

# Kotoa muiden seuraan

**Asuinalue- ja talokohtaisten yhteistilojen ja -toiminnan arviointi ikääntyneiden näkökulmasta**

**Tuokkola, Kati & Nieminen, Jarmo & Konttajärvi, Tiina**





## Kotoa muiden seuraan

**Asuinalue- ja talokohtaisten yhteistilojen ja -toiminnan  
arviointi ikääntyneiden näkökulmasta**

**Tuokkola, Kati & Nieminen, Jarmo & Konttajärvi, Tiina**



Ympäristöministeriö  
Miljöministeriet  
Ministry of the Environment

YMPÄRISTÖMINISTERIÖN RAPORTTEJA 14 | 2016  
Ympäristöministeriö  
Rakennetun ympäristön osasto

Taitto: Valtioneuvoston hallintoyksikkö / Marianne Laune  
Kansikuva: YHA-Kuvapankki / Janne Ulvinen

Julkaisu on saatavana internetistä:  
[www.ym.fi/julkaisut](http://www.ym.fi/julkaisut)

Helsinki 2016

ISBN 978-952-11-4602-2 (PDF)  
ISSN 1796-170X (verkkokj.)

## ESIPUHE

Maamme ikärakenteen muutos on nopeaa. Arvioiden mukaan vuonna 2030 väestöstämme on 25 prosenttia 65-vuotta täyttäneitä. Ikääntyneiden kotona asuminen tavallisessa asunnossa on ollut julkisen vallan tavoite jo pitkään. Tavoitteen toteutumisesta tukee se, että asuinalueella on yhteistiloja, joissa voidaan järjestää ikääntyneille soveltuvaa toimintaa ja tapaamisia, ja näin vahvistaa yhteisöllisyyttä. Yhteisöllisen toiminnan edistäminen lisää hyvinvointia ja edistää osaltaan ikääntyneiden kotona asumista. On myös tärkeää rakentaa asuinympäristö niin, että se tukee ikääntyneen omaa elämänhallintaa ja selviytymistä.

Tämä asuinalue- ja talokohtaisia yhteistiloja ja -toimintaa ikääntyneiden näkökulmasta arvioiva selvitys on osa Ikääntyneiden asumisen kehittämisohjelmaa vuosille 2013–2017. Ohjelman tavoitteena on mm. parantaa ikääntyneiden asumisololoja siten, että myötävaikutetaan kotona asumisen kansallisen tavoitteen saavuttamiseen. Lisäksi tavoitteena on parantaa toimijoiden yhteistyötä ja luoda ikääntyneiden asumista tukevia toimintamalleja. Toimenpide-ehdotuksiin sisältyy, että edistetään asuinalue- ja talokohtaisten yhteistilojen ja -toiminnan toteutusta sekä arvioidaan niiden toimivuutta ikääntyneiden tarpeisiin. Tässä selvityksessä arvioidaan näitä kysymyksiä. Selvityksen toteutti tutkijaryhmä, johon kuuluivat Kati Tuokkola, Jarmo Nieminen ja Tiina Konttajärvi.

Selvityksen aineisto on koottu paikkakunnilta, joissa asukastilojen ja yhteistoiminnan toteuttamista ja kehittämistä on tehty määrätietoisesti. Näitä ovat Espoo, Kuopio, Lahti, Orivesi, Oulu ja Tampere. Tutustumiskäynneillä perehdyttiin sekä ikääntyneille että kaiken ikäisille tarkoitettuihin asukastiloihin ja kotona asuville ikääntyneille suunnattuun toimintaan. Tietoa kerättiin sekä havainnoimalla että haastattelemalla ikääntyneitä, toiminnan vetäjiä ja muita toimijoita. Haastattelut toteutettiin tutustumiskäyntien yhteydessä sekä ryhmä- että yksilöhaastatteluina. Lisäksi haastateltiin asiantuntijoita.

Tarve parantaa ikääntyneiden mahdollisuuksia osallistua yhteisölliseen toimintaan on selvä. Selvityksessä nousi esiin uudenlaisia ratkaisuja ja aloitteita jo vakiintuneiden ja ikääntyneiden kannalta hyvin toimivien tila- ja toimintaratkaisujen lisäksi. Ikääntyneiden omille ideoille ja aktiivisuudelle tulisi antaa tilaa. Ikääntyneiden tarpeita vastaavat tila- ja toimintaratkaisut on hyvä ottaa huomioon asuinalueiden kehittämisessä. Tilojen järjestämisen lisäksi tarvitaan toiminnan käynnistäjää ja ideoijaa.

Helsingissä 15.3.2016

Raija Hynynen  
Asuntoneuvos



## SISÄLLYS

<b>Esipuhe</b> .....	3
<b>I Selvityksen tavoite ja sisältö</b> .....	7
<b>2 Ikääntyneiden yhteisöllisyyden tarpeet</b> .....	11
<b>3 Tarjolla oleva yhteisöllisyyttä tukeva toiminta</b> .....	14
<b>4 Tilojen saatavuus ja toiminnan käynnistäminen</b> .....	15
<b>5 Toiminnan kohdentuminen</b> .....	17
<b>6 Spontaanit tilat ja toiminta</b> .....	22
<b>7 Maaseudun tilanne</b> .....	23
<b>8 Kehittämistarpeita yhteisöllisessä toiminnassa</b> .....	25
<b>9 Asuinaluekohtaisten yhteistoiminta- ja tilaratkaisujen nykytila</b> .....	28
<b>10 Uudistumisen suuntia</b> .....	33
<b>11 Johtopäätökset ja ehdotukset</b> .....	35
<b>Lähteet</b> .....	41
<b>Liitteet</b> .....	43
Liite 1: Kysymyksiä asiakkaille/asukkaille/ikäntyneille ryhmä- keskusteluun .....	43
Liite 2: Haastatteluteemoja asiantuntijoille .....	44
<b>Kuvailulehti</b> .....	45
<b>Presentationsblad</b> .....	46





# 1 Selvityksen tavoite ja sisältö

Julkisen vallan yksi keskeinen tavoite on mahdollistaa ikääntyneiden kotona asuminen tavallisissa asunnoissa. Ympäristöministeriön koordinoiman Ikääntyneiden asumisen kehittämisohjelman (2013–2017) päätavoite on parantaa ikääntyneiden asumisolaja siten, että myötävaikutetaan kotona asumisen kansallisen tavoitteen saavuttamiseen.<sup>1</sup> Ikääntyneiden asumista kotona tavallisissa asunnoissa voidaan edistää monilla tavoin.

Omalta osaltaan kotona asumista tukevat yhteisöllisyyden ja osallisuuden kokemukset, joihin voidaan vaikuttaa tilaratkaisuilla ja yhteistoiminnalla. Yhteisöllisyyden edistäminen asuinalueilla on osa Ikääntyneiden asumisen kehittämisohjelmaa, jonka mukaan kulttuuri-, virike- ja vapaaehtoistoimintaa sekä erityisesti ikääntyneiden omaa toimintaa varten tarvitaan esteettömiä kokoontumis- ja palvelutiloja. Yksi ohjelman toimenpiteistä on edistää asuinalue- ja talokohtaisten yhteistilojen ja -toiminnan toteutusta sekä arvioida niiden toimivuutta ikääntyneiden tarpeisiin. Toimenpide on ollut myös osa ympäristöministeriön ja ARAn toteuttaman Asuinalueiden kehittämisohjelman (2013–2015) toteutusta, jossa ikääntymisen kannalta on otettu tavoitteeksi elinympäristöjen ja asuntojen esteettömyys sekä matalan kynnyksen kohtaamispaikkojen olemassaolo. Tehtävänä oli selvittää, millaisia ovat ne tila- ja toimintaratkaisut, jotka mahdollistavat ja ylläpitävät ikääntyneiden hyvinvointia lisäävää yhteisöllisyyttä asuinalueilla.

Asumisen ja asumisympäristön kysymyksiä käsiteltäessä kehyksenä on ns. paikoillaan ikääntymisen (ageing in place) -ajattelutapa, jonka mukaan ikääntyneiden tulee voida asua omissa ympäristöissään, vaikka toimintakyky heikkenisi ja palvelujen tarve kasvaisi. Tämä edellyttää asuin- ja palveluympäristön muokkaamista ikääntyneille sopiviksi. Samanlainen lähtökohta on myös palvelualueen kehittämisessä ja ikäystävällisen asuinalueen kehittämisessä. Ympäristöministeriön raportissa (Hynynen 2015) on käsitelty sekä palvelukeskuksia, -alueita ja niiden toteuttamista että ikäystävällisen asuinalueen piirteitä ja niiden kehittämistä. Tavoitteena näissä on ollut paikallisiin ja alueellisiin olosuhteisiin sovitettujen palveluratkaisujen ja yhdyskuntasuunnittelun keinoin luoda asuinympäristöjä, jotka ylläpitävät ikääntyneiden toimintakykyä. Näin muodostuvilla palvelualueilla ja ikäystävällisillä asuinalueilla on ikääntyneen väestön erilaisiin tarpeisiin vastaavien asuntojen ja palveluiden ohella myös ikääntyneiden keskinäistä, ja eri sukupolvien välistä, kanssakäymistä edistäviä yhteisiä tiloja ja aktiviteetteja.

Yhteisö ja yhteisöllisyys ovat termejä, joita käytetään monessa merkityksessä. Yhteiskuntapoliittisessa keskustelussa yhteisöllisyys on nykyisin vahvasti esillä. Yleensä sitä pidetään tavoiteltavana ja myönteisenä asiana, vaikka yhteisölliseen toimintaan

<sup>1</sup> Tavoitteena on, että 75 vuotta täyttäneistä henkilöistä 92 % asuu kotona. Uusimman tilastotiedon mukaan 90,5 % 75 vuotta täyttäneistä asui kotona vuonna 2014 (lähde: Sotkanet). Muualla kuin kotona asuvia ovat henkilöt, jotka ovat ympärivuorokautisen palvelun piirissä joko tehostetussa palveluasumisessa tai pitkäaikaisessa laitoshoidossa.

liittyy myös rajoituksia ja ongelmia. Tässä selvityksessä yhteisöllisyys ei ole tutkimuskohteena itsessään. Yhteisöllisyys ymmärretään sellaisena asuinympäristöön sijoittuvana sosiaalisena vuorovaikutuksena ja yhteisenä toimintana, jolla on potentiaalia lisätä ikääntyneiden hyvinvointia ja siten parantaa myös mahdollisuuksia asua kotona entistä pidempään. Asuinympäristöllä tarkoitetaan lähiympäristöä ja asuinalueita.

Yhteisöllisyydellä on monia ikääntyneiden hyvinvoinnin ja kotona asumisen tukemiseen liittyviä ulottuvuuksia. Niitä kaikkia ei selvityksessä käsitellä. Yhteisöasuminen (asuin-yhteisöt) on rajattu tämän selvityksen ulkopuolelle, samoin yksityisessä perhe- ja ystäväpiirissä toteutuva kanssakäyminen. Ikääntymisen prosessi ja hyvän ikääntymisen edellytykset ymmärretään selvityksessä toimijuus-viitekehityksessä (Jyrkämä 2013), jolloin ikääntynyttä ei nähdä aktivointitoimien ja palveluiden kohteena, vaan omaa tulevaisuuttansa ja mahdollisuuksiaan pohtivana ja toteuttavana yksilönä. Ikääntyneillä tarkoitetaan tässä selvityksessä vanhuuseläkkeeseen oikeuttavan iän saavuttaneita henkilöitä.

Selvityksellä on kolme päätehtävää:

1. tarkastella ikääntyneiden käytettävissä olevia asuinalue- ja talokohtaisia yhteistiloja sekä yhteistoimintaa,
2. arvioida niiden toimivuutta ikääntyneiden tarpeiden kannalta,
3. laatia suosituksia ja ehdotuksia sille, miten ikääntyneiden tarpeisiin sopivia asuinalue- ja talokohtaisia yhteistiloja ja -toimintaa voidaan toteuttaa.

Näiden tehtävien puitteissa selvityksessä tarkasteltavat kysymykset ovat:

### **Tarkasteltavat kysymykset**

#### **Tarpeet ja toiveet**

- Millaisia tarpeita ja toiveita kotona asuvilla ikääntyneillä on asuinympäristön yhteisöllisyyden suhteen?
- Miten em. tarpeisiin voidaan parhaiten vastata?

#### **Olemassa olevia ratkaisuja**

- Missä määrin ikääntyneiden erilaisia tarpeita vastaavia yhteistiloja ja -toimintaa asuinalueilla on tällä hetkellä tarjolla ja millaisia suunnitelmia niiden suhteen on olemassa?
- Miten esteettömyys ja kaikin puolin matalan kynnyksen periaate käytännössä toteutuvat yhteistiloissa ja -toiminnoissa asuinalueilla?
- Mitä hyviä esimerkkejä toimivista ratkaisuista löytyy Suomesta?
- Miten tila- ja yhteistoiminnan suunnittelussa tällä hetkellä toimii ikääntyneiden asukkaiden asukaslähtöisyys?
- Mikä merkitys ikääntyneiden kannalta on erityisesti heille tarkoitetuilla tilaratkaisuilla ja toiminnoilla verrattuna kaikenikäisille tarkoitettuihin tiloihin ja toimintaan?
- Tuleeko jotain erityistä huomioida yleisissä, kaikille tarkoitetuissa tiloissa ja toiminnoissa juuri ikääntyneiden kannalta?

#### **Potentiaaliset ratkaisut**

- Millaisia uusia mahdollisuuksia tilojen- tai toiminnan suunnittelussa on olemassa, mitä ei ole vielä hyödynnetty tarpeeksi?
- Miten uusien ja potentiaalisten ratkaisujen toteutumista voidaan parhaiten tukea?

## Kehittämistarpeet

- Mitä mahdollisuuksia erilaisiin tila- ja toimintaratkaisuihin sisältyy, kun lähtökohdaksi otetaan omaehtoisuus ja ikääntyneiden tarpeet?
- Kun asuinympäristöjä pyritään kehittämään ikäystävällisemmiksi, millaisiin toimenpiteisiin nyt pitäisi ryhtyä ja kenen pitäisi niistä vastata ja niiden suunnitteluun ja toteuttamiseen osallistua?
- Miten havaittuja esteitä tai kynnyksiä osallistumiselle voitaisiin madaltaa ja poistaa? Kenen tulisi toimia ja miten?

Keskeisin aineisto on koottu sellaisista eri puolella Suomea olevista kohteista, joissa asukastilojen ja yhteisöllisyyden toteuttamista ja kehittämistä on määrätietoisesti tehty. Paikkakuntia, joissa selvityksen aineistoja on koottu, ovat Espoo, Kuopio, Lahti, Orivesi, Oulu ja Tampere.

Tutustumiskäynnit, joissa perehdyttiin kotona asuville ikääntyneille suunnattuun toimintaan, tehtiin ikääntyneille tarkoitettuihin palvelukeskuksiin (Espoo, Tampere) ja kaiken ikäisille tarkoitettuihin asukastiloihin (Kuopio, Oulu, Lahti). Oriveden kaupunkiin kuuluva Eräjärvi otettiin tutustumiskohteeksi edustamaan maaseutua. Kaikkiin tarkasteltaviin kohteisiin selvityksen tekijät tutustuivat paikan päällä. Aineistot koottiin sekä havainnoimalla että ryhmä- ja yksilöhaastatteluilla. Sekä ikääntyneiden että toiminnan vetäjien ja muiden toimijoiden haastattelut toteutettiin tutustumiskäyntien yhteydessä. Lisäksi täydentäviä haastatteluja tehtiin puhelimitse.

Ikääntyneitä haastateltiin yhteensä 101 henkilöä. Niiden tilojen ja toimintojen osalta, joissa haastateltiin ikääntyneitä, haastateltiin myös toimintaa koordinoivia henkilöitä, yhteensä 21 henkilöä. Taulukossa 1 on kuvattu tarkasteltavat kohteet ja niissä kuultujen ihmisten lukumäärät.

Taulukko 1: Haastattelut eri kohteissa

Paikkakunta:	Kohteet:	Ikääntyneiden haastattelut (lkm)	Toiminnan vetäjät ja kehittäjät (lkm)
Espoo	Kauklahden elä ja asu -seniorikeskus	Seniorikerho (25) Päivätoimintaryhmä (5)	Viriketoiminnanohjaaja (1) ryhmän vetäjät (2)
	Tapiolan palvelukeskus	Palvelukeskuksen asiakkaita ja asiakasraadin jäseniä (5)	Palveluesimies ja viriketoiminnan ohjaaja (2)
Orivesi	Eräjärven kylätoiminta	Kyläläinen (1)	Kylätoiminta-aktiivi (1)
Lahti	Liipolan Lähiöseura ry	Seuran aktiiveja (2)	Asuinaluehanke (1) Toiminnan koordinointi (2)
	Liipolan monitoimitalo Onnin senioritanssiryhmä	Tanssiryhmä (12)	Toiminnan vetäjä (1)
	Omaehtoinen ja talokohtainen käsityökerho		Toiminnan vetäjä (1)
Kuopio	Kuopion Setlementti ry	Vierailut kolmella tuvalla (6)	Lähiötyön koordinaattori (1) Tupien henkilökuntaa (3)
Oulu	Asukastupa Alvari	Seniorikerho (8)	Tupaisäntä (1)
Tampere	Härmälän Kuusela-keskus ja Lähitori	Haastattelut ”Kasvotusten” ryhmässä (26)	Kuuselakeskuksen ja Lähitorin henkilökuntaa (2)
	Likioma-hanke	Haastattelut ”keskiviikkokahveet”-kerhossa (10)	Hankkeen työntekijät (3)
	Tullintori K50-messutapahtuma	Tapahtumaan osallistuja (1)	

Lisäksi haastateltiin muita asiantuntijoita, jotka eivät yhdisty mihinkään yksittäiseen kohteeseen, yhteensä 19 henkilöä. Asiantuntijat edustavat muun muassa yliopistoa, ministeriötä, ARAa, vapaarahoitteista rakentamista, järjestösektoria, seurakuntaa ja vanhusneuvostoa. Asiantuntijoihin kuuluvat myös kuntien haasteltavat, joita kuultiin jokaisen kohdepaikkakunnan osalta. Nämä haastattelut toteutettiin sekä kasvotusten että puhelimitse. Liitteessä 1 on kysymysrunko, jota soveltuvien osin hyödynnettiin ikääntyneiden haastatteluissa, ja liitteessä 2 kysymysrunko, jota hyödynnettiin toiminnan järjestäjien, asiantuntijoiden ja kuntien edustajien haastatteluissa.

## 2 Ikääntyneiden yhteisöllisyyden tarpeet

Selvityksen tehtävänä oli tarkastella ikääntyneiden käytettävissä olevia asuinalue- ja talokohtaisia yhteistiloja ja yhteistoimintaa sekä arvioida, miten tila- ja toimintatarkehdut vastaavat ikääntyneiden tarpeisiin. Ikääntyneiden kanssa käytyjen keskustelujen ja haastattelujen kautta muodostettiin käsitystä siitä, miksi yhteiseen toimintaan osallistutaan ja mihin tarpeisiin yhteistoiminnalla vastataan.

Ikääntyneet eivät ole yhtenäinen ryhmä, jossa kaikilla olisi samat tarpeet. Eräs asiantuntijana haastateltu kiteytti asian osuvasti: *”Ikääntyneet nimenomaan eivät ole yhtenäinen joukko, heillä keskinäinen erilaisuus on jopa suurempaa kuin nuoremmilla, koska takana on se koko elämän kirjo, mikä on eletty, kaikki eletyt asiat kulkevat tavalla tai toisella mukana koko elämän ajan”*. Kaikilla ei ole yhtä suurta yhteisölliseen toimintaan osallistumisen tarvetta, mutta tyypillisimmin tarpeet, jotka saavat osallistumaan, voidaan jakaa alla olevan jaottelun mukaan neljään kategoriaan.

Keskeiset yhteisöllisyyden taustalla olevat tarpeet

- Yksinäisyyden torjuminen
- Kuuluminen ja mukana oleminen
- Itsensä toteuttaminen
- Turvallisuuden tunne.

Yksinäisyyden torjuminen mainittiin lähes aina ensimmäisenä ja tärkeimpänä syynä sille, miksi osallistutaan yhteisiin tapahtumiin tai kerhoihin. *”Oikein odotan tätä päivää, kun pääsen tapaamaan muita”* kiteytti eräs senioriryhmässä aktiivisesti käyvä rouva. Asukastuvan pöydän ääressä korttia pelanneet ikääntyneet antoivat heti vastauksen sille, mikä sai heidät lähtemään asukastuvalle: *”Mitä sitä yksin kotona istumaan, tänne sitä tulee lähdettyä useampanakin päivänä viikossa”*. Myös eräs eläkeläisten ryhmiä työskenteen ohjaava haastateltava sanoi, että yksinäisyyden torjuminen on hyvin tavallisesti taustalla osallistumiselle. Hänen sanoin yksinkertaisesti ihmisellä on *”kaipuu toisten luo”* ja se näkyy halukkuudessa liittyä yhteisölliseen toimintaan. Osallistumista yhteisölliseen toimintaan ei välttämättä edellä yksinäisyyden tunne, vaan toiminnalla usein torjutaan, ettei tunnetta pääse syntymään.

Suomessa noin joka kymmenes (9 %) aikuinen tuntee itsensä yksinäiseksi melko usein tai jatkuvasti. Erityisesti yksinäisyyttä kokevat ikääntyneet naiset. Yli 75-vuotiaista yksinäiseksi itsensä tuntevien osuus on 12 % (naiset 14 %, miehet 10 %). (Kaikkonen ym. 2015; Toikka ym. 2015.) Ikääntyneistä naisista myös suurempi osa asuu yksin kuin miehistä. Esim. 65-vuotiaista naisista 32 % ja saman ikäisistä miehistä 22 % asuu yksin, 85-vuotiaiden ikäluokan naisista asuu yksin 61 % ja miehistä 32 %. Yksin asumiseen liittyy keskimääräistä enemmän sosiaalisia ja taloudellisia riskejä, mutta sinänsä se ei ole ongelma eikä valtaosa ikääntyneistä yksin asuvista koe yksinäisyyttä. (Kauppinen ym. 2014). Yksinäisyyden kokeminen on yhteydessä myös parisuhteen ja avun puuttumiseen sekä vähäiseen koulutukseen (Ilomäki ym. 2015).

Vaikka yksinäiseksi itsensä tuntevien suhteellinen osuus näyttää vähäiseltä, tarkoittavat edellä olevat luvut sitä, että useat kymmenet tuhannet ikääntyneet kokevat yksinäisyyttä. Yksinäisyys, silloin kun se merkitsee eristyneisyyttä ja tyydyttävien sosiaalisten suhteiden puuttumista, heikentää hyvinvointia ja saattaa aiheuttaa vakavia terveysongelmia (Cacioppo & Cacioppo 2014).

Suuri osa haastatelluista haki kuulumisen tunnetta johonkin ryhmään. Eläkepäiviin haluttiin ”rytmiä” ja tekemistä, vaikka enää ei ollutkaan pakko lähteä minnekään. Yhteisissä tapaamisissa ja tilaisuuksissa nähtiin muita ihmisiä ja saatiin mukavaa päiväntulua arkeen. Ryhmässä, johon osallistujat kuljetettiin kotoa kerran viikossa osallistumaan kerhoon, eräs osallistuja kuvasi osallistumistaan näin: *”täällä saa tekemistä päiviin ja tulee herättyä ajoissa, aamulla lähtee ja on ohjelmaa ja näkee ystäviä.”* Eräs asiantuntijahaastateltu korosti yhteisöllisyyden tarkoittavan yhteenkuuluvuuden tunnetta, joka ei katoa edes silloin, kun ikääntymisen mukanaan tuomien rajoitteiden vuoksi jäsenyys ryhmässä muuttaakin luonnettaan. Haastateltavan mukaan *”Jäsenyys ryhmässä säilyy, vaikka oma rooli muuttuisi. Erityisesti näin voi käydä, kun voimavarat vähenevät. Aktiivisesta osallistujasta voi tulla passiivisempi, mutta silti toiminta vetää mukaansa ja osallistutaan edelleen.”*

Itsensä toteuttamisen tarve on yksi keskeinen motiivi lähteä toimintaan mukaan. Tällöin toimintaan lähdetään ensisijaisesti mielekkäiden sisältöjen vuoksi. Erilaisiin teemoihin perustuvat kerhot vetävät ihmisiä mukaan kyseisen toiminnan vuoksi. Esimerkiksi käsityökerhoihin lähdetään käsitöiden vuoksi, liikunnallisiin toimintoihin liikkumisen vuoksi, tanssikerhoihin tanssimaan, eläkeläisten yhdistystoimintaan tiedon saamiseksi ja edunvalvonnan vuoksi jne. Erään haastateltavan mukaan yhteisöllinen toiminta voi antaa ikääntyneelle mahdollisuuden luovuuteen, jopa sellaiseen luovuuteen, jota ei ole aikaisemmin pystytty toteuttamaan: *”Jotkut jopa puhkeavat kukkaan yhteisen toiminnan myötä”.*

Huomionarvoista on se, että vaikka toimintaan ja tapahtumiin lähdetäisiin nimenomaisen toiminnan sisällön vuoksi (esimerkiksi käsityöt, askartelut, pelit, musiikki), pelkästään sisältö ei useinkaan ole se asia, mikä jatkossa saa osallistumaan. Myös sosiaalinen vuorovaikutus pitää kokea tarpeelliseksi ja myönteiseksi. Toisten tapaamisesta tulee yleensä myös itseisarvo. Lisäksi toiminnan sisältöjen kautta saadaan kokemuksia yhteenkuuluvuudesta, joka taas jatkossa voi saada aikaan sen, että mukaan tullaan jo pelkästään yhteisen tapaamisen ja yhteenkuuluvuuden tunteen vuoksi.

Osalle ikääntyneistä mielekästä sisältöä antaa myös toisten tekemisen seuraaminen. Tämä tuli esiin erityisesti vanhempien ikääntyneiden keskuudessa, kun voimavarat olivat vähentyneet ja joihinkin toimintoihin ei pystytty (esimerkiksi virkkaamaan). Eräessä ryhmäkeskustelussa pohdittiin paljon sitä, että iloa antaa toisten tekemisen katselu. Tästä esimerkkinä toimii käsityötempaus, jossa ikääntyneet koristelivat palvelutalossa olevan kahvilan näyteikkunan yhdessä koululaisryhmän kanssa. Mukaan saatiin paljon ihmisiä, koska kynnys tilaisuuteen oli hyvin matala; tilaisuuteen saattoi tulla vain pistäytymään ja ihmisiä houkuteltiin jopa kadulta ohi kulkiessa *”poikkeamaan kahvilla”.* Kahvin lomassa yhteinen tekeminen joko innosti tai ei, ja pääasia oli mukava hetki yhdessä.

Tarve yhteisöllisyydelle kumpuaa joskus turvallisuuden tunteen tarpeesta. Entisenkaltainen kyläilykulttuuri ei erään haastatellun mukaan ole enää nykyisin kovinkaan tavallista, mutta silti tarve olla osa naapurustoa ja muita ihmisiä on säilynyt. Etenkin yksin asuvilla voi olla pelkoa, joka ei kohdistu sinänsä yksin asumiseen, vaan turvattomuuteen. Eräs asiantuntijana haastateltu kertoi monella ikääntyneellä olevan pelkona yksin jääminen tilanteessa, jossa jotakin sattuu eikä kukaan huomaa tai auta.

Ryhmähaastattelussa seniorikerhossa syntyi pohdintaa siitä, miten tärkeää yleensä ystävällisyys, tuttuus ja avuliaisuus lähellä asuvien kesken ovat. Positiivisena pidettiin sitä, että samassa kerrostalossa asuvat tervehtivät ja ovat ystävällisiä toisilleen. Pahoillaan oltiin siitä, että sellaista tuttuutta ei juuri ole naapuruston kanssa, että

hädän tullen voisi pyytää ja saada apua. Tavallista ei myöskään ole se, että mentäisiin yhdessä kauppaan tai kaupassa käydessä tuotaisiin kauppaostoksia muillekin. Ryhmäläiset pitivät tätä pikemmin nykyaikaan kuuluvana "yksityisyytenä" kuin omaan asuinalueeseensa tai kaupunkimaisuuteen liittyvänä asiana. Turvallisuudentunteen pohtiminen sai osan keskustelijoista kiitollisina toteamaan, että omassa lähipiirissä oli joku henkilö, oma lapsi tai muu tuttava, joka soitteli päivittäin ja kyseli kuulumisia. Siitä oltiin pahoillaan, että kaikilla tilanne ei ollut näin hyvä, sillä monet ryhmäläiset tiesivät naapurustossaan ihmisiä, joilla ei ollut lähipiirissä omaisia. Aitoa välittämisen tunnetta haettiin myös yhteisistä aktiviteeteista.

Tarpeet yhteisöllisyydelle tulevat todennäköisesti olemaan tulevaisuudessa toisenlaisia kuin nykyisin. Joidenkin haastateltavien mukaan tulevaisuudessa ei enää riitä, että on esimerkiksi palvelukeskus, jossa on toimintaa. Myöskään nykyisenkaltaiset käsityökerhot tai vastaavat eivät todennäköisesti tyydytä tulevaisuuden ikääntyneitä, jotka ovat tottuneet nuoruudessaan matkustamaan ja olemaan yhteydessä digitaalisiin välinein ympäröivään yhteiskuntaan sekä käyttämään teknologiaa hyödyksi kaikessa mahdollisessa. Teknologisten ratkaisujen vielä edelleen kehittyessä on todennäköisesti vastassa myös aivan uudet mahdollisuudet yhteisöllisyydelle. Erilaiset virtuaaliset ratkaisut tulevat varmasti korostumaan. Eräs haastateltava totesikin, että *"merkittävin potentiaali tulevaisuuden yhteisöllisyydelle on se, ettei rajata mitään vaihtoehtoja pois, vaan suhtaudutaan avoimin mielin maailman muuttumiseen ja uusiin mahdollisuuksiin"*.

### 3 Tarjolla oleva yhteisöllisyyttä tukeva toiminta

Ikääntyneille suunnattujen toiminnallisten ryhmien ja tapahtumien kirjo on laaja. Selvityksen aineistoissa saatiin esimerkkejä useista kymmenistä erilaisista, sisällöltään hyvin vaihtelevista toiminnoista.

Tyypillisimmät yhteiset toimintamuodot ovat:

- Lounasruokailut ja kahvitilaisuudet
- Tiedotusluonteiset tapahtumat
- Liikuntaryhmät
- Kulttuuri- ja taideryhmät
- Keskustelupiirit
- Viihdetapahtumat.

Matalimman kynnyksen tilaisuuksia ovat edulliset lounasruokailut, kahvitilaisuudet ja tiedotustapahtumat. Sen lisäksi, että tilaisuudet ovat itsessään yksi merkittävä yhteisöllisyyden rakentaja, ne avaavat tietä muunlaiseen toimintaan. Seurakunnan kahvitilaisuuksissa, asukastuvan tiedotustilaisuudessa tai palvelukeskuksen rokotuspäivänä on hyvä mahdollisuus tutustua toisiin paikalla kävijöihin ja nähdä mitä muuta toimintaa on tarjolla. Ruokailu ja tiedon hankkiminen ovat selkeitä vetovoimatekijöitä, joista osallistuminen helpoimmin lähtee liikkeelle. Haastattelussa kerrottiin useita esimerkkejä siitä, että ensin oli lähdetty syömään tai kahville edulliseen, ikääntyneille suunnattuun paikkaan, mutta jatkossa paikalle tultiinkin jo osallistumaan toimintaan ja uusia tuttavuuksia tapaamaan.

Kahvin, ruokailun ja tiedotustilaisuuksien jälkeen helpoin on lähteä ikääntyneille suunnattuihin liikuntaryhmiin. Tällaisia ryhmiä ja tapahtumia oli lähes kaikissa kohteissa, joihin selvityksessä tutustuttiin. Kuntosaliharjoittelu, voimistelu (ml. tuolijumppa), sauvakävely sekä viime aikoina suosiota kasvattaneet terveysliikunnan muodot, kuten asahi ja senioritanssi, ovat esimerkkejä liikuntaryhmien teemoista.

Yleisiä olivat myös erilaiset kulttuurin ja taiteen ryhmät ja tapahtumat. Tällaisia ovat esimerkiksi kädentaitoryhmät, tanssiryhmät, kirjapiirit ja elokuva- ja teatterikäynnit. Suosittuja olivat myös muille paikkakunnille suuntautuvat retket.

Toiminnallisten ryhmien lisäksi yhteistiloissa kokoontui yleensä ainakin yksi keskustelukerho. Lisäksi toivottuja olivat viihdetapahtumat, kuten yhteislaulutilaisuudet, esiintyjävierailut ja tanssit. Kiitosta saivat myös juhlapäivinä järjestettävät tapahtumat kuten itsenäisyyspäiväjuhlat. Monissa tiloissa voi myös erillisestä maksusta järjestää omat juhlat.

Ikääntyneiltä tulevat ehdotukset otettiin mielellään vastaan ja palautetta toivottiin. Uusia ryhmiä ja toimintamuotoja oli muokattu ikääntyneiden toivomuksista tilojen ja järjestävän tahon resurssien sallimissa rajoissa. Ikääntyneiden toiveiden perusteella oli syntynyt muun muassa vertaisohjaajien tai projektityöntekijöiden vetämiä tietokoneiden käyttöön perehdyttäviä ryhmiä. Samoin järjestetään luentotilaisuuksia ikääntyneiden ehdottamista aiheista.



## 4 Tilojen saatavuus ja toiminnan käynnistäminen

### Tilojen saatavuus

Hyvin yleisesti sekä ikääntyneiden että toiminnan vetäjien haastatteluissa nostettiin esiin epäkohtana yhteistilojen puute asuinalueilla. Tosin samaan aikaan, kun yhteisiä tiloja kaivataan, niin lähistöllä on vapaina olevia tiloja, joita ei jostain syystä ole saatu yhteiseen käyttöön. Joskus kerrottiin esimerkkejä, miten yhteistoimintaan sopivia tiloja oli vuokrattu kannattavuussyistä muuhun käyttöön. Huonoja kokemuksia oli myös siitä, että lähellä omaa asuntoa olevan yksityisen senioritalon tapahtumiin, kuten liikuntaryhmiin, eivät päässeet ulkopuoliset osallistumaan.

Myös taloyhtiöiden kesken on eroja. Joissakin yhtiöissä erityisesti kannustetaan yhteistoimintaan, kun taas toisissa kohdataan hankaluuksia. Isoon rooliin voi nousta esimerkiksi sellaiset käytännön kysymykset, kuten kuka vastaa tilojen siivoamisesta ja kuka vastaa kuluista, jos jotakin sattuu. Eräällä ikääntyneellä haastateltavalla oli kokemusta sekä yhteisöllisyyteen kannustavasta kunnan vuokrataloyhtiöstä että vähemmän kannustavasta. Hänen mukaansa taloyhtiön suhtautumisella oli iso merkitys siinä, miten aktiivisesti asukkaat yhteistoimintaa virittivät. Taloyhtiön kannustuksen merkitystä korosti myös seniorikerhon toiminnasta vastaava haastateltu, jonka mukaan erityisesti kunnan vuokrataloyhtiöiden isännöitsijät ovat ratkaisevassa asemassa toiminnan tukijoina.

Aina ei ole selkeästi erotettavissa, milloin haasteena on tilaratkaisu ja milloin toiminnan järjestäminen. Esimerkiksi rakennusyhtiössä toimivan haastateltavan mukaan *”yhteistiloja kyllä rakennettaisiin, ja siihenhän kehotetaan, on usein ollut suunnitelmassa kerhotilojen lisäksi rakentaa vaikkapa yhteistä uima-allasta, mutta ne kerhotilat tuppaa jäämään usein tyhjäksi käytölle, ja haluavatko ihmiset sitten maksaa siitä?”* Kysymys on kustannuksista. Osakkaat ja vuokralaiset eivät aina halua maksaa yhteiseen toimintaan tarkoitettujen tilojen ylläpidosta, varsinkaan, jos tilat jäävät vaille käyttöä.

Erityisesti kaivataan kohtaamispaikkoja, alueiden *”olohuoneita”*. Avoimilla tiloilla, joissa voi lukea lehtiä, käyttää tietokonetta ja tavata tuttavien kahvin ääressä, on ikääntyneille suuri merkitys. Asukastalot ja -tuvat tarjoavat tällaisia tiloja, mutta niitä ei ole kaikilla asuinalueilla. Myös järjestöjen ja harrastusryhmien toimintaa haittaa tilojen puute. Toki tilanne vaihtelee paikkakunnittain. Espoon Tapiolassa käydyskeskustelussa ikääntyneet pitivät hyvänä järjestöjen mahdollisuutta kokoontua palvelukeskuksen tiloissa, mutta olivat sitä mieltä, että tiloja tarvittaisiin nykyistä enemmän, sillä toiminnan aktiivisuuden vuoksi tilat ovat hyvin kysytyjä ja alueen asukasmäärä on kasvussa. Oulussa on ikääntyneiden järjestötoiminnalle varattu oma talo. Lisäksi ikääntyneet voivat kokoontua myös asukastuvilla.

Suunnitteilla ja käynnissä oleva julkisten tilojen ja toimintojen karsiminen ja keskittäminen voi johtaa ikääntyneiden asuinympäristössä sijaitsevien avointen tilojen menettämiseen. Vaikka korvaavat tilat löydettäisiinkin monitoimitalosta tai

palvelukeskuksesta, niin ikääntyneiden tarpeiden kannalta muutokset eivät ole aina onnistuneita, koska toiminnan pysyvyys ja jatkuvuus ovat juuri heidän kannaltaan toivottavia tekijöitä. Hyviä esimerkkejä uusien tilojen järjestämisestä oli kuitenkin tämän selvityksen aineistoissa. Lahden Liipolassa asukastila Toimelan toiminnosta osa (esim. senioritanssi) siirtyi viereisen monitoimitalon uusiin tiloihin, mutta lähiöseuran Toimelassa ylläpitämän avoimen kohtaamis- ja harrastuspaikan siirtäminen ei sellaisenaan onnistunut. Uusi monitoimitalo ei käytännöltään ollut avoin kohtaamispaikka, vaan muodostui monenlaisesta erillisestä tilasta, kuten työpajat, liikuntasali, ompeluhuone, joihin jokaiseen tuli varata aika erikseen. Ratkaisu löytyi niin, että asukastila siirtyi lähellä sijaitsevan seurakuntakeskuksen tilaan. Kaikkialla ei ole tällaista mahdollisuutta suotuisiin tilajärjestelyihin lähialueella.

## Toiminnan järjestäminen

Valtaosa selvityksen aineiston ikääntyneiden kerhoista ja ryhmistä toimi melko omaehtoisesti, vetovastuuta nousi ryhmän sisältä ja keskenään oltiin tuttuja. Mitään järjestelmällisesti sovittua vastuuta tai sitoutumista ei kuitenkaan yleensä haluttu ottaa. Ikääntyneiden keskusteluissa korostettiin ulkopuolisen organisaattorin ja toiminnan vetäjän roolia.

Esimerkiksi seniorikerhossa, jossa tehtiin ryhmähaastattelu, yksi kerholainen oli selkeästi vetäjän roolissa. Hän tuli paikalle ennen muita, keitti kahvin ja toivotti tulijat tervetulleeksi. Kun ryhmässä keskusteltiin kerhon jatkomahdollisuuksista toiminnan käynnistäjänä olevan hankkeen päätyttyä, ryhmän jäsenet pitivät yksimielisesti yhtenä perusedellytyksenä sitä, että ryhmässä tulee olla ulkopuolinen vetäjä. Haastatteli nosti esiin kysymyksen, tarvitaanko tällaista, vai onnistuuko toiminnan ylläpito ”omin voimin”, esimerkiksi niin, että vetovastuu on vuorollaan jokaisella, joka aina huolehtii avaimen säilytyksestä ja muista käytännön järjestelyistä. Tähän todettiin jyrkän yksimielisesti, että ei onnistu: *”Tulee olla vetäjä, muuten touhu menee villiksi eikä enää tiedetä mistä asioista puhutaan ja kenen ryhmä on, tai kuka päättää mitä tehdään.”*

Vetovastuun välttely johtui osaksi myös siitä, että moni ikääntynyt koki olevansa itse sen verran huonokuntoinen, ettei halua joutua tilanteeseen, jossa joutuu ottamaan vastuuta toiminnan jatkuvuudesta. Seniorikerhossa moni sanoi, ettei halua esimerkiksi pitää avainta mukanaan ja joutua siihen tilanteeseen, että omalle vastuulle jäisi seuraavalla kerralla ryhmän sisälle pääsy. Toiminnalta kaivattiin ennen kaikkea vapaamuotoisuutta ilman vastuunottoa. Eräs asiantuntijana haastateltu puhui samasta asiasta: *”Tiedän yhden ihmisen joka kävi säännöllisesti taloyhtiön lenkkisaunassa, mutta kun siellä kävi paljon ikäihmisiä ja alkoi tulla sitä että he tarvitsivat apua, niin hän ei uskaltanut enää mennä sinne koska ei halunnut sanoa että munkin selkä on huonona... auttajan roolin ottamista ja kontakteja vältetään sen takia, että pelätään että siitä tulee taakka, jota ei pystykään kantamaan.”*

Hyviä käytäntöjä vapaaehtoisten kouluttamisesta toiminnan vetäjiksi on olemassa. Varsinkin hanketyössä on keskitytty hyvien toimintamallien kehittämiseen. Esimerkiksi Hämeenlinnassa muutama vuosi sitten toteutetut Voimaa vanhuuteen -hankkeen vertaiskoulutukset (VertaisVeturi) sai Ikäinstituutin tunnustuksen laadukkaasta ikäihmisten terveysliikunnan kehittämistyöstä. Hankkeessa koulutettiin taloyhtiöihin vertaisneuvoja liikunnan edistämistyöhön. ([http://www.hameenlinna.fi/Palvelut/Ikaihminen\\_palvelut/Voimaa-vanhuuteen/Liikuntaneuvonta-ja-toimintamallit/](http://www.hameenlinna.fi/Palvelut/Ikaihminen_palvelut/Voimaa-vanhuuteen/Liikuntaneuvonta-ja-toimintamallit/)).

## 5 Toiminnan kohdentuminen

Yhteisiin toimintoihin on ikääntyneen helppo mennä mukaan silloin, jos on itse aktiivinen ja on halu lähteä mukaan. Iso haaste on saada osallistumaan ne, jotka haluavat ja hyötyisivät yhteisestä toiminnasta, mutta joiden on syystä tai toisesta vaikea lähteä mukaan. Heillä on vaara jäädä yksin. Moni toimintaan osallistuva ikääntynyt kertoi, että on tuonut mukanaan ystävänsä tai tuttavansa. Joissain tapauksissa se on merkinnyt kotoa hakemista, mutta myös tuttavien kertomat kokemukset toiminnasta satunnaisissa tapaamisissa esim. lähikaupassa, ovat saaneet lähtemään mukaan. Erittäin haasteena ikääntyneiden ja asiantuntijoiden kanssa käydyissä keskusteluissa nostettiin huono-osaisimpien ja yksinäisyyttä kokevien ikääntyneiden tavoittaminen.

Ikääntyneet voidaan karkeasti jakaa viiteen ryhmään yhteisölliseen toimintaan osallistumisen suhteen:

- Erittäin aktiiviset osallistujat, jotka ottavat selvää ja osallistuvat mielellään toimintaan
- Osallistuvat ikääntyneet, jotka lukiessaan tai kuulleessaan tapahtumista, tulevat yleensä mukaan toimintaan
- Passiiviset ikääntyneet, jotka eivät tällä hetkellä osallistu, mutta jotka saattaisivat osallistua osuvamman tiedottamisen avulla
- Muilla tavoin aktiiviset ikääntyneet, jotka eivät halua osallistua yhteisölliseen toimintaan, heillä on yleensä ystäviä ja harrastuksia ja muita aktiviteetteja paljon
- Erittäin passiiviset ikääntyneet, jotka eivät osallistu, mutta eivät ole tyytyväisiä nykyiseen elämäntilanteeseensa.

Selvityksessä haastatellut ikääntyneet kuuluivat valtaosin edellä olevista ryhmistä kahteen ensimmäiseen eli aktiivisiin osallistujiin. Toiminnoissa oltiin mukana mielellään ja usein niihin oli houkuteltu mukaan myös tuttavien. Ikääntyneiden haastatelussa otettiin useampaan kertaan esiin huoli yksinäisistä ikääntyneistä, jotka eivät osallistu ja joilla ei ole välttämättä muutakaan lähiverkostoa. Moni haastateltu tiesi naapurustossaan iäkkäitä henkilöitä, joiden oli vaikea päästä liikkumaan kotoaan omatoimisesti.

Yhteistoiminnan suunnittelussa ja tiedottamisessa kaikkein eniten haastetta tuovat ryhmät ovat kolmannen ja viidennen ryhmän ikääntyneet. Viestintää tulee kehittää erityisesti niiden näkökulmasta, jotka mahdollisesti lähtisivät mukaan toimintaan, mutta jotka eivät tällä hetkellä ole aktiivisia. Kaikkein haasteellisin ryhmä puolestaan ovat ikääntyneet, jotka eivät osallistu, mutta joita ei perinteisillä menetelmillä edes tavoiteta. Taustalla on ehkä yksinäisyyttä ja syrjäytymistä. Nykyinen toimintakaan ei ole sitä, mitä tämä ryhmä ehkä tarvitsisi tai joka heitä kiinnostaisi. Myös tiedottamiskeinot ovat erilaisia heidän kohdallaan. Se, mitä ne keinot olisivat, vaatii ideointia ja kehittämistä. Erittäin tarvitaan etsivän toiminnan muotoja. Lisäksi vapaaehtoistyötä ja tukitoimintaa, mukaan lukien kotiin vietävät palvelut, tulee kehittää tämän ryhmän tarpeisiin yhteisöllisen toiminnan lisäksi.

Monissa hankkeissa, joita on käynnistetty RAY:n tuella, Yhteisvastuukeräyksen tuotoilla ja kuntien rahoittamana, ollaan kehittämässä ja juurruttamassa ikääntyneille suunnattuja ehkäiseviä toiminnan muotoja. Hanketyöhön liittyy vahvasti etsivän työn ominaisuuksia. Ikääntyneitä tavoitellaan osallistumaan monin erilaisin keinoin, kuten jalkautuva työ, etsivä työparitoiminta, kotikäynnit, kartoitukset ja tiedottaminen. Ikääntyneiden avun tarvitsijoiden kohtaamisen yhtenä tavoitteena on tarjota heille tietoa matalan kynnyksen paikoista, jotka tukevat kotona asumista. Näissä hankkeissa etsivän työn kehittämisen suuntana on sen toteuttaminen verkostoyhteistyönä. (Etsivä vanhustyö meillä ja muualla 2015).

## Saavutettavuus ja esteettömyys

Esteettömyys laaja-alaisesti käsitettynä on edelleen yksi haaste yhteiseen toimintaan osallistumiselle. Taloudellinen liikkumavara niin toiminnan ja tilojen ylläpitäjillä (kunnat, järjestöt) kuin ikääntyneilläkin on rajallinen. Pääosalla yhteistoiminnasta hyötävistä ikääntyneistä tulot ovat pienet, joten taloudelliset kysymykset tulevat keskeisiksi osallistumisen kannalta. Haasteena on järjestää harrastustoiminta, lounasruokailu, matkat ja retket niin, että kustannukset osallistujille pysyvät kohtuullisina. Myös kuntien ja järjestöjen ylläpitämisen toiminnan laajentamisella ikääntyneiden toivomaan suuntaan (esim. esiintyjävierailut) on taloudellisia rajoituksia.

Ikääntyneiden haastatteluissa nostettiin esiin toive maksullisten toimintojen joustavuudesta niissä tilanteissa, kun tulee pitkäaikaisia poisjäämisiä vaikka sairastumisen vuoksi. Kynnystä osallistumiseen saadaan madaltumaan, mikäli pääsymaksun voi suorittaa kertaluonteisesti eikä tarvitse sitoutua koko lukuvuodeksi suhteellisen suurella maksulla (esimerkiksi liikuntaryhmät).

Myös fyysinen esteettömyys on edelleen haaste. Kokoontumistilojen suunnittelu vastaamaan ikääntyneiden kannalta tarpeellista esteettömyyttä (akustiikka, ei portaita, tila rollaattorille jne.) on tärkeää. Saattoapua kaivataan yhteisiin toimintoihin osallistumisessa, mutta myös arkipäivän asioinnissa.

Eräässä palvelukeskuksessa tehdyssä haastattelussa ikääntyneet pohtivat sitä, että he ovat etuoikeutettuja, koska asuvat lähellä palvelukeskusta. Vähänkään syrjemmällä asuvilla ei ollut heidän mukaansa samanlainen tilanne osallistumisen helppouden suhteen, etenkin jos eivät pääse kunnolla liikkumaan julkisilla kulkuvälineillä. Moni ikääntynyt toivoi kuljetuspalvelua tai tiesi naapurustossaan ikääntyneen, joka ei lähde kerhoihin tai tapaamisiin, koska ei pysty itse liikkumaan. Aina ei edes julkisia kulkuvälineitä kulje läheltä omaa kotia. Yhteistyöllä (esim. oppilaitokset, järjestöt) ja vapaaehtoistoiminnalla näitä rajoituksia on kuitenkin mahdollista helpottaa. Sen sijaan sosiaalinen saavutettavuus, toisin kuin aiemmissa selvityksissä (esim. Hynynen 2015,103), ei noussut tämän selvityksen aineistoissa esiin.

Esteitä osallistumiselle voi koitua myös ns. sisäisistä tekijöistä, ikään kuin yhteisöllisyydestä itsestään. Tällainen ”este” voi liittyä toiminnan järjestäjään, järjestämispaikkaan, osallistujiin tai johonkin muuhun vastaavaan tekijään. Erään asiantuntijana haastatellun mukaan yhteisöllisyys voi joskus edistää poisrajaamista juuri sen ylläpitämisen ja vahvistamisen me-hengen vuoksi. Esimerkiksi puoluepoliittinen tai uskonnollinen leima voi joskus olla melko syvällä toiminnassa ja estää toisella tavalla ajattelevia osallistumasta.

Toiminnan uskonnollinen sisältö tai tapahtuma voi nostaa kynnystä osallistua. Seurakuntien tiloissa järjestetään melko paljon toimintaa, joka on kaikille ikääntyneille avointa. Siihen osallistuu myös uskontokuntiin kuulumattomia ja muihin uskontokuntiin kuuluvia. Uskontokuntiin kuulumista ei osallistujilta tiedustella, mutta asia on haastateltujen mukaan tullut keskusteluissa muutoin esiin. Muillakin

uskontokunnilla kuin evankelis-luterilaisella kirkolla on yleensä tiloja, joissa ikääntyneet voivat kokoontua. Tutkimuksissa on todettu hyvinvoinnin muiden osatekijöiden olevan ikääntyneiden kokeman hyvinvoinnin kannalta keskimäärin uskontoa paljon tärkeämpiä. Kuitenkin merkittävä osa (29 %) ikääntyneistä ilmoittaa, että uskonnolla on oman hyvinvointinsa kannalta suuri merkitys. Merkitys on sitä suurempi, mitä korkeampi on ikä. (Haapola ym. 2013.)

Voidaan kuitenkin ajatella, että mihin tahansa toimintaan osallistumiseen liittyy aina tavalla tai toisella rajoitteita. Jossain määrin toiminnan sisältö (käsityöt, liikunta, tanssi, nikkarointi jne.) aiheuttaa kynnyksiä sitä kautta, että kaikkia ei kiinnosta samat asiat. Isommilla paikkakunnilla on paljon ikääntyneiden omia järjestöjä ja heille toimintaa tarjoavia muita järjestöjä, jotka edustavat erilaisia perinteitä ja arvo- maailmoja. Joillain järjestöillä on omia tiloja. Jotkut kaupungit luovuttavat esim. eläkeläisjärjestöjen käyttöön omistamia tiloja (esim. Oulu ja Espoo). *”Tällain se menee hienosti, erilaisia ihmisiä tulee näiden yhdistysten kautta”*, kommentoitiin eri poliittisten eläkeläisjärjestöjen palvelukeskuksessa järjestämää toimintaa.

Haastatteluissa nostettiin esiin joitakin edellytyksiä, joita tulisi ottaa huomioon, kun suunnitellaan toimintaa ikääntyneille. Esteettömyysasioiden lisäksi toiminnan jatkuvuus ja pysyvyys koettiin ikäystävällisyyttä lisäävänä tekijänä. Toiminnan katkeamista esimerkiksi lomakausina pidettiin huonona. Ikääntyneet eivät välttämättä ole lyhytaikaisten tempausten ystäviä, eikä toimintaa tule järjestää sillä ajatuksella, että *”kokoonnutaan tänään täällä ja ensi viikolla tuolla”*. Tilan tulisi olla mahdollisimman pysyvä. Säännöllisyys ja rutiinit ovat kaikille ihmisille tärkeitä, mutta ikääntyneillä niiden merkitys korostuu.

Haastatteluissa tuotiin myös esiin uudistumisen tarve, jotta toiminta ei hiipuisi ikääntyneiden ikääntymisen myötä. Tarjonnan tulee olla monipuolista ja osallistujien erilaiset toiveet huomioonottavaa. Myös uudet ilmiöt kuten erilaiset kertatapahtumat kiinnostavat osaa ikääntyneistä, sillä ne tuovat vaihtelua ja yllätyksiä elämään. Kortteleihin ja puistoihin ilmaantuvat tilapäisravintolat, -kirpputorit ja -näyttelyt ja muut pop-up-ilmiöt elävöittävät asuinalueita, mikä on myös ikääntyneille eduksi. Lähitorin eläkeläisten toteuttama äkkiryhmäesitys (flash mob) palvelukeskuksen ravintolassa on yksi esimerkki siitä, että ikääntyneet eivät vain vierasta uusia villityksiä, vaan myös hyödyntävät niitä omaksi ilokseen.

Yhtenä erityisesti ikääntyneitä koskevana edellytyksenä tuotiin esiin se, että tulijan pitää tuntea itsensä tervetulleeksi. Joissain ryhmissä oli muodostunut jopa käytäntö, että jokainen osallistuja toivotettiin tervetulleeksi henkilökohtaisesti. Eräs ryhmän vetäjä sai palautetta, että tämä kohtaaminen *”pelastaa monta päivää”*. Myös Ilka Haarni (2010) kiinnitti huomiota tervetuloitoivotusten merkitykseen eläkeikäisten kohtamisaikojen käsittelyssä tutkimuksessaan. Hänen mukaansa toimintaa leimasi hyväntahtoinen ystävällisyys, jota pidettiin yllä tietoisesti (em. 6).

## Sukupolvet yhdessä ja erikseen

Yksi selvitettävä kysymys oli ikääntyneille tarkoitettujen tila- ja toimintaratkaisujen merkitys verrattuna kaikenikäisille tarkoitettuihin tiloihin ja toimintaan. Ratkaisujen merkitystä tuli arvioida ikääntyneiden tarpeiden kannalta. Kun pyritään ikäystävällisen kaupungin ja asuinalueen aikaansaamiseen, ohjaa kehittämistyötä paitsi ikääntyneiden tarpeet myös tarve luoda edellytyksiä eri sukupolvien kohtaamiselle ja toiminnalle (ks. Hynynen 2015). Ikääntyneiden näkökulmasta toimivat ratkaisut ovat usein eduksi myös muunkin ikäisille, mutta itsestään selvää se ei ole.

Sama kaikenikäisille avoin yhteistila voi olla ikääntyneiden näkökulmasta hyvin toimiva aamupäivällä, mutta ei enää iltapäivällä koululaisten pelien ja leikkien tuot-

taman melun vuoksi. Samoin nuoret aikuiset eivät aina koe tilaa omalta kannaltaan ikäystävälliseksi, vaan katsovat sen suosivan koululaisia ja ikääntyneitä. (Seppänen & Haapola 2016; Poikolainen & Honkanen 2016.)

Tilat voidaan hyvällä suunnittelulla rakentaa kaiken ikäisiä suosiviksi, mistä monitoimitilat ovat hyvä esimerkki. Eri-ikäisten läsnäolo samassa tilassa ei kuitenkaan aina saa aikaan sukupolvien välistä myönteistä vuorovaikutusta. Selvityksessä saatiin esimerkkejä yhteisöllisestä toiminnasta, jossa oli havaittavissa sukupolvien ”jaettava läsnäolo”, mutta ei varsinaista ”ylisukupolvista sekoittumista”, kun lapset ja ikääntyneet osallistuivat yhdessä samaan tilaisuuteen (vrt. Kopomaa 2013). Päähuomio selvityksessä oli tarkoituksellisesti ikääntyneiden näkökulma eikä selvitetty sitä, miten näissä tilanteissa toteutui esimerkiksi lapsiperheiden tyytyväisyys.

Antti Wallinin (2014a) mukaan hänen tutkimassaan lähiössä on tapahtunut muutos, jonka myötä siitä on tullut ikääntyneille suotuinen asuinalue. Muutokseen on vaikuttanut eläkeläisnaisten aktiivisuus ja yhteenkuuluvuus, jonka vahvistamisessa erilaisilla kohtaamispaikoilla ja tapahtumilla on ollut tärkeä merkitys. Asuinalueella on paljon harrastustoimintaa ja ympäristö on rauhallinen ja siisti. ”Alueen hyväksyttävien tilallisten käytäntöjen määrittelyssä” (em.) eläkeläisnaiset ovat osoittautuneet voimakkaammaksi tekijäksi kuin ostoskeskuksessa aikaansa viettävä nuorisio. Toinen hyvä esimerkki yhteisen tilan sopivaa käyttöä koskevasta kamppailusta ja asuinalueen ikääntyneiden yhteisöllisestä toiminnasta saatiin viime kesältä, kun tamperelaisen lähiön eläkeläisyhdistyksen facebookissa perustaman Harmaat Pantterit -ryhmän toiminnan tuloksena jäi toteuttamatta järvelle aiottu kaljakelluntatapahtuma (Nyt tulistui eläkeläiset 2015).

Vastaukseksi kysymykseen, tuleeko saattaa yhteen eri-ikäisiä vai tuleeko ikääntyneille järjestää erikseen toimintaa, nousi se, että kaikkein tärkein asia, joka vaikuttaa valintaan, toimitaanko yhdessä vai erikseen, on toiminnan luonne. Sen tulee olla kaikille osallistujille aidosti kiinnostavaa. Toiminnan suunnittelussa onkin tärkeää lähteä toiminnan sisällöstä. Toiminta ei yleensä jatku vain sen perusteella, että saadaan eri-ikäiset ihmiset kohtaamaan.

Monenlaisia asioita ikääntyneet pitivät ylipäätään hyvänä tehdä yhdessä nuorempien kanssa, kuten yhteisiä talkoita tai muuta tekemistä yhteisen harrastuksen parissa. Tietynlaisia asioita taas halutaan mieluummin tehdä toisten ikääntyneiden kanssa, kuten teatteriretket. Kyse on pikemmin sukupolvien välisistä eroista kuin ikäerosta. Eräs haastateltava kiteytti asian: ”*elämme niin eri maailmoissa*”. Ikääntyneiden kerhoissa ja tilaisuuksissa oli kokemuksia lasten ja nuorten mukaan ottamisesta toimintaan. Valtaosin ikääntyneet sanoivat toiminnan lasten kanssa olevan ”*erittäin mukavaa*”. Hetkittäiset tilaisuudet, vierailut ja esiintymiset olivatkin hyvin pidettyjä ikääntyneiden keskuudessa.

## Asukaslähtöisyys

Yhteisöllisen toiminnan saavutettavuus toteutuu osaltaan asukaslähtöisyyden kautta, sillä toiminnan tulee vastata olemassa oleviin tarpeisiin. Toiminta ei tällöin ole ulkoa annettua, vaan omaehtoista. Kohteissa haastateltujen henkilöiden kokemuksen perusteella sopiva tila ja toimintaa tukeva organisaatio ovat tarpeen myös ikääntyneiden omaehtoiselle toiminnalle.

Selvityksen kohteena olevissa tiloissa saatiin useita esimerkkejä siitä, että ensin järjestettynä alkanut toiminta saa aikaan spontaania ja omaehtoista toimintaa. Seniorikerhossa tehdyssä haastattelussa kerrottiin lenkkiporukasta, jota hanketyöntekijä innosti, mutta joka jatkoi myöhemmin omaehtoisena. Työntekijä perusti alueellisen lenkkiporukan ja lähti viikoittain kävelemään joko sauvojen kanssa tai ilman tiettyyn



aikaan tietystä paikasta. Kun hanketyöntekijä lopetti työnsä ja näin ollen ryhmän toiminta loppui, niin sama ryhmä jatkoi lenkkejä "maanantailenkkeinä". Yhä edelleen joka maanantai tiettyyn aikaan lähdetään lenkille yhteisesti sovitusta paikasta. Toiminta on hyvin avointa, ja mukaan voi tulla oman tilanteensa mukaan, eikä myöskään tulemattomuutta tarvitse peruuttaa mihinkään.

Toiminta voi jatkua suhteellisen omaehtoisena jatkossa, mutta jossain määrin myös koko toiminnan ajan kaivataan vetäjää, virittäjää, innostajaa tai koordinaattoria jatkuvuuden varmistamiseksi. Palvelukeskuksessa toimintaa koordinoivan henkilön sanoin: *"Pitää olla koordinoija, muuten toiminta helposti kuihtuu ja kuolee pois .... juuri meillä alkoi sellainen Punainen lanka -opintopiiri, jossa on kulttuuri ja kirjallisuusasioita, katsottiin löytyykö tiloja, ja nyt heillä on joka toinen viikko sellainen piiri."*

Selvityksen yksi keskeinen huomio oli se, että varsin vähälläkin ulkopuolisella tuella voi saada aikaan jatkossa suhteellisen omaehtoisesti jatkuvaa toimintaa. Kunhan alkuun löytyy toiminnan käynnistäjä ja ideoija sekä jatkossa jonkin asteinen ylläpitäjä, niin ikääntyneillä itsellään on hyvinkin potentiaalia toteuttaa ja edistää toimintaa jatkossa. Omaehtoisuuden tulee perustua joustavaan vapaaehtoisuuteen eikä toiminta saa sitouttaa liikaa. Talkootyöhönkin ikääntyneet yleensä lähtevät mielellään mukaan. Osa haastateltavista harmitteli juuri sitä, että nykyaikana ei ole enää edes taloyhtiöiden talkoita, koska huoltoyhtiöt hoitavat kaiken.

## Naisten ja miesten osallistuminen

Yhteiseen toimintaan osallistui selvityksessä tutustuttavissa kohteissa selkeästi enemmän naisia kuin miehiä. Osittain tämä johtuu siitä, että ikääntyneitä naisia on enemmän kuin miehiä. Naiset kaipasivat yhteistä toimintaa yksinäisyyden vähentämiseksi esimerkiksi jäätyään leskeksi. Eräs nainen tokaisi haastattelussa *"nyt pääsen rauhassa osallistumaan, kun ei ole miestä enää"*. Vastauksesta voidaan tulkita, että yhteisöllinen toiminta kiinnostaa naisia enemmän kuin miehiä.

Erityisesti miehille sopivista yhteistoiminnan muodoista löytyi kuitenkin esimerkkejä. Tyypillistä miesten suosimalle toiminnalle oli omaehtoisuus. Myös naisten keskuudessa oli esimerkkejä omaehtoisista ryhmistä, mutta nimenomaan niille ryhmille, joissa miehet olivat enemmistö, oli tyypillistä omaehtoinen luonne. Usein omaehtoinen toiminta oli kuitenkin alkanut ulkopuolisen järjestämänä. Eräällä asukastuvalla miehet halusivat jatkaa hyväksi kokemaansa liikuntaryhmää, joka oli aikoinaan alkanut siitä, kun oli koottu huonosti liikkuvia miehiä yhteen ja vedetty heille noin puoli vuotta yhteisiä tapaamisia. Toinen esimerkki saatiin miesten peliporukasta, jossa osallistujat sopivat keskenään pelipäivät asukastuvalle. Tupa toimi hyvänä paikkana, koska kenenkään kotiin ei haluttu lähteä. Myös tämä toiminta oli aikoinaan alkanut järjestettyinä tapaamisina.

## 6 Spontaanit tilat ja toiminta

Selvityksessä ei noussut keskeiseen asemaan se, miten paljon erityyppistä toimintaa syntyy asuinalueilla spontaanisti ilman erityistä sille tarkoitettua tilaa. Osittain tämä johtuu aineistojen kokoamistavasta. Koska selvityksessä tutustuttiin olemassa oleviin kerhoihin ja asukastupiin, eivät esimerkiksi kahviloissa tai toreilla kokoontuvat ryhmät tulleet tarkastelun kohteiksi. Osviittaa kuitenkin tällaisten olemassa olosta saatiin haastattelujen kautta. Lisäksi useita esimerkkejä löytyi siitä, että toiminnassa oleva kerho tai toiminta oli synnyttänyt uusia, nimenomaan omaehtoisesti toteutettuja toimintamalleja. Asukastalojen ja -tilojen sekä lähitorien ruokalat, kahvilat ja avoimet kokoontumistilat tarjoavat myös hyviä mahdollisuuksia spontaaneille kohtaamisille ja toiminnan viriämiselle.

Lähiympäristö ja sen tarjoamat virikkeet yhdessä tekemiseen ja olemiseen ovat avainasemassa. Asuinympäristöön tulee saada luontevia paikkoja sellaiselle spontaanille yhteisöllisyydelle, jota voi syntyä hyvin helposti. Eräjärvellä kylänraitti ja kyläkauppa ovat paikkoja, joissa ihmiset tapaavat toisiaan. Myös kaupunkiympäristössä ikääntyneet mielellään tapaavat ystäviä ja tuttavii pihhoilla, kirjastoissa, palvelu- ja kauppakeskuksissa, toreilla ja puistoissa silloin, kun niissä on tapaamiseen sopivia tiloja kuten kahviloita ja penkkejä. Ikääntyneiden näkökulmasta penkkejä pitäisi olla nykyistä enemmän. Nuoremmat löytävät helpommin paikkoja spontaaneille tapaamisille rakennetusta ympäristöstä ja maastosta, sillä heille käyvät paikat, joissa istahtamisen ja kokoontumisen valtaosa ikääntyneistä kokee vieraaksi (portaat, lattiat, kadut, nurmikot, rannat ja kalliot). Tilaratkaisuissa tulisi huomioida erilaiset tarpeet.

Tampereen kaupungilta löytyi hyvä esimerkki uusien yhteisöllisten mallien etsimisestä. Eräässä mallissa kaupungin luovuttaman tontin ehtona on se, että rakentamisessa tullaan huomioimaan yhteisöllisyyteen kannustavat ratkaisut (kuten pihasauna, kerhotilat, kasvimaat). Kaupunki tukee toimintaa, jossa uusia asuinalueita jatkossa suunnitellaan nykyistä enemmän yhteistoimintaa mahdollistaviksi. Toisaalta nykyisissäkin taloissa on yhteisiä tiloja – esim. kerhohuoneita – jotka ovat alikäytettyjä ja joita voisi paremmin hyödyntää. Paljon olisi tehtävissä asumisen yhteisöllisyyden edistämiseksi olemassa olevien tilojen paremmalla käytöllä.



## 7 Maaseudun tilanne

Maaseudulla yhteinen tila löytyy helpommin kuin kaupungeissa toimintaan osallistuvien omista kodeista tai piha-alueilta. Tila on edellytys toiminnalle myös maaseudulla, mutta sille luodaan helpommin paikka sinne, missä toiminta sitä vaatii. Maaseudulla on kylätaloja, mutta vaikka sitä ei olisikaan, yhteistä toimintaa varten löytyy tiloja osallistujien taloista ja kesällä pihoilta. Ehkä tyypillisin tämän selvityksen sanoma maaseutumaisen ja kaupunkimaisen yhteisöllisyyden eroista on se, että maaseudulla yhteisöllisyys nousee herkemmin spontaanisti kuin kaupungeissa. Silloin kun ihmisillä on siihen tarve, niin tila löytyy ja toimintaa järjestetään niin sanotusti matalammalla kynnyksellä.

Ulkopuolisten toimijoiden järjestämät toimintamuodot olivat maaseudulla vähäisempiä kuin kaupungeissa. Erään haastatellun kokemus olikin se, että jos maalle on haluttu jotain toimintaa järjestää, on asukkaiden pitänyt se järjestää itse. Hänen mukaansa ikääntyneet ovat aktiivisimmin kuin muut ikäryhmät mukana kaikessa toiminnassa, erityisesti talkoissa. *”Moni ikääntynyt on myös pyörittämässä itse toimintaa.”* Maaseudulla tarve, joka on usein seurausta palveluiden menettämisen uhasta, saa ihmisiä mukaan yhteisölliseen toimintaan. *”Eräjärvi on ollut pieni itsenäinen kunta, ja pienen kunnan toimintatapa on sisäistynyt varsinkin vanhempiin ihmisiin. Kuntaliitoksen myötä on koettu, että pitää pitää omia puolia.”*

Eräs itse pienessä kunnassa asuva ikääntynyt totesi: *”Paikallinen taksiryrittäjä toimii ikään kuin hälytysrannekkeena ja myös tarkistelee huonokuntoisiksi tietämiensä asukkaiden vointia.”* Haastateltavan mukaan paikalliset asukkaat tuntevat suurin piirtein kaikki kylällä asuvat, ja toisista pidetään edelleen huolta. Edelleen saman haastateltavan mukaan: *”Yhteisöllisyydestä, erityisesti maaseudulla, on hyvä kuvaus piispa Irja Askolan runossa, jossa ’nostetaan yksineläjän potaatit, katsotaan nouseeko mökin piipusta savu, että vieläkö siellä hengissä’. Naapuriapu on maaseudulla edelleen voimissaan.”*

Varsin monissa haastatteluissa yhteisöllisyydestä puhuttaessa otettiin vertauskuvaksi juuri edellä kuvattu *”vanhan ajan maaseudun yhteisöllisyys”*. Käytiin keskustelua siitä, oltiin ennen *”yhteisöllisempiä”*, välitettiinkö enemmän siitä, miten lähistöllä olevat pärjäävät tai tunnettiin naapurustomme paremmin kuin nykyisin. Melko yleinen kanta oli se, että yhteisöllisyys on vähentynyt, eikä spontaaneja yhteisöllisyyden muotoja ole yhtä paljon kuin ennen.

Vaikka maaseudulla tilat löytyvät helpommin, niin sielläkin korostetaan sopivien tilojen tarvetta: *”Meillä on erityyppisiä tupia, jotkut tuvat sopivat paremmin kyläyhteisöön, siellä kylätalo on tärkeä, vaikka joskin maaseudulla on selvästi enemmän jo lähtökohtaisesti yhteisöllisyyttä vielä nykypäivänäkkin kuin kaupungeissa, saadaan apua naapureilta ja muuta, mutta sielläkin kyllä tarvitaan tiloja, ja kylätalot on siinä tärkeitä”*. Eräässä seniorikerhossa, joka kokoontui kaupungin lähiössä, kerholaiset pohtivat yhdessä samaa asiaa näin: *”... nykypäivänä ei ole sellaista tapaa kysellä tarvitaanko apua tai tuodaanko kaupasta tavaraa, kyllä se ennen oli erilaista, nykyaikana ei niin ole sellainen tapana, ei ole maaseudullakaan nykyaikana tapana enää sellainen.”*

Osa ikääntyneistä muuttaa syrjäisemmiltä seuduilta eläkepäivinänsä kaupunkiin lähelle omia lapsiaan tai muita sukulaisiaan. Haastattelussa nousi esiin epäkohta, joka tästä saattaa seurata. Ikääntynyt on suhteellisen huonokuntoinen tullessaan hänelle vieraaseen asuinympäristöön. Osallistumisen muodot ja kulkeminen yhteisiin tapahtumiin ei ole helppoa eikä usein omilla lapsilla ole aikaa ja mahdollisuutta kuljettaa omaistaan tapahtumiin. Osallistuminen koetaan myös vieraana, mikäli alue ei ole tuttu entuudestaan. Yhteisöllisyys muodostuu usein paikallisesti eikä vieraaseen kaupunkiympäristöön ole aina helppoa tulla. Lisäksi kyse on usein siitä, että huonokuntoisena on helposti vaara jäädä yksin, kun ei pääse liikkumaan yhteisiin tiloihin ja tapaamisiin.

## 8 Kehittämistarpeita yhteisöllisessä toiminnassa

### Toiminnan käynnistäminen ja ikääntyneiden tavoittaminen

Yhteistoimintaan tarvittavan tilan ja toiminnan käynnistäjän saaminen vaatii resursseja. Kuopion asukastupien kehittämissuunnitelmassa on ratkaisuksi esitetty kaupungin palveluksessa olevien ja uudelleen koulutettavien henkilöiden kouluttamista asukastupaohjaajiksi. Näin saataisiin kaivattua jatkuvuutta tupatoimintaan. Suunnitelman mukaan ratkaisu vaatii kuitenkin konsernitasolla uudenlaista ajattelua- ja rakennemallia (Asukastupa- ja kylätalotoiminnan kehittämissuunnitelma, 48-49). Haastattelujen perusteella tällaiseen pysyvään asukastoimintaan sijoittaminen tulisi ennen kaikkea sosiaalisesti, mutta myös taloudellisesti, saavutettuina hyötyinä myöhemmin takaisin. Asukastuvilla tehtyjen kyselyjen perusteella yksi epäkohta oli ohjaajien lyhyet työsuhteet ja siitä aiheutuva toiminnan epäjatkuvuus.

Ikääntyneiden kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin kannalta on tarpeen turvata matalan kynnyksen kohtaamispaikkojen olemassaolo. Anita Kostiainen (2010) painottaa ikääntyneiden haastatteluihin perustuvassa tutkimuksessaan yhteisöllisyyden ja toimintamahdollisuuksien vahvistamisen tärkeyttä. Hänen mukaansa vanhuksille suunnatut tuki- ja kohtaamispaikat sekä vapaaehtoinen lähimmäis- ja ystävätoiminta ovat merkittäviä omaehtoisen toimijuuden voimavaraistajia.

Toimintaa järjestävien tahojen on tarpeen kiinnittää huomiota toiminnan ulkopuolelle jäävien ikääntyneiden tavoittamiseen. Koska asukastuvat toimivat matalalla kynnyksellä ja lähellä, ne tavoittavat oman alueen asukkaita. Palvelukeskukset taas pikemmin kokoavat osallistujia ympäri kaupunkia, ja toiminta on suunnattu laajemmalle alueelle. Palvelukeskuksilla onkin mahdollisuus tavoittaa niitä ikääntyneitä, jotka eivät ole naapuruston kanssa tekemisissä, mutta jotka asioivat esimerkiksi seniorineuvolassa. Siellä käydessään he saattavat oikeaan osuvalla informoinnilla tutustua myös muuhun toimintaan, jota tiloissa on tarjolla. Tärkeää on pohtia, tavoittaako tarjonta ikääntyneet laajasti vai jäävätkö jotkut katvealueelle ja kuinka houkutellaan syrjäytymisvaarassa olevia mukaan.

### Vapaaehtois- ja vertaistoiminta

Vapaaehtoistyö on merkittävä voimavara, johon ihmisillä on selvästi myös halua osallistua. Uusimman selvityksen (Vapaaehtoistyön tekeminen Suomessa 2015) mukaan vapaaehtoistyötä ilmoitti tehneensä neljän viimeksi kuluneen viikon aikana kolmasosa vastanneista. Vapaaehtoistyötä tehneet käyttivät siihen neljän viikon aikana keskimäärin 18 tuntia. Senioreiden ja ikäihmisten parissa vapaaehtoistyötä tekee

yli 300 000 eri-ikäistä henkilöä. Ikääntyneistä (65–79 v.) vapaaehtoistyöhön osallistui 38 %. Merkittävä osa heistä tekee vapaaehtoistyötä muiden ikääntyneiden parissa.

Suomessa ei ole suurta kannatusta ammattilaisten tekemän työn korvaamiseen vapaaehtoistyöllä. Vapaaehtoistyössä omaehtoisuutta ja itsenäisyyttä pidetään tärkeänä, mutta parantamisen varaa on vapaaehtoistyön edellytyksissä, yleisessä arvostuksessa ja vapaaehtoisten ja muiden toimijoiden yhteistyössä ja verkostoitumisessa. Vaikka ikääntyneiden mukaan ottaminen on tavoiteltava asia, niin haastatteluissa esitettiin huolta siitä, ettei yhteisöllisyys mene niin ”pitkälle”, että sillä hoidetaan kunnille kuuluvia asioita. *”Ovat kaupungilla tyytyväisiä, kun joku hoitaa kaupungillekin kuuluvia asioita, mutta eivät hirveästi tule vastaan millään tavoin”* kommentoitiin uhkakuvana siitä, että ikääntyneitä värvätään vapaaehtoisiksi ja vertaisiksi. Asialla on siten kääntöpuoli, joka tulee tiedostaa.

Ikääntyneet tulisi ottaa mukaan yhteistyöhön vertaisina. Vapaaehtoistyössä on paljon potentiaalia, ja halukkuutta vertaistyöhön näyttäisi olevan. Tulisi kehittää uusia keinoja tavoittaa ja markkinoida vapaaehtois- ja vertaistoimintaa ikääntyneille. Näkökulmana ei tule olla vaan se, että ikääntyneille järjestetään toimintaa, vaan tulee hyödyntää sitä potentiaalia, joka ikääntyneillä itsellään on.

Aineistoissa nousi esiin toive vapaaehtoistyön määräraikaisuudesta. ihmiset eivät kovin halukkaasti lähde vapaaehtoisiksi, koska saatetaan pelätä sen vaativan sitoutumista kovin pitkälle. Lähtökohtaisesti olisi hyvä sopia esimerkiksi puolen vuoden jaksoista, jonka vapaaehtoisuus kestää, minkä jälkeen tilanne katsotaan uudelleen. Vapaaehtoisuuden varaan ei myöskään tule laskea varsinaista hoivatyötä. Vapaaehtoisuus tuo hyötyjä vastavuoroisesti, sillä se on molemminpuolista, jossa antaja saa aivan yhtä lailla kuin vastaanottaja. Myös vapaaehtoistyön koordinoitua tulee kehittää entisestään.

## Vanhusneuvostot

Vanhusneuvostoja on kunnissa ollut jo 1990-luvulta lähtien, mutta nykyisin vanhusneuvosto on kuntien lakisääteinen (980/2012 ja 410/2015) pysyvä yhteistyöelin, jonka tehtävänä on varmistaa ja huolehtia kuntien ikääntyneen väestön vaikutus- ja osallistumismahdollisuuksista.

Vanhusneuvostojen käsiteltävänä on paljon ikääntyneiden kannalta tärkeitä asioita, joista yhteisöllinen toiminta asuinalueilla on yksi. Vanhusneuvostojen roolin vahvistaminen asumisen ja yhteisöllisyyden kysymyksissä on ollut viime aikoina esillä. Neuvostojen jäseniä on osallistunut aktiivisesti Ikääntyneiden asumisen kehittämisohjelman tilaisuuksiin. Vanhusneuvostojen toiminnan tukeminen ja edistäminen ikääntyneiden asumiseen liittyvissä kysymyksissä on yksi ohjelman toimenpiteistä. Vuonna 2016 ohjelma järjestää mm. Vanhusneuvostopäivän.

Esimerkiksi Tampereen vanhusneuvosto on ollut aloitteellinen yhteisöasumisen ja monisukupolvisen yhteisöllisyyden edistämisessä asuinalueilla. Se on järjestänyt asiaa koskevan seminaarin, tehnyt kuntalaisaloitteen ja tehnyt yhteistyötä uuden asuinalueen suunnittelussa. Tulossa on vanhusneuvoston tilaisuus, jonka ohjelmassa on asukkaiden yhteisöllisen toiminnan edistäminen kaupungin vuokrataloyhtiöissä.

Vanhusneuvoston tunnettavuus on osallistamisen kannalta tärkeää. Jotta ikääntyneiden näkemykset voidaan huomioida, neuvosto tarvitsee riittävästi resursseja hoitaa viestintää ja koota palautetta (Moisio ym. 2013).

## Tieto- ja viestintäteknikka ja sosiaalinen media

Ikääntyneet pitävät tieto- ja viestintäteknikan hallitsemista tärkeänä ja toivovat siinä räättälöityä opastusta ja tukea. Erityisen toivottavaa on vertaisohjaajien, toisten ikääntyneiden, antama opastus tietokoneiden (ml. älypuhelimet) käytössä. Moni tukeutuu omiin lapsiinsa tai lastenlapsiin, mutta kaikilla ei siihen ole mahdollisuutta. Sitä paitsi nuoret, joille netin ja laitteiden hallinta on itsestään selvää, opastavat tavalla, jossa vasta aloittelevat ikääntyneet eivät pysy mukana. *”Se aukko on niin valtava tässä hommassa”*, korosti osa ikääntyneistä asiakkaista palvelukeskuksessa käydyssä keskustelussa. On erittäin tärkeää, että on palvelukeskuksia, asukastiloja ja kirjastoja, joissa on opastusta ja laitteita, sillä suurella osalla ikääntyneistä ei ole omaa tietokonetta. Yksi keskustelijoista mainitsi, että enemmistöllä jäsenistä siinä eläkeläisyhdistyksessä (vajaa 400 jäsentä), johon hän kuuluu, on tietokone, mutta noin 40 %:lla ei ole.

Internetin käyttö on yleistynyt myös ikääntyneiden keskuudessa. Tilastokeskuksen (Suomen virallinen tilasto 2015) mukaan internetiä käyttää 69 % 65–75-vuotiaista, mutta sitä vanhemmista vain 31 %. Sosiaalista mediaa (yleisimmin facebookia) seuraa 65–75-vuotiaista viidennes, sitä vanhemmista 5 %.

Vaikka uusien tieto- ja viestintäteknikkataitojen omaksumista pidettiin tärkeänä, moni näki internetiin ja älypuhelimiin liittyvän uhan, että kasvokkainen kanssakäyminen jää taka-alalle. Tosin tuotiin esiin myös käytännön esimerkkejä siitä, miten sosiaalisen median kautta muodostuneet yhteydet nuoruusvuosien kavereihin ja nettikontaktit olivat johtaneet tapaamisiin ja yhteisiin tilaisuuksiin. Taloyhtiöissä ja asuinalueilla on muodostettu asukkaiden facebookryhmiä, joiden myötä vilkastuvan ja helpottuvan yhteydenpidon on todettu pikemminkin edistävän kuin vähentävän asukkaiden tapaamisia. Merkittävänä uhkana pidettiin erityisesti vähän koulutusta saaneiden, sairaiden ja köyhien ikääntyneiden syrjäytymistä, jos palveluita on saatavissa vain verkkopalveluina. Joka tapauksessa on huolehdittava siitä, että tietotekniikkaa käyttämättömätkin saavat tarvittavat palvelut muita kanavia pitkin (kasvokkain, puhelimitse).

## 9 Asuinaluekohtaisten yhteistoiminta- ja tilaratkaisujen nykytila

Ikääntyneiden tarpeiden mukaiset asunnot ja palvelut eivät vielä tee asuinalueesta ikäystävällistä. Alueella pitää olla myös yhteisiä tiloja ja yhteistä toimintaa, jotka tekevät mahdolliseksi ikääntyneiden keskinäisen kanssakäymisen ja kanssakäymisen alueen muiden asukkaiden kanssa. Tässä luvussa käsitellään ikääntyneiden kannalta tiloja, jotka palvelevat järjestettyä toimintaa ja spontaania toimintaa (vrt. Seppänen & Haapola 2016). Järjestettyyn toimintaan luetaan myös kaupunkien, seurakuntien ja yhdistysten ylläpitämät avoimet asukastilat, joissa voi järjestettyyn toimintaan osallistumisen ohella myös vain viettää aikaa.

### Järjestetyn toiminnan tilat

Järjestettyä toimintaa varten on ikääntyneiden käytettävissä sekä kaiken ikäisille tarkoitettuja että ikääntyneille korvamerkittyjä tiloja. Näitä tiloja ovat:

- asukastuvat, asukastalot/kylätalot
- seurakuntien ja yhdistysten tilat
- koulujen, kirjastojen jne. yhteydessä olevat tilat
- hyvinvointikeskukset, monitoimitalot
- kumppanuus- ja järjestötalot
- toiminta- ja palvelukeskukset
- talokohtaiset tilat, kerhohuoneet.

Kaiken ikäisille tarkoitetuista avoimista tiloista ikääntyneiden kannalta tärkeimpiä ovat asukastilat. Ikääntyneiden osuus asukastilojen käyttäjistä on merkittävä, mutta vaihtelee asuinalueen väestön ikärakenteen mukaan. Kuopion asukastupien kävijöille tehdyssä kyselyssä oli puolet vastaajista yli 60-vuotiaita (Hintikka 2013). Kuopiossa on Settlementti Puijolan oma asukastupa ja 11 kaupungin omistamaa asukastupaa, joiden toiminnasta settlementti vastaa. Oulussa on 12 kaupungin asukastupaa, joiden toiminnasta vastaavat asukasyhdistykset. Oulun Meri-Toppilassa sijaitsevan asukastuvan toiminnasta vastaa Kulttuurivoimala-yhdistys. Lahdessa on Liipolan asukastupa Toimela, jonka toiminta oli selvitystä tehtäessä juuri siirtymässä seurakuntakeskuksen tiloihin ja kaupungin uuteen monitoimitaloon, jotka sijaitsevat lähellä entisiä toimitiloja. Lähiöseura-yhdistys on keskeinen toimija Liipolan asukastoiminnassa. Kaupungit rahoittavat näitä tiloja, mutta toiminnasta vastaavat järjestöt. Tampereella on Kyläpaikka, joka on osa seurakuntien Mummon Kammarin toimintaa.

Vastaavia asukastiloja on eri nimillä (asukastalo, kylätalo) muissakin kaupungeissa kuin tässä selvityksessä tarkastelluissa. Niiden ylläpitäjinä on kuntia ja järjestöjä. Seurakunnilla on runsaasti eri-ikäisille avoimia omia tiloja, joissa niiden ylläpitäjä tai yhteistyökumppanina oleva yhdistys järjestää toimintaa ja tilaisuuksia, jotka ovat

suunnattu erityisesti ikääntyneille. Eniten avoimia asukastiloja on Helsingissä, jossa niitä ylläpitävät sosiaalivirasto, yhdistykset sekä kiinteistö- ja pysäköintiyhtiöt.

Kaupungeissa on eri-ikäisten harrastustoimintaan ja kokoontumisiin soveltuvia tiloja myös koulujen, kirjastojen ja museoiden yhteydessä. Niitä käyttävät erityisesti järjestöt, joilla ei ole sopivia omia tiloja. Hyvinvointikeskuksissa ja monitoimitaloissa on jo suunnitteluvaiheessa pyritty kartoittamaan eri asukasryhmien tilatarpeita ja mahdollistamaan tilojen monipuolinen ja tehokas käyttö. Myös kumppanuus- ja järjestöaloissa on eri-ikäisille sopivia tiloja, joita ikääntyneiden järjestöt ja ryhmät ainakin jossain määrin käyttävät. Hanke, johon selvityksessä tutustuttiin, pystyi järjestämään ikääntyneiden toimintaa monenlaisissa paikoissa kuten kirjastossa, koulussa, marketissa, kerrostalossa, ulkoilumajalla ja jopa nuorisotilassa.

Ikääntyneille korvamerkityistä avoimista tiloista merkittävimpiä ovat kaupunkien ylläpitämät tai muilta palveluntuottajilta hankkimat toiminta- ja palvelukeskusten tilat ja toiminta, joita on kaikissa selvityksessä tarkastelluissa kaupungeissa. Keskukset sijaitsevat usein, mutta eivät aina, asumispalveluyksiköiden yhteydessä. Vaikka palvelukeskukset ovat osoittautuneet toimiviksi, osa ikääntyneistä toi esiin nimityksen harhaanjohtavuuden, sillä kysymys on ikääntyneiden osallistumisesta ja yhdessäolosta, jossa he ovat alueen asukkaita, eivätkä palveluita tarvitsevia asiakkaita. Tätä eroa voi olla vaikea havaita, varsinkin silloin kun samoissa tiloissa on sellaisia palveluita (esim. asumispalvelut ml. päivätoiminta), joiden asiakkaiksi tullaan palvelutarpeen arvioinnin ja asiakasohjauksen kautta. Avoimista, kaikille ikääntyneille tarkoitetuista tiloista ja toiminnasta olisi niiden sijaintipaikasta riippumatta tarkoituksenmukaista käyttää nimitystä toimintakeskus tai muu nimi, joka ei heti tuo mieleen sosiaali- tai terveyspalvelua, vaikka niitä voisi halutessaan käyttää samalla kun käy keskuksessa päivätansseissa tai tapaamassa tuttuja.

Joillakin ikääntyneiden järjestöillä on omia tiloja, joita jäsenet ja erilaisten tilaisuuksien muut osallistujat voivat käyttää. Oulussa on kaupunki luovuttanut kokonaisen talon ikääntyneiden järjestöjen (ja vammaisjärjestöjen) käyttöön. Espoossa taas ikääntyneiden yhdistykset järjestävät palvelukeskusten tiloissa toimintaa ja kokouksia omille jäsenilleen, mutta osin myös muille ikääntyneille. Kaikilla selvityksen kohteena olleilla paikkakunnilla on aktiivista järjestötoimintaa ja kaupungeissa toimivat eri eläkejärjestöjen paikallisyhdistykset, jotka tarjoavat edunvalvontatoiminnan lisäksi paljon mahdollisuuksia osallistua harrastustoimintaan. Ikääntyneiden järjestöjen mahdollisuudet saada tiloja käyttöönsä ovat yleensä hyvät, mutta paikallisesti voi olla järjestöjen monilukuisuudesta johtuen tiloista puutettakin.

Myös talokohtaisissa tiloissa tapahtuu järjestettyä toimintaa erityisesti ikääntyneille (yleensä 55-vuotta täyttäneille) tarkoitetuissa taloissa tai taloyhtiöissä. Isoissa yhtiöissä asukkaiden harrastustoiminta voi olla hyvinkin monipuolista. Kun on kysymys suurehkosta asuntokeskittymästä, voi asukkaiden ja myös muiden ikääntyneiden käytettävissä olla esim. lounasravintola. Joissain tapauksissa myös muut ikääntyneet kuin asukkaat, voivat käyttää talon kuntosalia, mutta yleensä silloin edellytetään ulkopuolisilta jonkinlaista kompensatiota. Myönteistä on se, että ikääntyneille tarkoitetuissa taloissa on kerhohuoneet ja kuntosalit, joista ainakin talojen omat asukkaat hyötyvät. Selvityksessä kävi ilmi, että myös kaiken ikäisille tarkoitetuissa vuokra- ja omistusasuntotaloissa on kerhohuoneita, joissa kokoontuu omaehtoisia harrastusryhmiä kuten käsityöryhmiä, joihin ikääntyneet osallistuvat. Talokohtaisia tiloja on, mutta niiden käyttö vaihtelee ja haastattelujen perusteella on pääteltävissä, että käytettävissä olevat tilat ja toimintahalukkuus eivät aina kohtaa.

Osallistumismahdollisuudet, joita asukastilat ja toiminta- ja palvelukeskukset ikääntyneille tarjoavat, ovat samankaltaisia, mutta asukastalo ja –tuparatkaisuisissa olohuonemaisuutta oli enemmän. Kummatkin voivat toimia asukkaiden kohtaamis- ja oleskelupaikkoina, kokoustiloina, kahviloina ja harrastustoiminnan tiloina. Sekä ohjattua että itseohjautuvaa harrastustoimintaa on monenlaista. Joukossa on käsitöitä,

matkailu-, taide-, teatteri- ja kirjallisuusharrastusta, nykyisin yhä useammin myös tietokoneisiin liittyvää toimintaa. Joidenkin tilojen yhteydessä on myös sali kuntoilu- tai tanssia varten. Toiminta- ja palvelukeskuksissa on mahdollisuus aterioida edullisesti, samoin monilla asukastuvilla. Usein tiloissa on esimerkiksi tietokoneita, ompelukoneita, liikuntavälineitä, ja työkaluja, joita kävijät voivat käyttää tai lainata maksutta. Maksuttomuus on yleisperiaate, mutta materiaaleista, matkojen ja lippujen hankkimisesta sekä tilojen vuokrauksesta omaan tai oman järjestön käyttöön peritään myös omakustannushintaisia tai edullisia maksuja.

Kunnan toiminta- ja palvelukeskuksissa toimintaa koordinoivat ohjaajat (viriketoiminnan ohjaaja, sosiaaliohjaaja), joten niissä on jatkuvuus turvattu paremmin kuin asukastiloissa. Asukastupien toiminnasta huolehtivat määräaikaisesti palkatut henkilöt (esim. palkkatuella työllistetyt, palkattomassa työkoikeilussa olevat), jotka vaihtuvat usein. Myös vapaaehtoistyön pohjalle voidaan rakentaa vakiintunutta toimintaa, mutta usein takana on silloin vahva organisaatio, joka pystyy huolehtimaan vapaaehtoistyöntekijöiden koulutuksesta ja vertaistuesta. Hyviä esimerkkejä löytyy myös tässä selvityksessä tarkastelluilta paikkakunnilta (esim. vapaaehtoistoiminnan keskuskeskukset, atk-seniorit, kylän kehittämissyhdystys).

## Spontaanin toiminnan tilat

Spontaanin toiminnan kannalta ovat tarpeellisia kaikenlaiset avoimet tilat, joissa ihmiset tapaavat toisiaan. Niitä ovat myös edellä käsitellyissä järjestetyissä tiloissa olevat olotilat ja kahvilat (vrt. Haarni 2010.) Samoin kerrostalojen pihat grilleineen ja asuinalueen aukiot, puistot ja ulkoilualueet ovat tärkeitä satunnaisten, mutta ikääntyneille merkityksellisten kohtaamisten paikkoja (vrt. Seppänen & Haapola 2016.) Selvityksen kohteena olleissa kaupungeissa torit, kauppahallit ja ostoskeskukset ovat ikääntyneille tärkeitä (vrt. Wallin 2014b.) Kohtaamiset eivät aina ole kovin satunnaisia, vaan käynnit torilla ja kaupoissa osuvat ajankohtiin, jolloin tiedetään, että saadaan kahviseuraa. Organisoidulle toiminnalle tiloja useimmiten löytyy paremmin. Vapaasti ikääntyneiden saavutettavissa olevista, viihtyisistä ja turvallisista tiloista on yleisesti puutetta.

## Maaseutu

Ikääntyneiden tarpeita palvelevien tila- ja toimintaratkaisujen kannalta olosuhteet maaseudulla ovat selvästi erilaiset kuin selvityksessä tarkastelluissa kaupungeissa. Maaseudulla ovat kyläyhdistykset ja muut järjestöt sekä tie- ja vesiosuuskunnat keskeisessä asemassa yhteisöllisen toiminnan ylläpitäjinä. Niissä ikääntyneet ovat itse aktiivisia toimijoita eikä erityisesti ikääntyneille suunnattu toiminta erotu koko kylän yhteisöllisestä toiminnasta. Selvityksessä oli mukana Oriveden kaupunkiin kuuluva Eräjärvi, entinen itsenäinen kunta, jossa on vajaa tuhat asukasta. Kuntareformit ovat merkinneet kuntien häviämistä, mutta kylät ovat jääneet, mikä on siirtänyt paikallisen kehittämisen painopistettä kylätalouksiin. Julkisten palvelujen vetäytyessä kylistä, niiden on täytynyt ottaa hallintaan myös palveluiden tuottaminen. Tällainen muutos ylläpitää kylien omaehtoisen yhteisöllisen toiminnan tarvetta. (Vrt. Kattilakoski 2012.)

Eräjärvellä kylätoiminta on yhdessäoloa ja kanssakäymistä, yhteisten asioiden hoitamista ja oman kyläyhteisön edunvalvontatoimintaa. Kaikessa tässä ikääntyneet ovat mukana. Vaikka Eräjärvellä ei ole kylätaloa, yhteisöllistä toimintaa varten löytyy



tiloja. Kokoontumiset järjestetään sen asukkaan luona, jolla on talossaan iso tupa. Kyläaktiivit käyvät uusien asukkaiden luona toivottamassa tervetulleeksi kylätöihin. Kyläläiset, jotka eivät itse pääse kokoontumispaikalle, haetaan kotoa. Palvelu- ja kehittämistoimintaa ylläpitää kehittämissyhdystys, jonka palveluvalikoimaan kuuluu mm. kyläapteekki, ilmainen nettipalvelu ja tietokoneen ”etanakäyttökurssit” sekä kylälehti, joka jaetaan talkoilla kaikkiin talouksiin. Myös SPR, seurakunta ja paikalliset yrittäjät ovat mukana ikääntyneiden selviytymistä tukevassa yhteisöllisessä toiminnassa. Kaupungilta toivotaan enemmän ymmärrystä kyläläisten vapaaehtoiselle toiminnalle ja kyläläisten yhteisille pyrkimyksille, joita on edustanut mm. toteutumatta jäänyt kaupungin ja kylän urheiluseuran yhteistyönä rakennettavaksi ehdotettu yhdistetty koulu- ja kylätalo.

## Tampere

Tampereella ikääntyneiden kannalta toimiva tila- ja toimintaratkaisu on alueellinen palvelukeskus. Palvelukeskuksia on kaksitoista, joista viittä ylläpitää kaupunki. Muita ylläpitäjiä ovat järjestöt ja järjestöomisteiset yritykset, joilta kaupunki ostaa palvelukeskuspalvelut. Palvelukeskuksissa ikääntyneillä on mahdollisuus osallistua omaehtoiseen ja monenlaiseen ohjattuun ja järjestettyyn toimintaan, josta yksi esimerkki on säännölliset kaupungin kulttuuripalveluiden järjestämät kulttuurituokiot, joihin sisällön tuottaa pirkanmaalainen perheyritys. Palvelukeskukset ovat avoimia kaikille ikääntyneille ja niissä voi myös vain viettää aikaa ja tavata muita ikääntyneitä, kahvitella ja ruokailla.

Kaikenikäisille tarkoitettuja avoimia kohtaamispaikkoja ja asukastiloja, joita ikääntyneet käyttävät, ei ole kovin paljoa. Muutamalla alueella on kaupungin korttelitupa ja yhdessä kaupunginosassa on järjestön ylläpitämä lähiötalo. Seurakunnilla on eri kaupunginosissa kirkon tai muiden seurakuntatilojen yhteydessä myös ikääntyneille suunnattua toimintaa. Tampereen keskustassa on vapaaehtoisen vanhustyön keskuksen Mummon Kammarin kaikenikäisille avoin Kyläpaikka, joka on erityisesti ikääntyneiden suosima kohtaamispaikka. Kyläpaikka on ollut toiminnassa kaksi vuosikymmentä ja toiminnasta vastaavat vapaaehtoiset.

Ikääntyneille merkityksellisiä taloyhtiökohtaisia tiloja (kerhohuoneet, kuntosalit) on lähinnä 55 vuotta täyttäneille tarkoitetuissa taloissa, joita Tampereella ovat mm. Kotilinnasäätiön vuokratilat sekä YH Länsi Oy:n ja Kotosalla Säätiön Kotosalla-talot. Talokohtaisissa tiloissa tapahtuva toiminta on asukkaiden omatoimista, vertaisohjaukseen perustuvaa tai joissain tapauksissa omistajaorganisaation järjestämää. Tilat ja toiminta ovat pääsääntöisesti taloissa asuville tarkoitettua.

Vapaaehtoistyöllä ja ikääntyneiden järjestöillä on suuri merkitys kotona asuvien ikääntyneiden osallistumisen mahdollistajana. Vapaaehtoiset kulttuuri- ja liikuntaluotsit rohkaisevat osallistumaan liikunta- ja kulttuuritoimintaan ja lähtevät tapahtumapaikoille ikääntyneiden mukana. Eläkeläisjärjestöt tarjoavat omille jäsenilleen paljon mahdollisuuksia edunvalvonta- ja virkistystoimintaan, jossa erityisesti liikunta, kulttuuri ja matkailu ovat tärkeällä sijalla. Tampereella on paikallisyhdistykset kaikilla valtakunnallisilla eläkeläisjärjestöillä, mutta sen lisäksi myös niistä riippumattomia ikääntyneiden yhdistyksiä kuten Senioriklubi. Järjestöillä on myös omia tiloja ja melko hyvät edellytykset hankkia niitä toimintojaan varten. Tampereella toimii myös yhdistys, joka edistää ikääntyneiden tietotekniikkavalmiuksia (Tikapuut tietoyhteiskuntaan 2010). Yhdistyksessä on noin tuhat jäsentä. Kaupungissa on kaksitoista opastuspistettä, joissa yhdistys järjestää ikääntyneille tietotekniikan koulutusta ja ohjausta. Keskustassa sijaitsevassa opastuspisteessä vertaisohjaajat

antavat maksutonta opastusta arkipäivisin. Joka toinen torstai annetaan myös opastusta käsipuhelimen käyttöön.

Spontaaneihin kohtaamisiin sopivia, ikääntyneiden suosimia tiloja, ovat Tampereella nykyisin erityisesti tori ja kauppahalli, jotka sijaitsevat keskustassa. Asuinaluilla tällaisia tiloja koetaan olevan liian vähän, mutta esim. lähiöissä kirjastot, kauppakeskukset, kahvilat ja baarit ovat paikkoja, joissa ihmiset tapaavat toisiaan. Uudenlaista toimintaa, joka sijoittui kesällä torille ja alkutalvella ostoskeskukseen, edustaa K50-tapahtuma, jonka järjestäjänä on tamperelainen yritys. Tapahtumissa on viihdeohjelmaa ja kymmeniä yhdistyksiä ja yrityksiä esittelemässä erityisesti ikääntyneille suunnattua toimintaa ja palveluita. Tampereen kokemuksen rohkaisemana järjestetään K50-festarit ulkoilmatapahtumana tulevana kesänä myös neljässä muussa suuressa kaupungissa.

Koulujen, kirjastojen ja vastaavien kaupungin vastuulla olevien tilojen nykyistä parempaa käyttöä mm. ikääntyneiden asukkaiden toimintaan, suunnitellaan parhaillaan, kun Tampereen uutta palvelumallia (Tulevaisuuden palvelumalli) viedään käytäntöön. Tulevaisuuden palvelumalli muodostuu aluekeskuksiin sijoittuvista hyvinvointikeskuksista sekä lähitoreista. Hyvinvointikeskuksissa on laaja kirjo palveluita, julkisia ja yksityisiä. Lähitorit ovat paikallisempia ja sijoittuvat olemassa olevien tilojen yhteyteen. (Tampereen kaupunki 2015.)

Vaikka kysymys on palveluista, on myös tiloilla keskeinen osuus suunnittelussa. Kehittämissuunnitelmia laadittaessa kuullaan asukkaita paljon laajemmin kuin on aikaisemmin ollut tapana. Tarkoitus, ja myös asukkaiden toive, on, että hyvinvointikeskusten ja lähitorien tilat antavat mahdollisuuden asukkaiden ja järjestöjen toimintaan. Tärkeää on, että keskuksiin tulee myös olo- ja levähdystiloja, jotka ovat erityisesti ikääntyneiden kannalta tarpeellisia. Asukkaat toivovat myös matalan kynnyksen ulkoliikuntatiloja ja kohtaamispaikkoja sekä viheralueita, joissa voi viettää aikaa ja tavata muita ihmisiä.

## 10 Uudistumisen suuntia

Ikääntyneiden kannalta hyvin toimivien ja vakiintuneiden tila- ja yhteistoimintaratkaisujen lisäksi nousi selvityksessä esiin muutamia uudenlaisia ratkaisuja ja aloitteita. Ikääntyneet itse korostavat uudistumisen tarvetta, mutta samalla myös sitä, ettei toimivista ratkaisuista kuten asuinalueilla sijaitsevista asukastuvista ja toimintakeskuksista pidä julkisen talouden säästöpainneissa luopua. Säästöä ei edes syntyisi, sillä osallistumismahdollisuuksien kaventuminen todennäköisesti lisäisi palveluiden tarvetta.

Selvityksessä havaittiin kolme uudistumista tukevaa lähtökohtaa:

1. Annetaan tilaa ikääntyneiden omille ideoille ja aktiivisuudelle. Ikääntyneet eivät ole niitä, joille järjestetään tiloja ja toimintaa, vaan toimijoita, joilla on osaamista tuottaa ratkaisuja, joita uusiin tarpeisiin vastaamiseksi tarvitaan. Hyvä esimerkki on ikääntyneiden alueellinen kohtaamispaikka, jossa ohjaaja auttaa ja tukee toiminnan järjestämisessä, mutta ennen kaikkea tarkoitus on ylläpitää foorumia, jossa ikääntyneet voivat itse ideoida ja toteuttaa omiksi kokemiaan toimintoja. Ikääntyneiden aloitteita ei tyrmätä, vaan pyritään löytämään ratkaisu niiden toteuttamiseksi. Asuinaluekohtaiset asukasraadit ovat yksi hyväksi osoittautunut tapa osallistaa ikääntyneitä vaikuttamaan heidän asuinympäristöönsä koskeviin ratkaisuihin ja toiminnan suunnitteluun.
2. Luodaan asuinaluekohtaisia yhteistyöverkostoja, joissa mukana ovat käytännön ratkaisuista vastaavat toimijat tahoilta, joita ovat kunta, seurakunta, järjestöt ja vapaaehtoistoimijat, yritykset sekä ikääntyneet asukkaat itse. Erityisesti huoli merkittävää osaa ikääntyneistä koskevasta yksinäisyyden ja eristäytyneisyyden ongelmasta on johtanut etsivän toiminnan uusien muotojen kehittämiseen useammankin hankkeen puitteissa. Niiden kokemusten perusteella tulisi aikaansaada pysyvää verkostomaiseen yhteistyöhön perustuvaa etsivää toimintaa eri paikkakunnille. Esimerkki kaupunginosakohtaisesta ammattilaisten ja vapaaehtoisten yhteistyöhön perustuvasta etsivän toiminnan hankkeesta on Seniori-Vamos (Inhimillisiä uutisia 2014).
3. Huomioidaan ikääntyneiden tarpeita vastaavien tila- ja toimintaratkaisujen tarve asuinalueiden suunnittelussa ja kehittämisessä. Ikääntyneet otetaan mukaan kehittämistyöhön. Vanhusneuvostoilla on tärkeä rooli kuntatason vaikuttamisessa ja ikääntyneiden asukkaiden aktivoimisessa suunnitelmien käsittelyyn asuinalueilla. Myös yleinen kiinnostus yhteisöllisyyden edistämiseen voi saada aikaan ikääntyneitä hyödyttäviä ratkaisuja. Tulisi huolehtia siitä, ettei kasvava yhteisymmärrys yhteisöllisyyden tärkeydestä jää strategia-asiakirjoihin, vaan muuttuu konkreettisiksi hankkeiksi, joilla kohtaamispaikkoja ja yhteisöllisen toiminnan tiloja saadaan asuinalueille. Ikääntyneiden kannalta niitä tulisi olla kävelyetäisyydellä heidän asunnoistaan.

Ikääntyneiden keskuudessa on kasvava kiinnostus hyödyntää uuden tieto- ja viestintäteknikan mahdollisuuksia arjen toiminnoissa ja sosiaalisessa kanssakäymisessä. Asukastuvilla sekä toiminta- ja palvelukeskuksissa, monin paikoin myös kirjastoissa, on ikääntyneillä mahdollisuus käyttää tietokoneita ja saada opastusta. Vapaaehtoiset vertaisohjaajat ovat avainasemassa ikääntyneiden tieto- ja viestintäteknikkaosaimisen parantamisessa. Myös kunnat pyrkivät ikääntyneiden tuen tarpeita kartoittaessaan selvittämään tarpeen opastukseen nykytekniikan käytössä ja ohjaamaan paikkoihin, joissa opastusta on saatavissa. Esimerkiksi Lahdessa on verkossa toimiva ikääntyneille ja heidän läheisilleen tarkoitettu neuvova kysely, jossa voi pohtia oman arjen sujumista ja saada neuvoa siitä, mistä saa opastusta tietotekniikan käyttöön ja mitä mahdollisuuksia on tarjolla, jos kaipaa seuraa tai viriketoimintaa.

Jotta tieto osallistumismahdollisuuksista saataisiin kaikille ikääntyneille, on välttämätöntä tarjota tietoa ja neuvontapalveluita kasvokkain niissä paikoissa, missä ikääntyneet liikkuvat. Esim. Kuopiossa on kauppakeskuksessa kaupungin ikäneuvolan työntekijä, samoin seurakuntien kohtaamispaikka.

Yhä enemmän myös yritykset ovat kiinnostuneita ikääntyneiden toiminnasta, mikä on synnyttänyt uudenlaista yhteistoimintaa. Esimerkiksi Tampereella senioriyhdistys ja elokuvateatteri tekevät yhteistyötä ja paikalliset yritykset tuottavat tapahtumia ja toimintaa ikääntyneiden kohtaamispaikoissa. Tapahtumat, jossa ikääntyneille palveluita tuottavat yritykset, kuten kotipalvelu- ja matkailuyritykset olivat mukana, kokosivat huomattavasti ikääntyneitä osallistujia. Ikääntyneiden kohtaamispaikkojen ylläpitäjät kertovat, että heidän on toimittava yritysten suhteen portinvartijoina, sillä kiinnostus saada ikääntyneiden huomio on suurta.

Viime vuosina on ikääntyneiden kiinnostus yhteisöasumiseen kasvanut. Yhteisöasuminen sinänsä ei kuulunut tämän selvityksen piiriin. Ikääntyneiden yhteistoiminta, jota tapahtuu yhteisöllisestä asumisesta kiinnostuneiden keskuudessa on eräänlainen esimerkki yhteisöllisyydestä, joka sivuaa selvityksen aihepiiriä.

# 11 Johtopäätökset ja ehdotukset

Tämän selvityksen taustalla on haaste, joka Suomea kohtaa väestörakenteen nopean muutoksen vuoksi tulevina vuosina. Kun Tilastokeskuksen väestöennusteen mukaan 65-vuotta täyttäneitä on väestöstä tällä hetkellä 19,9 %, niin vuonna 2030 heitä on jo arvioiden mukaan 25 %. Yhtenä vastauksena väestön ikääntymisen aiheuttamiin haasteisiin on nähty ikääntyneiden kotona asuminen ja sen tukeminen mahdollisimman pitkään.

Hyvinvointi muodostuu useammasta osatekijästä. Selvityksen kohteena olleet tila- ja toimintaratkaisut liittyvät Erik Allardtin (1976) määrittelemistä hyvinvoinnin ulottuvuuksista yhteisyyssuhteisiin (loving) ja itsensä toteuttamiseen (being). Myös terveydellä on suuri merkitys hyvinvoinnin saavuttamisen keskeisenä voimavarana ja myös yhteisölliseen toimintaan osallistumisen ja sosiaalisen verkostoitumisen mahdollistajana.

Selvityksessä lähdettiin siitä, että asuinaluekohtaisen yhteisöllisen toiminnan edistäminen lisää hyvinvointia ja edistää siten osaltaan ikääntyneiden kotona asumista. Monin tutkimuksin on osoitettu (esim. Seppänen & Haapola 2016), että sosiaaliset verkostot ovat tärkeä ihmisen hyvinvoinnin lähde. Vaikka ikääntyneet pitävät muita hyvinvoinnin osatekijöitä kuin vaikuttamista ja osallistumista oman hyvinvointinsa kannalta tärkeämpinä, niin yhteisöllisellä toiminnalla on kuitenkin selvä myönteinen yhteys kuntoon, elinympäristöön, ihmissuhteisiin ja harrastusmahdollisuuksiin, jotka ovat ikääntyneille merkittäviä hyvinvoinnin osatekijöitä (Haapola ym. 2013, 85).

Ne ikääntyneet, jotka haluavat osallistua ja ovat aktiivisia, löytävät melko hyvin erilaiset aktiviteetit ja toimintaa on monipuolisesti tarjolla. Valtaosalla tällä hetkellä yhteisöllisessä toiminnassa mukana olevista ikääntyneistä toimintakyky on vielä hyvä. Samoilla järjestelyillä ei voida kuitenkaan auttaa niitä, joilla on heikommat voimavarat. Keskeinen kysymys on, millä keinoin voidaan auttaa niitä vanhoja ihmisiä, jotka eivät pysty hyötymään nyt tarjolla olevista yhteisöllisistä toiminnoista tai eivät halua osallistua.

Yksinäisyyden kokemus on merkittävä ongelma ikääntyneiden keskuudessa. Myös tässä selvityksessä iso osa haastatelluista ikääntyneistä mainitsi yksinäisyyden torjumisen tärkeimpänä syynä yhteiseen toimintaan mukaan lähtemiselle. Yhteiskuntapolitiikan eri sektoreilla ja aluetasoilla toimivien vaikuttajien tehtävänä on huolehtia siitä, että luodaan hyvät edellytykset järjestää tiloja ja toimintaa, joiden avulla voidaan ehkäistä ja lievittää yksinäisyyttä. Näiden keinojen lisäksi tarvitaan muuta ehkäisevää ja ikääntyneiden elinoloja parantavaa työtä. Tarvitaan muun muassa etsivää työtä ja vapaaehtoistyön ystävöimintää.

Yhteisöllisyys on vapaaehtoista. Kaikki eivät halua lähteä yhteisiin tapahtumiin ja tiloihin. Nykyisin ei myöskään ole samanlaista kyläily- ja yhteisöllisyyden kulttuuria naapuruston kanssa kuin oli ennen. Tämän takia tarvitaan tässä raportissa esiin tuotuja järjestettyjä yhteisöllisyyden muotoja. Maaseudullakin, jossa vielä edelleen yhteydenpito ja tietoisuus naapurustosta näyttävät olevan hieman yleisempiä kuin

kaupungeissa, yhteisöllisyyden muodot ovat osittain vähentyneet (kyläkaupat ja -koulut harventuneet). Mikäli yhteisöllisyyden kulttuuri olisi samanlaista kuin ennen, ei muodollisesti järjestettyä toimintaa tarvittaisi. Toimintaa siis tulee ja kannattaa kehittää, sillä suuri osa ikääntyneistä tulee siitä hyötymään. Yhteisöllinen toiminta auttaa ylläpitämään ikääntyneiden hyvinvointia ja toimintakykyä, mikä on koko yhteiskunnan etu.

Haaste on käynnistää yhteisöllistä toimintaa seuraavissa tilanteissa:

- On olemassa sekä tiloja että innokkaita osallistujia, mutta ei ole toiminnan organisaattoria
- Toimintaa olisi tarjolla, mutta tiedottaminen ei tavoita potentiaalisia osallistujia tai innostusta lähteä osallistumaan ei ole saatu herätettyä
- Tieto osallistumismahdollisuuksista ei tavoita niitä ikääntyneitä ihmisiä, jotka ovat yksinäisiä, syrjäytyneitä tai muuten heikossa asemassa olevia.

Tämän selvityksen tehtävänä oli tuottaa tietoa siitä, millä tavoilla ikääntyneiden yhteisöllisyyttä voidaan tukea ja lisätä. Taulukossa 2 on vastattu keskeisiin selvitykselle määriteltuihin kysymyksiin.

Taulukko 2: Tarkasteltavana olleet kysymykset ja haasteet, joihin tulee vastata

Kysymys:	Vastaus:	Mitä tarvitaan?
Mitkä ovat ikääntyneiden tarpeet asuinympäristön yhteisöllisyyden suhteen?	Tarve torjua yksinäisyyttä ja turvattomuutta sekä tarve lisätä yhteenkuuluvuutta ja itsensä toteuttamista	Mahdollisuuksia kohtaamisiin
Miten yhteisöllisyyden tarpeisiin voidaan vastata?	Järjestettyä toimintaa, omaehtoisuuden innostajia, etsivää työtä	Uusia keinoja ikääntyneiden tavoittamiseen ja etsivään työhön
Onko toimintaa ja tiloja tarjolla riittävästi?	Tiloista on jossain määrin pulaa, mutta samaan aikaan on tyhjillään olevia tiloja	Systemaattista kartoitusta sopivista tiloista
Toteutuuko esteettömyys ja saavutettavuus?	Fyysinen ja taloudellinen esteettömyys ja saavutettavuus ovat edelleen haasteena	Eryteisesti saattoapua ja edullisia osallistumismahdollisuuksia
Tuleeko eri-ikäisille suunnata yhteistä toimintaa?	Ei itsetarkoituksellisesti, vaikka kaikenikäisille suunnatut tilat ovat tärkeitä ikääntyneille	Sisällöltään eri-ikäisiä aidosti kiinnostavaa toimintaa
Toimiiko asukaslähtöisyys?	Toiminnan suunnittelussa kohtalaisen hyvin, mutta tilojen suunnittelussa heikommin	Vanhusneuvostojen roolin vahvistamista ja suunnitelmien tuomista ajoissa asukkaiden käsiteltäväksi
Millaisia uusia ratkaisuja on löydettävissä?	Sektorirajat ylittävä yhteistyö, palvelukeskusten imagon kehittäminen, vertaisten mukaan saaminen	Kohtaamisten mahdollistamista ennakkoluulottomasti, tieto- ja viestintätekniikan ja sosiaalisen median käytön tukemista
Hyvät esimerkit tila- ja toimintaratkaisuksista?	Alueelliset asukastilat, lähitorit ja monipuolinen vapaaehtois- ja järjestötoiminta	Yhteistoiminta kaikkien ikääntyneiden saavutettavaksi asuinpaikasta ja toimintakyvystä riippumatta
Mitä toimenpiteitä kaivataan ja keneltä?	Kunnalla on päävastuu, mutta yhteistyömalleja tarvitaan ja asukkaiden ääntä tulee kuulla	Tiedottamista, vaikuttamista, julkista resursoimista asuinympäristöjen kehittämiseen

Ikääntyneiden tarpeet yhteisöllisyyteen voidaan jakaa karkeasti seuraaviin neljään: yksinäisyyden torjumisen, turvattomuuden torjumisen, yhteenkuulumisen ja itsensä toteuttamisen tarve. Näihin tarpeisiin on vastattu järjestämällä tiloja ja toimintaa, jotka tarjoavat mahdollisuuksia kohtaamisiin ja spontaaniin toimintaan. Jatkossa tarvitaan sekä palkattuja että vapaaehtoisia innostajia, vetäjiä ja organisaattoreita. Myös etsivää työtä tulee kehittää.

Tilojen olemassaolosta välittyi hieman ristiriitainen kuva. Järjestetyille toiminnalle tiloja yleensä saadaan, joskin kysyntä ylittää erityisesti ilmaisten ja edullisten tilojen tarjonnan. Kuitenkin yhteiseen käyttöön suunniteltuja tiloja jää helposti käyttämättömiksi, eikä niitä aina siksi haluta rakentaa. Joka tapauksessa palvelu- ja hyvinvointikeskusten ja monitoimitalojen yhteydessä olevat tilat ovat ikääntyneille tärkeitä. Yhteistoimintaa tulevaisuudessa tarvitaan entistä enemmän kuntien, seurakuntien, järjestöjen, taloyhtiöiden ja yritysten kesken, jotta tiloja saadaan ”olohuoneiksi” ja toimintatiloiksi asuinalueilla ja kortteleissa. Palvelukeskukset olisi syytä muuttaa nimeltään ja toiminnaltaan toimintakeskuksiksi palveluita poistamatta.

Yhteistiloissa pyritään fyysiseen esteettömyyteen, mutta aina se ei toteudu, jos tilat ovat vanhoja. Maksullisuus nostaa merkittävästi osallistumiskynnystä. Sosiaaliset seikat ja eriävät arvot vaikuttavat jossain määrin osallistumiseen, mutta järjestöjä on paljon, joten erityyppistä toimintaa ja tiloja on niiden kautta tarjolla. Jatkossa kaivataan tukea muutostöihin, joilla saadaan muutoin hyvin toimivat tilat esteettömiksi. Taloudellinen tuki (maksuttomuus/alhaiset maksut, avustukset) on ratkaisevaa sille, että pienituloiset ikääntyneet voivat tasavertaisesti osallistua. Julkiset tilat tulee pitää avoimina erilaisia arvomaailmoja edustaville.

Ikääntyneiden keskinäisille tapaamisille ja yhteistoiminnalle tulee olla mahdollisuus, mutta se voi toteutua paitsi ikääntyneille tarkoitetuissa tiloissa myös kaiken ikäisille tarkoitetuissa tiloissa. Silloin on kuitenkin huomioitava, että tilat ovat esteettömiä ja ikääntyneet kokevat itsensä tervetulleiksi. Jos tarkoitus on vahvistaa paikallisyhteisöllisyyttä, ovat eri-ikäisten kanssakäyminen ja yhteistoiminta avainasemassa. Monilla asuinalueilla ikääntyneet ovat asukastoiminnan keskeisiä toimijoita. Alueilla, joilla keskeiset aktiivit ovat nuoria, voidaan tarvita erityistoimia ikääntyneiden osallistumisen lisäämiseksi.

Tilojen suunnittelussa asukaslähtöisyys toimii heikosti, mutta asukastaloissa ja palvelukeskuksissa ikääntyneet ovat vahvasti mukana heitä koskevan toiminnan suunnittelussa. Jatkossa suunnitelmat olisi tuotava hyvissä ajoin, ennen kuin ratkaisuja on lyöty lukkoon, vanhusneuvostoihin ja asuinalueen ikääntyneiden käsiteltäväksi.

Uusia ideoita erityisesti toiminnan sisällöistä syntyy, kun ikääntyneet kokoontuvat yhteen. Tärkeintä on kohtaamisten mahdollistaminen ja palautteen kuuleminen ikääntyneiltä. Resursseja omaehtoisen toiminnan tukemiseen tulisi varata. Kun toiminta on saatu käynnistymään, niin ikääntyneet ovat hyvin omaehtoisia jatkuvuuden ylläpitämisessä. Kannustusta ja ohjeistusta tarvitaan siihen, että ikääntyneet alkavat entistä enemmän hyödyntää tieto- ja viestintätekniikkaa ja sosiaalista mediaa.

Suomessa hyviä malleja ovat avoimet alueelliset asukastilat ja ikääntyneille tarkoitettavat avoimet toiminta- ja palvelukeskusten tilat, jotka toimivat tapaamis- ja toimintapaikkoina. Lisäksi laaja ja monipuolinen vapaaehtois- ja järjestötoiminta on ominaista maallemme. Suuri haaste on päästä siihen, että hyväksi todetut tila- ja toimintaratkaisut paikallisiin oloihin sovellettuna ovat mahdollisimman monen kotona asuvan ikääntyneen saavutettavissa asuinpaikasta ja toimintakyvystä riippumatta.

Työhön, jolla asuinympäristöistä tehdään ikäystävällisiä, tarvitaan asukkaiden, kuntapäätäjien, vanhusneuvostojen, seurakuntien, järjestöjen, yritysten ja taloyhtiöiden mukana oloa. Kunnalla voi olla päävastuu, mutta muiden tahojen osallistumisella tulee olla todellista vaikutusta tehtäviin ratkaisuihin. Lisäksi tarvitaan tiedottamista ja vaikuttamista, jotta saadaan eri toimijatahot ja ikääntyneet itse uskomaan mahdollisuuksiin saada hyötyä sijoitetuista resursseista. Asukkaat kokevat yleisesti, että palveluiden

ja kehittämisen painopiste on siirtymässä lähiympäristöstä keskuksiin, joten omatoimisuutta asuinalueilla rohkaisisi julkisen vallan vahva viesti siitä, että asuin ympäristöjen kehittäminen otetaan todesta ja sitä ollaan valmiita tukemaan ja resursoimaan.

## **Kehittämisehdotukset:**

Selvitys osoitti, että on tarvetta parantaa ikääntyneiden mahdollisuuksia osallistua yhteisölliseen toimintaan asuinalueilla. Toimivia ratkaisuja on jo käytössä, mutta edellytyksiä niiden toteuttamiseen nykyistä laajemmin ja paikallisiin oloihin soveltaen tulisi parantaa mm. seuraavilla keinoilla:

- **Toiminnan vetäjien rekrytointia tulee kehittää**

Tilojen järjestyminen ei vielä takaa, että yhteistä toimintaa syntyy. Rinnalle tarvitaan toiminnan käynnistäjä ja ideoija, joka pistää toiminnan alulle. Useat esimerkit osoittivat, että kun toimintaa on käynnistetty, niin jatkossa omaehtoisuus korostuu eikä isoa panostusta jatkuvuuteen tarvita ulkopuolelta. Tähän on löydettävissä erilaisia ratkaisuja myös asuinalueella. Vapaaehtoistoimintaa ylläpitävät järjestöt tarjoavat toiminnan vetäjille opastusta ja koulutusta, joka voisi madaltaa kynnystä toiminnan vetäjäksi ryhtymiseen.

- **Vuokrataloyhtiöiden tulee kannustaa yhteisöllisyyteen**

Taloyhtiön joustavalla suhtautumisella ja käytännön asioiden sujumuudella on havaittu olevan merkittävä vaikutus siihen, miten helposti yhteisöllistä toimintaa talokohtaisesti syntyy. Yhteisöllisyyttä voidaan edistää olemassa olevien tilojen paremmalla käytöllä. Kuntien vuokrataloyhtiöiden tulisi ohjeistaa isännöitsijöitä yhteisistä toimintaperiaatteista.

- **Asuinalueiden suunnittelussa ja rakentamisessa tulee ottaa huomioon yhteisöllisyyttä lisäävät ratkaisut**

Asuinalueilla tulee olla tiloja ja paikkoja, jotka mahdollistavat spontaanin yhteisöllisyyden. Esimerkiksi piha-alueesta voidaan rakentaa yhteisöllisyyteen kannustava. Kun halutaan virittää asukaslähtöistä toimintaa, niin spontaanien kohtaamisten runsaus lisää mahdollisuuksia ja avaa väyliä myös organisoidumpaan yhteisölliseen toimintaan.

- **Asuinalueuetyötä tulee kehittää yhteistoiminnalla, vapaaehtoistyöllä ja koordinaatiota parantamalla seuraavilla uusilla keinoilla:**

- **Asuinalueuetyöntekijä:** Sen lisäksi, että spontaania yhteisöllisyyttä mahdollistavia tiloja tarvitaan, niin tarvitaan myös ihmisiä, jotka kannustavat toimintaan. Yksi ratkaisu on asuinalueuetyöntekijä, jonka tehtävänä on vapaaehtoistyön koordinointi, neuvonta asumisen yhteisöllisyyteen liittyvissä asioissa ja yhteyshenkilönä toimiminen vuokrataloyhtiöiden ja muiden toimijoiden suuntaan. Asuinalueuetyöntekijä koordinoi mm. kartoitustyötä, jossa selvitetään alueen yhteiskäyttöön soveltuvia tiloja. Asuinalueuetyöntekijä olisi tärkeä linkki paitsi kuntaan, seurakuntiin ja järjestöihin myös yksityiseen sektoriin, jolla on myös paljon annettavaa yhteisölliseen toimintaan.



- Toiminnan järjestäjiä: Nykyisten talojen yhteiset tilat, kuten kerhuhuoneet, ovat usein vähällä käytöllä. Asukasyhdistykset, eläkeläisjärjestöt ja vapaaehtoiset olisivat yksi potentiaali toiminnan järjestämisessä. Käynnissä on myös paljon hyviä hankkeita, joten hyvien käytäntöjen levittäminen ja käyttöönotto ovat tärkeitä. Toiminnan koordinaattorina voisi toimia asuin- aluetyöntekijä.
- Yhteistyötä asuinalueuuteen: Kohtaamispaikkatoiminnassa on tällä hetkellä nähtävissä hyviä malleja eri sektoreiden välisestä työstä, jossa kunta vastaa tiloista ja yhdistys toiminnasta. Vastaavia esimerkkejä on myös seurakunnan ja kunnan yhteistyöstä. Näitä hyviä käytäntöjä tulee ottaa käyttöön laajemminkin ja tiedottaa niistä.
- Vanhusneuvostojen kytkeminen asuinalueuuteen: Vanhusneuvostojen osaaminen ja yhteistyöverkostot ovat tärkeä voimavara ikääntyneiden toiminnalle. Vanhusneuvostot ovat osoittaneet erityisesti kiinnostusta yhteisöasumisen edistämiseen, mutta yhteisöllisen toiminnan virittämiseen laajemminkin kiinnostusta varmasti löytyy. Kuntien tulee turvata vanhusneuvostojen työhön riittävät resurssit sen toiminnan tunnetuksi tekemiseksi ja vuorovaikutuksen lisäämiseksi kunnan eri alueilla asuvien ikääntyvien kanssa.

#### • **Vapaaehtoistyön ja vertaisten roolia tulee vahvistaa**

Vapaaehtoistyön kehittämistä tarvitaan. Ihmisillä on halua vapaaehtoistyön ja tätä potentiaalia tulee hyödyntää. Ihmisille tulee taata mahdollisuus osallistua siihen sopivaksi katsomansa ajan. Vapaaehtoistyöstä tulee voida helposti irrottautua, joten erilaiset määräaikaisten vapaaehtoistyön muodot tulee ottaa käyttöön.

Sen lisäksi, että vapaaehtoistyötä ovat halukkaita tekemään kaikenikäiset, niin ikääntyneet itse ovat erittäin suuri voimavara ja potentiaali asuinalue- ja vapaaehtoistyössä. Heitä tulee kouluttaa vetämään kerhoja ja käynnistämään ryhmiä. Ikääntyneiden osallistumista tulee markkinoida enemmän vertaisuuden pohjalta siten, että se on tasavertaista ja omaehtoista toimintaa.

#### • **Etsivän toiminnan muotoja tulee kehittää**

Tarvetta on ikääntyneiden keskuudessa tehtävän etsivän työn laajentamiselle ja sen muotojen monipuolistamiselle. Yksi keskeinen etsivän työn muoto on henkilökohtaiset yhteydenotot ja kotikäynnit, joita tulee vahvistaa. Mahdollisimman lähellä omaa asuinalueetta oleva avoin asukastila, joka toimii ns. turvaverkkona syrjäytymisuhan alaisille ihmisille ja jossa on tarjolla seuraa ja ruokailumahdollisuus, kokoaa todennäköisesti paikalle vähempiosaisia ikääntyneitä. Tätä kautta voi saada kontaktin, tiedottaa ja houkuttaa mukaan muuhunkin toimintaan.

#### • **Saavutettavuus tulee sisällyttää suunnitteluun ja toimintaan**

Esteettömyyskysymykset aiheuttavat haasteita ikääntyneiden osallistumiselle yhteiseen toimintaan. Paikalle pääsy kohtaamispaikkoihin ja arkipäivän asiointi tulisi varmistaa huonokuntoisille kotona asuville ikääntyneille. Oppilaitosten, järjestöjen, kuntien ja vapaaehtoistoiminnan yhteistyöllä näitä rajoituksia tulee helpottaa. Tilojen tulee myös olla toimivia sekä sisällä (portaat, tila rollaattorille ja pyörätuolille, akustiset kysymykset) että ulkona (penkkejä ja helposti kuljettavat väylät). Myös taloudellinen saavutettavuus tulee varmistaa.

- **Toiminnan sisältöjä tulee kehittää**

Ikääntyneille suunnattua toimintaa on nykyisin tarjolla hyvin monipuolisesti. Liikunta-, kulttuuri-, keskustelu- ja kädentaitoryhmät ovat hyvin monipuolisesti edustettuina. Yksi tulevaisuuden haaste on uudistua, jotta voidaan vastata myös niihin vaatimuksiin, joita nykyisellä väestöllä tulee ikääntyneiden toiminnalle olemaan. Tarpeet tulevat muuttumaan, vaikka todennäköisesti edelleen ihmisillä onkin tarve kokoontua ja olla kasvotusten tekemissä keskenään. Yhä enemmän merkitystä saavat virtuaaliset yhteisöllisyyden muodot, digitaalisuuden tuomat mahdollisuudet ja sosiaalinen media monine ulottuvuuksineen. Tärkeintä on, että suhtaudutaan avoimesti ikääntyneiden erilaisiin tarpeisiin ja pidetään ikääntyneet itse tiiviisti mukana toiminnan suunnittelussa.

- **Eri-ikäisten yhteisen toiminnan tulee perustua kaikkien osallistujien tarpeisiin**

Selvitettävänä oli myös kysymys ikääntyneille suunnattujen tilaratkaisujen ja toimintojen merkityksestä suhteessa kaikenikäisille tarkoitettuun toimintaan. Kävi selkeästi ilmi, että toiminnan tulee olla sisältönsä puolesta kiinnostavaa, mikäli eri ikäryhmiä halutaan saada yhdessä osallistumaan. Toiminnan luonne ja kiinnostuksen kohteet yhdistävät ihmisiä usein enemmän kuin ikä. Keinotekoisesti esimerkiksi lasten ja ikääntyneiden yhdessä tekeminen ei onnistu.

## LÄHTEET

- Allardt, E. 1976. Hyvinvoinnin ulottuvuuksia. WSOY, Helsinki.
- Asukastupa- ja kylälätoiminnan kehittämissuunnitelma. 10.6.2014. Hyvinvoinnin edistämisen lautakunta. Kuopion kaupunki, kansalaistoiminnan aktivointi.
- Cacioppo, J.T. & Cacioppo, S. 2014. Social Relationships and Health: The Toxic Effects of Perceived Social Isolation. *Social and Personality Psychology Compass* 2014 Feb 8(2): 58–72.
- Etsivä vanhustyö meillä ja muualla. 2015. Raportti suomalaisista ja eurooppalaisista käytännöistä. Kehittyvät vanhuspalvelut julkaisuja 1/2015. Vanhus- ja lähimmäispalvelun liitto.
- Hintikka, H. 2013. Kuopion kaupungin asukastupien asiaskaskysely 2013. Kuopion Settlementti Puijola ry, Lähiötyö.
- Haapola, I., Karisto, A. & Fogelholm, M. (toim.). 2013. Vanhuusikä muutoksessa. Ikihyvä Päijät-Häme -tutkimuksen tuloksia 2002–2012. Päijät-Hämeen sosiaali- ja terveystyhtymän julkaisuja 72.
- Haarni, I. 2010. Eläkeikäisten kohtaamispaikat tekemisen ja tapaamisen yhteisinä. *Gerontologia* 24(1): 3-13.
- Hynynen, R. (toim.). 2015. Palvelualueen ja ikäystävällisen asuinalueen kehittäminen. Ympäristöministeriön raportteja 5/2015.
- Hämeenlinnan kaupunki. [http://www.hameenlinna.fi/Palvelut/Ikaihmisten\\_palvelut/Voimaa-vanhuuksen/Liikuntaneuvonta-ja-toimintamallit/](http://www.hameenlinna.fi/Palvelut/Ikaihmisten_palvelut/Voimaa-vanhuuksen/Liikuntaneuvonta-ja-toimintamallit/). Viitattu 28.2.2016.
- Ilomäki, T., Saares, A., Rinne, H. & Shemeikka, E. 2015. Ikääntyvien saaman epävirallisen avun puute – ATH-tutkimuksen tuloksia. Teoksessa Murto, J. & Pentala, O. & Helakorpi, S. & Kaikkonen, R. (toim.). 2015. Yksinäisyys ja osallistuminen, ATH-tutkimuksen tuloksia - Järjestöketän tutkimusohjelma. Terveystyö- ja hyvinvoinnin laitos. Työpäpaperi 25/2015.
- Inhimillisiä uutisia 22.10.2014. Kadonneet vanhuksat. <http://www.inhimillisiauutisia.fi/kadonneet-vanhuksat/652437>. Viitattu 28.2.2016.
- Jyrkämä, J. 2013. Vanheneminen, arkitilanteet ja toimijuus. Teoksessa Heikkinen, E., Jyrkämä, J. & Rantanen, T. (toim.) *Gerontologia*. Duodecim. Saarijärvi.
- Kaikkonen, R., Murto, J., Pentala, O., Koskela, T., Virtala, E., Härkänen, T., Koskeniemi, T., Ahonen, J., Vartiainen E. & Koskinen S. 2015. Alueellisen terveys- ja hyvinvointitutkimuksen perustulokset 2010-2015. Verkkojulkaisu: [www.thl.fi/ath](http://www.thl.fi/ath)
- Kattilakoski, M. 2012. Kyläyhteisöt palvelujen tuottajina – vastavoimaa keskittymiselle. Teoksessa Kattilakoski, M. & Kilpeläinen, A. & Peltomäki, P. (toim.) *Yhteisöllisyydellä hyvinvointia ja palveluja maaseudulle. Maaseutupolitiikan yhteistyöryhmän julkaisu 1/2012*. Tampere.
- Kauppinen, T.M., Martelin, T., Hannikainen-Ingman, K. & Virtala, E. 2014. Yksin asuvien hyvinvointi. Mitä tällä hetkellä tiedetään? Terveystyö- ja hyvinvoinnin laitos. Työpäpaperi 27/2014. Helsinki.
- Kopomaa, T. 2013. Minne menet asukastalo? Tilatapausmerkkejä Helsingistä ja Maunulasta. Työpäpaperi – Helsingin yliopisto, sosiaalitieteiden laitos, yhteiskuntapolitiikka 19.9.2013.
- Kostiainen, A. 2010. "OLIS NIIN HAUSKAA OLLA JOUKON MUKANA". Kotona omatoimisesti asuva ikääntyvä gerontologisen sosiaalityön määrittäjänä. Sosiaalityön erikoistumiskoulutuksen lisensiaatintutkimus. Kuntouttavan sosiaalityön erikoisala. Sosiaalitieteiden laitos. Turun yliopisto.
- Kuntalaki (410/2015)
- Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveyspalveluista (980/2012)
- Moisio, P., Heikkinen, S., Honkakoski, A., Nurmio, K. & Pakanen, M. 2013. Vanhuspalvelulain pilotointi. Väli-Suomen Ikäkaste – Äldre-Kaste II Ikälain pilotointi –osahankkeen raportti. Hankeraportti 24.10.2013
- Nyt tulistuivat eläkeläiset: Harmaat pantterit -ryhmä suojelee Suolijärveä kaljakelluilta. *Aamu-lehti* 17.7.2015.
- Poikolainen, J. & Honkanen, K. 2016. Asuinalue lapsiperheiden kokemana (Aslako) –hyvinvointi haasteellisessa ympäristössä. Teoksessa Asumisen rahoitus- ja kehittämiskeskus ARA (toim.) *Tutkitusti parempi lähiö - Asuinalueiden kehittämissuunnitelman tutkimusjulkaisu. Asumisen rahoitus- ja kehittämiskeskus (ARA), Ympäristöministeriö. Helsinki 2016.*
- Seppänen, M. & Haapola, I. 2016a. Arjen sankarit ja ikkunasta katsojat - ikääntyneiden urbaani yhteisöllisyys. Teoksessa Asumisen rahoitus- ja kehittämiskeskus ARA (toim.) *Tutkitusti parempi lähiö - Asuinalueiden kehittämissuunnitelman tutkimusjulkaisu. Asumisen rahoitus- ja kehittämiskeskus (ARA), Ympäristöministeriö. Helsinki 2016.*
- Seppänen, M. & Haapola, I. 2016b. Ikääntyneet paikallisen yhteisöllisyyden rakentajina. Teoksessa Järvelä, J. & Tuominen, M. (toim.) *Hyvinvoiva asuinalue - yhteistyöllä kehittäen. Lahden kaupunki.*
- Suomen virallinen tilasto (SVT) 2015. Väestön tieto- ja viestintätekniikan käyttö 2015. Tilastokeskus, Helsinki. [http://www.stat.fi/til/sutivi/2015/sutivi\\_2015\\_2015-11-26\\_tie\\_001\\_fi.html](http://www.stat.fi/til/sutivi/2015/sutivi_2015_2015-11-26_tie_001_fi.html). Viitattu 26.2.2016.

- Tampereen kaupunki 2015. Kaupunginhallituksen suunnittelukokous 18.5.2015. Tampereen tulevaisuuden palvelumallityön tilannekatsaus [http://www.tampere.fi/liitteet/t/XKE2i31zQ/kh\\_suko18052015\\_pykala\\_palvelumalli.pdf](http://www.tampere.fi/liitteet/t/XKE2i31zQ/kh_suko18052015_pykala_palvelumalli.pdf). Viitattu 26.2.2016.
- Tikapuut tietoyhteiskuntaan 2010. ATK Seniorit Mukanetti ry 10 vuotta. Tampere.
- Tilastokeskuksen väestöennuste. [http://www.stat.fi/til/vaenn/2015/vaenn\\_2015\\_2015-10-30\\_tie\\_001\\_fi.html](http://www.stat.fi/til/vaenn/2015/vaenn_2015_2015-10-30_tie_001_fi.html). Viitattu 26.2.2016
- Toikka, S. & Vuorjoki, O. & Koskela, T. & Pentala, O. 2015. Aikuisväestön yksinäisyys ja järjestötoimintaan osallistuminen Suomessa – ATH-tutkimuksen tuloksia. Teoksessa Murto, J. & Pentala, O. & Helakorpi, S. & Kaikkonen, R. (toim.). 2015. Yksinäisyys ja osallistuminen, ATH-tutkimuksen tuloksia - Järjestökentän tutkimusohjelma. Terveyden- ja hyvinvoinnin laitos. Työpaperi 25/2015.
- Wallin, A. 2014a. Ikääntyvä kerrostalolähiö ja sen eläkeläisnaiset. Yhteiskuntapolitiikka 79(5): 509-520.
- Wallin, A. 2014b. Pilke silmäkulmassa. Eläkeläismiesten porukointi kaupunkiaukiolla. Yhdyskuntasuunnittelu 52(1): 53-68.
- Vapaaehtoistyön tekeminen Suomessa 2015. Taloustutkimus. [http://www.kansalaisareena.fi/Vapaaehtoistyö\\_Suomessa\\_2010ja2015.pdf](http://www.kansalaisareena.fi/Vapaaehtoistyö_Suomessa_2010ja2015.pdf). Viitattu 26.2.2016.

## LIITTEET

### Liite I: Kysymyksiä asiakkaille/asukkaille/ikäntyneille ryhmäkeskusteluun

#### Lähtökohtana se paikka, jossa nyt ollaan

- Milloin aloittanut käymään täällä ko. paikassa/tullut mukaan toimintaan? (jo tässä kohtaa voi tulla puheeksi myös muut harrastukset/tilaisuudet/tapahtumat, joissa haastateltavat käyvät, eli tähän väliin voi ottaa kohdan "vapaa-ajan vietto, mieltymykset ja tarpeet")
- Mikä sai lähtemään aloittamaan täällä käymisen? Onko kauan käynyt näissä tiloissa/toiminnassa? Mikä yleensä innostaa osallistumaan/"lähtemään liikkeelle"/ tapaamaan ystäviä tai tuttaviam?
- Onko jokin joka estää/hankaloittaa osallistumista? Onko jotain sellaista, mihin haluaisi osallistua, mutta ei voi, tai ei ole toimintaa tarjolla (mitä, miksi, miten voisi muuttaa tilannetta, että osallistuminen tulisi mahdolliseksi? esim. tuoda tiloja/toimintaa lähemmäksi/järjestää kuljetuksia/parantaa tiedottamista/joku lähtisi kaveriksi yms.)
- Millaista palautetta antaisi tästä toiminnasta? onko jotain erityisen hyvää - onko kehitettävää tai muutettavaa?
- Mitä tämä täällä käynti on omaan arkeen antanut?

#### Vapaa-ajan vietto, mieltymykset ja tarpeet

- Mikä on mieluista vapaa-ajan tekemistä? Onko siihen riittävästi mahdollisuuksia?
- Tykkääkö harrastaa ja puuhailla/toimia/tehdä asioita yksin, perhepiirissä, yhdessä muiden kanssa (ystävien, tuttavien, naapureiden kanssa, järjestöissä, seurakunnassa, vapaaehtoistoiminnassa jne)? Oman ikäisten vai mieluummin kaiken ikäisten kanssa? (tarkentaen, mitä mieluummin yksin/pienessä porukassa/yhteistoiminnassa)
- Mikä on yhteisten ruokailu- ja kahvittelumahdollisuuksien merkitys? Onko osallistunut?

#### Oma asuinalue ja sen "ikäystävällisyys"/yhteisöllisyys

- Onko tekemisissä omien naapureiden/lähistöllä asuvien ihmisten kanssa? Millä tavoin? Miten usein?
- Onko asuinalueella tapana kyläillä, jutella raitilla/kaupoissa ym. naapureiden kanssa/ entä auttaa erilaisissa asioissa/ tehdä yhdessä vai ollaanko enimmäkseen omissa oloissa tai perhepiirissä?
- Muistuu mieleen joitain tapahtumia, asioita, joita alueella on tehty yhdessä ja joista on jäänyt itselle hyviä kokemuksia?
- Millaisia tapaamispaikkoja ja tiloja alueella yleensä on ja miten ne sopivat oman ikäisten tarpeisiin? Pitäisikö asuinalueella lisätä mahdollisuuksia yhteiseen toimintaan ja kanssakäymiseen ihmisten kesken vain onko niitä jo riittävästi? Miten ja kuka voisi parantaa tilannetta?

#### Koko kaupunki / laajempi alue

- Onko toimintamahdollisuuksia ja ylipäätään tiloja, joita ikäntyneet käyttävät/voisivat käyttää tapaamispaikkoina, yhteisinä tiloina? Onko niitä riittävästi, onko jotain jota puuttuu jne.

## Liite 2: Haastatteluteemoja asiantuntijoille

Seuraavat kysymykset on tarkoitettu otettavaksi huomioon soveltuvin osin ja helpottamaan keskustelua:

### I Tarpeet ja toiveet

1. Millaisia tarpeita ja toiveita kotona asuvilla ikääntyneillä mielestäsi yleisesti ottaen on asuinympäristön yhteisöllisyyden suhteen?
2. Vaikka ikääntyneet eivät ole yhtenäinen joukko, jolla on samanlaiset toiveet, niin voiko silti mielestäsi erotella yleisimpiä toiveita/ajatuksia/tarpeita? Kerro niistä.
3. Miten näihin keskeisiin toiveisiin ja tarpeisiin on vastattu?

### II Olemassa olevia ratkaisuja ja tiloja

1. Onko mielessäsi joitain hyviä esimerkkejä siitä, että yhteisöllisyys nimenomaan ikääntyneiden keskuudessa on vahvaa? Mikä tämän on mielestäsi mahdollistanut tai mitkä tekijät siihen ovat olleet edesauttamassa?
2. Löytyykö esimerkkejä ikääntyneiden omaehtoisesta toiminnasta, johon myös uusien ihmisten, ja kenen tahansa ikääntyneen, on helppo liittyä mukaan?
3. Missä määrin asuinalueilla olevissa ns. hyvissä malleissa ylipäätään toteutuvat ikääntyneiden omaehtoisuus ja asukaslähtöisyys?
4. Löytyykö muista maista (esim. Tanska ja Hollanti) ratkaisuita, joista voisi ottaa oppia tai mallia?
5. Mikä merkitys mielestäsi ikääntyneiden kannalta on erityisesti heille tarkoitetuilla tilaratkaisuilla ja toiminnalla verrattuna kaikenikäisille tarkoitettuihin tiloihin ja toimintaan? Tuleeko jotain erityistä huomioida yleisissä, kaikille tarkoitetuissa tiloissa ja toiminnoissa juuri ikääntyneiden kannalta?

### III Potentiaaliset ratkaisut

1. Millaisia uusia mahdollisuuksia tilojen- tai toiminnan suunnittelussa mielestäsi on olemassa, mitä ei ole vielä hyödynnetty tarpeeksi? Onko mielessäsi esimerkkejä olemassa olevien tilojen (kuten palvelukeskusten yhteistilat, asuinalueiden kerhotilat, asukastuvat, puistot, aukiot, kirjastot, koulut) uudeltaisesta käytöstä, joka palvelee myös ikääntyneitä?
2. Miten voitaisiin parhaiten tukea tällaisten mahdollisten ja potentiaalisten ratkaisujen toteutumista?

### IV Kehittämistarpeet

1. Millaisia tiedossasi olevia suunnitelmia on olemassa tila- ja toimintaratkaisujen osalta?
2. Miten esteettömyys ja kaikin puolin matalan kynnyksen periaate (mm. taloudellisuus, sosiaalisuus) käytännössä toteutuvat mielestäsi yhteistiloissa ja –toiminnoissa asuinalueilla? Miten näitä kynnyksiä voisi entisestään madaltaa?

### V Muuta?

1. Mitä muuta aiheeseen liittyvää haluat sanoa, jota tässä ei tullut esiin?  
Kiitos!

## KUVAILULEHTI

Julkaisija	Ympäristöministeriö Rakennetun ympäristön osasto		Julkaisu-aika Huhtikuu 2016	
Tekijä(t)	Tuokkola, Kati & Nieminen, Jarmo & Konttajärvi, Tiina			
Julkaisun nimi	<b>Kotoa muiden seuraan – Asuinalue- ja talokohtaisten yhteistilojen ja -toiminnan arviointi ikääntyneiden näkökulmasta</b>			
Julkaisusarjan nimi ja numero	Ympäristöministeriön raportteja 14   2016			
Tiivistelmä	<p>Selvityksellä on kolme tehtävää: 1) tarkastella ikääntyneiden käytettävissä olevia asuinalue- ja talokohtaisia yhteistiloja sekä yhteistoimintaa, 2) arvioida niiden toimivuutta ikääntyneiden tarpeiden kannalta sekä 3) laatia suosituksia ja ehdotuksia sille, miten ikääntyneiden tarpeisiin sopivia asuinalue- ja talokohtaisia yhteistiloja ja -toimintaa voidaan toteuttaa.</p> <p>Keskeisin aineisto koottiin tutustumiskäynneillä, joita tehtiin Espoossa, Kuopiossa, Lahdessa, Orivedellä, Oulussa ja Tampereella. Tutustumiskäynneillä perehdyttiin kotona asuville ikääntyneille suunnattuun toimintaan palvelukeskuksissa (Espoo Tampere), kaiken ikäisille tarkoitettujen asukastilojen toimintaan (Kuopio, Oulu, Lahti) sekä ikääntyneiden osallistumiseen yhteisölliseen toimintaan maaseudulla (Eräjärvi). Ikääntyneitä kuultiin sekä ryhmä- että yksilöhaastatteluin, kaikkiaan 101 henkilöä. Ikääntyneiden toimintaa koordinoivia henkilöitä haastateltiin yhteensä 21 henkilöä. Lisäksi haastateltiin 19 asiantuntijaa, jotka edustavat kuntien vanhuspalveluita, asuntotoimea ja vanhusneuvostoa, yliopistoa, ympäristöministeriötä, ARAa, rakennusyhdistystä, järjestösektoria ja seurakuntaa.</p> <p>Ikääntyneiden tarpeet yhteisölliseen toimintaan muodostuvat yksinäisyyden ja turvattomuuden torjumisesta sekä yhteenkuuluvuuden ja itsensä toteuttamisen lisäämisestä. Olemassa oleva järjestetty ja omaehtoinen toiminta tukevat näitä tarpeita, mutta innostajia ja koordinoijia tarvitaan toiminnan ylläpitämiseksi. Myös etsivän toiminnan muotoja tarvitaan, sillä osaa ikääntyneistä ei tavoiteta nykyisillä tiedottamiskeinoilla. Fyysinen ja taloudellinen esteettömyys sekä toiminnan saavutettavuus saattoapuineen tulee mahdollistaa kaikille ikääntyneille. Kaikenikäisille tarkoitettut tilat ovat tärkeitä ikääntyneille. Kun halutaan saattaa yhteen eri-ikäisiä ihmisiä, on tärkeää se, että toiminta on sisällöltään aidosti kaikkia kiinnostavaa.</p> <p>Ikääntyneiden mahdollisuuksia osallistua yhteisölliseen toimintaan on tarvetta parantaa. Selvityksessä tuodaan esiin keinoja lisätä yhteisöllisyyttä tukevia tila- ja toimintaratkaisuja. Kehittämisehdotukset suuntautuvat sekä yleisesti yhteisöllisen toiminnan lisäämiseen (toiminnan vetäjien rekrytointi, vuokratyöntekijöiden kannustus, asuinalueiden suunnittelu) että uusien toimintojen käynnistämiseen (etsivä toiminta tai asuinalueyöntekijä). Myös olemassa olevien toimintojen kehittämiseen tulee kiinnittää huomiota (vapaaehtoistyön ja vertaisten roolin vahvistaminen ja vanhusneuvostojen kytkeminen asuinalueyöhön). Lisäksi toiminnan sisältöjä tulisi kehittää siten, että annetaan tilaa ikääntyneiden omille ideoille ja aktiivisuudelle sekä luodaan asuinaluekohtaisia yhteistyöverkostoja.</p>			
Asiasanat	Asuinympäristö, ikääntyneet, kohtaamispaikat, yhteisöllisyys			
Rahoittaja/toimeksiantaja	Ympäristöministeriö			
	ISBN 978-952-11-4602-2 (PDF)		ISSN 1796-170X (verkkokj.)	
	Sivuja 46	Kieli suomi	Luottamuksellisuus julkinen	
Julkaisun myynti/jakaja	Julkaisu on saatavana vain internetistä: <a href="http://www.ym.fi/julkaisut">www.ym.fi/julkaisut</a>			
Julkaisun kustantaja	Ympäristöministeriö			
Painopaikka ja -aika	Helsinki 2016			

## PRESENTATIONSBLAD

Utgivare	Miljöministeriet Avdelningen för den byggda miljön	Datum April 2016
Författare	Tuokkola, Kati & Nieminen, Jarmo & Konttajärvi, Tiina	
Publikationens titel	<b>Kotoa muiden seuraan – Asuinalue- ja talokohtaisten yhteistilojen ja -toiminnan arviointi ikääntyneiden näkökulmasta</b> (Ut ur hemmet till gemenskap med andra. Hur de gemensamma utrymmena och aktiviteterna i olika bostadsområden och boenden fungerar ur de äldres perspektiv.)	
Publikationsserie och nummer	Miljöministeriets rapporter 14   2016	
Sammandrag	<p>Utredningen har tre målsättningar: 1) att granska de gemensamma utrymmen och aktiviteter som äldre personer har tillgång till i bostadsområden eller boenden, 2) att bedöma hur väl de fungerar med tanke på de äldres behov samt 3) att utarbeta rekommendationer och förslag om hur gemensamma utrymmen och aktiviteter i bostadsområden eller boenden kan utformas så att de lämpar sig för de äldres behov.</p> <p>Det centrala materialet sammanställdes under besök i Esbo, Kuopio, Lahtis, Orivesi, Uleåborg och Tammerfors. Under besöken bekantade sig utredarna med verksamhet som erbjuds hemmaboende äldre vid servicecentraler (Esbo, Tammerfors), verksamhet i gemensamma boendetrymmen som är avsedda för människor i alla åldrar (Kuopio, Uleåborg, Lahtis) samt med verksamhet i social gemenskap som äldre deltar i på landsbygden (Eräjärvi). Utredarna hörde sammanlagt 101 äldre personer, både i gruppintervjuer och i enskilda samtal. Dessutom intervjuades sammanlagt 21 personer som samordnar verksamhet för äldre. Utöver detta intervjuades 19 sakkunniga som företräder den kommunala äldreomsorgen och bostadsväsendet och äldreådråden i kommunerna, universiteten, miljöministeriet, Finansierings- och utvecklingscentralen för boendet ARA, byggnadsföretagen, organisationerna och församlingarna.</p> <p>De äldres behov av verksamhet i social gemenskap bottenar i behovet att bekämpa ensamhet och otrygghet samt få en större känsla av samhörighet och bättre kunna förverkliga sig själv. Den organiserade och frivilliga verksamhet som redan finns stöder dessa behov, men för att upprätthålla verksamheten behövs det instanser som driver på och samordnar den. Eftersom det finns äldre personer som inte nås via de nuvarande informationskanalerna behövs det också olika former av uppsökande verksamhet. Alla äldre personer ska ges möjlighet att utan fysiska eller ekonomiska hinder få tillgång till aktiviteterna, inklusive med ledsagarhjälp. Utrymmen som är avsedda för människor i alla åldrar är viktiga för de äldre. När man vill föra samman människor i olika åldrar är det särskilt viktigt att verksamheten är sådan att den verkligen intresserar alla.</p> <p>De äldres möjligheter att delta i verksamhet som sker i social gemenskap behöver förbättras. I utredningen föreslås det olika sätt att utforma utrymmen och aktiviteter så att de stöder social samvaro. Utvecklingsförslagen gäller dels på ett allmänt plan åtgärder för att öka mängden samhörighetsskapande verksamheter (rekrytering av verksamhetsledare, sporrar för hyreshusbolag, planering av bostadsområden), dels helt nya verksamheter (uppsökande verksamhet eller grannskapsarbetare). Dessutom bör uppmärksamhet ägnas åt att utveckla de befintliga verksamheterna (en mer framträdande roll för frivilligt arbete och kamratstöd samt anknytande av äldreådråden till grannskapsarbetet). Också verksamheternas innehåll bör utvecklas så att man ger utrymme åt de äldres egna idéer och initiativ och skapar samarbetsnätverk i de olika bostadsområdena.</p>	
Nyckelord	Boendemiljö, äldre, mötesplatser, social gemenskap	
Finansiär/uppdragsgivare	Miljöministeriet	
	ISBN 978-952-11-4602-2 (PDF)	ISSN 1796-170X (online)
	Sidantal 46	Språk Finska
		Offentlighet Offentlig
Beställningar/distribution	Publikationen finns tillgänglig endast på internet: <a href="http://www.ym.fi/julkaisut">www.ym.fi/julkaisut</a>	
Förläggare	Miljöministeriet	
Tryckeri/tryckningsort och -år	Helsingfors 2016	





Suomen väestörakenne muuttuu tulevina vuosina niin, että 65 vuotta täyttäneiden ikääntyneiden osuus väestöstä tulee kasvamaan tämän hetken noin 20 prosentista vuoteen 2030 mennessä noin 25 prosenttiin. Väestörakenteen muuttumisen haasteeseen on osaltaan vastattu sillä, että mahdollistetaan ikääntyneiden kotona asuminen mahdollisimman pitkään. Koteihin tehtävien asumista helpottavien muutostöiden ja kotiin vietävien palvelujen lisäksi kotona asumisen tavoitetta tukevat asuinalueilla olevat yhteistilat, jotka lisäävät yhteisöllisyyttä ja mahdollistavat sekä järjestetyn toiminnan että spontaanin kanssakäymisen asukkaiden kesken.

Selvityksessä tarkasteltiin yhteistiloja ja yhteisöllistä toimintaa kuudella paikkakunnalla. Tutustumiskäyntien yhteydessä haastateltiin yhteistiloja käyttäviä ikääntyneitä ja toimintaa koordinoivia henkilöitä. Lisäksi haastateltiin kuntien edustajia ja alan asiantuntijoita. Raportissa esitetään kehittämissuhteita siitä, miten voidaan parantaa edellytyksiä toteuttaa ikääntyneiden tarpeita vastaavia asuinalue- ja talokohtaisia yhteistiloja ja -toimintaa nykyistä laajemmin ja paikallisiin oloihin soveltuen.



Ympäristöministeriö  
Miljöministeriet  
Ministry of the Environment

ISBN 978-952-4602-2 (PDF)  
ISSN 1796-170X (verkkok.)