

Monimuotoinen vanhuus



Raamatun vanhuskäsitys
Vanhusten hätä jää piiloon
Hiljainen sukupolvi



4 10



12



22



30



38



40

- | | |
|---|--|
| 3 Pääkirjoitus Älä hylkää minua vanhuuden päivinä | 28 Humppakylän huvitukset |
| 4 Kuvassa Pirkko Karjalainen | 30 Riparilaiset tuovat virtaa vanhustenleireille |
| 6 Raamatun vanhuskäsitys | 32 Verkkopankki tutuksi |
| 8 Monimuotoinen vanhuus | 34 Sinkkutoiminta tarjoaa vertaistukea |
| 10 Vanhuus toimeentulon ääri rajoilla | 36 Kaksi hassua elefanttia |
| 12 Vanhusten hätä jää piiloon | 38 Kun vanhusta kohdellaan kaltoin... |
| 14 Eläkeikä voi olla myös uuden ajan alku | 40 Hiljainen sukupolvi |
| 16 Henttiset | 42 Vetoketju kiinni |
| 18 Vanhusten köyhyys diakonian haasteena | 44 Uudet tekemisen tavat |
| 20 "Tie unohdettujen luo" | 45 Diakin rakenne uudistuu |
| 22 Passionerade och andra aktiva pensionärer | 46 Airi Raitaranta esittäytyy |
| 25 Menninkäinen | 47 Kirjat |
| 26 Hoivaleirille on kysyntää | 48 Iltahartaus Jumalan perheväki |

Älä hylkää minua vanhuuden päivinä

Olemme varsin yksimielisiä siitä, että ihmisarvoinen vanhuus kuuluu jokaiselle. Ihmisen arvo ei saa riippua siitä, miten hyödyllinen tai tuottava hän on. Ja olemme yksimielisiä myös siitä, että yhteiskunnan tulee suojella erityisesti heikoimmissa asemassa olevia.

Muutama viikko sitten televisiossa esitetty dokumentti muistutti, miten vakavia puutteita vanhusten hoidossa voi olla. Vanhuksia saatettiin eräissä hoivakodissa rangaista mm. siten, että heitä ei päästetty kahteen viikkoon suihkuun. Sekä omaiset että hoitajat kertovat liian usein, miten vanhuksia pidetään laitoksissa aliravittuina ja henkilökunta on liian vähän. Tilanne on järkyttävä niin hoidettaville kuin hoitajille. ”Siitä jäi semmoinen totaalinen pahanolon tunne”, kertoi eräs hoitaja. Vastaavanlainen ihmisten ”pakettihoitaminen” näkyy myös ääri rajoilleen mitoitettussa kotihoidossa.

Tilanne on käsittämätön, etenkin kun ottaa huomioon, että me odotamme päättäjiltä tutkimustikin van-

hustenhoidon parantamista. Ikäntyvän väestön ihmisarvoinen hoito ja kohtelu ovat arvovalinta, jolla on kansan vankka kannatus. On käsittämätöntä, että kustannussäästöjen takia vanhuksille syötetään rauhoittavia lääkkeitä, kun hoitajia ei ole riittävästi.

Yksi myönteinen merkki paremmasta on nk. vanhustalvelulaki, joka tulee voimaan heinäkuussa. Lain tavoitteena on varmistaa, että ”iäkkäät ihmiset saavat yksilöllistä tarpeittensa mukaista hoitoa ja huolenpitoa yhdenvertaisesti koko maassa laadukkaiden sosiaali- ja terveyspalvelujen avulla”. Palvelutarve tulee selvittää ja palvelut järjestää viivytyksettä. Kunnissa tulee paitsi tehdä suunnitelmia, miten ikääntyvien ihmisten hyvinvointia tuetaan ja palvelujen saanti turvataan, myös arvioida vuosittain palvelujen riittävyyttä ja laatua. Kuntien tulee osoittaa myös voimavarat tähän.

On tarpeen, että meitä aika ajoin herätetään näkemään marginaaleihin joutuneet ja työnnetyt. Yhteis-

vastuukeräys puhui ihmisarvoisen vanhuuden puolesta edellisen keran vuonna 2006. Tuolloin kampanjassa muistutettiin, ettei ihmisessä ole Parasta ennen -päiväystä. Aihetta käsiteltiin myös Kirkon Sosiaalifoorumissa, joka julkisti Vanhuusmarginaalissa -teesinsä. Yhteisvastuukeräys peräänkuuluttaa jälleen ihmisarvoista vanhuutta. Emme tarvitse niinkään uusien asioiden opettamista kuin vanhoista muistuttamista.

● KALLE KUUSIMÄKI



DIAKONIA

- ◆ JULKAISIJA: Diakonia ry, Kirkon diakonia ja sielunhoito, Suomen Diakonialaitosten Liitto, Diakoniatyöntekijöiden Liitto, Suomen Kirkon Seurakuntaopiston Säätiö, Kirkkopalvelut, Suomen Merimieskirkko, Espoon Diakoniasäätiö, Oulun Diakonissalaitoksen Säätiö, Martinus-säätiö. ◆ HALLITUKSEN PUHEENJOHTAJA: Tapio Pajunen ◆ KUSTANTAJA: Kustannus-Osakeyhtiö Kotimaa ◆ TOIMITUSKUNTA: Raili Gothóni, Marja Kantanen, Tiina Laine, Irene Nummela, Sari Peltonen, Hannu Rahikainen, Airi Raitaranta, Terttu Pohjolainen ◆ TOIMITUS: PL 185, 00161 HELSINKI ◆ PÄÄTOIMITTAJA: Kalle Kuusimäki, p. 050 501 2901 ◆ TOIMITUSPÄÄLLIKKÖ: Raili Suviranta: raili.suviranta@evl.fi ◆ TOIMISTOSIHTTEERI: Eila Karkkunen, p. 050 369 0988, eila.karkkunen@evl.fi ◆ TAITTO JA KUVANKÄSITTELY: Kustannus-Osakeyhtiö Kotimaa ◆ TILAUKSET JA OSOITTEENMUUTOKSET: Eila Karkkunen, p. 050 369 0988, eila.karkkunen@evl.fi ◆ TILAUSHINTA KOTIMAAHAN: Tilaushinta kotimaahan 40 €/vuosikerta, ulkomaille 44 €/vuosikerta, opiskelijahinta 18 €. Osoitietoja voidaan luovuttaa kaupallisille ilmoittajille. ◆ KANSI: Kalle Ahonen ◆ LEHTI ILMESTYY 5 kertaa vuodessa. Numero 2/2013 ilmestyy 30.4.2013. Lehden teemana on Päihteet ja rikollisuus ◆ ISSN 0355-8797 ◆ ILMOITUSHINNAT: nelivärisenä 1,30 € / pmm. Ilmoitushintoihin lisätään arvonlisävero 24 %.
- ◆ ILMOITUSMYyntI: Jaana Mehtälä, p. 020 754 2309, jaana.mehtala@kotimaa.fi
- ◆ ILMOITUSTEN VASTAANOTTO JA VALMISTUS: ilmoitusmyynti@kotimaa.fi, p. 020 754 2000

 KOTIMAA-YHTIÖT

Jokainen ihminen on arvokas

Pirkko Karjalaisen mukaan Suomessa vanhusten tilanne on kokonaisuudessaan varsin hyvä. Syrjäytyneiden tavoittaminen on mahdollista, mutta vaatii aktiivisuutta.

Pirkko Karjalainen on tehnyt jo tähän mennessä pitkän päivän vanhustyön parissa. Vanhustyön keskusliiton toiminnanjohtajana hän on ollut viimeiset 20 vuotta. Sitä ennen hän toimi samassa järjestössä kolmen vuoden ajan muissa tehtävissä. Työura alkoi sosiaali- ja terveysministeriössä, jossa Karjalainen työskenteli 16 vuoden ajan tutkimus- ja suunnittelutehtävissä.

1970- ja 80-luvut olivat erilaisten sosiaali- ja terveyspalveluiden rakentamisen aikaa.

– Tuolloin julkisen puolen toimintoja laajennettiin. Vanhustyön koulutusta ruvettiin kehittämään monipuolisemmaksi. Tämä liittyi esimerkiksi kodinhoitajakoulutukseen sekä lääketieteen puolella geriatriaan ja gerontologiseen osaamiseen, Karjalainen muistelee.

1990-luvun alussa valtiosuus uudistus toi omat muutoksensa palveluiden järjestämiseen.

– Kunnille tuli entistä enemmän päätösvaltaa vanhustyön järjestämisessä. Tämä heijastui myös järjestöpuolelle. Vanhustyön keskusliitossa 90-luku oli voimakasta palveluitten rakentamisen ja laajentamisen aikaa. Tämä liittyi erityisesti palveluasumiseen.

2000-luvulla tullessa EU on muuttanut tilannetta. Kunnat ovat alkaneet kilpailuttaa erilaisia palveluita.

Myös kansalaisjärjestö- ja vapaaehtoistoimintaan asennoitumisessa on tapahtunut muutosta.

– 1970-luvulla ajateltiin, että julkinen puoli hoitaa kaiken eikä kansalaisjärjestöjä tarvita. Nykyään sen sijaan puhutaan yhteisvastuusta ja lähimmäisistä välittämisestä. Kansalaisjärjestöt ja vapaaehtoistoiminta ovat arvossaan.

Yksittäisistä teemoista Karjalainen nostaa esiin muistisairaudet.

– Vielä 80-luvulla niistä ei tiedetty oikein mitään. Sittemmin muistisairauksia on alettu tunnistaa, niistä on välitetty tietoa ja on ryhdytty kehittämään erilaisia hoitotapoja. Muistisairauksien kohdalla on tapahtunut iso tiedon ja osaamisen muutos.

Vanhustyön kehityssuunta mietityttää

Väestön ikääntymisestä ja palvelujen järjestämisestä käydään nykyään paljon julkista keskustelua. Karjalaisen mukaan Suomessa vanhusten tilanne on kokonaisuudessaan varsin hyvä.

– Ihmisille taataan peruseläketurva. Palvelut järjestetään heillekin, joilla ei ole mahdollisuutta niitä ostaa tai jotka eivät pysty niitä muuten itse järjestämään. Tämä tilanne meidän pitää pystyä säilyttämään. Kansainvälisesti vertaillaessa Suomi ei ole vanhustyönkään suhteen mikään takapajula.

Karjalainen näkee nykyisen julkisen keskustelun ongelmallisena.

– On hyvä, että tosiasiat nostetaan esille. Näin tiedetään, millaisia epäkohtia vanhusten tilanteessa on. Mutta välillä julkisessa keskustelussa

sa luodaan liikaa synkkiä kauhukuvia. Tämä saattaa vaikuttaa negatiivisesti niin vanhojen ihmisten kuin ehkä vähän nuorempienkin mieleen.

– Itsellekin tulee huonoista uutisista ja median esittelemistä ongelmista joskus sellainen tunne, että eikö meillä ole yksittäisiä päättäjiä tai päätöksentekokoneistoa, jotka pystyisivät ratkaisemaan ongelmat ja haasteet järkevällä tavalla.

Karjalaista mietityttää vanhustyön kehityssuunta ylipäättään.

– Välillä tulee myös sellainen tunne, ettei oikein kellään ole tietoa, mihin olemme menossa. Vanhuksille on tarjolla erilaisia palveluja, niin julkista kuin yksityistä. Kokonaisuus vaikuttaa kirjavalta. Tulevatko muutokset rymisten vai pystytäänkö asioihin vaikuttamaan?

Vireillä on vanhuspalvelulaki.

– Me vanhustyössä tietysti odotamme, että lakiin tulisi ohjausvaikutusta. Mutta aika näyttää, miten käy.

Isoissa kaupungeissa enemmän haasteita

Karjalaisen mukaan vanhusten on hyvä pohtia, mitä he elämältään haluavat.

– Ei voi vain tumput suorina odottaa, että joku toinen tekisi asioita omasta puolesta. Omassa päässä täytyy aika paljon miettiä, mitä voi ja mitä haluaa tehdä.

Samalla Karjalainen muistuttaa, että vanhusten taustatilanteet vaihtelevat.

– Vuosien mittaan voi tulla erilaisia toiminnan rajoitteita. Fyysisen ja henkisen kunnon kanssa voi olla ongelmia. Osalla on päihde- tai mielen-terveysongelmia.



Leena Valkonen

– Vanhus voi kokea, ettei oikein jaksa enää lähteä minnekään. Hän voi tuntea itsensä yksinäiseksi ja syrjään jääneeksi. Vanhus saattaa mennä tilanteessaan terveydenhuollon pakeille. Pahimmillaan käy niin, että hän saa vain jonkin pillerin.

Karjalainen toteaa, että tilanne voi olla ongelmallinen erityisesti suurissa kaupungeissa.

– Pienemmissä kunnissa ihmisten tilanteesta saatetaan olla edes jotenkin tietoisia. Varsinkin suurissa kaupungeissa käy helposti niin, että syrjäytynyt ihminen jää ihan omiin oloihinsa.

Vanhustyön keskusliitossa on kehitetty jo useiden vuosien ajan toimintaa, jolla halutaan tavoittaa yksinäisimmät vanhukset. Tätä Ystväpiiri-toimintaa toteutetaan eri puolilla Suomea yhteistyössä paikallisten järjestöjen, kuntien ja seurakuntien kanssa

– Olemme saaneet ihan hyviä tuloksia aikaan. Syrjäytyneiden tavoittaminen on mahdollista, mutta aktiivisuutta se vaatii. Ylipäätään kaikki pai-

kallisten ihmisten tilannetta jollakin tavalla seuraavat verkostot ja ryhmät ovat tässä työssä arvokkaita.

Arkeen menevää arvokeskustelua

Karjalainen muistuttaa, että jokaisella on oikeus arvokkaaseen elämään.

– Tästä puhutaan paljon. Meidän täytyy päättää, haluammeko auttaa myös elämässään vaikeuksiin joutuneita ihmisiä. Haluammeko auttaa heitä elämään omalta kannaltaan arvokasta elämää? Vai paheksummeko esimerkiksi kannäviä vanhuksia, jolloin he jäävät entistä enemmän omiin oloihinsa.

Osalla vanhuksista on perhettä ja lähisukua.

– Ne voivat olla huolehtimassa siitä, että vanhuksilla on paikka elämässä. Monesti vanhempi polvi on tukemassa lastensa perheitä eri tavoin.

Karjalaisen mukaan on erityisen tärkeää, että vanhukset kokevat heillä olevan merkitystä ja arvoa.

– Joskus korostuu myös sellainen näkökulma, että vanhempi porukka on ennen kaikkea hyvä markkinapotentiaali, joka käyttää rahaa moniin asioihin. On kamala juttu, jos tällainen näkökulma korostuu.

Karjalainen kannattaa arvokeskustelua. Kirkollakin on tässä oma osansa.

– Eri kirkkoilla, presidentillä ja muilla arvojohtajilla on tärkeä rooli keskustelijoina. Haasteena on saada arvoja käsittelevät puheet sellaisiksi, että ne olisivat uskottavia ja koskettaisivat ihmisiä. Joskus tuntuu, että puheissa ei päästä riittävän lähelle tavallista ihmistä. Ihmisiä ei tavoiteta heidän arjessaan.

Karjalaisen mukaan nykyään on liikaa sellaista ajattelua, että jokainen huolehtii vain omista asioistaan.

– Kulttuurin kehittyminen tällaiseksi on ollut meistä ihmisistä itsetämme kiinni. Ehkä seuraavat sukupolvet pystyvät muuttamaan tilanteen paremmaksi.

● JUHANA UNKURI



Satu Kreivi-Palosaari

Raamatun vanhuskäsitys

Raamattu alkaa kertomuksilla elämän syntymisestä. Mutta jo Gen. 2. kerrotaan elämän päättymisestä. "... sinä päivänä, jona siitä syöt, olet kuoleman oma." Elämän päättymisen kuvataan väärän valinnan seurauksena.

Toisenlaisen kuvan kuolemasta, ja kuvan vanhuudesta antaa Gen. 25:8. "Sitten hän kuoli rauhallisen vanhuuden jälkeen korkeassa iässä ja elämästä kyllänsä saaneena, ja hänet otettiin isiensä luo."

Vanhuuden ajatellaan olevan aikaa, jolloin saa punnita elämänsä asioita. Silloin saa miettiä omia pyrkimyksiään ja voimavarojaan. Se on aikaa, jolloin voi koota yhteen sen, mitä elämä merkitsee.

"Elämästä kyllänsä saaneena" on kuva sellaisesta prosessista, jossa ihminen on saanut kokea eheytyvää elämän ristiriitaisten vaatimusten, mahdollisuuksien ja toiveiden keskeillä. Muistellessaan menneitä aikoja hän kutoo loppuun elämänsä kankaan ja kykenee tarkastelemaan sitä realistisesti ja myötätuntoisesti. Erik H. Erikson on aikoinaan kirjoittanut tällaisesta vanhuudesta integraation, eheyty-

misen aikana. T-B Hägglund on kuvannut sitä ajaksi, jolloin ihminen saa lähestyä näkymätöntä luovasti ja omalla itsenään.

Tällaiseen prosessiin viitataan myös Uudessa Testamentissa kertomuksessa vanhasta Simeonista tempelissä Jeesus-lapsi käsivarsillaan (Luuk. 2), "Herra, nyt sinä annat palvelijasi rauhassa lähteä, niin kuin olet luvannut."

Sanonnalla "otettiin isiensä luo" tarkoitettiin tapahtumaa, jossa kuolleen luut siirrettiin suvun hautapaikkaan tai hautaluolaan. Sillä ilmaistiin suvun jäsenten keskinäistä yhteyttä ja tasavertaisuutta kuoleman edessä.

Elämä ja kuolema ovat jokaista suvun jäsentä koskevia ruumiillisia asioita.

Vanhan ihmisen edessä tuli käytäytyä kunnioittavasti. "Nouse harmaapään edessä, anna arvo vanhukseksi ja pelkää ja kunnioita Jumalaasi" (Lev. 19:32). Uudessa Testamentissa on samaan viittaava ohje "Älä nuhtelee vanhaa miestä ankarasti, vaan neuvo häntä kuin omaa isääsi" (1. Tim. 5:1).

Aikuiset lapset eivät aina kohdelleet omia vanhempiaan tai yleensä vanhoja ihmisiä hyvin. Kaikista ei pidetty huolta. Tästä uhkasta muistutti neljäs käsky, "Kunnioita isääsi ja äitiäsi" (Deut. 5:16). Tämä käsky pyrki estämään vanhusten heitteillejätön, mikä ei ole koskaan ollut ihmiskunnan historiassa outo ilmiö.

Yksinäisyyden ja hylätyksi tuleminen pelkoa vanheneva ihminen on kokenut kaikissa kulttuureissa. Psalmisssa 71 rukoillaan "Älä hylkää minua nyt vanhuuden päivinä, älä jätä, kun voimani uupuvat." Tässä on kyse sekä omasta henkilökohtaisesta surusta, jopa kauhusta elämän loppuessa, että vanhenevan ihmisen turvattomuudes-

ta ja kääntymisestä Jumalan puoleen.

Vanhan Testamentin aikaankin ihanteena oli nuorena pysyminen, vanheneminen ei tuonut onnea, *”Hän ravitsee minut aina hyvyydellään, ja minä elvyn nuoreksi, niin kuin kotka”* (Ps 103:5). Uudessa Testamentissa Elisabetin ja Sakariaan (Luuk. 1:7) korkean iän lisäksi heidän taakkanaan oli lapsettomuus. Vanhuus saattoi olla kunnioitetun aseman sijasta yksi yhteisön jäsenilleen luoma stigma.

Saarnaajan kirjassa (luku 12) näytetään jyrkeviä kuvia vanhuudesta. Ensin kehoitetaan muistamaan Luojaa nuoruudessa *”ennen kuin pahat päivät tulevat”*. Sitten kuvataan näön heikkenemistä auringon pimenemisenä, lihaskunnan heikkenemistä koukkuiseksi käymisenä, kuulon heikkenemistä myllyn äänen katoamisena ja laulun hiljenemisenä. Kuoleman kuvat pysäyttävät: *”hopealanka katkeaa, kultamalja särkyä, vesiastia rikkoutuu lähteellä ja ammennuspyörä putoaa kaivoon särkyneenä.”*

Vanhan Testamentin maailmassa on keskeistä holistinen näkemys ihmisestä ja elämästä. Elämä on tässä ja nyt (**Pauli M.K. Niemelä**). Ei eletä niinkään kuoleman jälkeistä elämää ajatellen, vaan pyritään ratkaisemaan ajuri käsillä olevan elämän asioita. **Timo Veijola** kuvasi Vanhan Testamentin sisällön yhdellä sanalla: dialogi. Ihminen ja Jumala keskustelevat keskenään. Dialogi koskee elämän eheyttä, ihmissuhteita, luontoa ja ihmisen ja Jumalan suhdetta.

Uuden Testamentin keskeisintä sanomaa kuvaa eittämättä ylösnousemus. Paras on vielä edessäpäin. Kun nukahdan kuolonunee, saan herätä uuteen elämään Jumalassa.

Vanhuuden teologiasta

Vanhuuden teologiassa ovat keskeistä ruumiillisuus, kaikilla aisteilla koettava yhteys, sovintoon pääseminen oman menneisyyden kanssa, muistelu ja sureminen sekä Jumalan ja ihmisen myötätunto.

Hyvin olennainen osa vanhuuden teologiaa on huumori. Se ei välttämättä tarkoita naurua vaan yllättävien, lempeiden näkökulmien havaitsemista sekä itsessä että Jumalassa. Se voi olla vapauttavaa nauruakin.

Jumala on luonut myös heikkenevän, elämästä luopuvan ihmisen. Jumalan elämä sykkii vähitellen vaikenemassa puheessa, samentuvassa katseessa, kosketusta etsivässä, yksinäisen kylmenevässä kädessä.

Siinä missä nuoret ihmiset voivat joskus olla totisia oikeaoppisia dogmaatikkoja, siinä vanhat ihmiset ovat myötätuntoisia armonetsijöitä. Vanhetessaan myös maskuliininen teologinen näkemys saa yhä enemmän feminiinisiä piirteitä ja kosketuspintoja. Vanhuuden mukanaan tuomat muutokset ruumiissa tuovat esille elämän rajallisuuden ja katoavaisuuden.

Lähes kaikki vanhemmat teologit, joita tätä kirjoitusta varten haastatettiin, kertoivat muutoksesta omassa teologiassaan. Entistä keskeisempää on se, miten omaa hengellisyyttä elää (Pyhitetty), miten katoavaiseksi itsensä tuntee, miten jakamaton on kokemus ihmisen osasta. Vaikka sovitus ja pelastus (Lunastaja) ovat yhä merkittäviä teologisia lähestymistapoja, niin esimerkiksi kokemus isovanhemmuudesta (Luoja) on tuonut aivan uuden ilon yhä lyhyemmäksi käyvään elämään.

Hyvin tärkeiksi hengelliseksi kokemuksiksi ovat tulleet toisen ihmisen antava kosketus (rakkaus), suussa maistuva viini ja leipä (usko), jokin lapsuudesta asti mukana kulkenut kirkon tuoksu (yhteys), Isä meidän -rukous ja Herran siunaus (rukouselämä). Tuttuina poljentona etenevä laulu ja soitto tuovat vanhalle ihmiselle hyvän, turvallisen olon.

Vanheneva ihminen alkaa etsiä sovintoa itselleen, omaan elämäänsä, omien valintojen ja ristiriitojen käsittelyyn. Tällöin erääksi keskeiseksi avuksi nousee se, miten Jeesus Nasa-retiläinen suhtautui ihmisiin. Jos vanhan ihmisen armahtavalle, ristiriitaisen tunteiden keskellä elämää kannattelevalle Jumalalle pitäisi antaa uusi nimi, se olisi Myötätunto.

Elämää kuvataan monesti Gaussin käyrää mukailevalla grafiikalla. Geriatri **Petteri Viramo** on esittänyt elämänkaaren loppua kohden nousevana. Vanhetessaan ihminen voi läpi käydä syvällisiä prosesseja, jotka tuovat elämään ennen tuntemattomia näkökulmia, ja toivoa. Tämä sopii hyvin yhteen sen ylösnousemususkon kans-

sa, josta Uudessa Testamentissa kerrotaan.

Liturginen diakonia

Vanhojen ihmisten kanssa viettämäni aika on avannut oven toisenlaiseen jumalanpalveluselämään. Kutsun sitä liturgiseksi diakoniaksi. Jokaisessa keskustelussa, kohtaamisessa ja auttamistilanteessa on minulle jumalanpalveluksen luonne, ne ovat hengellisiä tapahtumia. Niissä avataan ikkunoita toiseen elämään, joka kuitenkin on juuri tätä elämää tässä ja nyt.

Liturgisen diakonian sisältöjä ovat ystävyysiteiden luominen, vanhan ihmisen henkisten ja hengellisten prosessien tukeminen, pyrkimys ymmärtää jokainen ihminen ruumiillisena olentona. Juuri ruumiillisuus yhdistää meitä toisiimme. Lisäksi sisältöjä ovat yhdessä toteutetut rukoushetket, ehtoollisen viettäminen ja monenlainen auttaminen arkisissa asioissa. On vaikea löytää asiaa, joka ei kuuluisi tähän yhteyteen ainakin niin, että siitä voidaan keskustella.

Moni vanha ihminen pohtii oman elämänsä päättämistä itse. Liturgisessa diakoniassa kuljetaan juuri siinä masennuksen ja alakulun maisemassa, jossa ihminen alkaa hetkellä elää. Jumala kärsii ja on epätoivoinen luoduisaan ja luotujensa kanssa väistymättä piirunkaan vertaa pois. Jumala ei hylkää koskaan.

Varsinkin muistisairaiden ihmisten elämässä laulu ja musiikki ovat merkittäviä yhteyden kokemisen tapoja. Entuudestaan tutut sanat ja sävelet heräävät vähentyneen muistin sopukoista aivan eri tavalla kuin muut muistikuvat. Se mikä on elänyt lapsuudessa, se elää yllättäen vanhuudessa, ja tuo toivoa ja iloa.

Satu Kreivi-Palosaari



● MARKKU PALOSAARI
Vanhustyön pastori
Oulu

Monimuotoinen vanhuus

Kuka minusta huolehtii, kun en itse siihen pysty? Kysymys, joka tulee entistä useamman suomalaisen todellisuudeksi ikää myöten. Suomella on tähän kysymykseen vastaamisessa etusija, koska olemme Euroopan nopeimmin vanheneva maa. Itä-Suomi, missä minun virkapaikkani on, on Suomen ikääntynein alue.

Resepti ei ole helppo. Nostan esille kolme vastuun kantajaa: yksilö, yhteisö ja yhteiskunta. Ensisijaisena tavoitteena on iäkkäiden ihmisten oman toimintakyvyn parantaminen ja itsenäisen selviytymisen vahvistaminen. Omaa selviytymistä tukevia toimia toteutetaan liian vähän. Tällaisia tukitoimia ovat ennalta ehkäisevät kotikäynnit, tapaturmien ennaltaehkäisy, mielenterveyden vertaistukitoiminta, kohdenne-

tut ikääntyneiden terveystarkastukset, vanhusneuvolatoiminta, ravitsemusterapeutin palvelut, geriatrician ja geriatrisen sosiaalityön palvelut ja toimintaterapia.

Ikääntymisen mukanaan tuoma turvattomuus ja yksinäisyys laukaisevat monia uusia tarpeita. Pitkäaikainen liikkumattomuus johtaa kehon hallinnan heikkenemiseen, kaatumisiin ja murtumiin. Myös ravitsemuksen laiminlyönti johtaa kunnan heikkenemiseen ja tulehdusalttiuteen.

Vähitellen toistuvat sairaalahoitot johtavat pysyvään palvelutarpeeseen ja laitokseen.

Vanhuspalvelulaki korostaa yksilöllisyyttä

Heinäkuun alussa voimaan tulevan iäkkäiden palveluista annetun, ns. vanhuspalvelulain tavoitteena on, että iäkkään ilmaiseva palvelutarve ja yksilöllisyys palvelujen järjestelyissä toteutuvat. Asiakas, hänen omaisensa tai laillinen edustajansa saa riittävän ja ymmärrettävän tiedon hoito- ja palveluvaihtoehdoista ja niiden vaikutuksista sekä ohjauksen oikeaan palveluun oikeassa ajassa. Mikään näistä asioista ei onnistu, ellei ikääntynyttä henkilöä oteta niihin aidosti mukaan.

Ikääntyneenkin kannalta lähiyhteisö ja sen toimivuus ovat oleellinen osa arjen sujuvuutta, turvallisuutta ja ihmisten hyvinvointia. Kuntien resurssien niukentuessa ja väestön ikärakenteen vanhetessa on kuntiin etsittävä paikallisista resursseista ja tarpeista lähteviä pienimuotoisia ratkaisuja. Tästäkin on hyviä esimerkkejä. Kyläavustajatoiminnan tavoitteena on järjestää avustajia taajama-alueen ulkopuolelle ja harvaan asutuille kylille. Samoin veteraanijärjestöt ovat luoneet oman kotiaavustajapalvelun jäsenilleen.

Yhteisöllisyyden nimissä tapahtuva yhteisvastuu antaa elintilaa myös laajemmalle ihmisyydelle ja sosiaaliselle välittämiselle. Monet esimerkiksi vapaaehtoistyöntekijät tai läheisestään huolta kantavat kertovat, miten raskasta toisen auttaminen voi olla, mutta samalla sanovat, että se on myös hyvin rikasta aikaa. Moni saattaa esimerkiksi tiiviin työvaiheen jälkeen eläkkeelle jäätyään olla niin hyvässä kunnossa, että pystyisi auttamaan häntä vielä paljon iäkkäämpää torjumaan yksinäisyyttä tai auttamaan pienissä kotiaskareissa. Tämä voi tuoda auttajalle oman rikkauden uuteen elämän vaiheeseen, jossa esimerkiksi suhteellisen hyväkuntoisena työelämän jälkeen saattaa olla.

Vapaaehtoistyö on molemmin puolin palkitsevaa

Yhteisvastuun yhteiskunnassa julkinen valta luo edellytykset sille, että perheet, työ- ja lähiyhteisöt, yritykset ja järjestöt voivat kantaa vastuunsa ihmisten hyvinvoinnin edistämiseksi. Keinoina ovat seniori-ikäisten mukaan saaminen vapaaehtoistyöhön, omaisten ja lähiyhteisön tuki sekä yhteisöllisyyden hyödyntäminen. Järjestöt voivat omalta osaltaan tarjota palikoita sosiaalisen ja henkisen hyvinvoinnin alueille. Järjestöjen tarjoama palvelu-



Antero Teittinen



Oikeusministeriön valtionavustukset rikksentorjuntaan vuonna 2013

Oikeusministeriö myöntää vuonna 2013 valtionavustuksia osarahoitukseksi rikollisuutta ehkäisevää työtä tekeville yhteisöille ja rikollisuutta ehkäisevän työn arviointiin. Lisätietoa hakemuslomake on ladattavissa rikksentorjuntaneuvoston verkkosivuilla (www.rikksentorjunta.fi).

Hakemukset tulee toimittaa 15.3.2013 kello 16.15 mennessä oikeusministeriölle osoitteeseen PL 25, 00023 VALTIONEUVOSTO. Avustushakemukselle on eduksi, jos toteutettava hanke: Edistää asukkaiden osallistumista rikksentorjuntatyöhön; Ehkäisee väkivaltaa; Ehkäisee toistuvasti uhriksi joutumista; Ehkäisee lasten ja nuorten syrjäytymistä; Vähentää ikääntyneisiin kohdistuvia rikosriskejä; Soveltaa ulkomailla hyviksi todettuja menetelmiä Suomessa; Arvioi rikksentorjuntahankkeiden vaikuttavuutta. Avustus myönnetään vain yhteisölle. Etusijalla ovat kunnat, seurakunnat ja luotettavaksi tunnetut järjestöt, joilla on organisaatio hankkeiden toteuttamiseen. Yhteistyöorganisaatioita edellyttävät hankkeet katsotaan erityisen tuettaviksi. Seurakunnille neuvontaa annetaan myös Kirkkohallituksesta, sami.puumala@evl.fi tai (050) 340 2758.

tuotanto on vaihtoehto julkiselle ja yksityiselle palvelutuotannolle. Järjestöillä on lisäksi merkittävä rooli omaishoidon tuen ja kotihoidon tukipalvelujen, vertaistuen ja vapaaehtoistyön alueilla.

Toimintakyvyn vaikeuksien lisääntyessä, jolloin tarve huolenpitoon ja hoivaan kasvaa, tarvitaan lisää yhteiskunnan julkista apua. Julkinen vastuu tarkoittaa valtion ja kuntien vastuuta. Vanhusten yhdenvertainen oikeus palveluihin on tärkeä linjaus, jonka toteutumiseksi on julkisen puolen tehtävä kaikki mahdollinen lainsäädännössä, toteutuksessa ja valvonnassa.

Kunta voi järjestää palvelut itse tai sopimuksin muiden kuntien kanssa, kuulumalla kuntayhtymään, hankkimalla palvelun ostopalveluina julkiselta tai yksityiseltä palveluntuottajalta tai antamalla palvelusetelin. Julkinen vastuu mahdollistaa siten palvelun tuottamisen muuallakin kuin kunnan työnä, se voi olla yksityistä toimintaa tai kolmannen sektorin toimintaa.

Yksityisten sosiaali- ja terveyspalvelujen osuus koko sosiaali- ja terveyspalvelutuotannosta on nyt noin viidesosa. Ostopalvelujen osuus on lisääntynyt eniten ikäihmisten ja vammaisten sosiaalipalveluissa. Palveluseteliä koskeva lainsäädäntö tuli voimaan vuoden 2004 alussa, ja pidän sitä edelleen kehittämisen ja laajentamisen arvoisena vaihtoehtona. Palvelusetelillä lisätään asiakkaiden valinnanmahdollisuuksia, parannetaan erityisesti kotipalvelujen saatavuutta ja edistetään yrittäjyyttä. Palvelusetelistä voi tulevaisuudessa muodostua merkittävä palvelujen järjestämistapa sosiaali- ja terveydenhuollossa, kunhan samalla huolehditaan tasavertaisesta mahdollisuudesta saada näitä palveluja. Hyvää valintakeinoa ei saa mitätöidä arvottamalla seteli liian alas, jolloin vähätuloiset eivät sitä pysty käyttämään.

Kotihoitoa ja omaishoitoa tulee uudistaa

Ikäihmisten palveluissa tulevat kuvaan liikkuvat palvelut, palvelusetelin laajentaminen, yhteispalvelu-

keskukset, ikäteknologian rakentaminen koteihin, omaishoidon kehittäminen ja kotihoidon vahvistaminen. Tavoitteeksi tulisikin asettaa lähes kaksinkertainen määrä säännöllistä kotihoitoa saavia. On syytä myös kysyä, onko ylipäänsä järkevää ylläpitää sosiaali- ja terveydenhuollon kaksinapaista kotihoitojärjestelmää, jossa asiakkaan luona käy useita erilaisen työorientaation omaavia työntekijöitä. Toisen asteen hoitajakoulutuksen saanut opiskelija olettaa työnsä perustuvan kokonaisvaltaiseen asiakkaan auttamiseen, mutta valmistuttuaan hän kohtaa viipaloitun työnsaran ja viipaloitun asiakkaan tarpeet.

Vanhustenhuoltoa on hirveän helppo ohjata standardien näkökulmasta. Olemme jo niin paljon sivistysvaltio, etteikö myös yksilöllisiä ratkaisuja voisi olla. Olen hivenen huolissani, että yksilöllisiä ratkaisuja ei tiedosteta kotipalveluissa, ei kotisairaanhoidossa eikä laitoshoidossa. Aikoinaan, kun haettiin palveluasumisen näkymää korvaamaan laitoshoidoa, ajateltiin että tehdään kodinomainen, yksilön tarpeita palveleva hoitokoti. Pienemmissä yksiköissä tätä kodinomaisuutta ja yksilöllisyyttä vaalitaan, mutta isoissa palveluyksiköissä se on kyllä kaatamassa.

Kansallisen omaishoidon kehittämisohjelma valmistuu tämän vuoden loppuun. Työryhmä on laatimassa strategista ohjelmaa toimenpidesuosituksineen päätöksenteon pohjaksi valtionhallinnolle sekä kunnille. Luonnos ohjelmasta valmistuu maaliskuussa ja se lähtee laajalle lausuntokierrokselle. Ohjelma tulee sisältämään omaishoitajan asemaan, palvelujen saantiin ja kuntoutukseen liittyviä asioita. Samoin esitetään, miten taloudellinen tukijärjestelmä hoidetaan, missä tukea käsitellään ja millä perusteilla sitä myönnetään. Ohjelma tulee muodostumaan enintään kymmenestä strategisesta painopisteestä tälle ja tuleville hallituskausille.

● ELLI AALTONEN
Ylijohtaja

Nory Mokin talo ei pidä rankkaa monsuunisadetta.



Khim Sambo Rothana

Vanhuus toimeentulon äärirajoilla



Ulla Kätki

78-vuotiaan Nory Mokin kaulalla pullottaa struuma.

– Lääkäri kehotti minua jo viisi vuotta sitten menemään leikkaukseen, mutta ei minulla ole rahaa sellaiseen, Mok sanoo. Hän pelkää struuman kasvavan suuremmaksi tai sairastuvansa johonkin vielä vakavampaan.

Nory Mok asuu syrjäisessä Kul Tonngin kylässä Kambodžan maaseudulla. Täällä hän on syntynyt, kasvanut ja viettänyt koko aikuisikänsä, lukuun ottamatta punakhmerien hir-

Nory Mokilla ei ole varaa tarvitsemaansa leikkaukseen.

muvoillan vuosia. Silloin hänen perheensä pakotettiin muuttamaan pois kodistaan ja kaivamaan kastelukanaavaa pakkotyönä muutaman kilometrin päässä kotikylästä.

– Mieheni kuoli jo kauan sitten. Tyttäreni pitää minusta huolta, mutta hänkin jäi leskeksi kaksi vuotta sit-

ten ja meidän on vaikeaa tulla toimeen, Mok kertoo. Perheeseen kuuluu myös tyttären 13- ja 3-vuotiaat lapset.

Mok muistelee eläneensä elämänsä onnellisinta aikaa, kun hänen miehensä vielä eli. Mies teki ahkerasti töitä ja auttoi vaimoaan paljon. Hänen kuoltuaan tytär joutui jäämään pois koulusta ja perheestä tuli köyhyä.

Elämää kädestä suuhun

Tänään Nory Mok istuu maassa pihallaan ja kuorii yhdessä tyttärensä ja naapurinsa kanssa tamarind-hedelmiä. Näky on rauhallinen. Kuoripino kasvaa ja kori täyttyy hedelmistä kovaa vauhtia.

Hedelmien kasvatuksen lisäksi Nory Mok hankkii tuloja punomalla palmunlehdistä kattopaloja. Kovasta työstä huolimatta tulot riittävät vain kaikkein välttämättömimpään. Elanto on tiukassa, sillä maanviljelyä vaikeuttavat ilmastonmuutoksen myötä epäsäännöllisiksi muuttuneet sateet ja nousevat hinnat. Kaupunkialueiden kehitys ja Kambodžan nouseva elintaso eivät näy maaseudulla.

Ei eläkettä tai palveluja

Länsimaiden tavoin myös kehitysmaissa vanhusten osuus väestöstä kasvaa. Selviytyäkseen moni vanhus joutuu tekemään raskasta työtä elämänsä viime metreille. Eläkejärjestelmää tai palveluja vanhusväestölle ei ole.

Kambodžassa jokaisella on teoreettinen mahdollisuus terveys- ja sosiaalipalveluihin, mutta ne eivät ole ilmaisia. Köyhimmät kansalaiset voivat hakea valtiolta köyhyysstatusta, joka oikeuttaa ilmaisiin terveyspalveluihin. Hakuprosessi on kuitenkin pitkä ja statusta voi joutua odottamaan jopa neljä vuotta. Lukutaidottomalle vanhalle naiselle, kuten Nory Mokille, hakuprosessi on liian vaikea.

Vanhusten tilanne riippuukin hyvin pitkälti perheen tilanteesta. Lapset auttavat, jos suinkin pystyvät. Jos lapsia ei ole tai he eivät pysty pitämään huolta ikääntyneistä vanhemmistaan, vanhusten asema on hyvin heikko.

● ULLA KÄRKI

Yhteisvastuu 2013 auttaa yksinäisiä vanhuksia Suomessa ja Kambodžassa

Kambodžassa Yhteisvastuu tukee syrjäisten ja köyhien maaseutualueiden kehityshanketta, jossa kyläyhteisöjä koulutetaan monin tavoin auttamaan itse itseään. Kylien elinolosuhteiden kokonaisvaltainen parantaminen helpottaa myös vanhusten arkea.

Hankkeen työntekijät vierailevat kylissä lähes päivittäin tapaamassa heikoimmassa asemassa olevia kyläläisiä. He käyvät myös vanhusten luona, keskustelevat heidän kanssaan ja raportoivat vanhusten ongelmista tai terveydentilan heikkenemisestä kylän päällikölle. Työntekijät kannustavat vanhusten läheisiä osallistumaan aktiivisesti kyläyhteisön kehittämiseen.

Kyliä vastuuhenkilöitä koulutetaan muun muassa suunnittelemaan ja toteuttamaan ihmisten elämää helpottavia rakennushankkeita, kuten teitä, kaivoja, vesivastastoja ja liesiä sekä käyttämään uudenlaisia viljelymenetelmiä ja kasveja. Kylissä järjestetään myös kansalais- ja ihmisoikeuskoulutusta sekä opetetaan ihmisiä varautumaan katastrofeihin, kuten ilmastonmuutoksen myötä pahentuneeseen kuivuuteen tai hallitsemattomiin tulviin. Avun vie perille Kirkon Ulkomaanapu.

Suomessa Yhteisvastuu käynnistää etsivän vanhustyön projektin, jonka kohderyhmänä ovat kaikkein heikoimmassa asemassa olevat yksinäiset, eristäytyneet tai syrjäytyneet vanhuset. Keräysvaroilla etsitään koteihinsa yksin jääneitä heikko-osaisia vanhuksia, selvitetään heidän tilanteensa ja ohjataan heitä palvelujen piiriin. Vanhusten vertaistukihenkilöiksi koulutetaan muun muassa aktiivisia vanhuksia, jotka haluavat jakaa arkeaan ikäistensä kanssa.

Apuna vanhusten löytämisessä toimii hankkeessa rakennettava lähiverkosto, jossa esimerkiksi lähikauppojen ja -liikenteen, apteekkien ja ruokajakelupisteiden työntekijät sekä naapurit, sukulaiset ja tuttavat voivat vinkata havaitsemastaan heikko-osaisesta vanhuksesta. Projekti toteutetaan yhteistyössä Kirkkopalvelujen Kehittämiskeskus Tyynelän ja seurakuntien diakoniatyön kanssa.

Lue lisää yhteisvastuu.fi,
facebook.com/yhteisvastuu



Vanhuus voi viedä pohjattomaan yksinäisyyteen

- Yli 65-vuotiaita suomalaisia on jo yli miljoona. Heistä kolmannes kokee itsenä yksinäiseksi.
- Täysin yhteiskunnasta syrjäytyneiden vanhusten todellista määrää ei tiedä kukaan.
- Joka toinen päivä yksi yli 65-vuotias suomalainen päättää elämänsä oman käden kautta.

- Kambodžassa yksinäisen vanhuksen asema on hyvin heikko
- Eläkejärjestelmää tai vanhusten tukipalveluja ei ole.
- Selviytyäkseen vanhusten on työskenneltävä elämänsä viime metreille.
- Moni huolehtii yksin myös lastenlapsistaan.





Diakoniaruokailu on monelle yksinasuvalle myös tärkeä paikka saada syödä yhdessä muiden kanssa. Roihuvuoren soppakirkon kauhassa vapaaehtoistyöntekijä Tuula (vas.) ja suntio-emäntä Maarit Krigsholm.

Eila Jaakola

Vanhusten hätä jää piiloon

Itä-Helsingin seurakuntien vanhustyön diakoniatyöntekijöitä huolestuttaa yleistyvä vanhusten eristyneisyys ja yksinäisyys. Milloin väestön ikääntyminen alkaa näkyä seurakunnissa tehtävän työn painotuksissa?

Itähelsinkiläiseen Vartiokylän rovastikuntaan kuuluu viisi suomenkielistä seurakuntaa: Herttoniemi, Mikael, Roihuvuori, Vartiokylä ja Vuosaari. Niihin kuuluu yhteensä noin 86 000 jäsentä. Ikärakenteen muutos näkyy täälläkin: Kontula, Puotinharju ja Tammisalo kuuluvat pääkaupungin vanhusvoittoisimpiin alueisiin.

Seurakunnat ovat tehneet jo vuosia diakoniayhdistyötä muun muassa päihde-, mielenterveys- ja monikulttuurileirien järjestämisessä. Yhteistyötä tehdään myös esimerkiksi Psykiatrian poliklinikan, A-klinikan ja Diakonissalaitoksen kanssa.

Helsingin diakoniastrategian kehittämistyön jälkeen rovastikunnalliset tehtävälaryhmät kokoontuvat säännöllisesti muutaman kerran vuodessa. Diakonisen vanhustyön tehtävälaryhmä on kohtauspaikka, jossa vaihdetaan tietoja ja kokemuksia. Ryhmän jäsenet pitävät tärkeänä, että jossain voi jakaa oman alan asioita, koska omassa seurakunnassa ei vanhustyön tiimiä ole.

Vartiokylän seurakunnassa käynnistyi vastikään diakoniaprojekti, joka keskittyy yli 75-vuotiaiden yksin-

asuvien vanhusten hengellisen elämän tukemiseen. Työntekijänä on **Outi Hämeenkorva**. Vuosaaressa puolestaan Ikätarinoita-projekti pyrkii tavoittamaan erityisesti alueen yksinasuvia ja syrjäytymisvaarassa olevia vanhuksia.

– Olemme tavoittaneet monia ikään-tyneitä, jotka fyysinen tai psyykinen sairaus on eristänyt kotiin. Syrjäytymistä aiheuttaa myös turvaverkkojen puute, kun ei oikein ole yhteyksiä kehenkään. Yksinäisten luo on lisätty kotikäyntejä, ja heille on hankittu esimerkiksi kotihoidon palveluja, Vuosaaren projektityöntekijä **Satu Luode** kertoo.

Lisäksi Helsingin seurakuntayhtymällä on Itä-Helsinkiin sijoittuva projekti, joka kartoittaa mahdollisuuksia vastata vanhusten avohoidon asiakkaiden ja kotisairaalan saattohoitopotilaiden henkisiin ja hengellisiin tarpeisiin. Vuoden alussa alkanutta projektia luotsaa pastori **Merja Hällfast**.

Riipaiseva yksinäisyys

Millaisia muutoksia ikäihmisten joukossa on tapahtunut? Vanhusten päihdeiden käyttö on lisääntynyt, kuten muunkin väestön. Ehkä juominen on ollut vähän liiallista nuorempaanakin, ja jos eläkepäivillä yksinäisyys vaivaa, sitä koetetaan turruttaa alkoholilla, ryhmäläiset ovat huomanneet.

Päällimmäinen havainto on kuitenkin yksinäisyys, jota on yllättävän paljon.

– On monia, joilla ei ole omaisia ja joiden ystävät ovat kuolleet. Kun kävin kotikäynnillä erään tällaisen vanhuksen luona, hän kertoi katselevansa päivästä toiseen samoja tyhjiä seinä. Hän oli onnellinen, kun joku ihminen oli hänen seuranaan, kuunteli häntä, Herttoniemen **Ulla Mäenpää** kuvailee.

Laitoksissakin on yksinäisiä vanhuksia. On myös ikäihmisiä, joilla on lapsia, mutta siteet heihin ovat katkenneet. Omaisten voi olla vaikea kohdata muuttunut äiti tai isä ja silloin jätetään käymättä hänen luonaan. Pitäisi miettiä, millainen malli annetaan omille lapsille ja mitä lapsi jää paitsi, kun hän kasvaa ilman yhteyttä isovanhempiin, pohditaan.

– Pitäisi muistaa, että vanhat ihmiset ovat positiivinen voimavara, ei taakka, Ulla Mäenpää tähdentää. Eivätkä kaikki vanhat ole muistisairaita. Voisiko nuorten mielikuvia korjata sillä, että vaikkapa rippikouluihin kuuluisi yhteistä tekemistä vanhusten kanssa?

Mäenpään mukaan vanhuksen joutuessa sairaalaan pulmana on usein se, että diakoniatyöntekijä ei saa tietää, mihin hänet on siirretty. Yksityisyysdensuojan takia vanha ihminen jää entistä enemmän yksin. Tähän käytäntöön toivotaan muutosta.

Yhtenä keinona yksinäisyyden torjuntaan diakoniatyöntekijät etsivät vapaaehtoisia ystäviksi. Lähimmäispalvelua pyritään kehittämään edelleen, muun muassa Mikaelin seurakunnan vapaaehtoistoiminnan projektissa.

Ryhmä hoitaa jäseniään

Kaikissa viidessä seurakunnassa toimii ryhmiä tai kerhoja vanhuksille. Esimerkiksi Vuosaaren eläkeläisten iltapäiväpiirissä on 30–40 kävijää.

– Tällainen toiminta ennaltaehkäisee syrjäytymistä, Vuosaaren **Liisa Kiiskinen** toteaa. Vapaaehtoiset ikäihmiset ovat tärkeässä roolissa toiminnan vetäjinä.

Herttoniemen seurakunta on järjestänyt HelsinkiMission kehittämää Senioripysäkki-toimintaa. Sinne löysi tiensä moni, joka ei muutoin ole seurakunnan toiminnassa mukana. Elämäntarina-ryhmä käynnistyi helmikuussa Myllypurossa.

Inkerinsuomalaiset ovat Itä-Helsingin vanhustyössä erityisryhmä. Tiivis yhteisö hakeutuu seurakunnan piiriin toimimaan yhdessä. Ryhmät kokoontuvat viikoittain Mikaelin ja Vuosaaren seurakunnissa, ja yhteisiä juhlia järjestetään pari kolme kertaa vuodessa.

Vaikka ulkomaalaistaustaisia näkee Itä-Helsingin katukuvassa runsaasti, ikääntyneitä maahanmuuttajia ei diakoniatyöntekijöiden mukaan vastaanotolla juuri näe. Heidän kulttuuriinsa taitaa vielä kuulua se, että suku pitää huolen vanhoista jäsenistään.

Näkymätön näkyväksi

Väestön ikääntyessä kotikäyntien tarve kasvaa, mutta nykyisellään niihin ei jää vastaanottotyöltä riittävästi aikaa.

– Kotikäyntityö ei ole trendikästä ja jää paljolti näkymättömiin, Vartiokylän **Arja Tuunela** sanoo.

Kotikäyntejä tarvitaan enemmän myös siksi, että hengelliset tarpeet tu-

levat usein enemmän pintaan iän karttuessa. Henkinen ja hengellinen hoito olisi se diakoniatyön omin alue, johon toivottaisiin aikaa ja mahdollisuutta panostaa.

– Moni vanhus ilahtuu siitä, että joku ottaa puheeksi elämän perusasiat ja voidaan rukoilla yhdessä. Vanhukset ovat iloisia myös siitä, että voimme antaa aikaa heille enemmän kuin vaikkapa kotihoito tätä nykyä pystyy. Voimme ennen kaikkea jäädä kuuntelemaan, mitä heillä on sanottavaa, myös katkeruuden ja tarkoituksettomuuden tunteita, joita joillakin on, Roihuvuoren **Hannele Juvonen** jatkaa.

Diakoniatyöntekijät korostavat, että ikärakenteen muutoksen pitäisi näkyä myös seurakuntatyön painotuksissa.

– Seurakunnissa tulisi käydä perin pohjainen keskustelu siitä, miten autamme niitä, jotka jäävät näkymättömiksi. Vanhuksethan eivät tule vastaanotolle, vaan heidän tarpeensa jäävät piiloon, yhtymän diakoniapastori **Erja Kauppinen** huomauttaa.

Myös piiloköyhyyttä on paljon. Vanhusten toimeentulovaikeudet eivät näy diakoniavastaanotoilla, koska he ovat tottuneet sinnittelemään vähällä. Taloudellisen avun pyytämiseen on korkea kynnis, sillä se koetaan helposti köyhäinavuksi. Jotkut joutuvat tinkimään omista lääkeostoistaankin.

Seurakuntien edulliset tai maksuttomat ruokailut ovat hyvä apu monen kukkaron kannalta. Joka seurakunnassa on vähintään kerran kuukaudessa soppakirkko. Diakonialounailla on pantu merkille vanhusten kasvava osuus. Toki ruokailuilla on myös sosiaalinen merkitys: yksin syöjistä tulee yhdessä syöjiä.

Myllypuron kolmesti viikossa tahtuvassa elintarvikejakelussa paikalla on yleensä liki 800 ruoan tarvitsijaa, mutta liikuntakyvyttömät tai muista syistä koteihinsa eristäytyneet jäävät paitsi tätäkin apua.

● EILA JAAKOLA

Itä-Helsingin diakonisen vanhustyön tehtävälaryhmä iloitsee hyvästä yhteistyöstään. Vasemmalta Outi Hämeenkorva, Arja Tuunela, Satu Luode, Merja Hällfast, Ulla Mäenpää, Erja Kauppinen, Hannele Juvonen ja Liisa Kiiskinen. Kuvasta puuttuvat Outi Juntunen (Mikael) ja Vuokko Strandvik (Herttoniemi).





Kristiina Kekki ja Paula Jylhe ovat vapaaehtoisryhmässä havainneet, että vanhatkin ihmiset haluavat olla edelleen miehiä ja naisia ja kaipaavat läheisen kosketusta.

Johanna Sointula

Eläkeikä voi olla myös uuden ajan alku

Ystävykset Kristiina Kekki ja Paula Jylhe rupattelevat iloisin mielin Porin kirjaston kahvilassa. He suunnittelevat uuden Hyvä Elämä -ryhmän aloittamista Porin seurakuntien vapaaehtoistyönä, koska viime vuoden kahdesta ryhmästä saatiin tärkeää palautetta.

Naisten yhdessä ideoima keskusteluryhmä on tarkoitettu hiljattain eläkkeelle päässeille, joutuneille tai siirtyneille miehille ja naisille. Ryhmän peruskysymyksiä ovat: Mitä minä toivon? Mikä olisi minun hyvää elämää tässä elämänvaiheessa? Mitä muutos tuo tullessaan?

Jylhe ja Kekki ovat itsekin eläkeläisiä. Heidän ystävyytensä on lähtöisin Syöpäyhdistyksen toiminnasta, erilaisten ryhmien vetäjinä.

– Eläkeläisiä yhdistävät tekijät eivät ole samoista syistä nousevia, niin järeitä ja totaalisia kuin syöpäpotilailla. Vakava sairaus, toivo ja kuoleman pelko yhdistävät syöpäpotilaita niin voimakkaasti, että ryhmäytyminen tapahtuu nopeasti, Paula kertoo.

Hyvä Elämä -ryhmässä on tavoitteena keskustelujen avulla huomata itsessään olevat hyvän elämän peruspilarit.

– Ryhmät eivät ole terapiaryhmiä, vaikka vuorovaikutus on olennaista.

Keskustelujen apuvälineinä toimivat hyvin muun muassa kuvat, musiikki ja kirjallisuus, Kristiina kertoo.

Työstä eläkkeelle

Paula Jylhe jäi työkyvyttömyyseläkkeelle vuonna 2007.

– Se tapahtui kuin veitsellä leikaten, kun istumistyö ei ollutkaan enää mahdollista.

– Olin aloittamassa Satakunnan Syöpäyhdistyksen toimintaa ja olin siellä 30 vuotta toiminnanjohtajana. Sain tehdä myös käytännön työtä erilaisissa kohtaamisissa ja vertaistukiryhmissä. Rakastin työtäni, Paula kertoo.

Eläkkeelle jääminen oli vaikea asia. Masentava kokemus pudotti hänet kuin syvään kaivoon.

– Ymmärrän hyvin vastaavassa tilanteessa olevia. Kaivon pohjalla ei ole näköaloja, vain pimeys. Ystäväni ja läheiseni näyttivät minulle valoa.

Yksi pelastava tekijä oli seurakuntavaalit, joiden ehdokkaaksi Paula ryhtyi ystäviensä rohkaisemana.

– Kristiina lupasi äänestää minua, kun pelkäsin, että en saisi yhtään ääntä. Tarvitsin niin työhöni kuin nyt vapaaehtoistyöhön itseäni suuremman aatteen.

Kristiina Kekki jäi eläkkeelle vuonna 2009. Hän teki elämäntyönsä Satakunnan keskussairaalassa sosiaalityöntekijänä. Johtavana sosiaalityöntekijänä hän halusi tehdä myös potilastyötä, erityisesti syöpätautien poliklinikalla. Potilasasiamiehenä hän toimi kymmenen vuotta.

– Asuin keskussairaalassa! Kristiina naureskelee, ja Paula vahvistaa väitteen nykytellen todeksi.

Kristiina olisi halunnut keskittyä potilastyöhön enemmänkin, mutta ei saanut siihen lupaa. Eläkkeelle jääminen hän on kokenut hyvänä.

– Tykkään lukemisesta ja kaikesta näpertämisestä. Nyt minulla on aikaa ja saan toteuttaa itseäni. Ystävyys-suhteet ovat minulle tärkeitä, Kristiina jatkaa.

– ”Kekin Café:n” emäntä järjestää meille ihania tapaamisia, Paula kertoo.

Eläkeläiset ovat toisen luokan kansalaisia

Hyvä Elämä -ryhmäläisistä jotkut tunsivat olevansa hyödyttömiä, suorastaan toisen luokan kansalaisia. Monet ovat kokeneet työssään itsensä hyödyllisiksi ja tärkeiksi, mutta eläkeläisenä he kokevat itsensä tarpeettomiksi, yksinäisiksi ja tulevaisuuden epävarmana.

Näitä tunteja vahvistaa median väheksyvä suhtautuminen eläkeläisiin. Julkisuudessa ei tuoda esiin eläkeläisten voimavaroja eikä heidän arvoaan.

Paulalla on tuore esimerkki lomataan, kun paluumatka tyssäsi lentokentälle ja matkalaiset joutuivat odottamaan lentoaan kaksi vuorokautta. Iltapäivälehdessä tilannetta kommentoi

toitiin nimeämällä odottajat ”tuulipukukansaksi, joilla ei ole kiire minnekään”.

Eläkeläiset niputetaan helposti yhdeksi vanhusten joukoksi, joka tulee yhteiskunnalle kalliiksi tarvitsemiensa palvelujen vuoksi.

– Läheskään kaikki eläkeläiset eivät tarvitse palveluja. Monet tulevat omillaan toimeen ja ovat veronmaksajia siinä kuin työkäisetkin, Kristiina sanoo.

Keskusteluissa on käynyt ilmi, miten loukkaavana eläkeläiset kokevat vallitsevan asenteen, jonka mukaan väestön vanheneminen on ongelma. – Eläkeläisiähän on edelleen työelämässäkin, he ovat vapaaehtoistyön aarteita ja isovanhempienkin tärkeitä.

– Hyvä Elämä -ryhmän toiminta saattaa olla ennaltaehkäisevää, koska tiedossa on että vanhusten masentuneisuus, alkoholin käyttö ja itsemurhat ovat lisääntyneet, Paula sanoo.

Yksinäisyyttä ennaltaehkäisemään

Tiedottamisessa pitäisi Kristiinan ja Paulan mielestä käyttää muitakin kuin seurakunnan omia kanavia, koska ihmisillä on ennakkoluuloja seurakuntaa kohtaan.

Jotkut viime vuoden osallistujista olivat kertoneet epäröineensä lähteä ryhmään, koska pelkäsivät käännytystä tai että ohjelmassa on pelkkää virren veisuuta.

– Mummun Kamariin on helpompi tulla. Se on kodikas ja neutraaliksi mielletty paikka. Olemme myös korostaneet olevamme ihmisiä ihmisille, tavallisia seurakuntalaisia, emme hengen työntekijöitä.

– Kirkossamme on valitettavan paljon sisäänpäin lämpiäviä ryhmiä, joihin on vaikea mennä mukaan. On hyvä, että on erilaisia piirejä, mutta on kohan kirkon palvelut kohdistettu niin, että ne toimisivat yksinäisyyden ennaltaehkäisijänä? Paula kysyy.

Kirkolla on iso haaste tavoittaa suuret ikäluokat, jotka eläkkeelle siirtymässään etsivät uutta itseään. Vapaa-

ehtoistyössä olisi paljon mieltä ja mahdollisuuksia erilaisiin lähimmäispalvelun muotoihin.

– Kaikkien ei varmasti tarvitse keittää kahvia ja paistaa pullaa. Pitäisi rohkeasti ottaa yhteyttä ja kertoa itsestään, niin varmasti löytyy kullekin mielekästä vapaaehtoistyötä.

– Olisi todella tärkeää, jos esimerkiksi leskeksi jääneen ihmisen elämään löytyisi tukea ja turvaa lähimmäispalvelusta.

Vanheneminen on aina ollut samanlaista

Tähän tulokseen Paula kertoo tulleen, kun oli selannut opiskeluaikaista geriatrian oppikirjaansa. Vaikka yhteiskunta ja koko maailma muuttuvat kovalla vauhdilla, ikääntymisen vaikutukset ovat ihmisessä hyvin samanlaisia kuin puolen vuosisataa sitten.

– Kaikkien toimintojen hidastumista on vaikea hyväksyä. Se on sellaista tuhraamista. Kaikkeen on vain opittava varaamaan enemmän aikaa, Kristiina sanoo.

Viime vuoden ryhmäläisiltä saadun palautteen perusteella he aikovat käsitellä enemmän myös miehenä ja naisena olemista.

– Tämä teema tuntuu todella tärkeältä ja sitä tunnutaan arastelevan. Toisen ihmisen läheisyys on vanhenevallekin ihmiselle merkityksellistä, Paula toteaa.

– Mieleeni on jäänyt iäkäs ihminen, joka kerran syöpää sairastaneiden ryhmässä totesi, että häntä ei ollut kukaan koskettanut, Kristiina muistelee.

Paula kertoo jonkun psykiatrin kietyttäneen ihmisen tarvitsevan elämässään läheisyyttä, lämpöä, aitoutta ja välittämistä, hellyyttä ja kosketusta.

– Kaikki me olemme miehiä ja naisia elämämme loppuun asti, liian usein vaan yksinäisiä.

Kristiinalla tulee mieleen Juicen laulusta ajatus, miten ihminen tarvitsee loppujen lopuksi palasen leipää ja hivenen rakkautta.

Vanhat kyykkyyn?

Ikuisena kakaran en oikein ikinä ole osannut ajatella ikääni. En nuorenaakaan; 1960-luvun seurakuntanuorella kun ei ollut myöskään minkäänlaista täysi-ikäisyyden juuri saavutaneen kiirettä sen enempää kapakkaan kuin Alkon jonoonkaan. Sellaisia olivat – hurskaat – aatteet ja tavat silloin.

Ensimmäistä kertaa havaitsin aivan tietoisesti ajattelevani ikääni täytässäni kuusikymmentä. Se ei sinänsä vielä hätkäyttänyt, mutta yhtäkkiä ja yllättäin tajusin, että seuraavien pyöreiden vuosien kohdalla täytän seitsemänkymmentä. Ja se luku tuntui pelkäästä kuviteltunakin aidosti korkealta, ainakin paljon korkeammalta kuin kuusikymmentä. Onneksi satavuotiaiden määrä lisääntyy kovalla vauhdilla eri puolilla maailmaa. Tiedä sitä, mitä ja mihin tässä vielä ehtii...?

Eläkeyhtiö Ilmarinenkin muistutti minua terveesti ”kuolevaisuudestani”. Sain aktualisoidut eläketietoni tarkistettaviksi. Se tuntui oudolta. En vielä osaa kuvitella itseäni eläkeläisenä eikä minulla ole sen enempää halua kuin kiirettäkään siihen rooliin. Todennäköisesti työnantajani siis joutuu jossain vaiheessa – kristillisen arvopohjansa mukaisesti – hellästi kippamaan minut työhuoneestani ulkopihalle. Vapaaehtoisesti häivyn ainoastaan siinä vaiheessa, kun lähiopetus todetaan ammattikorkeakouluissa tarpeettomaksi tai liian kalliiksi. Siihen kehitykseen ei luontoni eivätkä pedagogiset kasvatushanteeni taivu, sen tiedän. Eet-

tistä ja teologista diskurssia ei opeteta, ei opita eikä sisäistetä internetissä.

Tiedostan tietysti kuuluvani harvinaisen etuoikeutettuun ikäluokkaan. Olen elänyt elämäni aikana, jolloin Suomi ja valtaosa suomalaisista on saanut nauttia niin rauhasta kuin elintasonkin jatkuvasta, nopeasta noususta. Valmistuin opinnoistani aikana, jolloin töitä oli jokaiselle koulunsa käyneelle tarjolla jopa valintaan asti. Kirkkokaan ei silloin oikein tiennyt, mihin rahojaan tuhlaisi, joten virkoja (ja ylikalliita rakennuskohteita) riitti. Pätkätöistä ja työpaikan epätoivoisesta hakemisesta elin nykyisten työuransa aloittavien prekariaattitodellisuudesta en siis itse ole koskaan kokenut mitään.

Ilmarisen eläkeinfo näyttäisi takaa- van elämäni ja ainakin joidenkin sen mukavuuksienkin jatkuvuuden. Elämän perusturvallinen jatkumo toden- tuu tietysti vain yhdellä reunaehdolla, johon ikääntyessäni voin itse vaikuttaa yhä vähemmän. Se reunaehto on pään ja kropan terveys. Toinenkin toki on ja siihen voin vaikuttaa aivan yhtä vähän – asuntolainani korko. Mutta miksi huolestua saati stressaantua asioista, joihin joka tapauksessa joutuu suhtautumaan raamatullisen lakonisesti: Herra antoi, Herra otti, kiitetty olkoon Herran nimeen! Elämäkokemukseni sanoo, että käytännön huolet selviävät aina jotenkin. Sydämen ja mielen sisimmät murheet ovatkin sitten ihmiselle usein aivan toisen luokan pulma. Ikääntymisen edessä on joka tapauksessa opittava olemaan nöyrä – ja kiitollinen.

Elämäntaivaaltani ajatellessani havaitsen kuitenkin tuntevani huonoa omaatuntoa. Olen kuin olenkin – ainakin tähän mennessä – onnistunut pahassa maailmassa livahtamaan kuin koira veräjältä. Toisaalta olen siihen syytön – satuin vain syntymään sopivaan aikaan ja sopivaan paikkaan. Toisaalta tiedän, että monille muille ei tule käymään näin onnellisesti, ei edes vaikka rauha raukoilla rajoilla vain jatkuisi ja Euroopan vuosia köhinyt talouskin piristyisi. Yhä useammalla ovella koluttanee jo nyt aavistus vanhuuden köyhyydestä. Ja vanhuuden köyhyys – niin pelkään – tulee olemaan sekä taloudellista että sosiaalista; yksinäisyyttä ja lohduttomuutta.

Saksan ylipapisto – niin katolinen kuin evankelinenkin – piti viime jouluna yhteisestä sopimuksesta ja ahdistuksesta yhteiskunnallisen parannussaarnan Marian kiitosvirren hengessä. Joulusanoma oli harvinaisen selkeä – Jumala on pienen ihmisen puolella. Yhteiskunnan jakautuminen köyhiin ja rikkaisiin on vaarallista. Niin vaarallista, että se on pysäytettävä. Katolisen piispainkokouksen puheenjohtaja, arkkipiispa Robert Zollitsch totesi ”köyhien jääneen jälkeen ja rikkauksien kasautuvan muutamien harvojen käsiin”. Arkkipiispa vaati uutta solidarisuutta ja tiivistä sanomansa viestiin, joka saisi ainakin porvaripoliitikot Suomessa värisemään kauhusta – rikkaiden veronkorotukset ja leikkaukset heiltä köyhien hyväksi eivät saa olla mikään tabu poliittisessa keskustelussa.

Onko arkkipiispa siis piilokommari? Vai vain lukutaitoinen? Saksan kansallinen köyhyyskonferenssi, jonka muodostavat yhdessä saksalaisen hyvinvointivaltion konkretiasta vastaavat sosiaalijärjestöt, kirkolliset organisaatiot ja AY-liike, paljasti Saksan hallituksen jälkikäteen kaunistelleen omaa virallista raporttiaan köyhyydestä ja rikkaudesta Saksassa. Sen kiistämätön, mutta myös varsin kiusallinen viesti oli, että puolta saksalaisten kaikesta omaisuudesta ja varallisuudesta hallitsee hyvin toimeentuleva eliitti, jonka muodostaa 10 % väestöstä. Kansan köyhempi puolikas – siis yli 40 miljoonaa saksalaista – omistaa kansallisesta varallisuudesta sen sijaan tasan yhden prosentin. Lisäksi raportti paljasti aidosti marxilaisen profetian todentuvan ainakin omaisuuden suhteen – köyhät köyhtyvät ja rikkaat rikastuvat. Kuilu kasvaa ja yhä useammat köyhät jumittuvat köyhyyteensä. Köyhää työkäistä odottaa vielä köyhempi vanhuus.

Suhteellisesti köyhiä Saksassa on vielä hieman enemmän kuin Suomessa. Suhteettomasti rikkaita varmasti enemmän. Suomi kuitenkin purjehtii tieteen tahtoen ja ”lupaavasti” samaan suuntaan. Myös Suomi on nopeasti kautumassa eri todellisuuksiin, ihmisiin, jotka syntyvät, elävät, vanhenevat – ja myös kuolevat – eri maailmoissa. Tuloerojen kasvunopeus on Suomessa ollut jo pitkään OECD-maiden kärkiluokkaa. Kehitys ei ole syntynyt sattumalta – on mahdotonta väittää, ettei se olisi ollut poliittisesti tahdottua ja ohjelmoitua. On selvä, etteivät köyhät ja rikkaat ihmiset kohtaa vanhuudes-

sakaan, myös vanhuuden kokemukset eriytyvät. Ja tämä tarkoittaa erilaista ja eritasoista hoitoa, erilaista ja eritasoista asumisympäristöä, erilaista ja eritasoista haurastumista, sairautta ja kuolemaa. Osalle vallan mukavaa, turvattua vanhuutta kaikkine mahdollisuuksineen, osalle epätoivoista taistelua vähenevin voimin vanhuuden köyhyyden kiristyvää kierrettä ja näköalatto muutta vastaan.

Sen ei oikeastaan pitäisi yllättää. Kaikkein aktiivisimpia äänestäjiä ovat hyvin toimeentulevat ihmiset. On aika luonnollista, että he äänestävät heitä, jotka lupaavat, että heillä menee tulevaisuudessakin, jos ei hyvin niin ainakin vielä vähän paremmin. Passiivisimpia äänestäjiä ovat taas he, jotka ovat köyhiä, pienituloisia, syrjäytymisvaarassa olevia tai jo syrjäytettyjä. Uraansa ajattelevan poliitikon, joka itsekin on nykyään yhä useammin jo paljon paremmin koulutettu ja tienaa kuin keskimääräinen äänestäjänsä, ei moiseen passiiviseen rupusakkiin kannata samaistua eikä satsata. Ei sieltä ääniä irtoa kuin poikkeustapauksissa.

Köyhille ja yksin jääville vanhuksille, joiden määrää moni yhteiskunnallinen muutos näyttää tällä hetkellä kasvattavan lähes pakonomaisesti – päätettiin pirstoutuvat työurat, moninaistuvat perheet, yhden hengen taloudet, hyvinvointivaltion etenevä purku – tämä ei lupaa mitään hyvää. Saksan liittopresidentti Joachim Gauck, pappi hänkin, vaati omassa joulupuheessaan kansalaisilta uudenlaista kääntymistä toinen toisensa puoleen: ”Poli-

tiikan kielellä sen nimi on solidaarisuus; uskon kielellä lähimmäisenrakkaus; ihmisten tunteissa rakkaus. Niin – me tahdomme solidaarisen maan.”

Oletan, että meidän kaikkien suomalaisten on korkea aika pohtia, mitä me haluamme.

● KAI HENTTONEN

Markus Henttonen



Vanhusten köyhyys diakonian haasteena

Vanhusten köyhyys tuntuu olevan erittäin kovaa. Heidän ulottuvillaan ei ole sellaista tukea, jota tarvittaisiin. Diakonian rooli köyhien vanhusten auttajana tulee entisestään korostumaan, jos ajan haasteeseen vastataan.

Eläkeikäisten joukosta löytyy köyhiä suunnilleen sama suhteellinen osuus kuin muullakin väestöllä.

Työikäisen väestön kohdalla tunnetaan tukalimmassa asemassa olevan yksinäiset pitkäikäistyöttömät miehet. Eläkeikäisten kohdalla taas ovat erityisessä vaaravyöhykkeessä yksinäiset naiset. Viime vuosina on ero naisten ja miesten väliltä hieman kaventunut Tilastokeskuksen antamien tietojen mukaan. Kuitenkin köyhiä naisia on eläkeikäisten kohdalla edelleen noin kaksinkertainen määrä miehiin verrattuna. Tässä on huomioitava miesten alempi keski-ikä. Köyhien miesvanhusten asema ei vaikuta vastaavan ikäisiä naisia paremmalta.

Mitä enemmän ikää karttuu, sitä tyypillisemmäksi käy yksinäisyys. Kiinteä se on köyhien vanhusten kohdalla. 75 vuotta täyttäneistä yksineläjistä peräti 33 prosenttia on köyhiä, kun taas pariskunnista vain 6,2 prosenttia elää köyhyysrajan alapuolella.

Merkittävää on se, että naiset jäävät miehiä useammin leskeksi. Heillä ei ole samaa työhistoriaa kuin miehillä eikä siten mainittavaa työeläkettä.

Suuri haaste sekä julkisen vallan sosiaalityölle että kirkon diakoniale on se, että 75 vuotta täyttäneiden köyhyyssaste on suurempi kuin koko väestön keskimäärin.

Häpeä ja henkinen taakka pahinta

– Köyhyys ei ole pelkästään rahan puutetta. Tämän päivän vanhukset ovat oppineet niukkuuteen jo lapsuudes-

saan. Häpeän tunne ja henkinen taakka ovat pahinta, sanoo Tampereen Messukylän seurakunnan vanhustyöstä vastaava diakoni **Ritva Fabrin**.

Fabrin kertoo seurakunnan antavan ruoka-apua ja jossain määrin rahallista tukea. Henkinen ja hengellinen tuki on kuitenkin kirkon tärkein tehtävä. Kotikäynti ei ole pelkkää kahvin juontia. Siellä mennään hyvinkin syvälle asioiden ytimeen.

Nyt on aineellisen avun tarvetta kasattu Fabrinin mukaan liikaa kirkon niskoille. Julkisen vallan tulisi panostaa enemmän köyhien taloudelliseen tukeen.

Ritva Fabrin kertoo, että kirkossa on havaittu hoitamaton masennus, joka vaivaa vanhuksiakin. He ovat eläneet viimeiset työvuotensa suorituskeskeisessä kiireen yhteiskunnassa, jossa vapaa-ajan harrastuksille ei jää aikaa. Eläkkeelle jäädessä on pudottu tyhjän päälle.

– Tässä suhteessa miesten yksinäisyys on pahempaa kuin naisten, sanoo Ritva Fabrin. Ehkä tuo havainto selittää sitä, että 80-vuotiaat miehet tekevät paljon itsesurmia.

Kotona asumista tulisi tukea

Köyhät vanhukset joutuvat Fabrinin havaintojen mukaan usein elämään vailla virikemaaailmaa.

Seurakunta järjestää virkistysretkiä ja -leirejä. On kuitenkin tullut ilmi, että köyhimmillä ei useinkaan ole niihin varaa, koska retket tehdään omakustannushinnoin ja leirille pääsee

vain yhden kerran vapaapaikalle. Sillä tavoin ihmiset saattavat kadota pois diakonian ulottuvilta.

– Jos vanhus sairastuu, ei hänellä ole enää voimia tulla ryhmiin, vaan seurauksena on eristäytyminen. Diakoniale ei ole riittävästi resursseja kotikäynteihin, ja etsivä kotikäyntityö kulkee ”lapsen saappaissa”, pahoittelee Fabrin. Ehkäiseviin toimiin pitäisi päästä jo ennen eläkkeelle siirtymistä.

– Myös kunnan ja kirkon yhteistyö olisi tärkeää. Siihen ei valitettavasti ole päästy, vaan molemmat hoitavat vanhustyötä tahoillaan. Yhteistyöllä voitaisiin tukea kotona asumisen mahdollisuutta pidempään. Sillä voisi olla suuri henkinen merkitys, toteaa diakoni Fabrin.

Köyhien vanhusten kolme tyyppiä

– Kokemuksena köyhyys on periaatteessa sama kaikille köyhille. Keskiikäinen pitkäikäistyötön voi kuitenkin ajatella, että tulee muutos ja mahdollisuus parempaan. Sen sijaan vanhuksen köyhyys on tila, josta ei ole helppo päästä pois. Näin sanoo yhteiskuntatieteiden tohtori, yliopistonlehtori **Satu Ylinen** Tampereen yliopistolta. Hän tutkii vanhusten köyhyyttä yhteistyössä Itä-Suomen yliopistolla toimivan professori (ma) **Sari Risasen** kanssa.

Ylinen kertoo sosiaalityöntekijöiden arvelevan vanhuusköyhyyden lisääntyvän, kun pitkäikäistyöttömiä siirtyy eläkkeelle. Mukana on pätkätyöläisiä ja naisia, jotka ovat olleet lasten tähden vuosikaudet kotona. Eläkekertymä on jäänyt pieneksi.

– Köyhät vanhukset eivät muodosta yhtenäistä joukkoa. Yhteistä on köyhyyden kokemus, mutta siihen voidaan suhtautua eri tavoin, kertoo yliopistonlehtori Ylinen.

Hän ja Rissanen ovat löytäneet köyhien vanhusten joukosta kolme tyyppiä.

Ensimmäisinä tulevat ”sinnittelijät”, joilla talous ja terveys ovat yhtä heikko kuin muillakin, mutta perusluonne positiivinen. He löytävät itsestään henkisiä voimavaroja. Toisena tyyppinä ovat ”luopujat”, jotka tunnistaa siitä, että pinnalla on katkeruus. Kolmantena esiintyvät ”masentuneet itsensä laiminlyöjät”. He eivät syö kunnolla eivätkä hoida terveyttään. Heidän olemistaan leimaa elämästä luopuminen.

Tutkija luottaa diakonian apuun

– Etsivän vanhustyön tarve on suuri, toteaa yliopistonlehtori Ylinen.

– Tarvitaan ehkäiseviä kotikäyntejä, jotta tavoitettaisiin ne köyhät vanhukset, jotka eivät esimerkiksi sairailan kautta tule sosiaalityön piiriin.

Köyhän vanhuksen elämänriskejä ovat yksinäisyys, eristäytyminen ja terveydentilan huononeminen. Ylinen kertoo, että on vanhuksia, jotka tinkivät ravinnostaan voidakseen ostaa lääkkeensä. Samoin niitä, jotka jättävät lääkkeet ostamatta, voidakseen syödä.

Yksi suuri ongelma on Satu Ylisen tiedon mukaan se, että monet vanhukset turvautuvat pikavippeihin ja joutuvat entistä ahtaammalle.

– Diakonia tekee hyvää työtä, sanoo Satu Ylinen.

Hänen mukaansa juuri diakoniatyöntekijöillä on mahdollisuus poistaa sitä häpeäntunnetta, jota köyhät vanhukset kantavat tilanteensa tähden. Kirkko on vielä läheinen nykyisille vanhuksille. Satu Ylinen toivookin, että diakoniatyöntekijät lähettäisivät hänelle kokemuksiaan työstä köyhien vanhusten parissa. Osoite on: satu.ylinen@uta.fi. Ylinen on myös valmis lähtemään puhujaksi diakoniatyöntekijöiden tapaamisiin.

Pappojen piiri henkisenä lepotilana

Yliopistonlehtori Satu Ylinen toivoi kirkolta henkistä tukea köyhille vanhuksille. Juuri siihen seurakunnat tänään pyrkivät.

Linnainmaa on tamperelainen lähiö, jossa Ritva Fabrin on työskennel-



lyt jo lähes kaksi vuosikymmentä. Tällä hetkellä kokoontuu seurakuntakeskuksessa kaksi vanhuksille tarkoitettua ryhmää. Ikäihmisten virkistyspäivä järjestetään kerran kuussa. Ja sitten on Ritva Fabrinin ylpeys, K70-kerho, joka kokoontuu kuukausittain. Kyse on 70 vuotta täyttäneiden miesten eli pappojen piiristä. Kerrallaan on koolla parikymmentä pappaa. Kerhosta on tullut miehille niin tärkeä, että he soittavat Ritva Fabrinille ja pahoittelevat,

jos joutuvat jäämään pois tapaamisesta. Ohjelmassa on hartaushetki ja aamupala sekä tunti ohjelmaa, useimmiten joku vierailtava alustaja keskustelulle. Myös yhteisiä retkiä on tehty.

Papat ovat sanoneet, että kerho on heille henkinen lepopaikka.

● RISTO KOIVISTO
Yhdyskuntatyöntekijä
Toimittaja
Tampere

”Tie unohdettujen luo”

monimuotoisen vanhuuden haasteisiin vastataan verkostoyhteistyöllä

Kädessäni on *Kotiliesi*-lehti, ikätoverini 1950-luvulta. Selailen sen kellastuneita sivuja mielenkiinnolla. Lehdessä on toimittaja Mirja Huuhkan kirjoitus ”*Tie unohdettujen luo, seurakuntasisar päiväkirroksellaan*”. Lehtijuttu kertoo diakoniatyöstä ”Helsingin Pasilan perukoilla”. Kotisairaanhoidon ei ollut. Huoltolaki oli. Diakoniatyö painottuu kotikäyntityöhön ja käytännölliseen auttamiseen. Toisinaan on ”käyntejä sairaalassa ja huoltolautakunnassa”. Työhön sisältyy myös ”kahvinkeittoa korttelikokouksessa”, josta tulot tulevat diakoniatyölle.

”Seurakunnalta hän on saanut maitorahaa puolta litraa varten päivässä”, kertoo diakonissa varattoman vanhuksen tilanteesta. Diakonian avustusrahat seurakunnissa ovat vähäiset puutteeseen nähden. Perustetaan keräys, joka saa nimekseen Yhteisvastuukeräys. ”Puutteen lievittämiseksi on Suomen luterilainen kirkko järjestänyt täksi kevätkaudeksi Yhteisvastuu-keräyksen, jonka tuloista puolet jää oman seurakunnan diakonian tarpeisiin ja toinen puoli yhteiseen rahastoon.”

Kuusi vuosikymmentä sitten perustettu Yhteisvastuukeräys on edelleen tarpeellinen. Tänä keväänä Yhteisvastuun kotimaisena keräyskohteena on etsivän vanhustyön projekti. Kohdeyryhmänä ovat kaikkein heikoimmassa asemassa olevat yksinäiset, eristäytyneet tai syrjäytyneet vanhuksat.

Jyväskylän seurakunnan diakonian vanhustyön kehittämishanke

Jyväskylän seurakunnassa nähtiin tarve vanhustyön vahvistamiselle. Diakonian vanhustyön kehittämishanke päätettiin käynnistää määräaikaisena diakonisen vanhustyön muotona.



Hanke on kolmivuotinen ja jatkuu vuoden 2014 loppuun.

Hankkeen tavoitteiksi asetettiin vanhustyön kehittäminen alue-seurakunnissa sekä seurakuntalaisten lähimmäisvastuun vahvistaminen ja ohjaaminen vanhuksen tukena toimimiseen. Tavoitteeksi valittiin myös seniori- ja korttelikahvilatoiminnan käynnistäminen.

Vanhusten seurakuntayhteyden tukeminen ja henkilökohtaisiin hengellisen elämän tarpeisiin vastaaminen ovat tavoite, johon pyritään yhteistyössä alue-seurakuntien työntekijöiden kanssa. Hankkeen tavoitteena on myös yksin kodeissaan asuvien vanhuksen tilanteiden ja tarpeiden kartoittaminen verkostoyhteistyössä.

Kehittämishanke päätettiin käynnistää kahdessa erilaisessa alue-seurakunnassa. Keskustan alue-seurakunta on suuri ja sen alueella asuu paljon vanhusväestöä. Tikkakosken alue-seurakunta on pieni ja alue on harvaan asuttua.

Vanhustyön kehittämishankkeen käynnistyminen

Vanhustyön kehittämishanke käynnistyi maaliskuussa 2012. Hankkeen alku-

vaiheessa työ aloitettiin Tikkakosken alue-seurakunnassa. Hankkeen esittely mahdollistettiin tilaisuuksissa, joihin oli kutsuttu vanhuksia ja aktiivisia ikääntyviä esimerkiksi eläkejärjestöistä. Näissä tilaisuuksissa on ollut mahdollista rohkaista ja kutsua seurakuntalaisia vapaaehtoistyöhön.

Keskustan alue-seurakunnassa hanke käynnistyi yhteistyössä vapaaehtoisten kanssa. ”Voisinko tehdä jotain vanhusten hyväksi” -kysymyksen kanssa otti vapaaehtoistyöstä kiinnostunut aktiivinen eläkeläinen yhteyttä. Mukaan kutsuttiin kaksi muuta vanhuksista huolta kantavaa ja vapaaehtoistyöstä kiinnostunutta. Yhdessä heidän kanssaan suunniteltiin ja käynnistettiin vertaiskeskusteluryhmä.

Osallisuutta lähiympäristöstä -hanke

Jyväskylän seurakunnan diakonian vanhustyön kehittämishankkeen keskeinen yhteistyökumppani on Tutkimus- ja kehittämiskeskus GeroCenterin Osallisuutta lähiympäristöstä -hanke, joka on Ray:n rahoittama nelivuotinen (2012–2015) hanke. Diakonian vanhustyön kehittämishankkeen tavoitteet ovat monin osin yhtenevät Osallisuutta lähiympäristöstä -hankkeen kanssa.

Osallisuutta lähiympäristöstä -hanke toteutetaan kolmikantayhteistyönä GeroCenterin, Jyväskylän seurakunnan ja Jyväskylän kaupungin kanssa.

Hankkeella on kaksi päätavoitetta. Tavoitteena on kodin ulkopuolisista toiminnoista eristyneiden, yksinäisyydestä ja alakulosta kärsivien ikäihmistien tavoittaminen ja tukeminen lähiympäristön toimintoihin osallistumisessa. Toinen päätavoite on toimintakykyisten ja aktiivisten ikääntyvien osallistumisen mahdollistaminen heille merkitykselliseen, yhteisöl-



lisyyttä lisäävään toimintaan. Hankkeiden yhteistyöllä heitä myös kutsutaan, ohjataan ja koulutetaan vapaaehtoistyöntekijöiksi.

Etsivän työn tueksi tavoitteena on kehittää laaja-alaista yhteistyötä eri vanhustyön toimijoiden kanssa. Kaupungin, seurakunnan, yksityisten palveluntuottajien ja eri yhdistysten yhteistyöllä etsitään yksin kodeissaan asuvia vanhuksia, jotka kokevat yksinäisyyttä, alakuloisuutta ja osattomuutta.

Laaja-alaista verkostoyhteistyötä

Vanhustyön kehittämishanke rakentuu laajan verkostoyhteistyön pohjalta. Jyväskylän hoivapalvelut -yhdistyksellä on Seniorinuotta kaupungin keskustassa, joka tarjoaa psykososiaalista keskusteluapua seniori-ikäisille. Asiakastyössään psykiatriset sairaanhoitajat olivat nähneet hengellisten kysymysten askarruttavan monia. He myös näkivät tähän tarpeeseen vastaamisen tärkeäksi ja kutsuivat seurakunnan vanhustyön kehittämishankkeen diakoniatyöntekijän yhteistyökumppanikseen.

Muutoksen mahdollisuus -vertaistukiryhmätoiminta käynnistettiin yhteistyöllä. Seniorinuotan aiempien ryhmien hyvät kokemukset Tasapainoisen elämän -ohjelmamallista ohjasivat yhteisen ryhmän suunnittelua ja toteutusta. Tavoitteena on osallistu-

jien oman elämän tarkastelu sekä itselle merkityksellisten muutosten aikaansaaminen. Oman hyvää tekevän lisänsä ryhmään on tuonut hengellisten kysymysten huomioon ottaminen.

Yhteistyö käynnistyi myös Jyväskylän kaupungin vanhusten palvelu- ja pitkäaikaishoidon virkistystoimintaa suunnittelevassa yhteistyöverkostossa. Diakonian vanhustyön kehittämishankkeen työntekijä vierailee ympäri-vuorokautisen hoidon ja asumisen piirissä olevien vanhusten luona sovitusti ja pitää hartaushetkiä.

Hankkeiden verkostoyhteistyön ja vapaaehtoistyön käynnistyminen

Tikkakosken alueseurakunnassa järjestetty Ikääntyvän ihmissuhteet sukupolvien ketjussa -tilaisuus eläkeiän saavuttaneille seurakuntalaisille on yksi esimerkki hankkeiden toteuttamasta yhteistyöstä. Tähän kaikille avoimeen tilaisuuteen kutsuttiin vielä erikseen henkilökohtaisilla kutsukirjeillä vuoden 2012 aikana 65 vuotta täyttäneet ja täyttävät alueen ihmiset. Tilaisuuden tavoitteena oli rohkaista osallistujia kohtaamaan ikääntyminen myönteisenä kehitysvaiheena ja löytämään tarkoituksellinen elämä kaikkina ikävaiheina.

Kutsutilaisuudessa esiteltiin vanhustyön hankkeet ja kerrottiin vapaaehtoistyön mahdollisuuksista. Osallistujien täyttämät palaute- ja kyselykaa-

vakkeet olivat rohkaisevia. Jatkosuunnitelman mukaisesti vapaaehtoistyöhön kiinnostuksensa ilmaiseet kutsuttiin muutaman viikon kuluttua yhteiseen kokoontumiseen.

Yhteisessä kokoontumisessa nousi esille halu lähimmäisvastuun vahvistamiseen. Keskustellen kartoitettiin vapaaehtoistyöstä kiinnostuneiden omia henkilökohtaisia kiinnostuksen kohteita. Yksinäisten vanhusten luona vierailijoiksi ja keskusteluavuksi ilmaisivat halukkuutensa muutamat ihmiset. Jotkut heistä toivat esille halunsa tarjota saattoapua kirkkoon. Mukana oli myös ihmisiä, jotka halusivat lähteä perustamaan uusia vertaisryhmiä ja ohjaamaan niitä.

Vanhustyön hankkeiden tavoitteiksi asetetut lähimmäisvastuun vahvistaminen ja vapaaehtoisten ohjaaminen vanhusten tukena toimimiseen ovat osoittautuneet realistiseksi. Uusien vapaaehtoisten mukaan saaminen on käynnistynyt rohkaisevasti. Tikkauskella hyvän vastaanoton saaneen toimintamallin mukaisesti Keskustan alueseurakunnassa järjestetään myös kutsutilaisuus eläkeikäisille.

Seniori- ja korttelikahvilatoiminnan käynnistäminen on kirjattu yhdeksi tavoitteeksi. Tätä tavoitetta ja yhteisten hankkeidemme toiminta-ajasta tukee Osallisuuden kahvihuone, jota emännöimään tuli vapaaehtoinen, itsekin eläkeläisenä Jyväskylään muuttanut. Osallisuuden kahvihuoneeseen kutsuttiin eläkeiässä Jyväskylän keskustaan muuttaneita henkilökohtaisella kutsukirjeellä. Toiminnan tavoitteena on, että muuttaneet ihmiset pääsisivät kokemaan osallisuutta lähiympäristössään.

Diakonian vanhustyön kehittämishankkeen ja Osallisuutta lähiympäristöstä -hankkeiden tulevien vuosien tavoitteena on juurruttaa hyviksi havaitut vanhustyön toimintamuodot osaksi alueseurakuntien ja alueiden toimintaa.

● **EVI-RIITTA KUKKONEN**
Diakonissa, terveydenhoitaja
Jyväskylän seurakunta
Vanhustyön kehittämishanke

Hankkeeseen voi tutustua osoitteessa
<http://www.gerocenter.fi/hanke>

Passionerade och andra aktiva pensionärer

De äldres verkligheter i Svenskfinland måste skrivas i pluralis. I ett individfixerat och konsumtionsinriktat samhälle uppstår lätt stora öar av ensamhet och brist på sammanhang. Kriser och utmaningar av det här slaget tvingar oss alla till nytänkande och engagemang.



– Åldringen som sitter i gungstolen i sin lilla röda stuga och virkar strumpor från morgon till kväll är nog en mycket ovanlig företeelse i dagens Finland. Jag tror också att vi har fördomar att äldre människor inte skulle vilja lära sig någonting nytt, inte vill uppleva nya saker. Människor som går i pension vid 65 års ålder vill knappast "ta det lugnt och vara i fred" de närmaste fyrtio åren.

Viveca Hagmark är direktör vid Folkhälsans Förbund där omsorgen

om de äldre är en viktig del av verksamheten. Med sina hundra medlemsföreningar i olika delar av Svenskfinland är man djupt förankrad i verkligheten. Om man med "äldre" avser personer mellan 55 och 100 år handlar det enligt Hagmark inte om en enhetlig grupp, tvärtom.

– Ingen talar om 1-45 åringar som en enhetlig grupp och ändå har den gruppen troligen mera gemensamt än individerna i åldersgruppen över femtio. Ettåringar har inte mycket erfa-



Magnus Lindholm

Hur skapar man riktiga möten med människor där olika åldersgrupper samtalar med varandra? Viveca Hagmark på Folkhälsans Förbund tror att det råder ganska mycket fördomar på båda sidor och vill sänka trösklarna mellan de unga och de äldre.

renhet men det har en 70-åring. Det är oerhört spännande att människan lever längre och bättre än någonsin men samtidigt måste vi vara medvetna om att det också finns allt fler som behöver vård och omsorg. Summa summarum är behoven väldigt individuella.

Stark sammanhållning i små kretsar

I den gamla svenska kulturbygden Lojo är svenskan idag nästan ett undantag men trots det är staden officiellt tvåspråkig. Av församlingens ca. 37.000 medlemmar är ungefär 1500 personer svenskspråkiga. Hur ser de äldres situation ut i det sammanhanget?

Birgit Pihl, hemma från Pojo men bosatt i Lojo sedan mitten av 1950-talet och idag pensionär sen femton år, ser minoritetssituationen som en fördel:

– I små grupper är sammanhållningen bättre än i stora, och trivseln är bra.

Pensionärsföreningen har 119 medlemmar av vilka några är över 90 år och fortfarande aktiva. Äldsta aktiva medlemmen i församlingens svenska krets – i motsats till staden är församlingen officiellt enspråkigt finsk – är 97 år. I Svenska föreningen i Lo-

Muskler och stämband ska försiktigt aktiveras före sången får ljuda. Pensionärerna övar varje torsdag i Folkhälsans Seniorhus under kantor Anna Maria Böckermans ledning. Till senaste jul utgav kören en egen Pepparkaksbok: man blir ju som känt snäll av pepparkakor, kanske man också sjunger bättre med en eller ett par pepparkakor i magen?

Magnus Lindholm



jo – ursprungligen en ungdomsförening och ägare till ett värdefullt ungdomshus – är medlemmarna i första hand pensionärer. Det sistnämnda är kanske en fingervisning om att många äldre människor fortfarande känner sig unga. I Lojo kan den som vill, välja mellan pensionärsträffar med olika program varannan vecka, och dessutom utfärder, teaterresor, hobbyklubbar och samtalscaféer. Med ekonomiskt stöd från Svenska Kulturfonden erbjuder pensionärsföreningen ett par gånger i året sång och musik för åldringshemmen på orten. Birgit Pihl konstaterar att invånarna på åldringshemmen idag är i ganska dåligt skick, men:

– När musiken kommer igång börjar tofflorna hoppa. Förmågan att reagera på sång och musik är troligen det sista människan förlorar.



För femtio år sedan var Virkby den centrala knutpunkten för svenskarna i Lojo, idag finns språkminoriteten utspridd i hela staden, konstaterar Birgit Pihl och Raimo Kuismanen. Virkby kyrka är fortfarande en viktig samlingsplats både för barnklubbar och pensionärsträffar.

Raimo Kuismanen nickar igenkännande. Han är präst i församlingen sedan år 2005 med ansvar för den svenska verksamheten. Under många år fungerade han som finsk präst i Sverige och kan se parallellerna:

– Minoriteter har en tätare grupp-sammanhållning och vetskapen om att man är i minoritet väcker en viss kraft, ett behov att trygga sina rättigheter. Men i övrigt är våra kyrkor väldigt olika. Framförallt diskuterar man mycket mera i Sverige. De använder mera tid för planering och har inte lika bråttom som vi i Finska kyrkan. Och där är prästen som vilken annan människa som helst. Och det är ju bra.

Sedan gammalt finns det i Sverige någonting som kallas kyrkstigar –

minst en från varje familj skulle vandra till kyrkan på söndagen. Det här tycker Birgit Pihl att man kunde införa även i Lojo, av praktiska skäl kanske helst vardagskvällar på sommaren – en form av kort pilgrimsvandring.

Frivilligarbetarna och diakonin

Barbro Ollberg, diakonissa i Johannes församling i Helsingfors med ett invånarantal på drygt 12.000, säger att när man för trettio år sedan gick i pension var det ganska naturligt att samtidigt börja ta del av församlingens aktiviteter. Idag, när pensionärerna vanligtvis är i gott fysiskt och psykiskt skick, är det så mycket annat som lockar; resor, jumpakurser, arbetarinstitut, pensionärssamlingar, för att inte tala om huvudstadens omfattande kulturutbud.

– Vi borde bli bättre på att marknadsföra oss. En och annan tror nog att man måste vara lite speciell, helst ganska religiös, för att få vara med. Men vi går alltid på klientens villkor – vi låter i första hand våra handlingar återspegla det kristna budskapet.

Ollberg noterar att förr tog åldringarna nästan all arbetstid men nu ökar kontakterna till de arbetsföra människorna och barnfamiljerna markant. Ofta är det ekonomin som är boven i sammanhanget och risken är överhängande att diakonin får ett drag av socialhjälp. För att kunna bemöta sina medlemmar på bästa sätt vill man aktualisera behovet av frivilligarbetare.

– Inom kyrkan har vi grävt en grop åt oss själva – vi har fungerat som ett slags korvstoppare. Vi bara ger och ger och har inte insett att vi också kan få tillbaka. I församlingen finns en massa kompetenta människor inom många olika områden – släpp fram dem, låt dem bli en länk i det här arbetet, ge dem ansvar och lita på dem.

Ny teknik ett bra stöd

Den ofrivilliga ensamheten, även bland åldringarna, är en på många sätt svårhanterbar utmaning. Viveca Hagmark på Folkhälsans förbund säger att här behövs alla tänkbara resurser och människor för att stävja den utvecklingen.

– Vi får tips om ensamma människor via våra lokalföreningar, kom-



Johannes församling kommer att satsa mycket på frivilligarbetet, säger Barbro Ollberg. I den nya strategiplanen talar man om öppna rum och ett diakonalt sinne. Många kan fungera som en vardagsängel för sina medmänniskor.

munens hemvård och församlingarna. Snabbt kan tröskeln att träffa andra människor bli väldigt hög. Vi måste inse att det inte finns några patentlösningar hur det här ska lösas, alla människor är så olika.

Ibland handlar det om ytterst enkla åtgärder. Som till exempel att upprätta ett litet nätverk av frivilliga som har i uppgift att antingen varje morgon ringa ett kort samtal till en klient för att höra hur natten varit och hur dagen börjat, eller att en gång i veckan tala en lite längre stund i telefon. Men förutom dessa frivilliga telefonvänner kommer Folkhälsan i år också att satsa på kulturvänner. En konst- och kulturintresserad frivilligarbetare kan på det här sättet förena nytta med nöje genom att besöka bibliotek, utställningar, teaterföreställningar eller konserter tillsammans med en ensam medmänniska.

Yrkeshögskolan Novia har fört samman ett antal ensamma åldringar bosatta på olika öar i den åboländska skärgården genom att skaffa fram enkel teknik för att hålla online-kontakt via televisionen. Videokameran ersätter inte behovet av fysisk närhet men skapar nya möjligheter till dialog och kontakt över långa avstånd. Viveca Hagmark för fram begreppet "Känsla av sammanhang" myntat av Aaron Antonovsky, professor i medicinsk sociologi.

– Att uppleva livet som begripligt, meningsfullt och hanterbart hänger ofta ihop med andlighet, en tro, en övertygelse. Och det betyder att man måste se människan, även åldringen, som en helhet.

● MAGNUS LINDHOLM

Arvokkaat eläkevuodet

Miksiköhän Jumala antaa joillekin ihmisille terveyttä ja elinvuosia, niin että he saavat viettää pitkän ja täyteläisen eläkeajan?

Joidenkin mielestä varmaan siksi, että he saivat nauttia elämästä. Sitähän voi tehdä monella tavalla.

Jotkut ostavat sivuasunnon Espanjasta tai Floridasta, jonne paetaan Suomen talvea. Toiset viihtyvät kesämökkillään. Siitä remontoidaan vähitellen talviasuttava kakkosasunto, jonne vetäydytään piiloon nauttimaan.

Ajan saa kulumaan harrastamallaakin. Matkusteluun, konsertteja, elokuvia, kansalaisopistoa, ohjattua toimintaa harrastusjärjestössä. Seurakunnassakin on mukava käydä.

Eläkevuosista nauttimisen ei ole pakko olla kallista. Moni saa ilonsa levollisesta pienimuotoisesta arjesta. Juodaan pitkät aamukahvit, kuunnellaan radiota ja seurataan telkkarin kivoja sarjoja. Luetaan viihdyttäviä lehtiä ja sopivasti valittuja kirjoja. Käydään kävelyllä, saunotaan ja niin edelleen.

Elämä voi olla mukavaa, vaikka joskus aika ehkä käykin vähän pitkäksi. Onneksi mieli on joustava. Jos ihminen tekee vähän, mielen toiminta hidastuu hieinan, niin etteivät päivän tunnit tunnu niin tuskastuttavan pitkiltä.

Tässä on yksi malli ikäihmisen elämästä. Työelämä oli antamisen aikaa, nyt nautitaan, levätään ja otetaan rauhallisesti.

Mukavalta kuulostaa. Mutta onkohan se arvokasta elämää? Se kun näyttää murrosikäisen itsekkäältä minä minä -eläältä. Kaikki pyörii oman saamisen ympärillä, jos suoraan sanotaan.

Sitten on toisenlainen tapa käyttää kultaiset vuodet. Sitä voi kutsua osallistuvaksi antamiseksi.

Ajattelen nyt esimerkiksi naapurin eläkkeellä olevaa rouvaa. Hän hoitaa lapsenlastaan monta kertaa viikossa. Samoin tekee äitini. Melkein joka päivä hän tekee nuorimman veljeni perheelle jonkin palveluksen. Hakee lapset hoidosta, vie hoitoon, ottaa yökylään, käyttää harrastuspiirissä.

Nämä naiset ovat arvokkaalla tavalla mukana lastensa ja lastenlastensa elämässä. Samalla he mahdollistavat työikäisten vanhempien täysipainoisen osallistumisen työelämään.

Jotkut ikäihmiset kantavat vastuuta harrastus- tai kansalaisjärjestöissä. He eivät vain istu saajan paikalla, vaan heidän ansiostaan homma ylipäättään toimii. Seurakunnistakin heitä löytää.

Minusta tämä jälkimmäinen joukko viettää korkeita vuosiaan arvokkaasti. He toki nauttivat elämästä ja tekevät sitä, mikä työvuosien aikana jäi tekemättä.

Mutta samalla he osallistuvat ja palvelevat. Jotenkin tuntuu, että tällaista varten ne runsaat vuodet annetaan ihmisille. Ei siksi, että palataan murkkuikäisen omaehtoiseen elämäntapaan, vaan siksi että on kypsän aikuisuuden aika.

Jos eläkkeelle jäävä on ruumiillisesti ja henkisesti terve, eläkevuodet ovat hänelle eräänlaista tilintekoa. Kun ulkoiset pakotteet eivät enää ohjaa ajan käyttöä, on tehtävä itse omat valinnat.

Silloin todellinen luonne tulee näkyviin. Silloin nähdään, minkälainen ihminen tässä oikein on. Mitä ovat hänen arvonsa, asenteensa, valmiutensa ja luonteenpiirteensä? Onko hän kypsä aikuinen, joka etsii muutakin kuin omaa hyvänsä? Vai tuleeko hänestä jälleen vain itseään varten elävä lapsi.





Hoivaleirille

rassa oli pidetty hyvää huolta molemmista osapuolista. Omaishoitajakin sai olla lomalla henkilökunnan huolehtiessa hoidettavan tarpeista. Jopa yöunet sai nukkua rauhassa, sillä hoidettava majoitettiin eri huoneeseen. Mukavaa ohjelmaa oli ollut yhdessä ja erikseen.

Kustannukset rajoittavat osallistumista

Näiden palautteiden rohkaisemina päädyimme varaamaan seurakunnalle oman nelipäiväisen lomajakson kesällä 2006. Ensimmäiselle lomalle lähdimme yhteen invataksiin mahtuvalla joukolla, mutta seuraavina kertoina olemme koonneet kaksi taksillista lomalaisia. Yhteistyössä kotihoidon kanssa olemme etsineet loman tarpeessa olevia henkilöitä sen lisäksi, että seurakunnan lehti-ilmoituksissa on mahdollisuudesta kerrottu. Halukkaat ovat täyttäneet anomuskaavakkeet, joiden perusteella diakoniatyöntekijät ovat päättäneet valinnasta. Joillekin omaishoitajille on ollut lähdön edellytyksenä se, että hoidettavan kanssa pääsee lähtemään yhdessä. Halukkaita on ollut enemmän kuin mitä mukaan on voitu ottaa. Kovin suureksi ei joukkoa ole voinut paisuttaa jo kustannussyistä. Ilonpisaran lasku kohoo useampaan sataseen henkilöä kohti ja sen lisäksi tulevat matkakulut invataksilla Keravalta Hämeenlinnaan. Osallistujien omavastuuosuus on ollut 150 euroa. Seurakunnan budjettivaroista maksettavaksi jää näin suurin osa loman kustannuksista. Diakoniatyöntekijöitä on ollut lomalla mukana kaksi. Korkeiksi nousevien kustannusten vuoksi ei joka vuosi ole lomailtu Ilonpisarassa, vaan 2-3 vuoden välein.

Osallistujille mielekästä ohjelmaa

Ilonpisara on kauniilla paikalla järven rannalla Aulankoa vastapäätä. Vastaaanotto invataksien pysähtyessä pihaan on ystävällinen, ja etukäteen toimitettujen henkilö- ja hoitotietojen

Kotonaan asuva huonokuntoinen vanhus kaipaa virkistystä. Hän saa päivät pitkät katsella kotinsa seiniä tai ikkunasta jo niin tutuksi tullutta maisemaa. Aamukahvinsa ja ruokansa hän syö useimmiten yksin – seurassa maistuisi paremmin. Ja olisi mukava jutellakin jonkun kanssa, vaikka varmimmin mieleisensä vastauksen saakin itse omaan kysymykseensä vastaamalla.

Omaishoitaja hoivaa läheistään päivästä toiseen, illasta aamuun ja aamusta iltaan. Hoidettava tarvitsee jatkuvaa huolenpitoa eikä edes lähikauppaan voi lähteä, ellei joku tule omaisen seuraksi siksi aikaa. Päivät ovat kovin samanlaisia. Omaishoitajan jaksaminen on koetuksella.

Läheinen on ollut terveyskeskuksessa hoidettavana jo vuosia. Omaisen käy päivittäin osastolla syöttämässä, pitämässä seuraa, hieromassa jalkoja, kampaamassa hiuksia. Pyörätuolissa potilaan voi viedä uloskin, jos vain omaisella riittää voimia työntää pyörätuolia. Virkistää, kun pääsee välillä sairaalan seinien ulkopuolelle piipahattamaan. Omaisen päivät rytmittyvät sairaalan rutiinien mukaan. Uuvuttaa, mutta ei hän osaa käyntejä jättää väliinkään, kun kaipaus läheisensä vierelle on niin suuri.

Arkeen tarvitaan apua

Tällaisissa tilanteissa olen yrittänyt Keravan seurakunnan diakoniatyöntekijöiden kanssa löytää keinoja näiden ihmisten tukemiseksi. Tiedämme,

että jokainen edellä mainituista henkilöistä tarvitsisi vaihtelua arkeensa sekä lepoa ja virkistystä. Sekä kotona asuva vanhus että kotona omaishoitajansa kanssa asuva ja laitoksessa hoidossa olevat henkilöt ovat fyysisesti sellaisessa kunnossa, etteivät selviä ilman apua arjen perusasioista. Liikkuminen ja hoivaaminen vaativat omanlaisensa puitteet ja apuvälineistön. Vanhukille järjestetty leiri seurakunnan leirikeskuksessa ei tähän tarkoitukseen sovellu. Vaikka henkilökuntaa saataisiin riittävästi ja joitakin apuvälineitäkin mukaan, ovat kerrossängyt, WC- ja peseytymistilojen ahtaus sekä mäkinen maasto rajoitteina.

Yhteistyön löytäminen hämeenlinnalaisen Hoivakoti Ilonpisara ry:n kanssa on ollut todella merkittävä asia monelle keravalaiselle ihmiselle. Ilonpisara järjestää omaishoitajille ja hoidettaville virkistyslomia, joiden kautta yhteistyö sai alkunsa. Alkuun lähetettiin seurakunnan sponsoroimana virkistyslomille omaishoitajia ja hoidettavia yksi tai kaksi paria vuodessa. Saimme hyvin positiivista palautetta lomalaisilta ja kuulimme, miten Ilonpisa-

on kysyntää



perusteella jako huoneisiin käy sujuvasti. Henkilökunta auttelee niin lomalaiset kuin tavaratkin huoneisiin tottuneesti. Puitteet on rakennettu esteettömiksi liikkua, ja jokaiselle hoidettavalle löytyy hälytysranneke käyttöönsä. Ympäri vuorokauden on henkilökunnalta saatavissa apua.

Päivien ohjelmassa on monenlaista aktiviteettia. Osan aikaa ollaan kaikki yhdessä, ja välillä taas reippailijat pääsevät omista ryhmissään esimerkiksi lenkkeilemään. Kaikkien fyysistä kunnosta pidetään huolta ruokailujen lisäksi myös liikunnalla. Jumppahetki aamuisin, pihapelejä, kuntosalilaitteiden kokeilua, hierontaa ym. kullekin sopivassa muodossa ja määrässä. Välillä harjoitetaan käden taitoja ja välillä aivonystyröitä erilaisten pelien ja tekemisten kautta. Lomiin on sisällytetty myös luentoja erilaisista aiheista. Kovin suosittu on ollut apuvälineiden esittelytilaisuus. Sillä rintamalla uusia keksintöjä tulee markkinoille paljon. Ilonpissarassa voi monia apuvälineitä koekäyttää ja hyväksi havaittuja hankkia vaikka netin kautta tilaamalla. Ilonpissarasta saadun vinkin mukaan apuvälineitä saa hankittua Respecta-nimisen firman kautta. Esittelytilaisuusien jälkeen vaikuttaa siltä, että kaikkeen mahdolliseen tarpeeseen löytyy apuväline helpottamaan toimintaa, kunhan vain kullekin sopivan välineen löytää.

Saunapäivä Ilonpissarassa on kovin odotettu. On ylellistä päästä saunan löyliihin ja pulahtamaan uimaltaaseen. Altaaseen pääsee niin tuolihississä kuin luiskaa myöten. Lämmin vesi rentouttaa ja norjistaa jäseniä.

Saunomisen lomassa on mahdollisuus saada hemmottelua erilaisilla voiteilla. Ylelliseltä tuntuu myös saada papiljotit päähän pukuhuoneessa.

Myös diakoniatyön panosta tarvitaan

Mihin meitä diakoniatyöntekijöitä sitten on tarvittu kaksittain, vaikka Ilonpissarassa on oma henkilökunta? Meidän mukana olemisemme on ollut tärkeää ensinnäkin automatkojen aikana. Matkalla on tarvittu avustajaksi WC-reissulle ja luomaan turvallista oloa lomaa jännittäville. Joskus on tarvittu saattajaksi lääkirieissulle kesken loman. Perillä olemme saaneet pitää omalle ryhmällemme hartaushetkiä ja muitakin ohjelmatilanteita halumme ja tarpeen mukaan. Ja mikä tärkeintä, meillä on ollut mahdollisuus olla lomalaisia varten kuuntelijoina, ulkoiluseurana ja sielunhoitajina. Tutustuminen puolin ja toisin on myös loman etu.

Kaikkineen Ilonpissaran loman järjestäminen vaatii työntekijältä melkoisen työmäärän. Koska osallistujien kunto on usein nopeastikin vaihtelevaa, voi ennen matkaan pääsemistä tulla useampia peruutuksia ja vastaavasti heidän tilalleen uuden henkilön etsimisiä. Lähtemiseen rohkaisevia ja käytännön asioita selventäviä puhelinkeskusteluja käydään runsaasti. Kyytjärjestelyt tuovat oman lisänsä etukäteistyöhön. Joka tapauksessa tämä työ on palkitsevaa. Palautte lomalaisilta on ollut pelkästään hyvää, ja kerran mukaan päässeet ovat kilvan anomassa seuraaville lomille. Osa on käynyt seurakunnan loman jälkeen Ilonpissarassa myös muilla lomilla, joista RAY:n tukemien hintakaan ei ole osallistujalle suuri. Ensi toukokuussa on keravalaisia jälleen Ilonpissarassa lomailemassa!

● KRISTIINA KÄYHKÖ

Vs.johtava diakoniatyöntekijä
Keravan seurakunta



Kirkon päihdetyön ja kriminaaliryöstöavustukset

Kirkkohallitus myöntää vuonna 2013 kirkon päihdetyön ja kriminaaliryöstöavustuksia. Avustusta voidaan myöntää paikalliseen, alueelliseen tai valtakunnalliseen toimintaan, jolla on päihde- tai rikosten haittoja ehkäisevää tai vähentävää vaikutusta. Avustusta ei myönnetä investointeihin eikä kiinteistöjen korjauskuluihin. Erityisen tuettaviksi katsotaan kirkon päihdetyön tai kriminaaliryöstöavustuksen kehittämistä laajemmin katsoen palvelevat hankkeet, esim. uusien toimintamallien kehittäminen. Hakemukseen tulee liittää hankkeen toiminta- ja taloussuunnitelma. Myönnettävien avustusten käytöstä edellytetään erillinen selvitys. Hakulomake ja hakuohjeet ovat saatavissa Kirkkohallituksen Diakonian ja sielunhoidon yksikön verkkosivuilta (www.sakasti.fi/toiminta/diakonia). Hakemukset tulee toimittaa 31.5.2013 mennessä osoitteeseen: Kirkkohallitus/ Päihde- ja kriminaaliryöstöavustuksen kehittäminen, PL 185 00161 Helsinki. Lisätietoja: Sami Puumala, sami.puumala@evl.fi tai (050) 3402758.

Humppakylän huvitukset

eli mitä pieni pitäjä ja seurakunta tarjoavat ikääntyville

Kun kerroin muuttaneeni Humppilaan, useimmat reagoivat sanomalla Humppilan Lasi. Helsinki-Pori-valtatien varressa olevat turistiryvät ovat se, mitä ihmiset tästä paikkakunnasta parhaiten muistavat. Humppila sijaitsee Lounais-Hämeessä valtateiden 2 ja 9 risteyksessä. Vuonna 1874 perustettu kunta on pinta-alaltaan 148 neliökilometriä. Aukkaita on noin 2 500, joista tämän vuoden alussa seurakunnan läsnä olevaa väestöä 2 169. Seurakuntalaisista lähes 13 % on täyttänyt 75 vuotta.

Seurakunnan vakinaisina työntekijöinä ovat kirkkoherra, kanttori, diakoni, talouspäällikkö, seurakuntamestari ja osa-aikaisina siivooja ja kaksi lastenohjaajaa. Talouspäällikkö hoitaa kirkkoherranviraston, ja diakonin toimeenkuvaan kuuluu myös nuorisotyö. Toimintamäärärahat ovat niukat. Nämä ovat siis puitteet ja resurssit. Mitä niillä sitten saadaan aikaan ”vanhusväestölle”? Onko Humppilan seurakunnalla vanhan ihmisen tarpeet ja toiveet ymmärtävää toimintaa?

Ryhmässä ja yhdessä

Joka toinen viikko on seurakuntatalolla Seurakuntakerho, jonka osallistujakunta on enimmäkseen vanhuuseläkkeellä. Kahvitarjoilusta huolehtivat erikyläkuntien vapaaehtoiset emännät, hekin lähinnä eläkeläisiä. Voileipätarvikkeet ja kahvimaidon ostan minä, kahvia ja sokeria on keittiöllä jo valmiina ja makean kahvileivän tuovat vapaaehtoiset emännät tullessaan. Seurakuntakerhon vetovastuu on minulla, mutta kerhoa pitämässä on kanssa-

ni kanttori tai kirkkoherra. Kirkon vieressä oleva seurakuntatalo sijaitsee reilun kilometrin päässä ”keskustasta” (= kaksi kauppaa ja yksi pankki). Väkeä kerhoon tulee kimpptaksilla, ja välillä kerhon aloitusaikaa siirretään taksin ajoaikataulun mukaan.

Jumalanpalvelukset ja muut kirkossa pidettävät tilaisuudet voidaan välittää keskusradion avulla Mäntyrinteen palvelukeskukseen. Sen lisäksi palvelukeskuksessa pidetään joka toinen viikko hartaushetki – myös erikseen dementiaosaston puolella. Hartaushetken pitämisessä vuorottelevat kirkkoherra, kanttori ja minä. 3–4 kertaa vuodessa hartauden lisäksi on ehtoollisen vietto, jolloin mukana avustamassa edellisen kolmen työntekijän lisäksi on myös seurakuntamestari. Seurakunnan työntekijät osallistuvat mahdollisuuksien mukaan myös palvelukeskuksen muihin tilaisuuksiin ja tapahtumiin kuten itsenäisyysjuhlaan ja Martanpäivän lettukesteihin.

Yksi Humppilan seurakunnan kuoroista on Veteraanikuoro. Se on miesten ihan oma lauluporukka, joka esiintyy seurakunnan tilaisuuksissa ja muuallakin. Kuorolaisista enää vain yksi on varsinainen sotaveteraani. Muut sanovat olevansa oppipoikia. Laulu heiltä kulkee ja serenadi herkkää kyyneleet naispuolisten kuulijoiden silmäkulmiin.

Pienellä paikkakunnalla seurakunnan ja kunnan toiminnat nivoutuvat toisiinsa. Kilpailu ei kannata, kun väkeä on vähän. Samat vapaaehtoiset toimivat molemmilla puoleilla. Samas-



Jaana Valtonen

Veteraanikuoron ”oppipojat”
tutkimassa ohjelmistoa
kuoroharjoituksessa.



Jaana Valtonen

sa sopassa ovat myös eläkeläisjärjestöt. Liikkuvat eläkeläiset pelaavat bocciaa ja kävelysählyä ja käyvät vesijumpassa Forssassa. Ristonkujan kävelryhmä vaelttaa tiistaisin pidempää ja lyhyempää lenkkiä. Kävelyvauhti riippuu osallistujista. Rollaattorillakin pääsee mukaan ja pyörätuolille löytyy työntäjiä. Kunnan ja järjestöjen hoitaessa muun aktiviteetin voi seurakunta rauhassa keskittyä hengelliseen puoleen.

Kaikenlaista on tarjolla niille, jotka pääsevät liikkeelle. Vaikka Humppilasta pääsee junalla ja linja-autojen pika-vuoroilla suuriin kaupunkiin, ei paikallisliikennettä oikein ole. Sivummalta asuvista ajokortin omistavat pitävät ajolupansa voimassa mahdollisimman pitkään. 85-vuotias leskirouva ei kuitenkaan lähde joka kelissä liikkeelle ja suunnittelee muutenkin ajoreittinsä niin, että vasemmalle kääntymisiä on mahdollisimman vähän. Hieman nuoremmat käyvät säännöllisesti Forssassa, jotta taito ja uskallus ajaa kaupungissa säilyy.

Yksin mutta ei yksinäisenä

Entä ne, jotka eivät tule ryhmiin tai osallistu tilaisuuksiin? Syntymäpäiväkäynnillä kohdataan 70-, 80-, 90- ja 90+-vuotiaat henkilökohtaisella tapaamisella. Vierailijana on minä, kirkkoherra tai kanttori. 75-vuotiaille järjestetään yhteiset syntymäpäiväjuhlat. Pienen pitäjän etu (ja joidenkin mielestä haitta) on se, että naapurit tunta- taan. Samalla seurataan, ovatko asiat kunnossa. Tulin kerrostalossa kotikäynniltä rappukäytävään, jossa oli kaksi huoltomiestä vesivahinkoa korjaamassa. ”Ei olekaan Almaa aikoihin näkynyt liikkeellä”, totesi toinen huoltomiestä. Kotikäynnit ovat yksi tavoittoa ja kohdata sekä hissittömässä kerrostalossa että sivukylässä asuvia yksineläjiä. Uutena työntekijänä olen pyytänyt vinkkiä, kenen luokse mennä, kuka ehkä odottaa minua. Pyyntöjä on tullut ja ilokseni Terveys ry:n Humppilan osaston Lyhty-projektin avulla palkattu työntekijä on ollut aktiivinen ja soittanut tai lähettänyt nyrkkipostis-

sa lappua, jos joku on kaivannut diakonin käyntiä. Kyseinen työntekijä on palkattu auttamaan ja tukemaan kotonaan asuvia ikäihmisiä heidän arjessaan. Hän käy vanhusten kanssa ulkoilemassa ja auttaa pienissä asioissa, kuten kaupassa asioimisessa.

Toki ongelmia on siinä, että aktiivinen kerholainen ei välttämättä ymmärrä, miksi hänen luonaan ei käydä joka viikko kotikäynnillä, ei edes joka kuukausi. Jos henkilön näkee seurakunnan tilaisuuksissa lähes viikoittain, priorisoi kotikäynnit niille, jotka eivät pääse liikkeelle. Diakoniatyön johtokunta on nimennyt ikääntyneet yhdeksi tärkeimmistä painopistealueista. Siinä mielessä pitäisi olla helppo toteuttaa toivottua työnkuva. Tähän aikaan vuodesta, kun rippikoulu on pyörähtänyt käyntiin, isokoulutus jatkuu ja Yhteisvastuukeräys on alkamassa ja jossain välissä on suunniteltava syntymäpäiväjuhlat sekä 5-vuotiaille että 75-vuotiaille, voi vain todeta, että ihan kaikkeen ei repeä. Kotikäyntien määrä on valitettavasti se, josta on helpoin tinkiä.

Yhteisöllisyys

Humppilan seurakunnan yksi iso etu on se, että kaikki työntekijät asuvat seurakunnan alueella. Sillä tavalla olemme mukana ja näkyvillä seurakuntalaisten elämässä tavallisessa arjessakin. Ihmisten kanssa jutellaan siellä, missä heitä tapaa. En ole kokenut sitä ongelmaksi. Tähän ikään mennessä on muodostunut melko selkeä ammatti-identiteetti ja sitä osaa laittaa rajoja. Toinen etu on se, että pienessä työyhteisössä väki on tottunut tekemään yhdessä eikä eri työaloihin juuttuminen tai karsinoituminen ole tapana. Seurakunta tuo omaa kristillistä sanomaansa vahvasti esiin. Määrärahat ovat pienet, joten on keskityttävä siihen tärkeimpään. Diakoniatyön toiminta-ajatuksena Humppilan seurakunnassa on uskon ja rakkauten vahvistaminen sanan ja kristillisen palvelun kautta toiminnan painotuksessa tukea eniten tarvitseviin.

● JAANA VALTONEN
Diakoni
Humppilan seurakunta

Riparilaiset tuovat virtaa



Jenni Vaita-Sillanpää

Kesän 2009 kaupunkirippikoululaiset vierailulla eläkeikäisten leirillä Loimalahdessa.

Reilut neljä vuotta sitten jaoimme seurakunnassa rippikoulujen diakonia-tunteja. Elokuun alussa oli tulossa tilanne, että kaupunkirippikoulun kohdalla ei löytynyt oppituntien pitäjää. Oli kesälomia, eläkeikäistenleiri, vastaanotot ja taisipa joku diakoniatyöntekijä olla rippileirillä opettajanakin.

Tuolloin heräsi ajatus, että jospa kaupunkirippikoulun nuoret tulisivatkin ja viettäisivät yhden päivän eläkeikäistenleirillä. Tuon leiripäivän aikana heille opetettaisiin, mitä diakonia on. Olin työvuosieni aikana vienyt useita rippikouluryhmiä vanhainkotiin ja terveyskeskuksen vuodeosastolle tapaamaan vanhuksia. Näiden käyntien jälkeen oli hyvä kuulla, kuinka nuoret jakoivat keskenään kokemuksia siitä, kuinka vierailu oli sujunut. Vierailuilla oli puhuttu papan kanssa mopon korjaamisesta ja joskus se mamma oli kertonut, kuinka oli nuorena hoitanut mehiläisiä, oli myös keskusteltu siitä, millainen rippikoulu oli ollut vanhusten aikana. Pääsääntöisesti nämä vuosien takaiset kokemukset olivat olleet hyviä.

Leiriltä varattiin yksi päivä, jolloin vierailu tapahtuisi, ja innolla mietittiin, mitä kaikkea tuon päivän aikana ehditään tekemään yhdessä. Vanhuksille lähetetyssä leirikirjeessä kerrottiin, että leirille tulee rippikoululaisia vierailemaan ja pyydettiin, että vanhuset ottavat mukaansa jonkun asian, joka

muistuttaa heitä omasta rippikoulusta. Emännän kanssa neuvoteltiin ruokailusta, sillä leirikeskukseen ruokasali ei ole kovin suuri ja siinä eivät kaikki pystyisi ruokailemaan yhtä aikaa. Diakonian opetus päätettiin jakaa kahteen konkreettiseen osioon, jotka sijoittuivat ennen ja jälkeen ruokailun.

Eläkeikäisten leiri alkoi, ja nuorten vierailupäivänä odotimme nuoria ja heidän opettajiaan vieraaksi, ehkä hieman jännittäenkin leirille. Päivä alkoi yhteisellä lipunnostolla ja hetkipalveluksella, jonka piti toinen rippikoulunopettajista. Sitten oli tutustumisen aika. Siinä sitä katseltiin ja kuulosteltiin, keitä ollaan ja mistä tullaan. Joukko jaettiin ryhmiin, joissa he kiersivät leirikeskukseen pihapiiriin rakennetun yhteisen radan. Jokaisessa ryhmässä oli vanhuksia ja nuoria, ja heitä ohjeistettiin autamaan toinen toistaan kulkiessaan ja suorittaessaan tehtäviä, joita radalle oli asetettu. Ratatyöskentely oli hieno kokonaisuus, nuoret taluttivat vanhuksia ja autoivat rollaattorien kanssa, nimiä muistuteltiin mieleen uudelleen ja hymy oli herkässä. Ruokailemaan menivät ensin vanhuset, joita muutama nuoret olivat vielä auttamassa. Kun oli syöty ja hetki levätytty, oli diakoniaopetuksen aika. Opetuksen aikana nuoret kuulivat vanhusten muistoja omista rippikouluistaan ja pohtivat yhdessä diakonian kysymyksiä. Yhteinen päivä päätettiin yhteiseen jumalanpalvelukseen, jonka nuoret olivat valmistelleet ja myös sen ansiokkaasti veivät läpi.

Vanhuksia ei nuorten elämässä näy

Ryhmiä on viety myös vierailuille erilaisiin vanhusten hoivayksiköihin. Ensimmäinen kokemus itselleni rippikoululaisten hoivayksikkövierailusta oli, kun menimme ryhmän kanssa muistisairaiden yksikköön. Sovimme rippikoulun opettajien kanssa, että vierailu tehdään ennen varsinaista leiriä olevina päivinä. Olin mukana ryhmän tutustumispäivässä, ja sen lopuksi valmistelin ryhmää seuraavan iltapäivän hoivakotivierailuun. Kävimme yhdessä läpi asioita, joita täytyy muistaa, kun ollaan menossa muistisairaiden luo. Keskustelimme siitä, kuinka monella on kokemusta vanhuksista ja totesimme, että suurimman osan isovanhemmatkin ovat vielä työelämässä. Nuoret eivät ole juurikaan tekemisissä vanhempiensa isovanhempien kanssa tai nämä ovat jo kuolleet.

vanhustenleireille

Kertasimme nuorten kanssa myös asioita, joita heille oli jo rippikoulupäivässä kerrottu diakoniasta.

Seuraavana iltapäivänä kokoonnuimme hoivayksikön parkkipaikalta. Kertasimme muistettavia asioita ja siirryimme sisälle. Vanhuksia yksikössä asui 23, ja hoitajat olivat auttaneet heidät pihalle kauniiseen kesäpäivään. Nuoret asettuivat pihalle vanhusten ja hoitajien kanssa ja aloitimme yhteisen hetkemme lyhyellä hartaudella, joka koostui tutuista virsistä, *Isä Meidän* -rukouksesta ja *Herran siunauksesta*. Kun hartaus oli ohi, kertsasin vielä, miksi olimme tulleet vanhusten luo. Sitten oli aika kysellä, mitä se diakonia oikein on. Hetken oli aivan hiljaista, sitten eräs mummo, joka ei juuri puhu, nousi ylös rollaattorinsa takaa, katsoi, että hänet huomataan ja sanoi kovalla, selkeällä äänellä: ”No, se on auttamista, se on palvelemista, se on lähimmäisen rakkautta, jonka lähökohtana on Jeesus Kristus.” Ei tähän paljon enää tarvinnut lisätä. Kävimme vielä läpi muistoja siitä, millainen rippikoulu oli ollut näiden vanhusten aikaan, ja nuoret kertoivat omia odotuksiaan ja toiveitaan. Yhteisen virren jälkeen nuoret auttoivat vanhukset kahvipöytään ja saivat jäädä vielä seurustelemaan ja kahvittelemaan yhdessä vanhusten kanssa. Kun tuli pois läh-

dön aika, muutama tyttö sanoi, että olisipa ihana saada ottaa yksi vanhuksesta mukaan, oli niin mukavaa.

Vierailun jälkeen hoitajien ja rippikouluopettajien kanssa käytiin läpi vierailua ja päädyttiin siihen, että kun jatkossa teemme näitä vierailuja, niin otamme vieläkin konkreettisemman otteen. Viime kesänä oli sitten konkreettisemman toiminnan vuoro.

Yhteinen jumalanpalvelus koskettaa

Viime kesänä minulla oli opetusta kolmelle rippikouluryhmälle. Yhden näistä tein yhdessä toisen vanhustyön diakoniatyöntekijän kanssa. Sovimme vierailun vanhainkotiin, ja edellisenä päivänä olimme rippikoululeirillä pitämässä diakoniatunnit ja kertomassa seuraavan päivän ohjelmasta. Nuoret olivat valmistelleet jumalanpalveluksen niin kuin kaikkina leiripäivinä, ja se oli tarkoitus viettää yhdessä vanhainkodin vanhusten kanssa. Vanhainkotiin saavuttuamme meitä oli vastassa hoitajia eri osastoilta. Hoitajien mukana rippikoululaiset, isokset ja opettajat hakivat vanhukset osastoilta yhteiseen ruokasaliin, jonne oli rakennettu jumalanpalvelustila. Käytävillä kuului ihana puheensorina, kun nuoret taluttivat vanhuksia ja työnsivät heitä pyörätuoleissa ja jopa sängylläkin yhteiseen ti-

laan. Rippikoulun kirkkovuodessa vietettiin juhannusta, niinpä saimme yhdessä viettää juhannusjumalanpalveluksen, johon oli kokoontunut rippikoululaisten lisäksi vanhainkodissa asuvia vanhuksia omaisineen ja hoitajia. Yhteisen jumalanpalveluksen jälkeen saattelimme vanhuksia osastolle. Eräessä yksikössä hoitajat sanoivat pojille hissini luona: ”Kyllä me jo tästä itse selviämme, lähtekää te vain jo bussille.” Oli ilo kuulla kuinka pojat totesivat: ”Ei meillä ole kiire, kyllä me hoitamme homman loppuun asti.”

Viime kesältä on myös kokemus rippikouluvierailusta, jolla nuoret ensin ulkoilivat ja seurustelivat vanhusten kanssa, sitten pidettiin yhteinen jumalanpalvelus ja vielä yksiköittäin nuoret ja vanhukset viettivät yhteistä kahvi- ja mehuhetkeä. Tämän leirin nuoret lähettivät käyntinsä jälkeen myös itse askartelemansa kortit vanhuksille. Näissä korteissa he kiittivät, että olivat saaneet olla vierailemassa vanhusten luona.

Tulevana kesänä olen itse useamman vuoden tauon jälkeen toisena opettajana rippileirillä. Ajatus on, että jälleen menemme vierailulle johonkin hoivayksikköön. Vierailu vaatii yhteistyötä hoivayksiköiden kanssa ja paljon etukäteissuunnittelua, mutta oma käsitkseni on, että se kannattaa. Olen myös halunnut rohkaista työtovereita siihen, että he omilla diakoniatunneillaan veisivät nuoria jonnekin, jossa he voisivat kokea konkreettisesti jotain siitä, mitä on diakonia. Tällä hetkellä näitä vierailuja on tehty Hämeenlinna-Vanajan seurakunnan kolmen vanhustyön diakoniatyöntekijän diakoniatunneilla, ja siksi ne ovat suuntautuneet vanhusten yksiköihin.

Voisiko tulevan kesän oppaana olla **Anna-Maija Raittilan** kirjoittaman virren 527 säkeistö, ”*Nyt nuori, vanha vaivoineen seuraamme ennättää. Yhdessä ollaan, kuunnellaan. Nyt se on tärkeää.*”?

● SEIJA PUUSAARI

Vanhustyön diakonissa
Hämeenlinna-Vanajan seurakunta



Keskustelua ennen nuorten pitämää jumalanpalvelusta kesällä 2012 Keinukamarissa.

Seija Puusaari



Diakonissa Jouni Kivimaa Ulla Salosen kanssa harjoittelemassa laskujen maksua verkkopankin kautta.

Verkkopankki tutuksi

Länsi-Porin diakoniatyön laskujenmaksuapu sijoittui toiseksi viimevuotisessa Diakonia-idea kilpailussa. Tarkoituksena on ollut tarjota seurakuntalaisille palvelu, jonka avulla he eivät jää syrjään myöskään tietokonemaailmasta.

Länsi-Porin seurakunnan diakoniatyö on satsannut jo pitkään tietotekniikkaan.

– Nykyäänhän kaikki on niin teknistä ja tietokonekeskeistä. Kotikäyneillä ja Olotuvalla moni vanhus esitti toivomuksen, että seurakunnalla voisi olla tietokoneiden käyttöön liittyvää opetusta. Halusimme olla asiasa avuksi, diakoniapappi **Reija Nordström** kertoo.

Länsi-Porin diakoniatyö on järjestänyt jo muutaman vuoden ajan monenlaisia tietotekniikkaan liittyvää

toimintaa vapaaehtoiskehä Olotuvalla. Siellä on toiminut niin sanottu Tietotupa, jossa on voinut tutustua nettiin, sähköpostiin ja tekstinkäsittelyyn. Siellä on pidetty myös tietokonekursseja. Tietokoneet diakoniatyö sai aluksi lahjoituksina eri tahoilta. Nyt Tietotuvalla on ostettu uudet koneet diakoniatyön varoilla.

Diakonissa **Jouni Kivimaa** sai idean, että seurakuntalaisille voitaisiin opettaa, miten laskut maksetaan netissä. Tehtävään lupautui eläkkeellä oleva pankkivirkailija **Tarja Airikka**.

Hän on päivystänyt Olotuvalla kerran viikossa ja opastanut vanhuksia niin laskujenmaksussa kuin verkkopankin käytössä ylipäätään.

Nordström toteaa, että seurakunnan puitteissa tapahtuva tietokoneopetus tarjoaa matalan kynnyksen vaihtoehdon.

– Jotkut tahot tarjoavat tietokonekursseja, mutta niihin menemiseen saattaa olla korkea kynnyks. Lisäksi opetus on yleensä maksullista. Meillä opetus ja neuvonta on ilmaista. Olotupa sijaitsee kauppakeskuksen yhteydessä, joten tänne on siinäkin mielessä helppo tulla. Kaupan päälle saa vielä kahvinkin.

Vaihtoehtoja laskujenmaksuun

Seurakunta on tarjonnut laskujenmaksuapua runsaan puolen vuoden

ajan. Opetettavana on ollut noin parikymmentä seurakuntalaista.

– Emme alun perin ajatelleetkaan tämän olevan suuren joukon toimintamuoto; eivätkä resurssimme siihen edes riittäisi. Vaikka laskujenmaksuapuun olisi tullut vain yksi ihminen, se olisi ollut juuri hänelle tärkeä asia. Tärkeintä on tarjota seurakuntalaisille palveluja, joiden avulla he eivät jää syrjään myöskään tietokonemaailmasta. Niin diakoniatyössä kuin seurakunnan muissa työmuodoissa on ylipäätään hyvä miettiä, millaisia uusia avauksia voi tehdä.

Nordström korostaa vapaaehtoistyöntekijöiden tärkeyttä.

– Meidän palkattujen työntekijöiden aika ei riitä kaikkeen. Yritämme luoda hyvät puitteet.

Tarja Airikka on pitänyt laskujenmaksuapua kiinnostavana vapaaehtoistyönä.

– Olin pankissa töissä 44 vuoden ajan. Opetin asiakkaita myös maksamaan laskuja netissä. Joten tällainen seurakunnan vapaaehtoistyö on ollut minulle helppoa ja kivaa hommaa.

– Ainakin omasta mielestäni nämä neuvontatapaamiset ovat menneet mukavasti. Moni neuvottava on sanonut, että on kiva kun laskujenmaksua on saanut opetella kaikessa rauhassa eikä kukaan ole ollut odotelmassa vuoroaan selän takana.

Airikka ajatteli ennakkoon, että laskujenmaksuapua haluaisi useampikin seurakuntalainen.

– Ehkä tieto ei ole mennyt kauhan hyvin perille. Tästä on ollut esimerkiksi ilmoituksia paikallisessa seurakuntalehdessä, mutta kaikkihan eivät välttämättä sitä edes avaa. Ja osalla netissä laskujen maksua ja muuta tietokoneen käyttöä opettavat varmaankin omat lapset tai lapsenlapset, Airikka pohtii.

Airikka itse on ainakin tällä erää jättänyt verkkovapaaehtoistehävän ja keskittynyt lastenlasten hoitamiseen. Hän muistuttaa, että on paljon vanhuksia, jotka eivät käytä tietokonetta lainkaan eivätkä halua jatkossakaan käyttää.

– Moni haluaa maksaa laskunsa vanhalla perinteisellä tavalla pankin maksupalvelun kautta. Siinähan viedään laskut kuoren sisällä pank-



kiin ja pankki hoitaa loput. Jo minun vielä töissä ollessani asiakkaille luvattiin, että teknisistä uudistuksista huolimatta asiakas voi hoitaa koko loppuelämänsä laskujenmaksun entiseen malliin.

Maksupalvelu vaihtui nettiin

Sirkka Vävilä on yksi laskujenmaksuapua hyödyntäneistä seurakuntalaisista.

– Olen osallistunut usean vuoden ajan Olotuvan toimintaan. Mutta laskujenmaksuapuun osallistumisen suhteen olin vähän epävarma.

Sirkka Vävilä kertoo käyttäneensä aikanaan töissä tietokonetta ja päättäneensä tuolloin, ettei eläkkeelle jäämisen jälkeen enää avaa tietokonetta.

– Mutta olen kuitenkin tietokonetta ja nettiä käyttänyt. En ole ollut siitä kuitenkaan niin kauhean kiinnostunut. Katson netistä joskus mitä mieleen juolahtaa.

Vävilä kertoo olleensa tyytyväinen laskujenmaksuapuun ja kehuu Airikkaa.

– Hän on hyvin mukava ihminen. Tunsin hänet jo entuudestaan pankista.

Laskujenmaksussa Vävilä on hyödyntänyt suoraveloitusta. Osan laskuista hän vei aiemmin pankin maksupalveluun.

– Olen käyttänyt suoraveloitusta edelleen, mutta irtolaskut olen maksanut nyt netissä. Onhan se näppärää, kun ei tarvitse laskujen takia lähteä mihinkään.

● JUHANA UNKURI

Muuttuva maailma

Tekniikka meni **Tarja Airikan** työuran aikana huimasti eteenpäin. 1990-luvulla pankkeihin tulivat ensin laskunmaksuautomaatit, joiden käyttöön asiakkaita opastettiin. Samalla vuosikymmenellä kuvaan tuli internet. Laskunmaksuautomaatit poistui-
vat Airikan entisestä toimipisteestä viitisen vuotta sitten. Nykyään sieltä löytyy enää asiakkaiden käytössä oleva internetyhteys.

Tunnetusti useimmat maksavat laskunsa nykyään netissä kotoaan käsin. Airikka toteaa, että asiakkaat ovat tyytyväisiä nykysysteemiin. Hän muistuttaa, että asialla on kuitenkin myös toinen puoli.

– Tein työurani samoilla kulmil-
la. Tunsin työni kautta monia tämän alueen ihmisiä hyvin. Nykyään työrytmi tapaa olla varsin hektinen. Ennen oli leppoisampaa. Pankkivirkailijalla oli monen asiakkaan kanssa läheiset välit. Tiesin asiakkaan elämäntaustat ja sen, kuka oli syntynyt, kuka kuollut ja kuka oli mennyt naimisiin.

– Nykyään asiakkaasta ei tiedä juuri mitään. Nyt tilanne on usein se, että pankkivirkailija tapaa asiakkaan, kun tämä hakee pankkikortin ja nettitunnukset. Seuraavan kerran asiakkaan tapaa, kun tämä tulee hakemaan asuntolainaa. Ja on hyvä muistaa, että omaa yksityisyyttään pystyi ennenkin säätelemään. Toiset puhuivat lähes kaikki asiansa, mutta toiset olivat hyvin pidättyväisiä.

Tekninen kehitys helpottaa käytännön asioiden hoitamista. Ihmisten väliseen yhteydenpitoon ja kanssakäymiseen on uudenlaisia käteviä vaihtoehtoja. Samalla asioiden hoitaminen netin kautta vähentää luontaista live-elämässä tapahtuvaa kanssakäymistä. Monien kohdalla tämä saattaa osaltaan kapeuttaa liveihmisskontakteja.

– Nykyäänhän nuoret seurustelivat Facebookissa ja asioita kerrotaan tietokoneella. Ja joskus mietin esimerkiksi vanhempien ihmisten kohdalla, miksei nykyistä useampi osallistu seurakunnan toimintaan. Sieltä voi löytää itselleen ystäväpiirin.



Nekalan oloiloissa voidaan pelata sisäpelejä, saunoa ja syödä yhdessä.

Sinkkutoiminta

Tampereen seurakuntien sinkkutoiminta on juuri täyttänyt kymmenen vuotta. Toiminta sai alkunsa erään seurakuntalaisen aloitteesta. Hän oli tutustunut vastaavaan toimintaan Turussa. Tampereella laajempi sinkkutyö on ollut koko ajan yhteiskunnallisen työn yksikön organisoimaa. Tampereen sinkkutyön toimintamuotoja ovat sinkkuillat, sinkkujen olo- ja saunaillat, paritanssi-illat, retket ja pikadeitit. Nettisivullemme on kirjautunut tällä hetkellä 375 henkilöä.

Suomessa on yli miljoona yksin elävää

Monelle yksin eläminen on merkittävin tapa määritellä omaa identiteettiään. Suomessa on yli miljoona yksin elävää. Suurin osa yksin asuvista on 35-64-vuotiaita eli keski-ikäisiä. Yli 65-vuotiaita on yksin asuvista runsas kolmannes. Tampereella 47 % kaikista talouksista on yhden hengen talouksia. Suuremmissa kaupungeissa ja erityisesti kaupunkien keskustoissa asutaan eniten yksin, mutta sinkkuja löytyy valtavasti myös harvaanasutuilta seuduilta. Tampereen sinkkutoiminta kokoaa ihmisiä myös laajasti seutukunnan alueelta. Pikadeiteille tullaan jo paljon kauempaakin.

Vertaisryhmä voimavarana

Toiminta on alkanut Turun mallin mukaisesti osana aikuistyötä. Yhteiskunnallinen työ pyrkii toimimaan työikäisen väestön parissa, ja sinkkutoimintakin on suunnattu lähinnä työikäiselle väestölle. Aika on kuitenkin alkanut muuttua. Ihmiset elävät kauemmin kuin ennen, ja monet siirtyvät eläkkeelle virkeinä ja melko terveinä ja toimintakykyisinä. Monet kyselevät, miten reilu kuusikymppinen ihminen löytää paikkansa seurakunnassa. Sinkkutoiminta on yksi eläk-

keelle siirtyneitäkin houkutteleva toimintamuoto.

Työntekijänä törmään omaan kysymykseeni siitä, mitä tarkoittaa työikäinen väestö. Miten nimitetään sellaista ihmistä, joka ei ole enää palkkatoissa, mutta ei vielä tunne olevansa seniori tai vanhuskaan. Moni kutsuu itseänsä eläkeläiseksi tai varhaiseläkeläiseksi. Toisaalta nykyisin moni nuorikin ihminen on eläkeläinen. Toinen kysymys onkin sitten se, miksi ihmistä pitäisi määritellä ja lokeroida ikänsä perusteella. Kun on kysymys aikuisista ihmisistä, iällä ei ole aina niin kovin paljoa väliä.

Moni työelämästä jo luopunut elää yksin ja kaipaa vertaistukea. Kaikki eivät koe omakseen seurakunnan vanhustyötä tai eläkeläistoimintaa. Toiminta rajattiin aluksi työikäisille ehkä sen tähden, että ajateltiin iäkkäämpien löytävän seurakunnasta helposti muutakin mielenkiintoista toimintaa. Mielikuva siitä, että seurakunta tarjoaa monenlaista toimintaa eläkeläisille, pitää varmasti paikkansa, mutta toiminta tai osallistumismahdollisuus tavoittaa ehkä vain pienen joukon. Sinkkutoimintaan tulee jatkuvasti mukaan sellaisia eri-ikäisiä ihmisiä, jotka eivät ole muuten aktiivisesti mukana seurakunnassa.

Tampereen sinkkutoiminnassa saunaillat ovat muodostuneet tärkeiksi tapahtumiksi. Talvisin sinkut koontuvat Nekalan seurakuntatalolle ja kesäaikaan Näsijärven rannalla sijaitsevaan Luhtaanrannan leirikeskukseen. Varsinkin kesäinen saunomismahdollisuus järven rannalla lähellä keskustaa on monelle yksin elävälle aivan luksusta, vaikka leirikeskuksemme on nähnyt parhaat päivänsä jo vuosia sitten. Vuosien varrella on järjestetty lukuisia bussiretkiä Etelä-Suomen eri paikkakunnille, luontoretkeä patikoiden ja kävellen sekä myös teatteri- ja taidenäyttelykävynä.

Sinkkutoiminta kokoaa yhteen eri-ikäisiä aikuisia

Sinkulta puuttuu arjesta toinen aikuinen ihminen, jonka kanssa voisi jakaa arkielämän kokemuksia. Sinkkuilloissa on mielenkiintoista havaita, miten 30- ja 70-vuotias voivat löytää saman aaltopituuden ja elämäntilanteestaan samankaltaisuuksia. Emme ole kääntäneet oveltamme yli 65-vuotiaita.

Vaikka Tampereen seurakunnissaakin järjestetään monenlaista toimintaa ja ryhmää nuorten aikuisten kanssa, kaikki nuoret sinkut eivät koe sitä toimintaa omakseen. Moni kertoo, että haluaa tulla kohdatuksi juuri omassa elämäntilanteessaan sinkkuna, ja heillä on kaipuu nimenomaan vertaisryhmän pariin. Inhimillisesti ajatellen on hyvin eri asia elää sinkkuna 25-vuotiaana tai 65-vuotiaana. Nuoret kaipaisivat myös jotain ihan heidän omaa sinkkutoimintaansa, jolloin voitaisiin keskittyä oman ikäkauden kysymyksiin.

Sinkkutoiminta ei erityisesti tähtää parisuhteiden muodostumiseen eikä tavoitteena ole vähentää yksin elävien määrää vaan saattaa samassa elä-

tarjoaa vertaistukea

mäntilanteessa olevia ihmisiä toistensa ja samalla Kristuksen yhteyteen. Toisinaan sinkkujen tapaamisissa muodostuu parisuhteita, ja osa haluaa olla toiminnassa edelleen mukana parisuhteesta huolimatta, sillä ystävien tapaaminen on tärkeää.

Pikadeitit

Osa sinkkutoimintaan osallistuvista kertoo avoimesti parisuhdetoiveistaan. Tähän toiveeseen olemme Tampereella vastanneet järjestämällä pikadeittejä. Itse suhtauduin tähän uuteen ajatukseen vähintäänkin varauksella. Kun nuori työtoverini **Eeva Kahilaniemi-Parkkola** oli aikansa taivutellut minua innostumaan pikadeiteistä, päätimme toukokuussa 2009 järjestää kokeilumielessä pikadeitit nuorille aikuisille. Kokeilu yllätti meidät suurella suosiollaan. Kaikki eivät mahtuneet mukaan, vaikka tilaisuudessa oli kymmenen euron osallistumismaksu ja ennakoilmoittautuminen oli välttämätön. Mukaan mahtui 25 naista ja 25 miestä.

Koska pikadeiteille oli selvästi suuri tilaus, päätimme jatkaa toimintaa, ja tähän mennessä olemme järjestäneet eri ikäryhmille pikadeittejä jo 23 kertaa. Osallistujia on ollut yhteensä lähes 800. Mielenkiintoista on se, että heti ensimmäisen nuorten aikuisten tilaisuuden jälkeen keski-ikäiset ja vanhemmat alkoivat kysellä, miksi tilaisuutta ei ole juuri heidän ikäryhmälleen. Tuli sellainen olo, että monen mielestä pikadeitit omalle ikäryhmälle on lakisääteiseen lasten päivähoitoon rinnastettava sub-

Martti Tamminen



Tampereen sinkkutoiminnan kymppijuhlien osallistujia 17.11.2012. Juhliin osallistui sinkkuja myös Turusta, Jyväskylästä, Seinäjoelta ja Espoosta.

jektiivinen oikeus ja seurakunnan velvollisuus on täyttää tämä toive kaikille ikäryhmille. Erityisen kiinnostavaa on ollut se, että myös yli 65-vuotiailla on suurta ennakkoluulotonta kiinnostusta näinkin erikoista seurakunnan toimintaa kohtaan.

Olemme kokeilleet hyvin monenlaisia ikäryhmittelyjä. Syksyllä 2012 järjestimme toiveiden mukaisesti erityiset seniorideitit yli 60-vuotiaille. Emme ole kuitenkaan vielä löytäneet sopivaa väylää tavoittaa riittävästi vanhempia miehiä, vaikka tuon ikäluokan naisilla olisi kova kiinnostus tutustua heihin.

Pikadeiteillä osallistujat saavat keskustella muutaman minuutin ajan jokaisen vastakkaista sukupuolta edustavan osallistujan kanssa. He täyttävät tilaisuudessa omat yhteystiedot sisältäviä deittikortteja, jotka annetaan lopuksi heille, joita asianomainen haluaa tavata uudelleen. Tilaisuuksien ilmapiiri on hyvin lämmin ja inspiroiva.

Yhteiskuntamme perherakenteiden muutoksista kertoo varmasti sekin, että kaupungissa törmää yhä useammin ihmisiin, joilla ei ole ketään läheistä tai kaukaistakaan sukulaista. Jotkut ainoat lapset ovat toimineet vanhempiensa omaishoitajina, ja vanhempien kuoltua tyhjiö voi olla melkoinen, kun omiakaan lapsia ei ole olemassa. Toiset etsivät yhteisöllisyyttä kirkosta. Jos jumalanpalveluksesta lähtee kotiin eikä ole messun aikana tai kirkkokahvillakaan kohdannut yhtään ihmistä, niin sisäinen tyhjiö voi pahentua entisestään. Siksi meidän kristittyjen kannattaa tuhjata hymyjä ja katseita ja alkaa jutella uusien ihmisten kanssa, sillä pienelläkin kohtaamisella voi olla yksinäiselle ihmiselle merkittävän suuri vaikutus.

● SARI PELTONEN

Lisätietoa:
www.tampereensinkut.fi
www.yksinelävät.fi





Pirkko Partanen

Kaksi

Pää pilkistää ovesta ja ääni edellä kuiskaa tai hihkaisee: "Trööit!" Sillä koodilla olemme hyvän työystäväni Pirkon kanssa koheltaneet monta yhteistä Hervanta-vuotta. "Trööit!" on kutsuhuuto, jonka takana on tarve suorittaa työnoheisia kahdenvälisiä sijaistoimintoja. Niitä on riittänyt ja niiden ohella ne oikeatkin työt ovat peruna kerrallaan valmiiksi kuoriutuneet.

Pirkko Partanen on Hervannan seurakunnan vanhustyön ohjaaja ja minä olen diakonissa, jonka sillisalaattitoimenkuvassa vanhus- ja mielenterveys-työ on painopisteinä mainittu. Meidän kahden työnjaossa se on tarkoittanut sitä, että Pirkko tekee ja minä jarrutan, Pirkko ehdottaa ja minä epäilen, Pirkko suunnittelee ja minä peesaan. Meillä on mennyt oikein hyvin.

Joskus minusta on tylsää olla Katri ja Pirkosta on tylsää olla Pirkko. Silloin meistä tulee Alma ja Elma ja meillä on esitettävänä kuvaelma. Vuosien varrella Alma ja Elma ovat pohtineet erilaisen yleisöjen edessä vanhenemista, kirkon merkitystä ja syntymäpäivien viettoa, yksinäisyyttä ja ystävyyttä.

Käsikirjoitukset Alman ja Elman dialogeihin on tehty lennossa, alkuajatuksesta tajunnanvirtana toteutukseen asti jatkumona, luovassa trööit-hengessä. Esityspaikkana on useimmiten ollut Hervannan kirkon alttarin edusta ja lavasteiksi ovat riittäneet pöytä ja kaksi tuolia. Muuna rekvisiittana on aiheen mukaan ollut sukankudinta, radiota, korttipinoja ja vakikalustuksena ruusukupit loppukahvittelua varten.

Alman ja Elman esikuvina tai ainakin taustamuusian rooleissa ovat toimineet **Inge Löök**in mummokorteista tutut rempseät naiset. Ihan yhtä railakkaaseen menoon emme Pirkon kanssa ole kirkko-

tiloissa yltäneet, emmekä uskaltaneet. Keskenämme olemme luvanneet säilyttää meissä asuvan hassuttelevan lapsenmielen ja retkielämäasenteen vanhuuden päiviin asti.

Viime vuoden joulukuvaelmassa Alma tulla tohisi Elman luo ja halusi kertoa unestaan. Elmalla oli käsi kipsisä ja mieli askarteli tulevassa pitkien pyhien harmaudessa. Sukulaisten sukalahjat lojuivat keskeneräisinä radion vieressä. Unessa seurakuntapastori keskusteli Alman kanssa joulun merkityksestä paikallisella ostarilla. Alma pohti pastorille kinkun tärkeyttä ja unipappi käänsi lempeästi Alman ajatukset Jeesus-lapseen. Juhlassa uni toteutui ja Alma-Pirkko sai kävelyttää nuorta sijaispastoriamme **Markkua** keskikäytävää pitkin kinkkumietteitä jakaen.

Lokakuun perinteisiin syntymäpäiväjuhliin Hervannan kirkolle kutsutut 70 ja 75 vuotta täyttäneet seurakuntalaiset pääsivät näkemään vilauksen tietotekniikkaan hurautaneesta Elmasta, jolle Alma muistutteli livekokemusten tärkeyttä. Elma pyristeli irti facebookin koukuttavasta vakoilutoiminnasta, eikä saanut ympärillä puhuttua Alma-ystävää virtuaalikaveruuteen. Alma sai lopulta esiteltyä eri puolilta Eurooppaa saapuneet sukulaisten kortti-tervehdykset, joita oli saanut syntymäpäiväkseen. Nolona Elman oli tunnistettava, että ystävän merkkipäivä oli päässyt unohtumaan, kun siitä ei kerta naamakirjan kautta tullut muistutusta.



hassua elefanttia

Miksi me huhuilemme toisillemme Trööt-törähdyksin? Siksi, että elefantitkin tervehtivät sillä tavoin toisiaan. Ja siksi, että sijaistointotyömuoto alkoi siitä, kun yhteisen työoveruutemme alussa menin tuon tuostakin Pirkon huoneeseen ja hihkaisin, että katso ulos, siellä marssii elefantti. Ja se taas tarkoitti, että minulla oli olevinaan jotain työperäistä asiaa, vaikka todellisuudessa halusin kertoa edellisen illan remontista, lapsen koulunkäyntihankaluuksista tai omasta naksatelevasta nilkastani. Elefanteista on tullut synonyymi kaikelle aasinsiltatepastelulle, millä olemme vuosien varrella keventäneet elämisen arkitaakkoja.

Eläkkeelle jääminen on kamala asia. Erityisen kamala se on sille, joka jää vielä vuositolkulla yksin vanhustyön kanssa eikä sillä enää ole sitä toista, joka tulee ääni edellä ovesta ja huutaa trööt. Pirkko jää syksyllä eläkkeelle ja minä kaivan surupoteroani samalla, kun pidän kiinni viimeisistä yhteisistä improtohinoista.

Jos on vaikeaa minun päästää Paras Työparini Ikinä eläkkeelle, vähintään yhtä haikeaa tulee niille lukuisille seurakuntalaisille, jotka vuosien varrella ovat kulkeneet Pirkon matkassa. Varsinainen matkatoimistohan Pirkko ei ole, mutta hyvin lähellä kuitenkin. Kulttuuri- ja teatterimatkoja on muutama vuodessa, on kesä- ja joulukirkkoreissut maakunnan lähipaikkoihin, sokkomatkat omana erityis-

lajinaan ja siihen päälle matkat rajan taa, onneksi ei sentään viimeisen vaan itäisen. Kun Pirkko jää työstä pois, kukaan ei enää järjestä virkistysreissuja eikä ala sekoilla matkareitien ja rahaliikenteen kanssa.



Monilla bussikeikoilla olen saanut olla mukana Pirkon pikkuapulaisena. Päänlaskutaito on minulla melko tarkka ja vähillä matkustajahävikeillä olemme yhteismatkoista selvinneet. Joka reissun lopuksi olemme saaneet aplodit siinä vaiheessa, kun tilausajo on peruuttanut ja purkanut lastin Hervannan kirkon parkkipaikalle.

Matkailubisneksen lisäksi Pirkko on ilahduttanut ja tuonut uutta virtaa Hervannan seurakuntalaisille monipuolisella ryhmätoiminnalla. En usko, että kovinkaan monessa muussa suomenkielisessä seurakunnassa kokoontuu ruotsin kielen alkeis- ja keskusteluryhmät. Pirkko puhuu ja opettaa vapaaehtoisruotsia, josta pakkopullan maku on kaukana.

Monelle seurakuntalaiselle viikon kohokohta on Kirkontupa-päivä. Silloin väki saa nauttia monipuolista ohjelmaa Pirkon luotsaamana ja organisoimana. Hervannan kirkon rippikoulusali on nimetty tila muuntuu ikäihmisten kotoisaksi olotilaksi kahden vapaaehtoisen loihtimana. Itsensä Pikukupiiksi ja Kaunottareksi nimenneet

luovat naiset kaivavat kas-seistaan kotoa tuomansa somisteet ja virittävät silmäniloa karuun kamariin. Kirkontuvalla nautitaan yhteinen lounas edulliseen hintaan, ja kotiin lähdetään kappelissa pidetyn päiväharrastuksen jälkeen.

Kaikkea tätä kirjoittaessani tunnen nöyrää kiitollisuutta ja harrasta haikeutta. Tajuan, kuinka etuoikeuttua on ollut se, että minulla on ollut Paras Ikinä Trööt -työoveri. Moni kollega puurtaa yksin ja ammentaa samasta kaivosta vuodesta toiseen ilman Almaa tai pihalla marssivaa elefanttia. Näen edessäni pitkiä norsunharmaita vuosia, jolloin Elmana esittää monolojeja luopumisen tuskasta. Näen edessäni elefantin kokoisen työtulevaisuuden, jonka joudun ilman vanhustyöhön antautunutta suurisieluista Pirkkoa nielemään pala kerrallaan, yksin.

Onneksi näen ja kuulen jotain muutakin. Näen itseni viisaana eläkkeelle jääneenä mummuna, joka pää nyökytellien istuu palvelutalon natisevassa kiikkustuolissa sukkapuikot nivelrikkoisissa sormissa kilisten. Vahdin koodilla avautuvaa ovea ja toiselta osastolta rollaattorinsa kanssa köpöttelevää Pirkkoa vai oliko se sittenkin Alma, joka huikkaa jo kaukaa: "Trööt!"

● KATRI IKONEN
Hervannan seurakunnan
diakoniatyöntekijä

Kun vanhusta kohdellaan kaltoin...



Ossi Gustafsson / Suomen vanhusten turvakotiyhdistys ry

Suomen vanhusten turvakotiyhdistyksen auttavaan puhelimeen SUVANTO-linjalle soittaa keski-ikäinen mies. Hän epäröi, tuliko soittaneeksi oikeaan numeroon. Hän hakee vahvistusta epäilylleen ja huolelleen. Soittajan isä on 78-vuotias. Hän asuu kotitilalla lähes kaksikymmentä vuotta nuoremman naisystävänsä kanssa. Poika muistelee isänsä vuosien varsilta kertoneen yhteiselämän sujuneen vaihtelevasti. Isä ei tyypillisenä suomalaisena miehenä ole koskaan liiemmästi omista asioistaan puhunut. Viime vierailulla isä oli kuitenkin ollut erittäin pelokas ja ahdistunut ja kertonut, että nyt eivät asiat ole hyvin. Olihan poika jo pidemmän aikaa jotain aavistellut, mutta ei tullut kysyneeksi.

Ikääntyessä elämänpiirimme usein kaventuu, jolloin kodin ja läheisten merkitys korostuvat. Yhä tärkeämmäksi tulevat perhe, lapset, lapsenlapset ja ystävät. Läheiset tuovat elämäämme lämpöä, turvaa, huolenpitoa ja rakkautta. Heidän kanssaan voi luottavaisin mielin jakaa elämän ilot ja su-

rut, kuin myös muistella elettyä elämää ja suunnitella tulevaa. Aina näin ei kuitenkaan ole. Joskus läheinen ja rakas ihminen voi tuottaa pettymyksiä, huolta, murhetta ja jopa pelkoa.

Maailman terveysjärjestön WHO:n määritelmän mukaan ikääntyneiden kaltoinkohtelulla tarkoitetaan luotta-

muksellisessa suhteessa tapahtuvaa tekoa tai tekemättä jättämistä, joka aiheuttaa ikäihmiselle tarpeetonta kärsimystä tai tuskaa, uhkaa hänen terveystään, loukkaa hänen ihmisoikeutta tai heikentää hänen elämänlaatua. Teko voi olla fyysistä väkivaltaa, henkistä ja emotionaalista, uskonnollista väkivaltaa, seksuaalista väkivaltaa, taloudellista hyväksikäyttöä tai hoidon ja avun laiminlyöntiä ja heittelejättöä.

Suomen vanhusten turvakotiyhdistykseen tulleista yhteydenotoista yhdeksässä puhelussa kymmenestä oli kyse läheisissä ihmissuhteissa tapahtuneesta hyväksikäytöstä tai väkivaltaista tai niiden uhasta. Usein kaltoinkohtelu oli tilannesidonnainen. Toisin sanoen se liittyi jollakin lailla ikääntyneen ja hänen läheisensä elämäntilanteeseen ja olosuhteisiin. Taustalla oli usein läheisen omat vaikeudet: ongelmat alkoholin ja päihteiden kanssa, vaikeat mielenterveydenhäiriöt, masennus, muistisairaus tai muu neuro-

loginen sairaus. Läheisten välit olivat voineet tulehtua myös muista osapuolia kuormittavista tekijöistä kuten esimerkiksi läheisen uupumisesta omaisensa raskaaseen hoitoon, taloudellisista huolista tai selvittämättömistä riidoista, joiden juuret olivat jopa vuosien takaa. Joissakin harvemmissa tapauksissa kyse oli vuosia jatkuneesta terrorisoinnista ja häirinnästä, jonka taustalla oli läheisen hyvin vakavia patologisia ongelmia.

Isä olisi halunnut naisen muuttavan pois, mutta tarvitsi tämän apua tilan töihin, erityisesti navetassa. Lehmistä luopumisesta oli puhuttu, mutta naisystävä ei tähän suostunut. Isä antoi yhä enemmän rahaa naisystävälleen mitä erilaisimpiin asioihin, joihin ennen ei rahaa ollut tarvittu. Naisystävä oli alkanut vaatia myös osuutta tilalla tekemästään työstä ja perintöä isän kuoltua. Naisystävä antoi myös ymmärtää, että hän hoitaa soittajan isää, koska tämä ei itse pysty itsestään huolehtimaan. Poika epäili väitteen todenperäisyyttä. Isä ei jaksanut riidellä, vaan mieluummin antoi rahaa, että tilanne pysyisi rauhallisena. Toisaalta olihan naisystävä tehnyt vuosia töitä tilalla - ja mitä kylälläkin puhutaisiin, jos hän pistäisi naisen ulos. Ei naisella ollut muutakaan paikkaa. Isä oli alkanut puhua jo ”viimeisestä vaihtoehdosta”...

Kaltoinkohteluun liittyy aina monia suuria tunteita: häpeää, syyllisyyttä, pelkoa, avuttomuutta ja toivottomuutta. Erityisen traumatisoivaa kaltoinkohtelu on silloin, kun huonosti kohtelevana osapuolena on itselle rakas ja läheinen ihminen. Usein kaltoinkohtelua kokeneet ikääntyneet ovat enemmän huolissaan siitä, mitä tekijälle tapahtuu, jopa oman hyvinvointinsa kustannuksella. Myös ulkopuoliset voivat kokea tilanteen vaikeana ja toivottomana. Toisaalta kaltoinkohtelua tai sen uhkaa kokenut hakee epätoivoisesti apua kestävämpään tilanteeseensa, mutta saattaa olla haluton ottamaan apua ja neuvoja vastaan tai tekemään itse mitään tilanteen muuttamiseksi. Tyypillisenä toiveena on, että ”joku tulisi ja laittaisi asiat järjestykseen”.

Elämä on yhtä huutoa ja riitelyä. Sanomista tulee mitä pienimmistä asioista. Naisystävä oli yhden riidan seurauksena tuupannut isän kumoon ja heilutellut tämän edessä lapiota. Poika kertoi, että myöhemmin naisystävä oli yrittänyt kaasuttaa autolla isän päälle, mutta tämän onnistui viime hetkellä väistää postilaatikon taakse.

Väkivalta ei ala koskaan tyhjästä vaan sitä on ”oikeutettu” jo toisen sanomisien mitätöimisellä, tarpeiden ja toiveiden ohittamisilla, halveksivilla katseilla, haukkumisella, nimittelyllä, kontrolloinnilla ja uhkaamisella. Silloin kun fyysinen koskemattomuus rikotaan – kun kuvaan tulee nyrkin heiluttelua, tuuppimista, nipistelyä, läpsimistä tai ravistelua, ollaan jo hyvin vaarallisilla vesillä. Osapuolet eivät usein itsekään ymmärrä tilanteen vakavuutta. Tilanteet ovat luisuneet pikkuhiljaa mahdottomaksi. Tällöin perheen ulkopuolisten rooli korostuu. Oli ulkopuolinen sitten joku toinen läheinen, sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilainen, poliisi tai seurakunnan työntekijä, on hänen tehtävänsä puuttua tilanteeseen, joka ei ole enää normaalia riitelyä.

Suomen vanhusten turvakotiyhdistyksessä on koottu kokemuksia hyvistä puuttumisen keinoista. Tilanteen vakavuudesta riippuu, millä intensiteetillä puuttuminen tapahtuu. Toisinaan ikääntyneen tilanne voi näyttäytyä epämääräisenä huolena. Huolen konkretisointi auttaa ja selkeyttää puheeksiottoa. Kaltoinkohtelusta suoraan kysyminen ystävällisesti ja empatiaa osoittaen ja aiheeseen eri tavoin palaaminen antavat aikaa luottamuksellisen ilmapiirin syntymiselle. Tärkeintä on ottaa ikääntyneen oma kertomus vakavasti. Se on hänen näkemysensä asiasta. Voit tuomita väkivallan teon, mutta älä tuomitse, moralisoi tai kauhistele tekijää, sillä hän on usein ikääntyneelle rakas pahoista teoista huolimatta. Painota ikääntyneen oman elämän tärkeyttä ja oikeutta elää pelosta ja huolesta vapaana. Kaltoinkohtelu ja väkivalta murentavat turvallisuuden tunnetta ja luottamusta. Turvallisuuden vahvistamisen tuleekin olla työn ensisijainen pe-

rusta. Turvasuunnitelman laatiminen yhdessä ikääntyneen kanssa tuo konkreettista hallinnan tunnetta kaotettiin tilanteeseen.

Kartoita ikääntyneen elämäntilannetta laajemminkin kuin vain kaltoinkohtelun ja väkivallan osalta, sillä kaltoinkohtelun ja väkivallan loppumiseen voidaan vaikuttaa usein juuri olosuhteisiin ja ympäristön kohdistuvilla toimenpiteillä. Yhdistyksessä on saatu hyviä kokemuksia kunnan sosiaali- ja terveystoimen, poliisin ja seurakuntien työntekijöiden kanssa tehdystä monialaisesta yhteistyöstä sekä kaltoinkohtelua tai sen uhkaa kokeneiden parissa toteutetusta vertaistuesta.

SUVANTO-linjan päivystäjä ja linjalle soittanut poika miettivät yhdessä, miten isän kanssa asiasta jatketaan keskustelua, jotta hän ymmärtäisi tilanteen vakavuuden sekä sitä, miten isää jatkossa tuetaan tuomaan omat toiveensa esille. Päivystäjä kertoi perheen sisäisestä lähestymiskiellostä ja siitä, miten sitä haetaan. Puhelun aikana keskusteltiin myös edunvalvonnasta ja sen hakemisesta. Edunvalvonnalla turvataan se, että isän kotitilaa ei ole mahdollisuutta vastoin isän toivetta myydä eikä hänen perustarpeita lyödä laimin. Sovittiin myös, että soittaja on yhteydessä kunnan sosiaalitoimeen. Koska näiden prosessien läpivieminen kestää oman aikansa, päivystäjä kävi läpi myös niitä keinoja, joilla konkreettisesti on mahdollista turvata isän fyysinen turvallisuus niin kauan kun naisystävä asuu samassa taloudessa. Päivystäjä kertoi myös muista paikallisista apua ja tukea tarjoavista tahoista, jotka voisivat olla tilanteessa avuksi.

● LEENA SERPOLA-KAIVO-OJA

Suomen vanhusten turvakotiyhdistyksen toiminnanjohtaja

Lisätietoa aiheesta
www.suvantory.fi ja
www.katketytaanet.fi
Soittajalle maksuton SUVANTO-linja päivystää tiistaisin ja torstaisin klo 12–15 ja lakineuvonta parillisen viikon keskiviikkona klo 16–18 numerossa 0800 06776.

Hiljainen sukupolvi

Sukupuoli- ja seksuaalivähemmistöt ovat aina olleet vanhuspalvelujen asiakkaina, vaikka eivät aina näkyvästi. Seta tuo Yhdenvertainen vanhuus -projektillaan moninaisuutta näkyväksi. Yhteistyökumppaneiksi ovat lähteneet myös Oulun Diakonissalaitos ja Diakoniaopisto.

"Vanhainkodissa puoliso ei enää ollut puoliso, vain vuosikymmenien mittainen ystävä. Sellaiseksi hän puolison esitteli, miehen, jonka kanssa hän oli jakanut liki puolet elämästään. Puolisolle tämä oli katkeraa. Toisaalta puoliso kyllä ymmärsi hänen varovaisuutensa, mutta toisaalta piti sitä liioiteltuna", kirjoittaa pitkään Setassa toiminut Jorma Hentilä Kotimaa24:n blogissaan.

Hentilä kertoo tuntemastaan miesparista, joista toinen lähti yhteisestä kodista vanhainkotiin. Miksi pitkäaikaisesta elämäkumppanista tulee vanhuspalveluissa yhtäkkiä vain "ystävä"? Miksi valokuvat kerätään pois hyllystä ennen kotisairaanhoidajan tuloa?

Seksuaali- ja sukupuolivähemmistöön kuuluvia ihmisiä on aina ollut vanhuspalveluiden asiakkaina ja työntekijöinä. Tätä tosiasiaa ei ole useinkaan uskallettu myöntää tai nähdä.

Julkinen ja salattu minä

30- ja 40-luvulla syntyneet seksuaali- tai sukupuolivähemmistöihin kuuluvat ihmiset ovat eläneet nuoruutensa ja suuren osan aikuisuuttaan aikana, jolloin heille ei ollut tilaa. He elivät aikana, jolloin seksuaalivähemmistöt leimattiin rikoslaisiksi rikollisiksi ja homot, lesbot ja transihmiset lääketieteen piirissä sairaiiksi ja sensaatiolehdissä omituisiksi ja viallisiksi.

Homoseksuaalisuuden kriminalisoiva laki oli voimassa vuoteen 1971,

ja homoseksuaalisuutta pidettiin sairautena vuoteen 1981 saakka. Transvestisuus taas poistui sairausluokituksesta vasta 2011, jolloin arviolta 50 000 transvestiittia "parantui" yhdessä yössä. Transsukupuolisuus lasketaan yhä virallisesti mielenterveyden häiriöksi ja se koetaan hyvin leimaavana.

Monet seksuaali- tai sukupuolivähemmistöihin kuuluvista ihmisistä ovat aikoinaan joutuneet pohtimaan identiteettiään yksin, sillä asiallista tietoa ei ollut saatavilla eikä sukupuolivähemmistöihin kuuluvilla ollut ny-



Marttu Väisänen

Sukupuolen moninaisuuden huomioiminen on yhdenvertaisen toiminnan taustalla. Kuva Setan edustajakokouksesta 2012.

kyisenkaltaista oikeutta sukupuolen korjaushoitoihin. Ympäristö ei antanut ihmiselle mahdollisuutta olla "totta" ja "olemassa".

Moni joutui salaamaan todellisen minänsä suojellakseen itseään. Oli lähes pakko muodostaa kaksi minää – julkinen ja salattu. Salattu minä suljettiin kaappiin, tai se paljastettiin suppealle lähipiirille.

Asenteita ja torjuntaa pelätään

Yhteiskunta asettaa ihmisille rajat ja normit, joiden sisälle jokaisen tulee mahtua. Yhteiskunnassa eri käytännöt ovat rakentuneet pitkälti heteroolettamuksen ja sukupuolien ympärille. Useimmat ihmiset tekevät oletuksia näistä näkökulmista: vastaantulija on joko mies tai nainen, miehet ja naiset ovat naimisissa keskenään.

Olettamukset tulevat esille kysymyksissä, sanavalinnoissa ja lomakkeissa. "Onko teillä vaimoa?" "Onko valokuvassa oleva mies teidän poikanne?" Vanhuspalvelujen lomakkeista puuttuu usein mahdollisuus rastittaa sivuillisäädyksi rekisteröity parisuhde.

Tekemällä oletuksia saatamme olla mukana "kaapittamassa" ihmisiä. Tilanteista tulee vaativampia seksuaali- ja sukupuolivähemmistöön kuuluville ikäihmisille: miten he voivat kertoa elämästään ja itsestään, jos sille ei löydy lomakkeesta oikeaa laatikkoa, puheesta sopivia sanoja?

Monet seksuaali- ja sukupuolivähemmistöön kuuluvat ikäihmiset voivat pelätä torjuntaa, hylkäämistä, rangaistuksia ja syrjintää, joita ovat jo elämänsä varrella joutuneet kokemaan. Jorma Hentilän mukaan vanhuspalvelujen parissa olevat ihmiset suhtautuvat epäilevästi siihen, että hoitohenkilökunta hyväksyisi heidät sellaisena kuin he ovat. Toisten ikäihmisten ja heidän läheistensä suhtautuminen mietityttää myös.

Kaapissa elämisestä on toisaalta voinut tulla monille ihmiselle turvallinen tapa. Tämän vuoksi on hyvä antaa ihmiselle tilaa kertoa itsestään juuri sen verran kuin haluaa tai olla ker-

tomatta. Ikäihmisen kohdalla voi olla, ettei hän näistä syistä halua osallistua palvelutalon muisteluryhmään.

Pienet asiat avaavat dialogin

”Puolison kuoltua hän silmät kosteina myönsi toimineensa väärin puolisoaan ja itseään kohtaan. Pelon tunne vain oli ollut niin armoton. Hänelle itselleenkin se oli ollut nöyryyttävää. Mutta kun hän tuli esitelleeksi puolison ystäväkseen, hän ei löytänyt tapaa kertoa asian todellista laitaa. Kieltää itsensä ja mennä kaappiin elämän ehtoolla, sitä hän katui”, Jorma Hentilä päättää blogikirjoituksensa.

Miten ammattilaiset voisivat kohdata avoimesti kaikenlaisia ihmisiä, jotta kaappiin ei tarvitsisi enää mennä? Setan mukaan moninaisuuden kunnioittaminen lähtee pienistä asioista.



Jorma Hentilä osallistuu edelleen aktiivisesti Setan toimintaan. Kuva tammikuussa järjestetystä mielenosoituksesta Venäjän homovastaista lakiesitystä 6.13.1 vastaan.

Voimme tiedustella elämänkumppanista tai lähi- ja perhesuhteista neutraalisti sen sijaan, että kysymme avio- vaimosta tai -miehestä. Ihmisen omaa sukupuolen kokemusta voidaan kysyä häneltä itseltään ilman valmiita loke- roita.

Moninaisuutta voi huomioida käyttämällä esitteissä ja internetsi- vuilla kuvia monenlaisista pareista tai ripustamalla ilmoitustauluille il- moituksia vaikkapa homojen ja lesbo- jen tai transihmisten vertaistukiryh- mistä ja tapahtumista, joita järjestävät muun muassa Setan jäsenyhdistykset ja Transtukupiste.

● SALLA-MAIJA HAKOLA

Kirjoittaja on Yhdenvertainen vanhuus
-projektin koordinaattori

Ihminen on mahtavan moninainen

Sukupuoli-identiteetti tarkoittaa ihmisen kokemusta omasta sukupuolestaan tai sukupuoleettomuudestaan.

Transsukupuolisen henkilön sukupuoli-identiteetti on eri kuin se sukupuoli, johon hänet on syntymän jälkeen määritelty.

Sukupuolen korjaus on prosessi, jossa transsukupuolisen kehoa ja/tai juridista sukupuolta korjataan vastaamaan hänen kokemaansa sukupuolta. Transsukupuolisen kannalta kyse ei ole ”sukupuolen vaihdosta” vaan siitä, että kehoa korjataan vastaamaan koettua sukupuolta.

Vanhimmilla ikäluokilla ei ehkä ole ollut nimeä omalle sukupuolen kokemukselle. Ihminen on voinut elää jo yhden elämän ennen korjausprosessiin lähtemistä, joten hänen elämänsä voi kuulua avioliitto, lapsia ja lapsenlapsia. Eläkkeelle pääsy on voinut tarkoittaa monelle, että vasta silloin on voinut antaa itselleen luvan olla täysin oma itsensä.

Transgenderiys tai muunsukupuolisuus tarkoittaa ihmistä, joka elää mieheyden ja naiseuden rajalla, välillä tai ulkopuolella. Tälle koke-

mukselle ei välttämättä ole ikäihmisellä ollut mitään nimeä.

Intersukupuolisuudella tarkoitetaan henkilöitä, joiden keho ei syntyessä vastaa yksiselitteisesti naisen tai miehen kehoa. Osa intersukupuolisista tarvitsee korjaushoitoja, lääkitystä ja tukea. Osalle leikkauksia tehdään turhaan. Monille nyt vanhuspalvelujen piirissä oleville intersukupuolisille ei ole koskaan kerrottu, minkä vuoksi heille on lapsena tehty leikkauksia tai annettu lääkitystä.

Sukupuolen ilmaisu käsittää ihmisen käyttäytymisen ja ulkoisen olemuksen, jolla hän viestii sukupuolestaan.

Transvestisyydessä on kysymys tästä. Henkilöllä on tarve ilmaista persoonassaan olevaa toista sukupuolta. Vanhuspalvelujen kannalta on oleellista, että ihmisten erilaiset tarpeet sukupuolen ilmaisuun huomioidaan.

Seksuaalisen suuntautumisen moninaisuus käsittää heterouden, homouden, lesbouden ja biseksuaalisuuden. Monet vanhemmista ikä-

polvista eivät käytä näitä sanoja. Seksuaalinen suuntautuminen kertoo siitä, keneen henkilö tuntee vetovoimaa. Seksuaalinen suuntautuminen ei ole valinta. Havahtuminen omaan seksuaaliseen suuntautumiseen voi tapahtua missä ikävaiheessa tahansa.

Yhdenvertainen vanhuus -projekti

Kesällä 2012 käynnistynyt Setan, Mummolaakso ry:n ja Suomen Karhut Fin-Bears ry:n kolmivuotinen projekti tuo seksuaali- ja sukupuolivähemmistöjen tarpeet ja toiveet ikääntymistä ja vanhustyötä koskevaan keskusteluun. Projekti tarjoaa vanhustyön toimijoille mahdollisuuden kehittää vanhustyötä entistä yhdenvertaisemmaksi. Moninaisuusnäkökulma ehkäisee pitkällä tähtäimellä syrjäytymistä ja terveysongelmia. Projektissa kehitetään ammattilaisille ja opiskelijoille koulututusta ja materiaalia palvelutarjoajien, opilaitosten ja ammattilaisten kanssa. Projektia rahoittaa Raha-automaattiyhdistys.

Vetoketju kiinni

”Tulette kirkon työhön kenties kirkon elämän haastavimpana ajanjaksona.” Näillä sanoilla minut saateltiin työhön pappisvihkimyksessäni pyhäinpäivänä 2012. Aloitin papin työn vuoden vauhdikkaimpaan aikaan, joulukuussa. Totuttelin pantapaitaan ja uuteen, hämmentävään roolini kiittäessäni hartaudesta joulujuhlaan ja kirkosta kirkkoon.

Ensimmäiset työkuukaudet pappina ovat tarjonneet juuri sitä, mitä pappisvihkimyksessä luvattiin: kirkon elämää, työtä ja haasteita. Joulukuu ensimmäisenä työkuukautena nosti esille kaksi teemaa, työn opettelemisen ja hengissä selviämisen. Tilaisuudesta toiseen viilettäessä, seurakuntalaisia tavatessa, ensimmäisiä toimituksia jännittäessä ja pyhäpäiviin valmistautuessa päivät kuluivat euforian ja epätoivon rajalla tasapainoillen. Opin joka päivä uutta, kun ensin opin sen, mitä en vielä tiedä ja osaa. Kaiken uuden ja epävarman keskellä sain iloa pienistä asioista. Hyvän tunteen jättänyt toimituskeskustelu, onnistunut vuorolaulosio messussa, onnistunut ajanhalinta – paljon ei tarvittu pienen pastorin onnellisuuteen.

Laidalta laidalle

Onnellisuus on kiteytynyt kirkollisiin toimituksiin. Ensimmäinen kaste, vihkiminen ja hautaan siunaaminen aiheuttivat unettomia öitä ja innostunutta jännitystä. Niitä hetkiä oli odotettu vuosien ajan! Tajui siitä, että todella olen pappi, oli erityisen kirkas ensimmäisissä toimituksissa. Niiden myötä tapamani seurakuntalaiset saivat minut ymmärtämään, että vaikka askellankin polun alkupäässä, heidän silmissään olen pappi ja sellaisena pätevä. Urallaan pidemmällä olevat kollegat ovat lohduttaneet nuoria pappeja sanomalla ”virka kantaa”. Sanonnan ydin on selvä – ja kuitenkin sen ymmärtää omalla kohdallaan vasta virkaa hoitaessaan. Muistukseksi tarvitaan sekä pantapaitaa, seurakuntalaisia että työtovereita.

Työn tahti on pakottanut opettelemaan suhteellisuudentajua. Kaikkea en voi vielä osata. Onneksi kansani ovat työtoverit ja seurakuntalaiset. Heiltä opin silloin, kun oma osaamiseni ei riittänyt. Olen onnekas, kun olen saanut nähdä seurakuntalaisten ole-



Tapio Leinonen

van aidosti kiinnostuneita papistostaan. Kymmenet seurakuntalaiset ovat tulleet tutustumaan uuteen pastoriin. Harmaahapsiset rouvat, jotka kiittävät saarnasta; pukuun sonnustautuneet herrat, jotka tulevat kättelemään; rippikoululaiset, jotka kysyvät, miten nuori saa olla, jotta voi toimia pappina; lapset, jotka ruokakaupassa kuiskivat äidilleen ”kirkon tädistä”. Elämän eri ääriäidat, monenlaiset kertomukset ja sanattomat tarinat. Niiden äärellä kiire ja stressi unohtuvat.

Ensimmäiset työkuukaudet ovat antaneet aiheita sekä akuuttiin paniikkiin että huikaisevaan onnellisuuteen. Loppujen lopuksi en muista pitkiä päiviä ja uuden opettelemisen tuomaa väsymystä. Muistan yksittäisiä hetkiä, jolloin koin onnistuvani jossakin tai ymmärsin jotain uutta. Mieleen painuivat seurakuntalaisten kasvot ja työn ensi askeleet. Satunnainen, yllättäen iskenyt tunne siitä, että taidan olla oikeassa paikassa juuri oikeaan aikaan.

Opiskeluaikana ei näe yhtä selvästi kuin työelämään siirtyessä, mikä ero on teoriolla ja käytännöllä. Olen pohjinnut omaa työnäkyäni jo vuosia – työ alkaa kuitenkin avautua vasta sitä tehdessä. Yliopiston ja seurakunnan välille näyttää opiskeluaikana rakentuneen kuilu, jota ensimmäiset työkuukaudet yrittävät kuroa umpeen. Yliopistosta tähyiltynä papin työ näyttäytyy jumalanpalveluselämänä ja kirkollisina toimituksina. Seurakunnassa eteen tulevat kalenterin tauoton selailminen, loputtomat kokoukset ja jatkuva suunnittelu.

Aika nähdä ihminen

Työn pirstaloituminen on vaatinut paljon sopeutumista. Yhtäällä ovat papin perustehtävät, jumalanpalvelus ja toimitukset. Toisaalla ovat työalat kuten diakonia ja nuorten aikuisten toimin-



ta. Kolmanteen suuntaan pappia vetävät kaupunginosa- ja asuinaluevasuu. Luojan kiitos, seurakuntalaiset ovat samoja työn otsikosta riippumatta! Teorian ja käytännön suhde näyttäytyy erityisesti työaloilla toimittaessa. Tämän olen oppinut eritoten diakonian työalaan perehtyessäni. Jos olenkin lukenut diakoniaa käsitelleitä tutkimuksia, ruokapankin ja avustussetelien toimintaa olen alkanut ymmärtää vasta työssä. Vasta nyt olen saanut vihiä siitä, mitä tapahtuu asiakastapaamisissa diakoniatoimiston ovien takana. Konkreettinen työ on alkanut paljastua minulle diakoneja tarkkaillessa, seurakuntalaisia tavatessa ja omaa roolia opetellessa. Diakonia on ehkä helppo ajatuksena mutta monimutkainen ja hengästyttävä elettyinä. Olen toki kuullut diakonian raamatullisista perusteista ja diakonian teologiasta. Olen nähnyt aikatauluja kalentereissa, diagrammeja ja tilastoja, toimintasuunnitelmia ja -kertomuksia. Jotain on kuitenkin jäänyt uupumaan – ihminen tiedon takana on jäänyt tuntemattomaksi. Nyt on aika kuulla ja nähdä se tärkein. Ihminen.

Lämpöä säilyttämässä

Viime vuoden viimeisessä diakonian työalokokouksessa käytiin läpi mennyttä toimintaa ja tulevia aikoja. Määrittelimme sen, mikä työssä vaatii muutosta ja mikä puolestaan on tarpeeksi arvokasta säilytettäväksi. Isuun kokouksessa silmät pyöreinä ja ajatukset kieppuen. Jokaisessa lausutussa lauseessa tuntui olevan jokin sana, termi tai toimintamuoto, josta en ollut kuullutkaan.

Huokaisin helpottuneesti, kun lopulta kuulin jotakin tuttua. Huokauksen tuntui tiivistyvän koko olemassaoloni pappina juuri sillä hetkellä. Eräs diakoni tiivistyi diakoniatyössä säilyttämisen arvoisen yhteen sanaan: evankeliumi. Olemme ilosanoman äärellä. Välitämme samaa viestiä, jonka saamme itse ottaa vastaan. Jos katsomme samaan suuntaan, kohti samaa ilosanomaa, teemme samaa työtä.

Ilosanoman äärellä oma voima ja viisaus hiipuvat taka-alalle. Tämän työn voima on siinä, että se on voimassa minusta huolimatta. Armo ja rakkaus pysyvät, vaikka minä en löytäisi oikeita sanoja niiden kuvaamiseen. Ehkä juuri sen vuoksi kirkkaasti sykehdyttävien hetkeni joulukuussa oli seurakuntalainen, joka käveli luokseni ja pyysi apua. Hän ei saanut takkinsa vetoketjua kiinni. Minä suljin vetoketjun, työtoveri tarjosi suklaakonvehdin. Toivotimme hyvää joulua. Kun seurakuntalainen lähti takki suljettuna kirpeään pakkaspäivään, minuun tulvahti uusi oivallus siitä, mitä on työ seurakunnassa. Se on ratkenneiden haavojen kiinni kuromista. Se on vetoketjun sulkemista, jotta lämpö ei karkaisi sisältä.

● PETRA KUIVALA

Kirjoittaja on nuori pappi, joka opettelee ja ihastelee elämää, pappetta ja seurakuntaelämää diakoniapappina Seinäjoen seurakunnassa.

Uudet tekemisen tavat löytyivät tekemällä Järvenpäässä

– Asukkaat saavat entistä paremmin apua. Suunnittelu selkeyttää ja ohjaa työalan työtä ja luo uutta. Suunnittelun tulee kuitenkin säilyä pitkäjänteisenä.

Entistä monipuolisempi tieto työstä on **Marja Kososen** mukaan tarpeellista sekä alueen asukkaille, työalalle että seurakunnan hallinnolle.

Järvenpään seurakunnan diakoniassa kerättiin tietoa työstä toimintatutkimuksella (ylempi amk), joka osallisti diakoniatyöntekijät ja jonka tuloksina syntyivät myös perustoimintojen kuvaukset ja mallinnettu suunnittelu-prosessi. Tutkimuksen taustateorioita olivat muun muassa diakonian teologia, kirkon suunnittelun strategiat ja Espoon hiippakunnan perustoimintojen malli.

Tuloksena syntyivät myös diakonian virkojen vuosikellot, kun viroissa tehtävät työt sijoitettiin toimintavuoden kausille. Lisäksi koottiin luettelo yhdessä hoidettavista tai vastuuvuoroittain hoidettavista tehtävistä.

–Diakoniassa tehtävä perustyö tuli näin näkyväksi, samoin kuin myös diakoniatyön monipuolinen verkostoituminen, joka voi olla vaikuttamista, koordinoitua tai sopimuskumppanuutta.

Samalla luotiin mallinnettu suunnitteluprosessi, joka auttaa pysäyttämään työn suunnitteluun. Toimintatutkimuksellinen työote osallistavana menetelmänä sopii mallinnettuun suunnitteluprosessiin.

– Työssä tarvitaan rakenteita, jotka selkiyttävät työtä. Prosessimalli diakoniatyön suunnitteluun tuo pitkäjänteisyyttä, jota työalan suunnittelussa tarvitaan.

Mikä muuttuu?

Muutokset näkyvät kolmella tasolla: asiakkaiden, työalan ja koko seurakunnan tasolla. Esimerkiksi palautteita on

–Laadukkaan diakoniatyön tulee olla herkkä kuulemaan ja toimimaan. Seurakunnan alueella asuvien ihmisten kuuleminen ja strategia-pohjainen työn suunnittelu luovat edellytykset tavoitteelliseen ja määrätietoiseen diakoniatyöhön. Tämä vastaa sekä asiakkaiden tarpeisiin että strategisen työn tekemisen tarpeisiin, sanoo Järvenpään seurakunnan johtava diakonianviranhaltija Marja Kosonen.



pyydetty tähän asti leireille ja retkille osallistuvilta.

Jatkossa niitä pyydetään sekä diakoniatyön asiakkailta että verkostoil-

ta, joiden merkitys on suuri. Verkostotyön vaikutus asiakkaiden tilanteeseen on vielä tutkimaton alue. Palautteissa diakoniatyöntekijät saavat palautetta tehdyn työn vaikutuksista.

Perustoimintojen kuvauksen käyttöönotto ja virkojen vuosikellot auttavat uusia työntekijöitä ja opiskelijoita perehtymään työhön. Samalla työntekijät voivat kokonaisvaltaisemmin suunnitella työtä, ja työalan johtamiseen saadaan yhteisiä työvälineitä, joita voidaan hyödyntää myös tehtäessä uusia suunnitelmia ja arvioitaessa tehtyä työtä.

– Suunnittelusta tulee työn kehittämisen foorumi. Työ tulee entistä näkyvämmäksi sekä diakoniatyöntekijöiden tiimissä että yhteistyön eri tasoilla. Myös seurakunnan hallinnon tasolla tarvitaan vuosikello. Sen jälkeen työalat voivat entistä paremmin ennakoida hallinnollisia tehtäviä. Määrällisistä luvuista tulisi voida siirtyä hallinnossa kohti laadullisia mittareita myös seurakunnissa. Näin työn arviointi monipuolistuu.

Yhteistyö on Maria Kososen mukaan tarpeen jatkossakin. Kirkkohallituksen toiminnallisen osaston hän toivoisi kehittävän edelleen yhteistyötä Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen kanssa. THL on kehittänyt sähköisiä menetelmällisiä ja toiminnallisia työkaluja työn laadun ja johtamisen avuksi.

– Diakoniatyö tarvitsee sekä hyvää että pitkäjänteistä suunnitelmallista työtöitä. Siihen tarvitaan sekä rakenteita että tahtoa. Hengellinen lähtökohta ja teologian merkitys diakoniatyöllä tulee säilyttää selkeänä, pohtii Marja Kosonen.

● MARJA KOSONEN

Pura näkymätöntä ja rakenna näkyvää – diakoniatyön suunnitteluprosessi (ylempi amk) 2012

Diakin rakenne uudistuu

Nopeasti kiristyvää ammattikorkeakoulujen talous vauhditti Diakissa organisaatio- ja toimintatapamuutosta. Diakonia-ammattikorkeakoulun omistajien ja johdon keskeinen tavoite on ylläpitää ammattikorkeakoulua, joka voi palvella koko maata. Myös opetus- ja kulttuuriministeriössä tämä valtakunnallinen tehtävä on ymmärretty ja siihen on sitouduttu. Tämä tavoite on toteutettava ammattikorkeakoulujen merkittävästi heikkenevässä taloustilanteessa aiempaa kustannustehokkaammin. Diakonia-ammattikorkeakoulukin joutuu leikkaamaan talouttaan enemmän kuin monen pienen seurakunnan tai isohkon järjestön koko vuosibudjetti on kokonaisuudessaan.

Tulevassa, kaavaillussa rahoitusuudistuksessa Diak on voittajien puolella tuloksiansa perusteella, mutta se ei kompensoi leikkauksia. Kaikki ammattikorkeakoulut joutuvat anomaan tänä vuonna uutta toimilupaa. Niiden on kyettävä osoittamaan taloudellinen toimintakykynsä.

Diakissa oli todettu tarpeen muutokseen jo ennen hallituksen päättämää leikkaustoimia. Henkilöstö osallistettiin muutoksen suunnitteluun noin parin vuoden ajan. Viime keväänä tehtiin päätös isosta organisaatiomuutoksesta vuoden 2013 alusta lukien. Diakin organisaatio muuttui yksikköpohjaisesta mallista koko valtakunnan kattavaan osaamisaluepohjaiseen malliin. Kaikki osaamisalueet ovat monialaisia ja niihin kuuluu henkilöstöä kaikista aiemmista yksiköistä. Koulutus jatkuu kaikilla ilmansuunnilla. Etelän kolme kampusta yhdistyvät näillä näkymin vuoden 2016 alussa.

Henkilöstö on jakaantunut viiteen osaamisalueeseen. Vararehtori **Pirjo Hakala** johtaa kasvu ja asiantuntijuus -osaamisaluetta, **Marja Pentikäinen** osallisuus ja terveys -osaamisaluetta, **Esko Kähkönen** kirkko ja yhteiskun-



Marjut Hentunen

ta -osaamisaluetta, **Terhi Laine** johtaminen ja palvelujärjestelmät -osaamisaluetta ja **Kirsi Sirola** voimavarat ja laatu -osaamisaluetta. Rehtorina ja osaamisalueiden johtajista muodostuvan johtoryhmän puheenjohtajana toimii **Jorma Niemelä**.

Uudessa organisaatiomallissa suurin osa kirkollisista opinnoista on Kirkko ja yhteiskunta -osaamisalueen vastuulla. Johtaja **Esko Kähkönen** lisäksi muihin keskeisiin henkilöihin kuuluu yliopettaja **Kari Ruotsalainen**, joka vastaa kaikissa kirkollisissa suuntautumisvaihtoehdoissa tapahtuvasta koulutuksen kehittämisestä. **Minna Valtonen** toimii Diakonian ja kristillisen kasvatuksen kehittämissuunnan vastaavana. Tämä ryhmä huolehtii käytännössä suurimmasta osasta kirkolliseen kelpoisuuteen kuuluvista opintokokonaisuuksista. Yliopettaja **Raili Gothóni** organisoi erityisesti alan tutkimus- ja kehittämistoimintaa. Kirkollisista opinnoista vastaa eri osaamisalueilla yhteensä noin kolmissenkymmentä opettajaa.

Koulutuksen toteutumisen näkökulmasta organisaatiomuutos ei tuo oleellisia muutoksia. Koulutusta toteutetaan jatkossakin kaikilla nykyisillä kampuksilla. Lisäksi Diak voi tarpeen mukaan toteuttaa kirkollista koulutusta myös omien kampustensa ulkopuolella. Tällaisia toteutuksia on tehty tähän mennessä Turussa, Tampereella ja Jyväskylässä. Tämän vuoden alusta yksi koulutusryhmä aloittaa Kuopiossa. Vuonna 2010 uudistetut opetussuunnitelmat säilyvät muutoksessa ennallaan.

Jokaisella kampuksella on aluekoordinaattori, joka palvelee kaikkia työelämäyhteyksiä. Eteläisellä alueella aluekoordinaattoreina toimivat **Jari Helminen** ja **Ilse Vogt**. Lännessä on niin ikään kaksi: Turussa **Eila Hannula** ja Porissa **Mika Nokelainen**. Idässä aluekoordinaattorina toimii **Kirsti Kauppinen** ja pohjoisessa **Lea Rättyä**.

● PIRJO HAKALA

TT, PsyM, vararehtori, johtaja
Diakonia-ammattikorkeakoulu

Tampereen uusi hiippakuntasihteeri

Airi Raitaranta esittäytyy

Olen aloittanut työni Tampereen hiippakunnan tuomiokapitulissa hiippakuntasihteerin tehtävissä. Tampereen hiippakunnassa on 55 seurakuntaa, kolme seurakuntakuntayhtymää ja kahdeksan rovastikuntaa. Tehtäväkenttäni ytimessä ovat diakonia ja yhteiskunnallinen työ sekä työyhteisökehittäminen.

Diakonian polkuni ensi askeleet otin lapsuusmaisemissani Kiteellä näkövammaisen diakoni-harjoittelijan avustajana ja autonkuljettajana. Tuoksesä 1984 diakoniaopiskelijan rinnalla antoi valoisan diakoniasyökäyksen, joka kantoi Luther-opistoon opiskelemaan diakonia- ja sosiaalityön linjal-le. Valmistuttuani diakoniksi tein pienen pyrahdyksen Tukholmaan, jossa työskentelin dementiaosastolla puoli vuotta. Ruotsinmaalta tulin Hämeen-seen, jossa olen sen jälkeen pysynytkin. Kahdeksan työvuoden aikana Hausjärven seurakunnassa sain vahvan käytännön peruskoulutuksen ja seurakuntanäkemyksen. Työssä oppiminen jatkui seuraavaksi Hämeenlinnassa. Tein ensin työtä aluetyöntekijänä ja diakoniakasvatuksen kehittäjänä ja siirryin 2003 johtavaksi työntekijäksi. Siinä välissä tein pari vuotta lähiöhankkeiden projektipäällikön töitä Hämeenlinnan kaupungilla.

Työnohjaaja- ja työyhteisövalmentajakoulutukset ovat olleet merkityksellisiä vaiheita polullani erityisesti diakoniatyön kehittämisen ja johtajuuden tutkimisen kannalta. ”Valmistata” minusta ei näytä tulevan ja opiskelu innostaa yhä edelleen. Valmistuini viime syksynä Tampereen yliopistosta yhteiskuntatieteiden maisteriksi. Opintojen ohella tein viimeiset 1½ vuotta aikuissosiaalityöntekijän tehtäviä, joiden kautta diakoniatyö on kirkastunut uudella tavalla ja diakonien identiteetti on edelleen vahvistu-

nut minussa. Minulle tyypillistä näyttää olevan katsoa työtä ja samalla itseäni sopivin väliajoin pienen matkan päästä. Näin olen löytänyt itseni aina eri vaiheissa yhä uudelleen kirkon työntekijänä. Tämä Kristuksen kirkko on kotini, vaikka edelleen ajattelen niin, että Kristuksen palvelijana voi, ja on hyvä, tehdä työtä muuallakin kuin kirkon sisällä.

Lähetin ensimmäisellä työviikollani diakoniatyöntekijöille ja kirkkoherroille postia, jossa kyselin kuulumisia. Olen saanut rohkaisevia ja rohkeita vastauksia. Saamissani viesteissä kuulen kutsuja yhteisten kohtaamisen mahdollistamiseksi erilaisilla kokoonpanoilla ja teemoilla. Yhteiskunnallinen työ nousee esille ja myös vapaaehtoistoiminta nähdään seurakunnissa nyt ja ennen kaikkea tulevaisuuteen katsottuna keskeisenä kysymyksenä. Kuulen viestejä työntekijöiden työmäärien kasvusta ja työn rajojen etsinnästä. Resurssien rajallisuus kuormittaa työntekijöiden arkea monessa mielessä. Joidenkin viestien kautta tulee vahvasti kuuluville huoli seurakuntalaisista, oman seurakunnan tilanteesta ja omasta jaksamisesta. Huolen rinnalla on vahvasti esillä motivaatio, näky ja innostus työssä. Nämä eivät missään kohtaan sulje pois toisiaan, vaan elävät rinnakkain tehden toinen toisensa enemmän näkyväksi.

Toimintakulttuuri kapitulissa ja samalla ympäri hiippakuntaa on viime vuosien aikana muotoutunut yhä

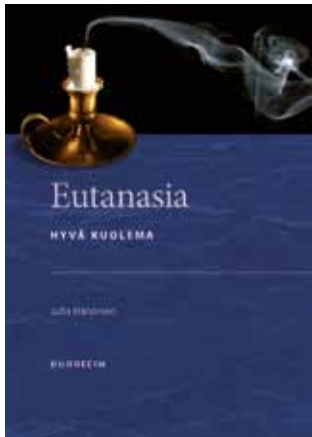
enemmän ohjaavaksi valvonnan sijaan. Samalla konsultoiva ja valmentava rooli on vahvistunut. Tässä toimintakulttuurissa on hyvä tehdä työtä ja olla yhdessä oppimassa. Minut on otettu sydämellisesti vastaan ja koen, että minulle on tila ja paikka paitsi kapitulissa myös varsinaisissa työpaikoissani eli seurakunnissa ympäri hiippakuntaa. Rakennemuutoksen tuulet ovat käyneet ja käyvät edelleen seurakunnissa. Uskon, että yhdessä toimimalla meillä on mahdollisuus pienentää uhkia, hyödyntää muutosta ja näin yhdessä toimimalla olla tukemassa seurakunnissa tehtävää työtä.

● AIRI RAITARANTA

Hannu Jukka



Kärsimyksen edessä



JUHA HÄNNINEN:
EUTANASIA – HYVÄ KUOLEMA.
DUODECIM 2012

Juha Hännisen uuteen kirjaan kannattaa tutustua kuin uuteen ihmiseen: tarkasti kuunnellen ja havainnoiden, kuvittelematta tuntevan sa toista ennen kuin on tutustunut rauhassa. Eutanasiasta on keskusteltu kuluvana vuonna aktiivisesti. Vaikeasta aiheesta keskusteltaessa tahtoo mielikuvien, ennakoasenteiden ja kokemusten taustamelu tuottaa vaikeutta kuulla tarkasti muita keskustelun osapuolia. Silloin on vaarana omiin asenteisiin lukkiutuminen tavalla, joka estää dialogia.

Hännisen kirja koostuu kolumneista, puheenvuoroista, katsauksista vuosilta 1994–2012. Hän kommentoi omia tekstejään liittäen niitä ajankohtaiseen keskusteluun. Hänninen kuvaa kirjassaan ajattelunsa muutosta 20 vuoden saattohoitotyön pohjalta. Hän pohjaa ajatuksensa nimenomaan käytännön kokemukseen: kirjoituspöydän takaa on turha tulla neuvomaan, miten kuolemaa lähestyvän potilaan kärsimykseen tulee suhtautua.

Juha Hänninen avaa kirjassaan monella tavalla lääkärin kokemusta kärsivän ihmisen hoitajana. Kärsimyksen moniulotteisuus nousee etualalle: fyysisen kärsimyksen rinnalla ihmistä jäytää psyykkinen kärsimys, kokemus elämän merkityksettömyydestä, kaiken turhuudesta, kuoleman kauhistuttavuudesta. Kärsimyksen kohtaaminen vaikuttaa hoitaviin ihmisiin; Hänninen viittaa **Martti Lindqvistiin**, joka puhui massavaikutuksesta – kohdattujen kuolemien suuri määrä vaikuttaa. Toisaalta kärsimyksen

monien muotojen näkeminen hyvin läheltä muovaa ajattelua.

Hänninen kiteyttää sanomansa: *”Meillä on velvollisuus lievittää kanssaihmissen kärsimystä. Usein se tarkoittaa hoidon tehostamista, mutta silloin kun mikään ei auta, se voi tarkoittaa myös kuolinapua.”*

Keskustelu asiasta on Suomessa Hännisen mielestä edennyt siihen vaiheeseen, jolloin on syytä ryhtyä miettimään lainsäädännön tarvetta eutanasian suhteen. Keskustelussa eutanasiasta on viimeisen vuoden aikana käytetty monia puheenvuoroja, mm. ETENEN kannanotto eutanasiaan v 2011 <http://www.etene.fi/lausunnot/2011>. Arkkiatri **Risto Pelkosen** ajatuksiin viitataan esim. <http://www.kaleva.fi/uutiset/oulu/arkkiatri-risto-pelkonen-torjuu-eutanasian/568839/>. Kirkonseutu-lehti 21/2012 <http://www.lahden-seurakuntayhtyma.fi/ajankohtais-ta/kirkonseutu/prime102.aspx> ja *Rauhan Tervehdys* 1.11.2012 nostavat esiin esim. piispa **Seppo Häkkinen** kannanottoja.

Juha Hänninen on työssään mennyt kohti kärsimystä lukematomat kerrat, ja kaikki koettu on tehnyt hänestä sen saattohoitolääkärin, joka hänellä tällä hetkellä on. Kirja on tärkeä ja monipuolinen puheenvuoro eutanasiakeskusteluun – se kannattaa lukea, vaikka oma ajattelu eutanasian suhteen olisi hyvin kaukana Hännisen ajatuksista, ehkä nimenomaan silloin. Hänninen ei päästä helpolla, itseään eikä lukijaa.

● SIRKKU TUKIAINEN

Jumalan perheväki

Tuntemassani tapauksessa 102-vuotias vanhus olisi halunnut jäädä sairaalahoitoon, mutta oli lääkärien mielestä liian hyväkuntoinen sairaalaan. Hän palasi kotiin, kaatui ja mursi lonkkansa. Vanhuksilla ei ole Suomessa subjektiivisia hoiva-oikeuksia – toisin kuin alle kouluikäisillä lapsilla, joiden hoitoon on saatavissa päiväkotipaikka tai kotihoidon tukea, jos lapsi on alle kolmivuotias.

Muutamia vuosia sitten Helsingin Sanomat kertoi liikuntakyvyttömästä vanhuksesta, joka halusi asua kotonaan, vaikka hänelle oli suositeltu laitoshoidtoa. Vanhus oli pitänyt kirjaa hoitajistaan. Heitä oli ollut vajaan 11 vuoden aikana yhteensä 547 eri henkilöä.

Yli 300 000 suomalaisvanhusta kokee itsensä yksinäiseksi, syrjäytyneiden vanhusten todellista määrää ei tiedä kukaan. Moni jää vangiksi omaan kotiinsa, kun liikuntakyky heikkenee ja ulos ei enää pääse ilman apua. Joka toinen päivä yli 65-vuotias suomalainen päättää elämänsä oman käden kautta.

Meillä keskustellaan mielellään kolmannesta iästä, ikääntyvistä ja vireistä eläkeläisistä. Kukaan ei halua tulla kutsutuksi vanhukseksi. Sana vanhus yhdistetään siihen, että jää toisten avun varaan. Jos viimeinen käyttöpäivämme on ennen vanhuutta, ihmisellä ei ole arvoa. Avatesaan yhteisvastuukeräyksen presidentti Sauli Niinistö muistutti, että vanhuus on luonnollinen osa elämää, ei ongelma.

Vanhuksia on monenlaisia: rikkaita ja köyhiä, sairaita ja terveitä, kaupunkilaisia ja maalaisia, suurperheellisiä ja sinkkuja,

valtaväestöön ja vähemmistöihin kuuluvia, uskovia ja ateisteja. Yhteistä kaikille on se, etteivät he halua tulla jätetyiksi yksin. Alkuseurakunnassa diakonia perustettiin sorrettujen leskien suojelemiseksi. Syynä ei ollut yksinomaan se, että lesket tarvitsivat ravintoja ja suojaa – vaan myös se, että seurakunta tarjosi leskille uudelleen yhteyden perheeseen eli seurakuntaan.

Uskonnollisen elämän keskeisiä elementtejä ovat yhteys ja vuorovaikutus Jumalan kanssa. Kristillisen seurakunnan luonne yhteisönä ilmenee sen piirissä käytössä olevista sanoista. Esimerkiksi tunnetuin rukous alkaa ”Isä meidän, joka olet taivaissa”. Isä-sanana käyttö viittaa perheeseen. Isä meidän -rukousta ei rukoilla muuten kuin ajatellen meitä, olemassa olevaa Kristuksen seurakuntaa.

*Joku meistä on jäänyt yksin/
jätetty yksin/ jättäytynyt yksin.
Jollekin meistä avattiin ovi/
avautui ovi/ tai hän itse mursi sen
auki/ yhteyteen muiden kanssa.*

*Joku meistä valitsi yksinäisyyden/
uskaltautui siinä yhä syvemmmälle,
löysi sieltä ilon, turvan ja vapauden.*

*Joku meistä – / ei vaan jokin meissä – /
sinussa ja minussa.*

(Irja Kilpeläinen 1980)

● KIRSI HIILAMO