

Yksinäisyydestä yhteisöllisyyteen

IkäArvokas-hanke on vuoden 2013 Yhteisvastuukeräyksen tuotoilla rahoitettu hanke. Tarve hankkeelle ilmeni, kun seurakunnista nousi huoli yksinäisten, syrjäytyneiden ja huono-osaisten ikäihmisten pärjäämisestä ja osallisuuden toteutumisesta. Etsivän vanhustyön osalta toiminta nähtiin riittämättömäksi. Hanke on kolmivuotinen ja jatkuu vuoden 2016 loppuun.

IkäArvokas-hankkeen päämääränä on ikääntyneiden huono-osaisuudesta johtuvan eristäytyneisyyden vähentäminen ja osallisuuden edistäminen omaan elämään, yhteisöihin ja palveluihin. Hankkeen osatavoitteina on rakentaa pilottiseurakuntien alueille toimivat, vanhusten arkisiin toimintaympäristöihin niveltävät etsivän vanhustyön toimintamallit, kehittää osallistavia vertaistoiminnan muotoja sekä vertaistoiminnan koulutuspaketti seurakuntien käyttöön. Etsivän vanhustyön tueksi tavoitteena on lisätä laaja-alaista yhteistyötä eri vanhustyön toimijoiden kanssa. IkäArvokas-hanke toimii kuuden pilottiseurakunnan ja seitsemän kummiseurakunnan alueella.

Etsivän vanhustyön työmenetelmät

Yhteydenottokortit kehitettiin, kun diakoniatyöstä nousi tarve mahdollisimman yksinkertaiseen ja kohtuudella resursseja vievään etsivän vanhustyön menetelmään. Yhteydenottokorttien tavoitteena on tavoittaa yksinäisiä, syrjäytyneitä ja palvelujen ulkopuolella olevia ikäihmisiä. Yhteydenottokortti on suunnattu erityisesti arkisiin toimintaympäristöihin kuten taksikuskeille, kauppojen kassoille, kauppakassien viejille, yksityisille palveluntuottajille sekä taloyhtiöiden henkilöstölle.

Yhteydenottokorttien kautta on löydetty uusia hankkeen kohderyhmään kuuluvia ikäihmisiä. Kortteja on

palautunut n. 160 kappaletta, ja useimmat näistä yhteydenottopyynnöistä ovat johtaneet kotikäyntiin ikäihmisen luona ja palvelutarvekartoitukseen. Kortit on otettu käyttöön jokaisen pilottiseurakunnan alueella.

Puhelinpalveluista on kokeilussa Soittorinki- ja IkäArvokas-puhelinpalvelu. Soittorinki-toiminnassa diakoniatyöntekijät ja vapaaehtoiset soittavat kaikille 83-vuotiaille. Tarkoituksena on selvittää ikäihmisten kotona pärjäämistä, kokonaisvaltaista hyvinvointia ja koettua palvelutarvetta. Soittorinki on osoittautunut hyväksi menetelmäksi erityisesti harvaan asutulla maaseudulla.

IkäArvokkaan puhelinpalveluun voi ikäihminen, omainen tai arkisten toimintaympäristöjen toimija soittaa seurakunnan alueella ja ilmoittaa huolensa ikäihmisestä. Puhelinpalveluiden avulla on tavoitettu reilun vuoden aikana noin 60 uutta, hankkeen kohderyhmään kuuluvaa henkilöä. Heidät on ohjattu tarkoituksenmukaisten palveluiden ja tuen piiriin ja korttelikerho- tai muuhun toimintaan.

Utuna etsivän vanhustyön menetelmänä on tulossa Suurella sydämillä -sivuille "Ilmoita huoli ikäihmisestä" -palvelu. Ilmoitus ohjautuu alueen vanhustyöstä vastaavalle diakoniatyöntekijälle, joka ottaa yhteyttä. Varhaisella avuntarpeen tunnistamisella pyritään auttamaan arjessa selviytymistä ja tukemaan ikäihmisten hyvinvointia.



Anttolan kyytikerho esittelee IkäArvokas väliseminaarissa toimintaansa

Paltasen
kylätalokerhon
osallistujia
miettimässä
Arvokkaan vanhuuden
avaimia.



Osallisuuden lisääminen

Osallisuuden lisäämiseksi on kehitetty diakoniatyöntekijöiden, ikäihmisten ja vertaisten kanssa paikkakuntakohtaisesti tarpeelliseksi koettua kortteli-, kylätalo- ja olohuonekerhoja sekä palvelupäivätoimintaa. Korttelikerhoja on käynnistetty monimuotoisesti: korttelikerhot voivat kokoontua rivi- tai kerrostalon yhteisessä tilassa, kokoontuminen voi olla tiettyssä kaupunginosassa, kokoontuminen voi olla ikäihmisen kodissa, kyyti- ja kylätalokerhot kokoontuvat haja-asutusalueella tai kokoontuminen voi olla kahvilatoiminnan tai palvelupäivän puitteissa tapahtuvaa yhteisöllistä toimintaa. Hankkeen aikana on käynnistetty 23 erityyppistä osallisuutta tukevaa korttelikerhoa. Asuinpaikasta, toimintakyvystä ja taloudellisesta tilanteesta huolimatta kaikille halukkaille on pyritty mahdollistamaan tasavertaisesti osallistuminen kerho-

toimintaan. Ikäihmisten ääntä kuunnellaan kehittämistyössä ja heidän toimijuuttaan tuetaan.

Pilottiseurakuntiin kuuluvat hankkeeseen nimetyt diakoniatyöntekijät kävivät Kansalaisareenan vertaistoiminnanryhmänohjaajakoulutuksen. Koulutukseen liittyen he ovat yhteistyössä alueen projektityöntekijöiden kanssa suunnitelleet vertaistoimintaan kolmen päivän mittaisen koulutuspaketin.

Ikäihmisten ääni kuuluviin

Ikääntymiseen liitetään runsaasti käsitteitä, joilla on negatiivinen sävy, ja nämä leimaavat ikäihmisiä kuulumaan johonkin tiettyyn ryhmään. Ikääntymisessä nähdään riskejä ja ongelmia, joihin ammattilaisten odotetaan tarttuvan ylhäältäpäin. Liian usein unohdamme pysähtyä tai meillä on liian kiire pysähtyä ikäihmisen rinnalle ja selvittää yhdessä hänen kanssaan, hänen subjektiiv-

isia kokemuksiaan ja tarpeitaan. Ikä-Arvokas-hankkeessa pyrimme saamaan ikäihmisten äänen kuuluviin kehittämistyön kautta. Lähtökohtana on tukea ikäihmisten olemassa olevia voimavaroja ja ottaa heidät aidosti mukaan kehittämistyöhön. Suurimmat uudet voimavarat löytyvät ikäihmisistä itsestään. Muutokset lähtevät aina meistä jokaisesta itsestämme, siitä, millainen on arvomaailmamme, millaisen asenteen omaamme ikääntyneitä kohtaan. Meistä jokainen voi olla mukana arvokkaan vanhuuden turvaamisessa yksinkertaisesti kysymällä yksinäiseltä vanhukselta "Mitä sinulle kuuluu?"

- ANU SILVENNOINEN,
Projektikoordinaattori IkäArvokas-hanke
- Kuvat ANU SILVENNOINEN
JA KRISTA VÄISÄNEN

• Hankkeeseen voi tutustua osoitteessa www.tyynela.fi/ika-arvokas

"Kahdeksan vuotta minä ehdin istua tässä ikkunassa ja katsella pihan elämää. Olen luonnon ihailija. Et usko, miten komiaa on, kun puut huurtuu", Aino selvittää ja katsoo kadulle. Kaunistakaan luonnosta ei ole ihmiselle seuraksi.

–Tunsin itseni aina yksinäiseksi, kun ei tutta-

via ole. Viimeiset ystävätkin kuolivat talosta pois. Ennen aika meni, kun kävi heidän luonaan kylässä tai heidän puolestaan kaupassa.

Kun jalkahoitaja kävi Ainin luona, hän jätti kortin, jossa häntä neuvottiin ottamaan yhteyttä seurakunnan vanhustyöstä vas-

taavaan diakoniatyöntekijään – ja Aino otti.

Aino oli 30 vuotta maatalon emäntänä, kunnes jäi leskeksi vuonna 1978. Avioliitossa syntyi kolme lasta. Maalta hän muutti kaupunkiin ja meni uudelleen naimisiin.

– Toisen miehen kanssa meni hyvin. Hän oli ki-

valuontoinen ja iloinen, Aino muistelee. Mies sairastui, ja Aino toimi hänen omaishoitajanaan. Aviomies menehtyi ja Aino oli taas leski. Sosiaalisten suhteiden rakentaminen ei ole helppoa. Yksinäisyys on Ainolle tuttu vieras.

- VEERA JÄRVENPÄÄ