitä enemmän hän viihtyy kotona. Vapaa-aikanaan hän tosin istuu jonkin verran myös autossa. Poika

”Asukkaiden lempiruokia ovat ylikypsä possu ja kaalilaatikko. Jälkiruoista maistuvat etenkin maitokiisseli, letut ja pannukakut.”

pitkiä ihmissuhteita asiakkaiden kanssa. Yksi asukas on jäänyt erityisesti Liisan mieleen.

- Hänelle vietiin ruoka kotiin. Asukas oli aina jotenkin tosi iloinen ja myönteinen. Meillä oli varmaan ollut puhetta, että minulla olisi pian synttärät ja se oli jäänyt hänen mieleensä. Taas kerran viedessäni hänelle ruokaa hän antoi minulle omasta hyllystään pienen kukkopillin. Se oli ihana ele. Minulla on se kukkopilli edelleen kotona. Aina, kun se osuu silmiini, muistan tämän

Aleks harrastaa jääkiekkoa. Poika ja iso varustekassi kulkevat milloin millekin hallille.

- Tykkään olla mukana harrastuksissa. Jos en ole viikonloppuisin töissä niin olen katsomassa hänen pelejään. Olen hänen suurin faninsa, Liisa hymyilee.

Aikanaan naapuriensa lasten harrastuspyöritystä seurattuaan Liisa ajatteli, että tuollaista minusta ei ainakaan ikinä tule.

- Nykyään kukaan poikaani jonnekin lähes päivittäin, Liisa nauraa.



Pöydällä on Ulla-Maijan viimeisen koiran Piken kuva. Koirat ovat aina olleet Ulla-Maijalle tärkeitä. Kuvan on ottanut Ulla-Maijan tytär.

Ulla-Maija Mellin - pikkulotasta pankinjohtajaksi

Ikäneitotätien kannustamana kouluttautunut Ulla-Maija päätyi sattumusten kautta ja osaamisensa johdattamana pankkialan johtotehtäviin asti.

ULLA-MAIJA SYNTYI TYRVÄÄLLÄ syyskuussa 1928 perheensä kolmanneksi lapsiksi. Hänellä oli perheessään kuusi isoveljeä sekä kuusi isosiskoa. Isänsä pieni Ulla-Maija ei ehtinyt nähdä kertakaan, sillä isä menehtyi tapaturmaisesti toukokuussa vain muutamaa kuukautta ennen Ulla-Maijan syntymää. Isä oli toiminut myllärinä Kokemäenjoen varrella. Kaksi vanhinta veljestä ottivat myllyn hoitaakseen ja toimivat isähahmoina pienimmälle sisarelleen.

Koska lapsia oli perheessä paljon ja perheen isä oli kuollut, sijoitettiin lapsia ajan hengen mukaan sukulaisten luokse. Suurin

osa perheistä toimi maanviljelijöinä. Yhdellä isän siskolla oli Kristiinankaupungissa teurastamo, makkaratehdas, ravintola ja lihamyymälä. Sisaruksista neljä lähti kudentoista ikäisenä töihin Kristiinankaupunkiin, muistelee Ulla-Maija. Muutama sisaruksista työskenteli maalaistaloissa, sillä äidillä ei ollut mitään tuloja. Siihen aikaan ei ollut lapsilisiä, eikä muitakaan tukia elannon varmistamiseksi.

Myllyn toiminta lakkasi talvisodan alettua, Ulla-Maijan ollessa 11-vuotias. Pitäjässä oli kaksi muuta myllyä, jotka jatkoivat toimintaansa. Kaikki Ulla-Maijan kuusi veljeä lähtivät sotaan, nuorin heistä 17-vuotiaana

vapaaehtoisena. Sota-aika oli kovaa, vaikka Länsi-Suomessa ei sota arjessa kovasti näkynytäkään. Kerran hiihtaessään isolla mäellä näki Ulla-Maija pommikoneen lentävän ylitse. Hän toimi sodan aikana pikkulottana seurojentalolla, jossa muonitettiin sotilaita. Pikkulotat tekivät muun muassa voinappeja ja hoitivat tiskejä. Sodan päättyttyä kaikki kuusi veljeä palasivat takaisin kotiin, kaksi heistä lievästi haavoittuneina.

Ura pankissa

Ulla-Maijalla oli niin kutsuttuja ikäneitotätejä, jotka arvostivat koulutusta. He halusivat, että Ulla-Maija saa käydä kouluja ja opis-

kella. Ensin Ulla-Maija kävi kansakoulun, sitten pyrki ja pääsi keskikouluun. Hän olisi saanut opiskella ylioppilaaksi, mutta rahaa teki nuoren naisen mieli. Silloin keskikoulun käynyt oli korkeassa arvossa, sillä keskikoulun käyneitä oli vähän. Aikaa ja koulutuksen arvostusta kuvaa hyvin Ulla-Maijan muisto: kotipitäjässä asui mies, joka oli lukenut itsensä maisteriksi. Kylällä häntä kutsuttiin

”Pikkulotat tekivät muun muassa voinappeja ja hoitivat tiskejä.”

aina Jaatisen maisteriksi, eikä koskaan omalla etunimellä.

Työpaikkaa ei silloin tarvinnut paljon hakea, kun melkein pyydettiin töihin. Postissa oli töissä vanhempia koulukavereita, jotka houkuttelivat myös Ulla-Maijan töihin. Hän työskenteli ensin Postissa ja sitten etupäässä Postipankissa, joka oli Postin yhteydessä.

Miehensä **Martti Mellinin** Ulla-Maija tapasi Tyrväällä, eli Vammalan kauppalassa. Perheeseen syntyi kolme lasta kolmen ja puolen vuoden sisällä. Valitettavasti perheen nuorin lapsi kuoli reilun yhden vuoden iässä.

Perhe asui Vammalan osuuspankin talossa vuokralla, kun lapset olivat pieniä. Pankinjohtaja kysyi, että saisiko Ulla-Maija lapsiaan hoitoon, jotta hän pääsisi kesäapulaiseksi pankkiin, joka oli auki klo 9-15 välisen ajan. Ulla-Maijan äiti oli hyvässä kunnossa ja pystyikin ottamaan lapset hoitoonsa. Ulla-Maija aloitti kesätöitä, mutta jatkoi työskentelyä pankissa siihen saakka, kunnes perhe muutti Tampereelle miehen työn perässä.

Vammalan pankissa oli ollut osuuspankkiharjoittelijana **Seppo**, jota Ulla-Maija oli työssään ohjannut ja opastanut. Samainen Seppo oli nyt konttorinjohtajana Tampereella. Kun Seppo kuoli Ulla-Maijan olevan muuttamassa sinne, pyysi hän Ulla-Maijaa uuteen avattavaan pankin sivukonttoriin töihin.

Alkuun konttorissa oli kaksi työntekijää. Vuoden vaihteessa pankissa tehtiin käsin kaikki tilinpäätökset. Seppo teki tilinpäätökset omassa toimipisteessään ja Ulla-Maija ihan mielenkiinnosta kysyi, saisiko hän tehdä

ne sivukonttorissa. Seppo kävi paikalla ja tarkisti tilinpäätökset ja laittoi niihin nimet alle. Kun Seppo siirtyi Osuuspankissa korkeampaan vakanssiin, tarvittiin konttorille uusi konttorinjohtaja. Siihen Seppo oli todennut, ettei tarvita uutta johtajaa, kun Ulla-Maija hoitaa kaikki johdon työt konttorilla.

Tuolloin pankit kouluttivat konttorinjohtajat itse Osuuspankkiopistolla Helsingin Vuosaarella. Ulla-Maija kutsuttiin pankin johtoryhmää tapaamaan ja kysyttiin hänen haluaan lähteä koulutukseen. Hän lupautui lähtemään, vaikka osa johtoryhmästä epäilikin sitä, kuinka nainen siellä pärjää. Koulutuksessa oli 32 opiskelijaa, joista 30 miestä ja kaksi naista. ”Sellaista oli maailma siihen aikaan”, toteaa Ulla-Maija.

Varhain leskeksi

Ulla-Maijan johtamasta sivukonttorista kasvoi yksi alueen suurimmista sivukonttoreista. Pankki oli siihen aikaan aivan erilainen kuin nyt. Ennen kaikki kirjattiin käsin ja pankit elivät korkomarginaalilla. Talletuksia haalittiin, talletukset lainoitettiin ja tällä marginaalilla pankit toimivat. Silloin ei peritty erillisiä toimitusmaksuja mistään. Pankista Ulla-Maija pääsi eläkkeelle 60-vuotiaana. Silloin ei katsottu hyvällä, jos jatkoi töitä eläkeiän jälkeen.

Surua Ulla-Maijan elämään tuli myös miehen kuollessa 52-vuotiaana äkilliseen sydäninfarktiin. Kuolema oli odottamaton, sillä mies oli hyväkuntoinen ja harrasti lastenleikkimateriaalia. Kuoleman jälkeen Ulla-Maija jatkoi elämäänsä ja harrasti lastenleikkimateriaalia. Kuoleman jälkeen Ulla-Maija jatkoi elämäänsä ja harrasti lastenleikkimateriaalia.

Ulla-Maija oli hyväkuntoinen ja terve eläkkeelle päästyään. Hän myi asuntonsa Tampereelta ja muutti Hämeenlinnaan, jossa pojan perhe asui. Lehdessä oli ilmoitus senioritanssikurssista. Ulla-Maija ajatteli mennä aikansa kuluksi sinne.

Kuntokallio koulutti silloin seniori-tanssiohjajia Suomessa, jonka koulutuksiin Ulla-Maija osallistui. Senioritanssissa on ajatuksena,

että sama koreografia tanssitaan useasti saman tanssin aikana, jotta liikkeet jäävät tanssijan mieleen. Ajatus on sama sekä seisoma- että istumatanssissa. Ulla-Maija ohjasi Vanajaveden opiston alaisuudessa torstaisin ryhmää Turengissa.

”Hämeenlinnassa oli vapaaehtoisryhmä, jossa olin liikunnan puitteissa vapaaehtoisena ja kävin vanhainkodeissa pitämässä senioritansseja”, kertoo Ulla-Maija. Hän tuurasi myös voimisteluryhmien ohjausta sekä piti omaa tuulivoimisteluryhmää Turengissa. Lapsenlapset olivat niin isoja, etteivät he tarvitse enää hoitajaa ja hänellä oli aikaa paneutua vapaaehtoistöihin.

Aktiivista elämää seniorina

Ulla-Maijalla on lastenlapsia neljä, lastenlastenlapsia 12 ja lastenlastenlastenlapsia kaksi. Viidennen polven 3-vuotiaan ja 5-vuotiaan näkeminen ilahduttaa aina, toteaa Ulla-Maija. Harrastuksina Ulla-Maijalla on kuntosalilla käynti talon kuntosalissa ja kerran viikossa Kivimaan uimahallissa vesijuokseminen sekä vesijumppa jump-pavideoiden tahtiin. Uimahalliin hän kulkee bussilla. Siivoaja käy kerran kuussa, mutta muuta kotiapua ei Ulla-Maijalla vielä ole. Myös kauppa-asiat hän on hoitanut itse. Facebookissa Ulla-Maija ei itse kirjoittele paljoa, mutta seuraa mielellään jälkipolviensa elämää.



VANHAN OPETTAJAN JOULULAULU

Joulu on ovella
se saapuu kiireisin askelin
juoksuttaa meitä kaupasta toiseen
vie tungoksiin ja ostoksille.

Joulu on ovella
se saapuu iloisin askelin
laittaa värivalot välkkymään
joululaulut helkkymään
kassakoneet hymisemään kiitosta.

Minäkin menossa mukana
etsimässä lapsuuden joulua
tuoksua hyasintin ja kirjojen lumoa
pipareiden makeaa makua.

Vihdoin läpeensä uuvuksissa
puiston penkille istahdan
ja kaupungin kattojen takaa
näen tähden kirkkaan hohtavan
samassa kiidän
yli lumisen maiseman, tummien metsien
pienen kyläkoulun joulujuhlaan
taakse vuosikymmenten

muistan kaihoten
aidon joulutunnelman
kynttilöiden liekit ja virren hartahan
kirkkaat tähtisilmät lapsien
ja havinan enkelin siipien
paimenten kedon yllä

muistan ikävöiden
lumihiutalekeijujen leikin
punalakkisten tonttujen vilinän
pienien tiukujen kilinän

muistan lämmöllä
lasten riemukkaat joululaulut
ja jännityksen valtavan
kun itse herra Joulupukki
toi lahjakorin mahtavan

ja kun viimeisenä
koulun oven suljin
ja narskuvaan pakkasyöhön kuljin
vanhat pihakoivut lumipuvuissaan
ilakoivat iltaa tähdet hiuksissaan

minä puiston penkiltä nousen
kohmeessa
silmit kyynelissä
- joulun henki tuli taas lähelle niin

- Marja Vilkama -



Onnelanpolulla asukkaat kokoontuvat kuukausikahveille

Vuonna 2023 **Sinikka Tuominen** vietti ensimmäistä joulua leskenä. Hän mietti, miten moni on jouluna yksin. Sinikka päätti leipoa pullaa ja kutsua asukkaita kerhohuoneelle joulukahville. Siitä **Mauri Lastumo** sai idean: miksei tästä voisi tehdä tapaa?

Asukastoimikunnan puheenjohtaja **Martti Puustisen** poika halusi ryhtyä idean sponsoriksi ja lahjoitti 12 pakettia kahvia. Lastumo pyysi **Päivikki Rutilaa** "kahvi-muoriksi", ja niin toimiva konsepti oli valmis. Viimeksi kahville tuli yli 30 henkeä. Tänäpäin osallistujia verotti tv:stä tullut Rukan maailmancup.

Ihana kahvin tuoksu tulee vastaan jo käytävällä. Rutila kaataa jo kahvia kuppeihin. Ensimmäiset kahvittelijat istuvat alas 20 minuuttia ennen kello viittä. Eräs sisääntulija uskoo olevansa saunassa, mutta hänet ohjataan pöytään istumaan. Nyt otetaan kahvia.

- Kahvitukset eivät onnistuisi ilman hyväjalkaista kahvin keittäjää ja kaatajaa. Päivikkihän meille vetää maanantaisin jumpankin, Tuominen kehuu.

- Enhän minä muuta kuin laitan videot päälle, Rutila vähättelee.

Asukkaat lipuvat sisään. Pyörätuolilla ja rollaattorilla tuleville annetaan tilaa. **Martti Puustinen** tulee paikalle.

- Alku oli hieman hankalaa, kun niin moni meistä on vaivaisia. Suuri kunnia ja kiitos näille meidän tarjoilijoille, jotka tämän mahdollistavat, Puustinen kehuu.

Kahvien jälkeen on Rutilan järjestämän visailun aika. Osaisitko sinä vastata näihin?

Millä toisella
sanalla kutsutaan
rosollia?

Salaatti länsisuomessa,
pohjanmaalla sinalla

Mitä kaloja
jouluksi hapatettiin
ennen vanhaan?

Särkiä, ahvenia,
lahnoja ja säyneitä

Kylmä joulun
perinnejuoma?

Sahti

Wanhassa Herrassa tanssittiin

LOKAKUUN PERJANTAINA Lahden Lähimmäispalvelun ja Lahden vanhusten asuntosäätiön yhteistyössä toteuttama Lounastanssit -tapahtuma toi iloa ja vauhtia syksyyn Wanhassa Herrassa.

Kalle Hiltunen vastasi musiikista talvipuutarhan palmun alla. Tanssivat parit täyttivät aulan ja ravintolasalin. Musiikista saattoi nauttia tanssin pyörteissä, toisten seurassa istuen tai lounaalla valkoisin liinoin katetun pöydän ääressä. Paikalla oli myös vapaaehtoisia tanssittajia, joten kukaan ei jäänyt tanssiparia vaille. Tunnelma oli lennokas ja iloinen.



Tanssin hurmaa seuraavat **Irja Lahikainen, Maria Ulasevich, Irja Oksanen ja Liisi Alajääski.**



talojen terveiset

Tervehdys täältä Saimaankadulta!

ILLAT PIMENEVÄT VAUHDILLA, mutta talossamme on valoisa tunnelma. Iloa ja valoa jokaiseen päivään tuovat juttutuokiot kerhohuoneella, markkinakahvit ja palapelin kokoaminen.

Ulkona kun ei enää tarkene kokoontua, kerhohuone on oiva paikka tavata mukavia naapureita. Siellä pelataan bingoa maanantaisin, keskiviikkoisin kokoontuu keskustelukerho ja joka toinen tiistai Lähimmäispalvelun kerho. Kerran kuukaudessa tulee kampaaja leikkaamaan hiuksia kerhohuoneeseen. Päivä- ja viikkolehdet kiertävät kivasti talossa ja niitä voi käydä kerhohuoneella lukemassa, tai lainata kotiin. Lenkkisaunan löylyissä on mukava jutustella naapurin kanssa tiistaisin.

Aktiiviset asukkaat ovat järjestäneet kirpputoreja, mistä voi ostaa vaatteiden ja tavaroiden lisäksi myös herkkuja kahvipöytään.

Naapuriapukin toimii täällä! Hyvin voi käydä avaamassa liian tiukan sillipurkin kannen

kaverilla, ellei naapurin omat voimat riitä. Tai samalla kun vie omat roskansa, voi napata naapuristakin roskapussin mukaan. Kauppa-apua monet ovat myös naapurilta

joskus pyytäneet, elleivät ole voineet itse kauppaan lähteä, vaikkapa flunssan takia. Aina on apua löytynyt!

Nyt nautitaan kausivaloista ikkunoilla ja parvekkeilla.

Saimaankadun asukkaat toivottavat hyvää joulua ja onnellista uutta vuotta kaikille!

Raili Lehtonen

Saimaankadun asukasedustaja



Hyvää joulua asukkaille ja yhteistyökumppaneille!

Kuvassa Kartanonkulman asukkaat Mauri Lastumo, Sinikka Tuominen, Päivikki Ruttila



Kauppakadun haku avautuu tammi-helmikuun vaihteessa!

Säätiöltä haettavia asuntoja ikääntyneille

Anttilankatu 1 A ja B	552,33-765,55€
Saimaankatu 29 C	580,22 – 840,02€
Lepolankatu 12 ja 14A	696,21€
Lepolankatu 14 C ja D	448,57 – 1439,36€
Kyösti Kallion katu 9 B	469,50 – 1110,06€
Huovilankatu 7 ja 9	498,81 – 773,16€
Elokatu 2	590,05 – 900,52€
Laaksokatu 21	679,60 – 959,94€

Laaksokatu 17	679,60 – 1146,88€
Laaksokatu 15	679,60 – 1006,88€
Laaksokatu 13	688,10 – 747,56€
Laaksokatu 19	536,61 – 840,69€
Sammonkatu 3	618,48 – 893,36€
Harjulankatu 1	400,00 – 1221,81€
Korkeakatu 2	537,54 – 762,925€

LAHDEN VANHUSTEN ASUNTOSÄÄTIÖ sr

Lahden vanhusten asuntosäätiö tarjoaa esteettömiä, yhteisöllisiä ja kohtuuhintaisia koteja lähellä palveluita ja Lahden keskustaa. Asuntomme ja talojemme yhteiset tilat on suunniteltu niin, että ikääntyminen on helppoa ja turvallista. Asuntoja voi hakea jatkuvasti ilman erillistä hakuaikaa ottamalla yhteyttä toimistoomme. Lisätietoa hakemisesta saat myös nettisivuiltamme www.lvas.fi



LAHDEN VANHUSTEN
ASUNTOSÄÄTIÖ sr

— Hyvää asumista jo 60 vuotta —

Laaksokatu 17, Lahti
palveluaika ma-pe klo 9-12
asuntosihteri puh. 044 7354 004

Lue lisää palveluistamme osoitteessa www.lvas.fi