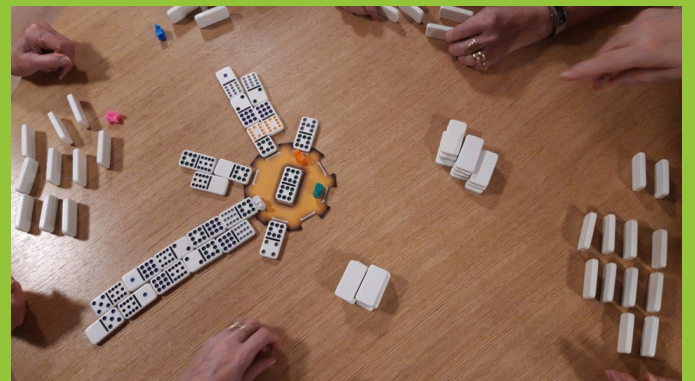




YHTEINEN ARKI

Opas ikääntyneiden yhteisölliseen asumiseen



TARU PAAVOLAINEN

ara

Asumisen rahoitus-
ja kehittämiskeskus



Asumisen rahoitus- ja kehittämiskeskus (ARA) & Keski-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus Koske
2021

Taitto: Taru Paavolainen

YHTEINEN ARKI
**Opas ikääntyneiden yhteisölliseen
asumiseen**

TARU PAAVOLAINEN

SISÄLLYS

1. ESIPUHE	5
2. JOHDANTO	6
3. YHTEISÖLLINEN ASUMINEN JA YHTEISÖLLISYYS	8
3.1 Yhteisöllinen asuminen – Toimintaa, tiloja ja tukea	8
3.2 Mitä yhteisöllisyys on?	9
4. YHTEISÖLLISEN ASUMISEN HYVÄT KÄYTÄNNÖT JA SOLMUKOHDAT	10
4.1 Kohti yhteisöllistä asumista	11
4.1.1 Yhteisöllisen asumisen toteuttajan polku	11
4.1.2 Yhteisöllisyyden siemenet kylvetään tutustumisella	15
4.1.3 Muutossa saatu tuki auttaa kotiutumisessa	17
4.2 Yhteinen toiminta	19
4.2.1 Asukaslähtöinen toiminta vastaa tarpeisiin ja toiveisiin	19
4.2.2 Rutiinit ja juhlahetket yhteisöissä	23
4.2.3 Ruoka kokoaa ihmisiä yhteen	26
4.2.4 Yhteisöllisessä talossa saa olla myös yksin	28
4.3 Tilat ja ympäristö yhteisöllisyyden mahdollistajina	30
4.3.1 Hyvällä suunnittelulla esteettömiä ja viihtyisiä tiloja	30
4.3.2 Yhteisten tilojen avaamisella hyvinvointia kaikille	35
4.3.3 Keskeinen sijainti mahdollistaa itsenäisen elämän	38
4.4 Osallisuus yhteisön arjessa	41
4.4.1 Osallisuus on kaikkien pitämistä mukana	41
4.4.2 Erottelu rakentaa rajoja yhteisön sisälle	43
4.4.3 Yhteisöllisyyteen kuuluu mahdollisuus saada äänensä kuuluviin	45
4.5 Yhteisön tuki	49
4.5.1 Naapuriapu ja sen rajat	49
4.5.2 Työntekijä yhteisöllisyyden edistäjänä	53
4.5.3 Yhteisöllisyyden ylläpitäminen on kaikkien vastuu	56
4.6 Monta polvea yhdessä	59
4.7 Poikkeustila yhteisöllisessä talossa	62
4.7.1 Koronapandemia muutti yhteisöllisten talojen arkea	62
4.7.2 Tulipalo toi esiin yhteisöllisyyden merkityksen ikääntyneelle	67
5. KOKEMUKSET NÄKYVIKSI	69
Oppeja yhteisölliseen asumiseen	70
LIITE 1. OPPAAN TAPAUSESIMERKIT	72
Hopearanta, Savonlinna	73
Ilona-talo, Jyväskylä & Laukaa	74
Senioripiha, Joensuu	75
Senja-kortteli, Jyväskylä	77
AINEISTO	79
Haastattelut	79
Kuvamateriaali	79
LÄHTEET	80

1. ESIPUHE

Viimeisen vuosikymmenen aikana ikääntyneiden asumista on tarkasteltu useissa raporteissa ja selvityksissä. Uudenlaisia, yhteisöllisyyttä korostavia asumisratkaisuja on kehitetty eri puolilla Suomea. Hajallaan olevaa tietoa ja osaamista on tärkeä koota ja viedä käytäntöön jo olemassa oleviin yhteisöllisiin taloihin ja ottaa huomioon uusien asumiskohteiden suunnittelussa.

Kokemukset näkyviksi – yhteisöllisen asumisen hyvät käytännöt ja solmukohdat -hankkeessa (2020) kerättiin yhteisöllisen asumisen hyviä toimintatapoja ja haasteita sitä toteuttavilta toimijoilta. Tavoitteena oli tuoda esiin yhteisöllisen asumisen polun eri vaiheisiin liittyviä hyviä käytäntöjä ja haasteita sekä selvittää, millaisista rakennuspalikoista yhteisöllisyys eri yhteisöllisen asumisen kohteissa muodostuu niin asukkaiden kuin työntekijöiden näkökulmista. Hankkeen havaintoja koottiin yhteen yhteisöllisen asumisen toteuttajien sekä asukkaiden tueksi.

Oppaan neljä tapausesimerkkiä (ks. liite sivu 72) ovat luonteeltaan erilaisia: jotkut ovat yksittäisiä taloja, toiset muodostavat kokonaisen korttelin; osa sisältää vain yhdenlaista asumista ja osa koostuu yhdistelmistä erilaisia asumisen muotoja. Yhteisinä tekijöinä ovat asukkaiden ikä, yli 55-vuotiaat, sekä tavoite yhteisöllisyyden edistämiseen.

Kokemuksia yhteisöllisestä asumisesta on kartoitettu tapausesimerkkikohteiden asukkailta, työntekijöiltä ja kaupunkien edustajilta. Asukkaiden kokemuksia kerättiin kyselyllä, johon saatiin yhteensä 432 vastausta eri asumiskohteista. Kyselyllä pyrittiin selvittämään asumiskohteiden parhaita puolia ja kehittämiskohteita yhteisöllisyyden näkökulmasta. Tapausesimerkkikohteiden työntekijöitä ja kaupungin edustajia haastateltiin heidän kokemuksistaan yhteisöllisestä asumisesta. Hyviä käytäntöjä ja haasteita pohdittiin vielä työpajassa, jossa osallistujat pääsivät vaihtamaan ajatuksiaan ja kokemuksiaan.

Hankkeen tuotoksia ovat *Yhteinen arki* -oppaan lisäksi [Yhteisöllisyys asumisessa](#) -raportti (Paavolainen 2021), jossa käsitellään yhteisöllistä asumista ja yhteisöllisyyttä tieteellisen tutkimuksen avulla, sekä [Monisukupolvisen yhteisöllisen asumisen hyvät käytännöt ja solmukohdat -raportti](#) (Lampinen 2021), jossa syvennyttään monisukupolviseen asumiseen. Yhdessä nämä kolme julkaisua muodostavat kattavan kokonaisuuden yhteisöllisestä asumisesta, joka tarjoaa monipuolista tietoa sen toteuttajille sekä asukkaille.

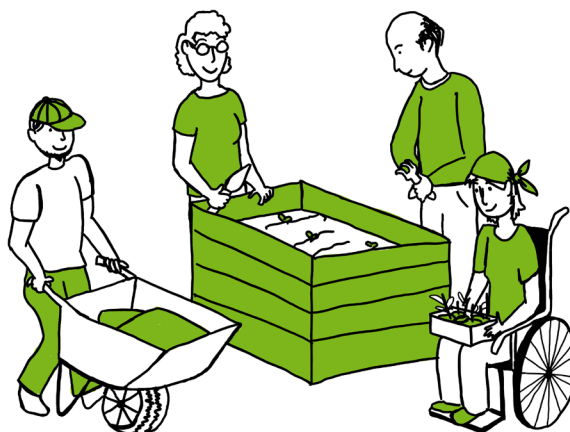
Kokemukset näkyviksi -hankkeen toteuttajana toimi Keski-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus Koske. Hankkeen ohjausryhmään kuuluivat Asumisen rahoitus- ja kehittämiskeskus ARAn erityisasiantuntija Sonja Manssila, Keski-Suomen Jaso Asunnot Oy toimitusjohtaja Seppo Ylinen, Varttuneiden asumisoikeusyhdistys Jason asiakaspalvelupäällikkö Maiju Luukkola ja asukastoinninhallinnasta Annukka Jernvall, Keski-Suomen opiskelija-asuntosäätiö KOASin toimitusjohtaja Matti Tanskanen, Jyväskylän kaupungin projektipäällikkö Kaisa Hirvaskoski-Leinonen ja hankekoordinaattori Sinikka Tyynelä. Ohjausryhmän puheenjohtajana toimi Keski-Suomen sosiaalialan osaamiskeskuksen johtaja Marja Heikkilä.

Hanketta rahoitti Asumisen rahoitus- ja kehittämiskeskus ARA, Varttuneiden asumisoikeusyhdistys Jaso, Keski-Suomen opiskelija-asuntosäätiö KOAS, Jyväskylän kaupunki ja Asuntorakentamisen Kehittämissäätiö.

2. JOHDANTO

Millaisessa kodissa haluaisit asua vanhempana?

Muuttuvat elämäntilanteet vaikuttavat asu-
mistarpeisiin ja -toiveisiin: kerran merkittä-
vää saattoi olla iso talo pihoineen, joissa sai
toteuttaa puutarhaunelmiaan ja lapsilla oli
tilaa temmeltää; nyt talo voi olla liian suuri,
puutarha työläs hoitaa ja kulkeminen portai-
ta pitkin kerroksesta toiseen vaikeaa. Syrjem-
mästä ostettu iso tontti antoi mahdollisuuden
mieheisen oman kodin rakentamiselle, mutta
myöhemmin palveluiden äärelle pääseminen
voi olla vaikeaa ja lähin naapurikin voi asua
parin kilometrin päässä. Arjen haasteet voi-
vat saada miettimään, miten omassa kodissa
on mahdollista pärjätä viiden tai kymmenen
vuoden kuluttua. Millainen kodin pitäisi olla
sopiakseen omaan elämäntilanteeseen, tar-
peisiin ja toiveisiin paremmin? Millaiset sei-
kat voivat tukea omassa kodissa asumista se-
kä tehdä arjesta mielekäästä?



Yhteisöllisessä asumisessa edistetään aktiivi-
sesti asukkaiden välistä vuorovaikutusta ja toi-
mintaa. Sillä pyritään vastaamaan ikääntynei-
den arjessa oleviin yleisiin haasteisiin, kuten
yksinäisyyteen, esteellisiin koteihin ja osallis-
tumisen vaikeuksiin. Yhteisölliset talot tarjo-
avat esteettömiä tiloja ihmisten väliselle koh-
taamiselle sekä mielekäästä tekemistä ja tukea
arkeen. Muiden ihmisten läheisyys luo turvalli-
suuden tunnetta ja mahdollistaa seuran löytä-
misen omaa yksityisyyttä menettämättä.



*Yhteinen arki – opas ikääntyneiden yhteisöl-
liseen asumiseen* esittelee tapausesimerkki-
en kokemusten ja kirjallisuuden pohjalta yh-
teisölliseen asumiseen liittyviä hyviä käytän-
töjä ja haasteita. Luvussa kolme tarkastellaan
ensin yhteisöllisen asumisen rakennuspalikoi-
ta, toimintaa, tiloja ja tukea. Sen lisäksi käsi-
tellään lyhyesti, mistä tekijöistä yhteisöllisyys
muodostuu ja millaisia haittapuolia sillä voi
myös olla asukkaiden arjessa.

Luvussa neljä käsitellään yhteisölliseen asumiseen rakennuspalikoita. Jokaisessa alaluvussa on ensin listattu aiheeseen liittyviä tapausesimerkkien kokemuksia hyvistä käytännöistä ja solmukohdista (ks. Oppaan merkintöjä -laatikko). Sen jälkeen on nostettu esiin yleisiä vinkkejä, joita on hyvä ottaa huomioon yhteisöllisestä asumista toteuttaessa.

Ensimmäisenä teemana tarkastellaan yhteisöllisen asumisen toteuttamisen vaihteita. Sen jälkeen havaintoja hyvistä toimintatavoista ja haasteista tuodaan esiin yhteisen toiminnan, tilojen, osallisuuden ja yhteisön tuen näkökulmista. Luvussa 4.6 käsitellään monisukupolvis- ta asumista yhteisöllisen asumisen muotona, jonka erityispiirteet on tärkeä huomioida. Hyviä käytäntöjä ja solmukohtia käsittelevä osa päättyy huomioihin COVID19-pandemian vaikutuksista yhteisöllisten talojen arkeen sekä Jyväskylässä sijaitsevan Palokan Ilonan tulipalon seurauksista.

Lukuun viisi on kerätty yhteen *Kokemukset näkyviksi* -hankkeen keskeisimmät havainnot yhteisölliseen asumiseen liittyvistä hyvistä käytännöistä ja haasteista. Oppaan liitteenä on lyhyet kuvaukset tapausesimerkkikohteista, joiden kautta niihin voi tutustua tarkemmin.

Tutustu oppaan avulla yhteisöllisen asumisen toteuttajien kokemuksiin ja poimi uusia ideoita sekä toimintatapoja yhteisöllisen talon arkeen.

Oppaan merkintöjä:

- ✓ Tapausesimerkin hyvä käytäntö
- X Tapausesimerkin solmukohta
-  Vinkki yhteisölliseen asumiseen



3. YHTEISÖLLINEN ASUMINEN JA YHTEISÖLLISYYS

3.1 YHTEISÖLLINEN ASUMINEN – TOIMINTAA, TILOJA JA TUKEA

Yhteisöllinen asuminen ei ole nykyaikana enää vaihtoehtoinen elämäntapa tai vaadi tietyn ideologian seuraamista, vaan siitä on tullut osa tavallista kaupunkirakentamista. Eri puolelle Suomea on viimeisen vuosikymmenen aikana rakentunut erilaisia ikääntyneille suunnattuja yhteisöllisiä asumiskohteita. Yhteisölliselle asumiselle ei ole kuitenkaan olemassa virallista määritelmää tai kriteerejä. Tässä oppaassa sillä tarkoitetaan **asumista, jolla pyritään tarkoituksenmukaisesti lisäämään asukkaiden välistä vuorovaikutusta ja yhteistä toimintaa joko yksittäisessä rakennuksessa, korttelissa tai laajemmalla asuinalueella.**

Yhteisölliselle asumiselle merkittäviä tekijöitä ovat esteettömät **yhteiset tilat**. Hyvin suunnitellut ja sijoitellut yhteistilat muuttavat huoneet arjen kohtaamispaikoiksi ja yhteisen tekemisen areenoiksi. Asukkaiden tarpeista liikkeelle lähtevä **yhteinen toiminta** luo mahdollisuuden kanssakäymiselle ja mielekkäälle tekemiselle. Sen parissa voi tutustua uusiin naapureihin ja käyttää omaa osaamistaan yhteisen tekemisen suunnitteluun. Yhteisöt muodostuvat niin persooniltaan, taustoiltaan kuin toimintakyvyltään erilaisista ihmisistä, minkä vuoksi on hyvä, että **yhteisölle ja yhteisöllisyydelle löytyy tukea naapuriavusta tai työntekijöistä**: arjen apu vahvistaa turvallisuuden tunnetta ja tukee itsenäistä pärjäämistä omassa kodissa.

Eläkevakuutusyhtiö Ilmarisen eläkeläisille suunnatussa kyselyssä 35 prosenttia vastaajista kiinnosti yhteisöllinen asuminen. Mikä yhteisöllisessä asumisessa kiinnostaa? Tärkeimpinä ominaisuuksina kyselyn vastaajat näkivät **turvallisuuden tunteen ja avun läheisyyden, kohtuullisen hinnan ja seuran**. Myös tämän oppaan tapausesimerkkikohteiden asukkailta tiedusteltiin, millaisia asioita he arvostavat nykyisessä asumispaikassaan. Turvallisuus nousi esiin jokaisessa kohteessa yhtenä merkittävimmistä ominaisuuksista. Muita tärkeitä tekijöitä olivat **ruokailumahdollisuudet** sekä **yhteinen toiminta**.

Ikääntyneiden kasvava määrä ja lisääntyvät palvelutarpeet aiheuttavat paineita palvelujärjestelmälle. Yhteisöllistä asumista ei tule tarkastella vain ratkaisuna yhteiskunnallisiin ongelmiin, vaan nähdä sen vaikutukset ikääntyneen hyvinvoinnille ja elämänlaadulle. Ikääntyneiden kokema yksinäisyys, osallistumisen vaikeudet ja suuri yksinasuvien määrä ovat haasteita, joihin yhteisöllisellä asumisella voidaan vastata: turvallisuus, kanssakäymisen vaivattomuus ja kokemus omasta kykenevyydestä ovat tekijöitä, jotka lisäävät ikääntyneiden hyvinvointia ja tekevät arjesta mielekäästä. Voidaan-ko yhteisöllisyyden kautta tuottaa hyvinvointia ikääntyneille avun ja tuen muodossa niin, että se täydentää tai jopa korvaa julkisen tuen tarvetta? Aiheesta tarvitaan lisää tutkimustietoa, mutta kokemukseen perustuvaa tietoa yhteisöllisyyden merkityksestä saatiin Palokan Ilonan tulipalon jälkeen (ks. sivu 67).

Lue lisää:

Paavolainen, Taru (2021). **Yhteisöllisyys asumisessa. Katsaus ikääntyneiden yhteisölliseen asumiseen.** Keski-Suomen sosiaalialan osaamiskeskuksen raportteja 51.

Saatavilla: <http://koskeverkko.fi/julkaisut/julkaisut-keski-suomen-sosiaalialan-osaamiskeskuksen-raportteja/>



Kokemukset näkyviksi -hankkeen työpajassa osallistujilta kysyttiin, mitä yhteisöllinen asuminen heidän mielestään on. Vastauksissa näkyivät etenkin yhteisöllisyyteen vaadittava asennoituminen, jossa arvostetaan ja kunnioitetaan toisia.

3.2 MITÄ YHTEISÖLLISYYS ON?

Yhteisöllisyys merkitsee ihmisille erilaisia asioita. Joillekin se voi tarkoittaa tiivistä yhdessäoloa ja yhteistä tekemistä naapureiden kanssa, kun taas toisille kokemus yhteisöllisyydestä voi syntyä siitä tiedosta, että joku naapurissa huomaa, jos jotain sattuu. Keskeisiä yhteisöllisyyteen liittyviä ominaisuuksia ovat **yhteenkuuluvuus, luottamus ja turvallisuus**.

Asukkaita yhdistävät asiat, kuten yhteinen koti, luovat tunteen yhteenkuuluvuudesta. Samankaltainen elämäntilanne, eläkkeellä oleminen tai eläkeiän lähestyminen, voivat myös toimia yhdistävänä tekijänä. Yhteenkuuluvuutta voidaan vahvistaa esimerkiksi yhteisillä juhlilla ja perinteillä, jotka yhdistävät kaikkia asukkaita. Yhteenkuuluvuus vahvistaa kokemusta yhteisön jäseneksi kuulumisesta.

Luottamus rakentuu tuttuuden myötä. Tutulta naapurilta on matalampi kynnys pyytää apua arkeen kuin täysin vieraalta ihmiseltä. Luottamus yhteisössä vahvistaa tunnetta siitä, että muut toimivat reilusti ja yhteisten sääntöjen mukaan, mikä tekee arjesta yhteisessä kodissa tai ympäristössä sujuvaa. Tuttujen ihmisten keskinäinen huolenpidon ilmapiiri lisää turvallisuuden tunnetta. Tieto siitä, että apua on tarvittaessa saatavilla esimerkiksi naapurioven takaa tai puhelimitse tavoitettavalta työntekijältä, vahvistaa kokemusta itsenäisestä elämisestä ja pärjäämisestä.

Yhteisöllisyyden myönteisiä vaikutuksia korostetaan usein, mutta siihen liittyy myös haitallisia ilmiöitä. Erilaiset persoonat voivat aiheuttaa yhteisöissä kiistoja ja asukasdemokratian toteutumisessa voi olla haasteita, jos asukkaita ei kuunnella tai he eivät koe voivansa ilmaista mielipiteitään. Tiiviit yhteisöt voivat edistää erottelua ”meihin” ja ”muihin”. Poikkeavat tai toimintakyvyltään heikommat asukkaat voidaan nähdä muiden silmissä toisina ja sulkea sen vuoksi arjen kanssakäymisen ulkopuolelle. Yhteisöllisyyden negatiivisista ilmiöistä on tärkeää olla tietoinen ja miettiä etukäteen toimintatapoja, jotka voivat helpottaa yhteisön arkea ja konflikteista selviämistä.



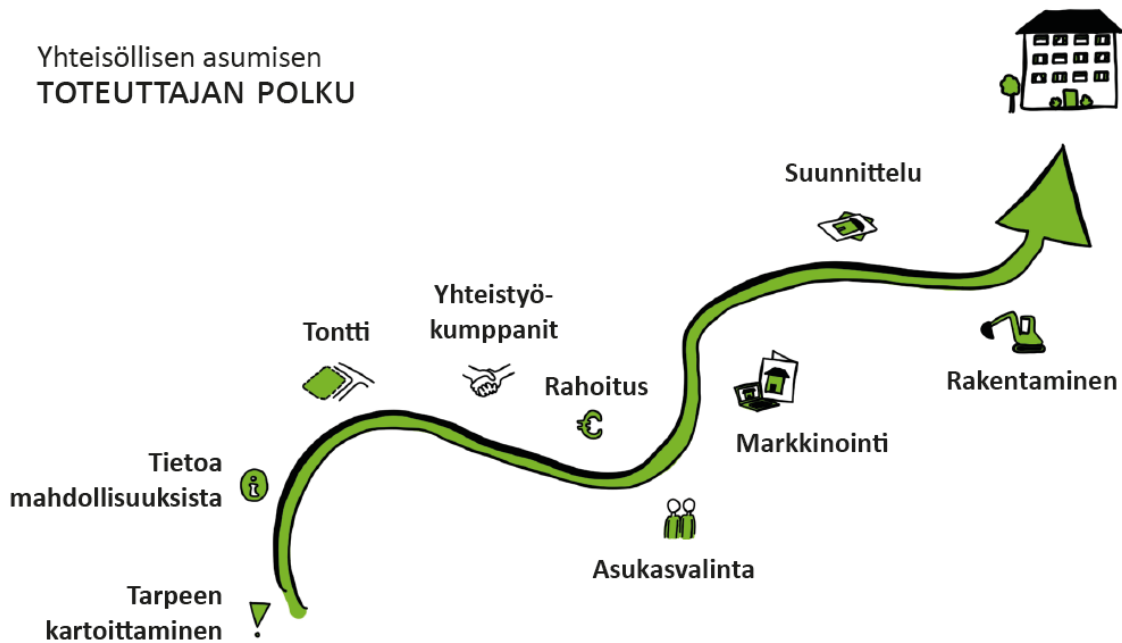
4. YHTEISÖLLISEN ASUMISEN HYVÄT KÄYTÄNNÖT JA SOLMUKOHDAT

Oppaan merkintöjä:

- ✓ Tapausesimerkin hyvä käytäntö
- X Tapausesimerkin solmukohta
-  Vinkki yhteisölliseen asumiseen



4.1 KOHTI YHTEISÖLLISTÄ ASUMISTA



Yhteisöllisen asumisen toteuttajan polku voi kulkea monella eri tavalla. Liikkeelle lähdetään asumistarpeiden kartoittamisesta ja edetään kohti suunnittelua ja rakennusvaihetta.

4.1.1 Yhteisöllisen asumisen toteuttajan polku

Yhteisöllisen asumisen toteuttamista suunniteltaessa ja ideoidessa on tarkasteltava kokonaisuutta tarpeeksi pitkällä aikajänteellä: millaista asumista tarvitaan vielä kolmenkymmenen vuoden kuluttua? Millaisia asumistarpeita asukkailla voi olla tulevaisuudessa ja miten niihin varaudutaan? Asumistarpeiden kartoittaminen alkuvaiheessa on tärkeää, jotta voidaan rakentaa kohde, johon löytyy riittävästi asukkaita ja joka vastaa heidän tarpeisiinsa.

Yhteisöllisen asumisen toteuttaminen vaatii monialaista tietoa ja asiantuntemusta rakentamisesta, rahoituksesta, asumisesta ja yhteisöllisyydestä. Sen vuoksi on tärkeää, että kunnilta löytyy yhteyshenkilö tai infopaketti yhteisöllistä asumista suunnittelevalle toteuttajataholle. Lisäksi vierailut toisten yhteisöllistä asumista toteuttavien tahojen kohteisiin antavat mahdollisuuden oppia muiden kokemuksista ja huomioida asumiseen liittyviä haasteita.

Olenainen vaihe toteuttajan polulla on tontin hankinta. Tontin valinnassa on kiinnitettävä huomiota moniin seikkoihin, kuten sen sijaintiin ja hintaan. Sijainnissa merkittäviä tekijöitä ovat lähellä sijaitsevat palvelut tai hyvät joukkoliikenneyhteydet, jotka tukevat itsenäistä asumista. Yhteisöllisyyteen vaikuttaa myös tontin sijainti muun asutuksen joukossa niin, että lähiympäristön elämään on helppo osallistua. Ikääntyneet ovat kiinnostuneita muuttamaan kaupunkien keskustoihin, mutta kohtuuhintaisen yhteisöllisen asumisen toteuttaminen keskustan läheisyydessä on

haastavaa korkeiden tonttintahintojen vuoksi. Kunnassa tehtävä poikkihallinnollinen yhteistyö mahdollistaa sen, että ikääntyneiden asumisessa huomioidaan eri alojen, kuten kaavoituksen, sosiaali- ja terveydenhuollon, näkemykset.

Sopivien yhteistyökumppanien löytäminen asumiskohteen toteuttamiseen on merkittävää hankkeen onnistumisen kannalta: onko yhteistyökumppaneilla esimerkiksi samanlaiset arvot ja näkemys yhteisöllisyyden edistämiseksi? Etenkin monitoimijaisessa kohteessa yhteistyötä sujuvoittaa se, että eri toimijat ovat sopineet selkeän tahon, joka koordinoi koko hanketta ja sovittaa yhteen erilaisia näkemyksiä. Fyysisten rakennusten ja tilojen lisäksi tärkeää on myös suunnitella ja sovittaa yhteen eri tahojen toimintaa tulevassa asumiskohteessa niin, että voidaan rakentaa kaikkia hyödyttävää yhteistyötä.

Millä tuleva hanke rahoitetaan? Asumisen rahoitus- ja kehittämiskeskus ARA:ta on mahdollista saada tukea yhteisöllisen asumisen toteuttamiseen. Korkotukilaina on pankin tai muun rahoituslaitoksen myöntämä laina, jonka korosta valtio maksaa osan, jos lainansaajan perusomavastuu korko ylittyy. Erityisryhmien investointiavustuksilla pyritään taas lisäämään kohtuuhintaisen ja käyttötarkoitukseensa soveltuvien vuokra-asuntojen tarjontaa. Rakentamisen rahoittamisen lisäksi tukea voi hakea myös toimintamallin ja yhteisöllisyyden edistämisen kehittämiseen. Hankerahoituksella voidaan saada esimerkiksi tärkeitä henkilöstöresursseja kehittämään toimintaa asumiskohteessa heti alusta lähtien.

Uuden kohteen markkinointiin on kiinnitettävä huomiota, jotta uudet asukkaat ovat tietoisia siitä, millaiseen paikkaan he ovat muuttamassa ja millaisia erityispiirteitä kohteessa on. Onnistuneella markkinoinnilla voidaan tavoittaa oikea kohderyhmä ja välttyä mahdollisilta harhaanjohtavilta odotuksilta uuteen kotiin liittyen. Jos asukasvalinta voidaan tehdä varhaisessa vaiheessa, voivat tulevat asukkaat tuoda näkökulmansa kohteen ja siinä asumisen suunnitteluun. Eri tahojen yhteissuunnittelulla varmistetaan se, että ammattilaisten ja käytännön näkökulmat tulevat otetuiksi huomioon suunnitteluvaiheessa.

Tapausesimerkkien kokemuksia

Hopearannan historia ylettyy 1800-luvulla toimintansa aloittaneeseen Savonlinnan Naisväenyhdistykseen, joka toimintansa alussa keskittyi köyhäinhoitoon ja lastentarhan pitämiseen. 1940-luvulla painotus vaihtui ikääntyneisiin ja vanhainkodin rakennus valmistui 1964. Hopearanta suunniteltiin alun perin vanhainkodin ja kodin väli-muodoksi, sillä asukkaan kykyä itsenäiseen asumiseen korostettiin eikä talossa ollut juurikaan hoitohenkilökuntaa. Palvelurakenteiden ja yhteiskunnallisten muutosten myötä Hopearantaa kehitettiin palveluasumisen suuntaan, mikä vaati remontteja ja muutoksia asuntojen varusteluun.

Ilona-talojen taustalla oleva Varttuneiden asumisoikeusyhdistys Jaso perustettiin vuonna 2012 aktiivisten kansalaisten toimesta. Tarkoituksena oli kehittää ikääntyneille kohtuuhintaista ja laadukasta asumisoikeuteen perustuvaa asumista. Asumisen rahoitus- ja kehittämiskeskukselta (ARA) saatiin hankkeeseen korkotukilainaa ja Jyväskylän työväenyhdistykseltä takaus alkulainaan. Lisäksi Raha-automaattiyhdistykseltä (RAY, nykyisin STEA) saatiin investointiavustusta ensimmäisen Ilona-talon rakentamiseen Huhtasuolle. Hyvänä käytäntönä nähtiin se, että Jason toimintamallin kehittämiseen saatiin vauhtia RAY:n myönnettyä hankerahoitusta (2013–2016) heti toiminnan alussa.

Senioripihan tarkoitus on vastata ikään-tyneiden asumisen tarpeisiin Joensuussa. Korttelia suunniteltiin poikkihallinnollisella yhteistyöllä. Hanke toteutettiin kaupungin omistaman osakeyhtiön avulla ja rahoitusta haettiin ARAlta, koska kaupungin määrärahat olivat sidottuina muihin tuleviin projekteihin. Ensimmäinen rahoitushakemus hylättiin, mutta vuonna 2012 hankkeelle saatiin myönteinen rahoituspäätös. Y-Säätiö omistaa kaksi korttelin rakennuksista sekä niiden tontit, jotka se vuokraa Joensuun kaupungille. Pääoperaattorina korttelissa toimii Siun Sote, joka tuottaa tehostetun palveluasumisen palveluja ja jonka useita yksiköitä on sijoitettu talojen tiloihin.

Senja-korttelin taustalla on Jyväskylän kaupungin kilpailu, jolla se haki vuonna 2009 seniorikorttelin kehittämiseen yhteistyökumppaneita. Hankkeeseen lähtivät TA-Yhtiöt, Jyväskylän Nuoriso- ja Palveluasunnot Oy, NCC ja Jyväskylän Hoivapalvelut ry. Korttelin rakentamiseen saatiin myös ARAn korkotukilainaa. Rakentaminen pääsi vauhtiin 2013. Jyväskylän Hoivapalvelut järjestää korttelissa palveluasumista ja tehostettua palveluasumista sekä tarjoaa palveluja korttelin asukkaille. Yhteisöllisyyden tukemiseen saatiin lisäresursseja STEA:n hankerahoituksella. *Virtaa Senjaan* -hanke (2016–2019) käynnistyi korttelin valmistumisen jälkeen ja mahdollisti alkuvuosina huomattuihin solmukohtiin tarttumisen.

Vinkkejä yhteisölliseen asumiseen

Hyviä käytäntöjä

- ✓ **Asumistarpeiden huolellinen ja tarpeeksi pitkälle tulevaisuuteen ulottuva kartoittaminen.** Millaista asumista paikkakunnalla tarvitaan seuraavien vuosikymmenten aikana? Millaiseen asumiseen paikkakunnalla riittää asukkaita nyt ja tulevaisuudessa?
- ✓ **Tutustumisvierailut muiden toteuttajien kohteisiin.** Muiden kokemuksista oppiminen tarjoaa mahdollisuuden poimia hyviä käytäntöjä omaan toimintaan ja välttää mahdollisia solmukohtia jo ennalta.
- ✓ **Tontin valinnassa huomioitava monet asumiseen liittyvät seikat.** Ovatko arjen kannalta tärkeimmät palvelut rollaattorimatkan tai hyvien joukkoliikenneyhteyksien päässä? Onko tontti esteetön ja mahdollistaa ulkona liikkumisen? Ovatko tontin kustannukset liian korkeat kohtuuhintaisen asumisen toteuttamiseen?
- ✓ **Eri toimijoilta haettavat avustukset ja rahoitus rakentamiseen sekä yhteisöllisyyden edistämiseen.** Millaiset tahot voivat myöntää avustuksia yhteisöllisen asumisen toteuttamiseen? Entä millaista rahoitusta on saatavilla toiminnan kehittämiseen?
- ✓ **Monitoimijaiset korttelit tarvitsevat selkeän koordinaatiotahon suunnittelu- ja rakennusvaiheissa (Oosi ym. 2019).** Monitoimijaisen asumiskohteen suunnittelu- ja rakennusvaiheissa esiin nousevat usein eri tahojen erilaiset näkemykset ja tavat toimia. Näiden yhteensovittamiseen tarvitaan selkeästi yksi toimija, joka koordinoi koko hanketta.

- ✓ **Asukkaiden osallistaminen suunnitteluun.** Tulevan kodin suunnitteluun osallistuminen tarjoaa mahdollisuuden paitsi käytännön näkökulmien esille tuomiseen suunnitteluvaiheessa myös luontevan tilaisuuden tutustua uusiin naapureihin. Jos asukasvalintaa ei ole mahdollista tehdä tarpeeksi varhaisessa vaiheessa, eivätkä tulevat asukkaat pääse osallistumaan suunnitteluun, voi esimerkiksi vanhusneuvosto (Oosi ym. 2019) olla tärkeä yhteistyökumppani tuomaan kohderyhmän näkemyksiä ja tarpeita esille.

Solmukohtia

- X **Yhteisöllisellä asumisella ei ole virallista määritelmää tai kriteerejä (Jolanki & Kröger 2015; Tyynelä & Niemi 2019).** Yhteisöllisyydellä voidaan markkinoida monenlaisia asuntoja kiinnittämättä huomiota siihen, mitä yhteisöllisyydellä tarkoitetaan asumisen yhteydessä. Riittääkö pelkän yhteisen kerhohuoneen rakentaminen tekemään asumisesta yhteisöllistä vai tarvitaanko siihen muutakin? Jotta taloa voisi kutsua yhteisölliseksi senioritaloksi, sen yhteisölliset ominaisuudet voisi kuvata esimerkiksi toimintamallin avulla.
- X **Tiedottamiseen yhteisöllisen asumisen toteuttamisen mahdollisuuksista on panostettava (Helamaa & Pylvänen 2012).** Kuntien tiedottamisen kehittäminen yhteisöllisen asumisen tarjonnasta sekä toteutusmahdollisuuksista on tärkeää, jotta yhteisöllisen asumisen toteuttamisesta kiinnostuneet toimijat löytäisivät tarvittavan tiedon nopeasti: keneen otan yhteyttä, millaista rahoitusta hankkeeseen voi saada? Millaista asumista kunnassa on jo tarjolla eri toimijoiden toteuttamana? Sähköisten kanavien lisäksi olisi tärkeä olla selkeä yhdyshenkilö, joka neuvoo ja vastaa tiedonvälityksestä.

4.1.2 Yhteisöllisyyden siemenet kylvetään tutustumisella

Yhteisö voi muodostua sen jäseniä yhdistävän yhteisen asian pohjalta, oli kyse kiinnostuksen kohteesta, aatteesta tai toiminnasta. Asuinyhteisön jäseniä yhdistää ensisijaisesti asuinpaikka, kuten sama asuinrakennus tai kortteli, mutta pelkkä yhteinen fyysinen asuinympäristö ei synnytä yhteisöllisyyttä sen asukkaille: yhteishengen luomiseen tarvitaan tuttuutta, joka syntyy vuorovaikutuksen pohjalta. Tutustumiseen vaikuttavat myös asukkaiden persoona ja toimintakyky: joillekin tutustuminen ja yhteiseen toimintaan mukaan lähteminen tapahtuu sujuvasti ilman minkäänlaista apua, kun taas toiset kaipaavat tukea vieraisiin ihmisiin tutustumisessa.

Tuttuuden kautta muodostuu myös luottamusta, joka perustuu henkilökohtaisiin ja välittömiin suhteisiin naapureiden välillä: kun viereisessä asunnossa asuva ihminen muuttuu tuntemattomasta tutuksi, hänen luotetaan toimivan yhteisten sopimusten mukaisesti ja yhteistä hyvää tavoitellen. Luottamus on olennainen osa yhteisöllisyyttä ja saa yhteisön arjen sekä vuorovaikutuksen sujumaan mutkattomammin. Tästä syystä asukkaiden tutustumisen edistäminen ja uusien asukkaiden kotiutumisen tukemiseen panostaminen on tärkeää yhteisöllistä asumista kehitettäessä.

Yksi ikääntyneiden elämässään kokema haaste on yksinäisyys. Tutkimusten mukaan Suomessa yli 75-vuotiaista yhdeksän prosenttia tuntee yksinäisyyttä, kun taas vanhainkodeissa ja tehostetussa palveluasumisessa yksinäiseksi itsensä kokee jo kolmasosa asukkaista. Yhteisöllisyydestä on haettu ratkaisua ikääntyneiden yksinäisyyteen, mutta yhteisöllisenkin asumisen piirissä on mahdollista tuntea olonsa yksinäiseksi.

Tapausesimerkkien kokemuksia

Tapausesimerkkikohteissa asuvista kyselyyn vastanneista 14–30 prosenttia tunsivat itsensä ainakin hieman yksinäisiksi. Yhteisölliseen taloon muuttaminen voi olla suuri muutos ihmiselle, joka on asunut yksin eikä ole tottunut muiden ihmisten läsnäoloon oman kodin piirissä. Yhteisiin aktiviteetteihin mukaan lähteminen voi olla hankalaa, kun kaikki on uutta ja naapurit vieraita. Kokemus ulkopuolisuudesta ja yksinäisyydestä voi syntyä, vaikka toimintaan osallistuisi aktiivisesti.

Taulukko yksinäisyyden kokemuksista tapausesimerkkikohteissa

Tunnen oloni yksinäiseksi	Hopearanta (n = 17)	Ilona-talo (n = 228)	Senioripiha (n = 61)	Senja-kortteli (n = 99)
Täysin samaa mieltä	11,8 %	4,0 %	6,7 %	7,1 %
Hieman samaa mieltä	17,7 %	9,7 %	16,4 %	14,1 %
Yhteensä	29,5 %	13,7 %	23,1 %	21,1 %

Hyviä käytäntöjä

- ✓ **Asukastilaisuudet ennen talon valmistumista (Ilona-talo).** Asukkaille luodaan mahdollisuuksia tutustua toisiinsa ja suunnitella yhteistä kotiaan asukastilaisuuksissa, joita järjestetään talon rakennusvaiheessa. Tulevan kodin suunnittelu houkuttelee paikalle suuren osan uuden talon asukkaista ja tarjoaa samalla mahdollisuuden tutustua uusiin naapureihin. Asukastilaisuuksien myötä uuteen taloon muuttavat asukkaat ovat jo ennestään tuttuja.
- ✓ **Työntekijät tukevat aktiivisesti samanhenkisten asukkaiden tutustumista (Hopearanta).** Uusille asukkaille työntekijät tulevat nopeasti tutuksi muuton jälkeen, minkä vuoksi he voivat tukea myös samanhenkisten asukkaiden kohtaamista.
- ✓ **Huoneentaulut tukevat asukkaiden ja työntekijöiden tutustumista (Senioripiha).** Opiskelijoiden toteuttamiin huoneentauluihin on koottu tehostetun palveluasumisen asukkaiden tärkeitä tietoja. Työntekijöiden vaihtuessa huoneentaulut auttavat nopealla vilkaisulla selvittämään, mistä asukas pitää ja ei pidä. Ne voivat tukea myös vuorovaikutusta työntekijän ja asukkaan välillä tarjoamalla keskustelunaiheita asukkaan tärkeiksi kokemista asioista.
- ✓ **Vertaistuelliset pienryhmät (Ilona-talo).** Kotiutuminen uuteen asuinpaikkaan voi olla joskus vaikeaa ja etenkin suurissa asumiskohteissa yhteisölliseen arkeen mukaan pääseminen voi tuntua hankalalta. Ilona-taloissa kehitettiin ryhmätoiminnan malli Vieruska, jossa suljetut pienryhmät tarjoavat yksinäisyyden kokemuksia omaaville asukkaille vertaistukea. Ryhmät mahdollistavat myös uusiin naapureihin tutustumisen vähän kerrallaan, mikä voi helpottaa suureen asukasyhteisöön kotiutumista. Asukastoiminnanohjaajan rooli on toimia ryhmän koollekutsujana ja keskustelun vetäjänä sekä mahdollistajana.

Vinkkejä yhteisölliseen asumiseen

 **Muuttaako taloon jo valmiiksi toisensa tuntevia vai vieraita ihmisiä?** Yhteisön sisäiseen vuorovaikutukseen vaikuttaa, ovatko asukkaat toisilleen tuntemattomia vai tuttuja jo ennestään. Jälkimmäisessä vaihtoehdossa muuton jälkeen päästään suunnittelemaan suoraan yhteistä toimintaa ja arkea, kun taas ensimmäisessä rakennetaan samaan aikaan vielä tuttuutta ja luottamusta asukkaiden välille. Tulevia naapureita voidaan tutustuttaa toisiinsa esimerkiksi asukkaiden yhteisillä tilaisuuksilla tai kokeilla sosiaalisen median hyödyntämistä yhteisenä viestintäkanavana ennen muuttoa.

 **Keinojen miettiminen uusien asukkaiden tutustuttamiseksi jo olemassa olevaan yhteisöön.** Yhteisö on jatkuvassa muutoksessa asukkaiden vaihtuessa muuttojen ja kuolemantapausten myötä. Miten uudet asukkaat pääsevät mahdollisimman vaivattomasti osaksi olemassa olevan yhteisön arkea? Myös vanhat asukkaat kokevat usein tärkeäksi uusiin asukkaisiin tutustumisen. Esimerkiksi nimetty mentoriasukas (Chandler ym. 2014) voi auttaa uutta tulokasta muuton jälkeisissä askeleissa, mutta toisaalta luoda ennakkokäsityksiä talon arjesta.

 **Tasapainoilu tutustumisen halun, uuden asukkaan toiveiden ja tietosuojaan välillä.** Uuden asukkaan toivottaminen tervetulleeksi vaatii hienotunteisuutta: kaikki eivät halua muuttoa huomioitavan kakkukahveilla tai julkisilla esittäytymisillä, eikä uudesta asukkaasta ole lupaa antaa tietoja eteenpäin ilman hänen suostumustaan. Samaan aikaan vanhat asukkaat voivat olla innokkaita tutustumaan uusiin naapureihinsa ja saamaan tietoa yhteisön uudesta jäsenestä. Tärkeintä on kuitenkin kuunnella uuden asukkaan toiveita.

 **Työntekijöillä keskeinen rooli kotiutumisprosessissa.** Kaikissa yhteisöllisissä asumiskohteissa ei ole henkilökuntaa, mutta työntekijät voivat olla avainasemassa yhteisöön tutustumisen tukemisessa ja mahdollistamisessa. Silloin asukkaiden ja työntekijöiden tutustuminen on tärkeää, jotta uusi asukas persoonineen ja toiveineen opitaan tuntemaan.

 **Huomion kiinnittäminen yksinäisyyden kokemuksiin (Jansson 2020).** Vaikka vain pieni osa asukkaista kokisi itsensä yksinäiseksi, on yksinäisyydellä suuria vaikutuksia sitä kokevan ihmisen arkeen ja hyvinvointiin. Yksinäisyyden kokemuksia olisi tärkeä kartoittaa systemaattisesti yhteisöllisissä asumiskohteissa, jotta niihin voidaan tarvittaessa tarttua. Kokemuksia voidaan käsitellä esimerkiksi vertaistuellisissa pienryhmissä (ks. edellinen sivu) tai pohtimalla yksinäisyyteen liittyviä taustatekijöitä sekä ratkaisuja niihin (Saksola 2019). Jokaisen yksinäisen tarina on ainutlaatuinen yhdistelmä erilaisia taustatekijöitä.

 **Tutustuminen alkaa tervehtimisestä.** Tervehtimällä huomioidaan muiden ihmisten läsnäolo. Se on pieni teko, jolla on suuri merkitys: tervehtiminen on askel kohti tutustumista ja vahvistaa kokemusta yhteisöön kuulumisesta. Sen vuoksi on hyvä kehittää tapa, että kaikkia tervehtitään, oli kysymys asukkaasta, työntekijästä tai vieraasta.

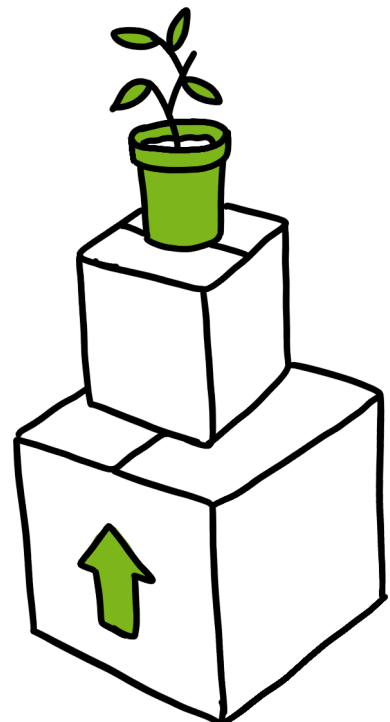
4.1.3 Muutossa saatu tuki auttaa kotiutumisessa

Muutto uuteen kotiin on herkkää aikaa, johon liittyy muutakin kuin tavaroiden siirtämistä paikasta toiseen. Ensimmäiset hetket uudessa talossa ja yhteisössä voivat jättää pitkäkestoisia vaikutuksia uuden asukkaan mieleen ja vaikuttaa myöhemmin yhteiseen toimintaan osallistumiseen. Muuttotilanteen erityisyys on tärkeää huomioida yhteisöllisen asumisen kohteissa ja miettiä keinoja, jolla siitä voisi tehdä hieman helpomman uudelle asukkaalle ja edistää näin uuteen kotiin ja yhteisöön kotiutumista.

Tapausesimerkkien kokemuksia

Hyviä käytäntöjä

- ✓ **Asukkaan tukeminen ennen muuttoa ja sen aikana (Ilona-talo).** Ennen muuttoa järjestetyissä asukastilaisuuksissa ja -infoissa jaetaan muuttoon liittyvää tietoa ja keskustellaan siihen liittyvistä käytännön seikoista. Esimerkiksi muuttoon liittyvää ruuhkaa pyritään välttämään selvittämällä etukäteen asukkaiden muuttoaikatauluja. Asukastoiminnanohjaajat toimivat tukena koko muuttoprosessin ajan ja heiltä voi kysyä muuttoon liittyvistä huolista. Lisäksi he ovat tukemassa yhteisöä sen ensiaskeleilla, jotta esimerkiksi muuttoväsymyksen ja -stressin tuomat ongelmatilanteet voidaan selvittää heti.



- ✓ **Muuttoon liittyvässä byrokratiassa neuvominen (Senja-kortteli, Ilona-talo).** Muuttoon liittyy paljon käytännön seikkoja, kuten sähkösopimukset, asumistukihakemukset ja muuttoilmoitukset, joiden hoitaminen tapahtuu yhä useammin sähköisesti. Vaikka apua asioiden hoitamiseen voi saada omaisilta, voivat jotkin palvelut ja niiden hakeminen olla vieraita. Palveluohjaaja voi tarjota tukea sähköiseen asiointiin ja antaa tietoa erilaisista palveluista, jotta arki uudessa kodissa voi alkaa mahdollisimman sujuvasti.
- ✓ **Talon puitteet ja työntekijöiden osaaminen mahdollistavat kotona asumisen vaihtelevissa elämäntilanteissa (Hopearanta).** Toimintakyvyn ja terveyden heikentyessä asukkaan ei tarvitse viettää pitkiä aikoja oman kodin ulkopuolella. Esimerkiksi leikkauksen jälkeen asukkaan ei tarvitse jäädä terveyskeskuksen vuodeosastolle lainkaan, vaan Hopearannan oman sairaanhoitajan ja fysioterapeutin sekä kuntosalin ja tasapainohuoneen vuoksi kuntoutus voidaan toteuttaa oman kodin tutussa ympäristössä ja tuttujen ihmisten parissa. Kaikki työntekijät ovat myös saaneet saattohoitokoulutusta, mikä mahdollistaa sen, että asukas voi asua omassa kodissaan elämänsä loppuun asti.

Vinkkejä yhteisölliseen asumiseen



Keinot asukkaiden muuton helpottamiseksi. Joskus pienet asiat voivat olla suuri helpotus isojen muutosten päivänä, oli kyseessä asumistuen hakemisessa neuvominen, tilan varaaminen muuttoautille muuttopäivänä tai tervetulleeksi toivottaminen.

4.2 YHTEINEN TOIMINTA

4.2.1 Asukaslähtöinen toiminta vastaa tarpeisiin ja toiveisiin

Yhteinen toiminta on olennainen osa yhteisöllisyyden kehittämisessä ja ylläpitämisessä. Mielekäs yhteinen tekeminen tuo yhteisön jäseniä yhteen ja luo perustan vuorovaikutukselle. Yhteisen toiminnan tulisi lähteä liikkeelle asukkaiden tarpeista, toiveista ja ideoista. Asukaslähtöinen toiminta innostaa osallistumaan ja hyödyntämään omaa osaamistaan aktiviteettien järjestämisessä. Asukkaat tulisi nähdä aktiivisina toimijoina yhteisen tekemisen ideoimisessa, suunnittelussa ja toteuttamisessa, ei pelkkinä osallistujina. Monipuoliset keinot kerätä toiveita ja ideoita (ks. sivu 45) ovat tärkeitä asukkaiden toiveiden selvittämiseksi ja toiminnan suunnittelemiseksi.

Asukaslähtöinen toiminta ei tarkoita, että ikääntyneiden pitäisi järjestää toimintaa yksin, vaan tukena voi toimia esimerkiksi työntekijä, joka pyrkii mahdollistamaan asukkaiden ideoiden toteuttamisen. Lisäksi työntekijöillä voi olla suuri merkitys yhteiseen toimintaan osallistumisen mahdollistajina ja innostajina. Toiminnan luonne voi myös muuttua ajan kuluessa: yhteinen tekeminen voi vaihtua ulkopuolisten järjestämästä tekemisestä omaehtoiseksi toiminnaksi, kun sen järjestämisestä vastanneet hankkeet päättyvät ja osallistujat päättävät jatkaa itse hyväksi todettua aktiviteettia. Asukkaiden vetämä yhteinen tekeminen voi taas siirtyä työntekijän tai vapaaehtoisen organisoimaksi, jos asukkaiden toimintakyky ja jaksaminen heikkenee.



Hopearannassa asukkaat pitävät ihmisbingosta, jossa etsitään ohjelman vetäjän antamien vinkkien perusteella tunnettuja henkilöitä omasta bingoapusta.

Tapausesimerkkien kokemuksia

Tapausesimerkkikohteissa yhteinen toiminta on enimmäkseen työntekijä- tai vapaaehtoislähtöistä. Asukkaita kuullaan yhteistä tekemistä suunniteltaessa ja ideoita yhteistä toimintaa varten kerätään monin eri keinoin, mutta usein toiminnan organisointi ja vetäminen jää työntekijöiden vastuulle. Yhteistä toimintaa määrittää myös usein se, millaista toimintaa kolmannen sektorin toimijat, vapaaehtoiset ja opiskelijat ovat kiinnostuneita tarjoamaan talon asukkaille.

Taulukko yhteisen toiminnan lähtökohdista

Yhteinen toiminta on enimmäkseen...	Hopearanta	Ilona-talo	Senioripiha	Senja-kortteli
... asukaslähtöistä		x		x
... työntekijälähtöistä	x		x	
... vapaaehtoislähtöistä			x	
... hankelähtöistä			x	

Hyviä käytäntöjä

- ✓ **Asukkaiden työryhmä suunnittelee yhteistä toimintaa (Senja-kortteli).** *Virtaa Senjaan* -hankkeen aikana perustettiin talon asukkaista koostuva ”työrukkanen” yhteisen toiminnan edistämiseksi. Työrukkasen kokouksiin osallistuvat asukkaat ideoivat ja suunnittelevat yhdessä palveluohjaajan kanssa korttelin ryhmätoimintaa sekä tapahtumia muutamaksi kuukaudeksi eteenpäin. Työrukkanen toimii väylänä korttelin asukkaille tuoda esiin toiveitaan ja ideoitaan.
- ✓ **Asukastoiminnanohjaaja tukee yhteisen toiminnan järjestämistä (Ilona-talo).** Ilona-taloissa pyritään asukaslähtöiseen toimintaan, jossa asukkaat ideoivat, suunnittelevat ja toteuttavat yhteistä toimintaa. Asukastoiminnanohjaaja tukee yhteisten aktiviteettien järjestämistä esimerkiksi auttamalla tiedottamisessa tai ottamalla yhteyttä tarvittaviin toimijoihin ohjelman järjestämiseksi. Asukastoiminnanohjaaja järjestää myös tuumaustuokioita (ks. sivu 46), joilla pyritään osallistamaan asukkaita yhteisen arjen ideoimiseen ja suunnitteluun.
- ✓ **Opiskelijoiden harjoittelut tuovat lisäresursseja (Hopearanta).** Opiskelijat saavat harjoittelustaan työkokemusta ja työntekijät kaivattuja lisäresursseja työhön. Harjoitteluilla voidaan toteuttaa moninaista yhteistä toimintaa asukkaille, kuten opiskelijoiden pitämiä taideterapiahetkiä tai musiikkiesityksiä. Hopearanta on esimerkiksi tarjonnut suomen kielen ja työhön tutustumisen harjoittelupaikkoja Savonlinnan Kristillisessä opistossa opiskeleville maahanmuuttajille. Asukkaat ovat ottaneet heidät hyvin vastaan ja opiskelijat ovat saaneet hyviä kokemuksia palvelutalossa työskentelystä.



Vaajakosken Ilonassa kokeillaan erään asukkaan johdolla raaputustöitä. Idea toimintaan lähti liikkeelle asukkaalta, joka hankki myös askarteluun vaadittavat materiaalit. Aukastoinnin ohjaajan vastuulle jäi toiminnasta tiedottaminen.

- ✓ **Kaikkia hyödyttävä yhteistyö takaa monipuolisen toiminnan (Senioripiha).** Senioripihassa monipuolinen yhteinen toiminta rakentuu paikallisten toimijoiden kanssa tehdyn yhteistyön pohjalta. Esimerkiksi eläkeläis- ja potilasjärjestöt saavat käyttää Matti-talon kuntosalia nimellisellä hinnalla ja vastavuoroisesti he järjestävät erilaista ohjelmaa, kuten tietoiskuja ja luentoja, talon ruokasalissa. Vapaaehtoisia esiintyjiä taloon saadaan hyvin, kun runsas yleisö on taattu korttelin talojen asukkaista ja lähiympäristön ikääntyneistä. Positiiviset kokemukset yhteistyöstä takaavat sen, että Senioripihaan otetaan paljon yhteyttä yhteisen toiminnan järjestämiseksi.
- ✓ **Työntekijälähtöisellä yhteisellä toiminnalla on johdon tuki ja tarvittavat resurssit (Hopearanta).** Kun yhteinen toiminta nähdään tärkeänä asiana, sen kehittämiseen ja toteuttamiseen annetaan resursseja. Työntekijöillä on mahdollisuudet ideoida sekä toteuttaa yhteistä tekemistä ja johto näkee sen merkittävänä hyvinvointia edistävänä toimintana.

Solmukohtia

- X Hankelähtöinen yhteinen toiminta voi hiipua hankkeen päättyessä (Senioripiha).** Marta-talossa järjestettiin hankkeen puitteissa yhteistä toimintaa, mutta sen päättymisen jälkeen toiminta ei vakiintunut osaksi arkea tai siirtynyt asukkaiden vetämäksi. Asukkaat kaipasivat hankkeen aikaista toimintaa ja ulkopuolista vetäjää yhteiselle tekemiselle. Erilaisten hankkeiden tuomat lisäresurssit työntekijöihin ja hankintoihin voivat monipuolistaa sekä lisätä yhteisen toiminnan tarjontaa lyhytaikaisesti. Samaan aikaan on kuitenkin tärkeä suunnitella kestäviä rakenteita turvaamaan toiminnan jatkuvuutta.
- X Vapaaehtoislähtöisen toiminnan käynnistämisen haasteet (Hopearanta).** Hopearannassa vapaaehtoisten järjestämää ohjelmaa toivottaisiin lisää, mutta kiinnostuneiden houkuttelussa on kohdattu haasteita: tavoitetaanko vapaaehtoisia vai onko palvelutalo vieras kohde vapaaehtoistyölle? Ainoana pitkäkestoisena vapaaehtoisten vetämänä toimintana talossa on toiminut lukupiiri, jossa vapaaehtoisten rouvien ryhmä lukee viikoittain piiriin osallistujille kirjoja ääneen ja kirjallisuudesta keskustellaan yhdessä.

Esimerkkejä yhteisestä toiminnasta tapausesimerkkikohteissa

Hopearanta	Ilona-talo	Senioripiha	Senja-kortteli
istumatanssit	biljardi	hartaushetket	kirjallisuuspiiri
nojatuolimatkat	yhteissauna	senioritanssit	mölkky
lukupiiri	iltapäiväkahvit	yhteislaulu	digiklubi
ihmisbingo	tietovisat	teatteriesitykset	bingo

Vinkkejä yhteisölliseen asumiseen



Monipuolinen yhteinen toiminta tarjoaa kaikille jotakin. Yhteisen tekemisen monipuolisuus mahdollistaa sen, että aktiviteeteistä voi löytyä jokin tietty toiminta, johon asukasta kiinnostaa osallistua, vaikkei hän muuten olisikaan talon arjessa aktiivisesti mukana. Toimintaa on tärkeä järjestää niin pienissä ryhmissä kuin koko talolle yhteisesti, jotta jokaiselle asukkaalle löytyy luontevia tapoja osallistua.



Asukaslähtöisen toiminnan järjestämiseksi tarvitaan moninaisia keinoja selvittää asukkaiden toiveita. Erilaiset tavat kertoa toiveistaan mahdollistavat myös sen, että mahdollisimman useat asukkaista saavat äänensä kuuluviin eikä yhteinen toiminta rakennu vain tiettyjen asukkaiden toiveiden mukaan.



Toiminnan järjestämisvastuuta voidaan vältellä sen sitovuuden ja oman jaksamisen vuoksi (Tuokkola ym. 2016). Haluttomuus sitoutua toiminnan järjestämiseen voi johtua asukkaan oman jaksamisen ennakoinnista: jos toimintakykyne heikkenee, riittävätkö omat voimavarani aktiviteetin vetäjänä toimimiseen? Etenkin toiminnan henkilöityessä tiettyihin asukkaisiin vastuu sen jatkuvuudesta voidaan kokea raskaana. Asukas voi joutua tasapainoilemaan muiden asukkaiden odotusten ja oman jaksamisensa välillä. Omaehtoisen toiminnan pohjana tulee olla vapaaehtoisuus.

 **Yhteisen toiminnan vetäjän puute haasteena toiminnan järjestämiselle (Tuokkola ym. 2016).** Vaikka innokkaita osallistujia olisi ja toimintaan sopivia tiloja löytyisi, on toiminnan toteuttamisessa haaste usein vetäjän puuttuminen. Vetäjää tarvitaan eniten toiminnan käynnistämiseen, sillä myöhemmin yhteinen tekeminen saattaa jatkua jo osallistujien voimin. Vetäjän roolin ei tarvitse olla suuri: joskus riittää vain saapua sovittuna aikana paikalle viettämään aikaa yhdessä.

 **Yhteistä toimintaa varten tarvitaan kestäviä rakenteita, jotta sen järjestäminen ei riippuisi yksittäisistä asukkaista, vapaaehtoisista, työntekijöistä tai hankkeista.** Miten yhteiselle toiminnalle käy, jos sen vetäjänä toiminut henkilö esimerkiksi sairastuu? Jääkö yhteinen tekeminen silloin järjestämättä vai onko olemassa toimintatapoja, joiden myötä joku toinen ottaa tarvittaessa vetovastuun? Tietyistä ihmisistä riippuvainen toiminta on haavoittuvainen muutoksille. Sen vuoksi on tärkeä miettiä erilaisia käytäntöjä, joilla turvataan toiminnan jatkuvuus ja monipuolisuus sekä aktiivisten ihmisten jaksaminen.

 **Kaikkea toimintaa ei tarvitse tuoda taloon.** Kotoa lähtemisen edistämällä on vaikutuksia ikääntyneen elämänlaatuun, joten yhteistä toimintaa voi olla hyödyllistä järjestää muuallakin kuin yhteisissä tiloissa. Esimerkiksi tutustumismatkat paikkakunnan matalan kynnyksen kohtaamispaikkoihin tai retket paikallisnähtävyyksiin laajentavat elinpiiriä ja mahdollistavat monipuolisen toiminnan. Samalla asukkaita voidaan rohkaista lähtemään liikkeelle.

4.2.2 Rutinit ja juhlahetket yhteisöissä

Monille ikääntyneille säännöllisyys ja rutinit ovat tärkeitä arjessa, minkä vuoksi yhteisen toiminnan pysyvyys ja jatkuvuus koetaan merkittävänä. Esimerkiksi hyvin lyhytkestoinen toiminta tai vaihtelevat tapaamispaikat ja -ajat voivat vaikuttaa osallistumishalukkuuteen. Viikko- ja kuukausiohjelmat tuovat arkeen kaivattua rytmiä ja vahvistavat tietoisuutta siitä, että tiettyyn aikaan viikossa on varmasti mielekästä tekemistä ja seuraa.

Rutiinien tuoman rytmin ja turvallisuuden tunteen vuoksi viikko-ohjelmien muutoksiin suhtaudutaan usein negatiivisesti. Kriitikistä huolimatta yhteistä toimintaa on syytä ajoittain uudistaa, jotta toiminta sopeutuu yhteisön muutoksiin, kuten asukkaiden toimintakyvyn heikkenemiseen tai uusien asukkaiden toiveisiin.

Arjen rutineja rikkovat erilaiset juhlat. Yhteisön perinteet ovat merkittävä yhteisöllisyyttä rakentava ja ylläpitävä tekijä. Juhlat kokoavat yhteisön jäseniä viettämään yhdessä aikaa ja etenkin yleiset juhlapäivät, kuten joulu, vappu ja juhannus, ovat asukkaille mieluisia. Yhteisöissä voidaan kehittää myös omia juhlia ja perinteitä, jotka vahvistavat tunnetta yhteisöllisyydestä.

Tapausesimerkkien kokemuksia

Kaikissa tapausesimerkkikohteissa yhteinen toiminta kerättiin asukkaille säännöllisesti jaettaviin tai esillä oleviin viikko- tai kuukausiohjelmiin. Ilona-talojen yhteistiloissa käy usein kuhina, kun asukkaat odottavat seuraavan viikon ohjelman ilmestymistä ilmoitustaululle. Viikko-ohjelman arkeen tuomasta rytmistä kertoo se, että mikäli ohjelma ei ole tietyn päivän aikana ilmestynyt, ovat asukkaat jo hyvin huolissaan. Senioripihassa Matti-talon aulassa esillä oleva kuukausiohjelma on myös tärkeä viestintäkeino korttelin ulkopuolisille ikääntyneille.



Syyskuussa 2019 Vaajakosken Ilonassa valmistauduttiin kesäkauden päättäjaisjuhlaan. Yhteinen olohuone muuntautui asukkaiden toimesta ravintolasaliksi. Yhdessä nautitun aterian lisäksi juhlaan kuului monenlaista ohjelmaa.

Hyviä käytäntöjä

- ✓ **Viikko- tai kuukausiohjelma on näkyvillä monien eri kanavien kautta.** Kaikissa kohteissa paperiset viikko- tai kuukausiohjelmat jaettiin joko asukkaille suoraan tai ne olivat näkyvillä esimerkiksi ilmoitustauluilla. Ilona-taloissa ja Senioripihassa toiminnasta ilmoitetaan myös info-TV:n avulla. Ilona-taloissa info-TV:n kanavan saa näkyviin omaan televisioon, jolloin viikon ohjelma on helposti tarkistettavissa. Hopearannassa ja Senja-korttelissa kuukausiohjelma on avoimesti näkyvillä heidän kotisivuillaan, mikä lisää tietoisuutta asumiskohteen arjesta ja siellä järjestettävästä toiminnasta. Lisäksi Hopearannassa on käytössä keskusradio, jolla voidaan kuuluttaa juuri alkavasta yhteisestä aktiviteetistä.
- ✓ **Yhteisön omat juhlat auttavat rakentamaan koko talon tai korttelin yhteisöllisyyttä (Ilona-talo, Senja-kortteli).** Ilona-taloissa Ilonan päivästä (9.10.) on tehty yhteinen juhlapäivä, jota juhlitetaan jokaisessa talossa. Senja-korttelissa juhannusjuhlien suunnitteleminen ja järjestäminen oli *Virtaa Senjaan* -hankkeessa kehitetty askel koko korttelin yhteisöllisyyden vahvistamiseen, kun eri talojen asukkaita kerättiin yhteen ideoimaan ja toteuttamaan tapahtumaa. Juhannusjuhlien järjestäminen on jäänyt elämään myös hankkeen päättymisen jälkeen.

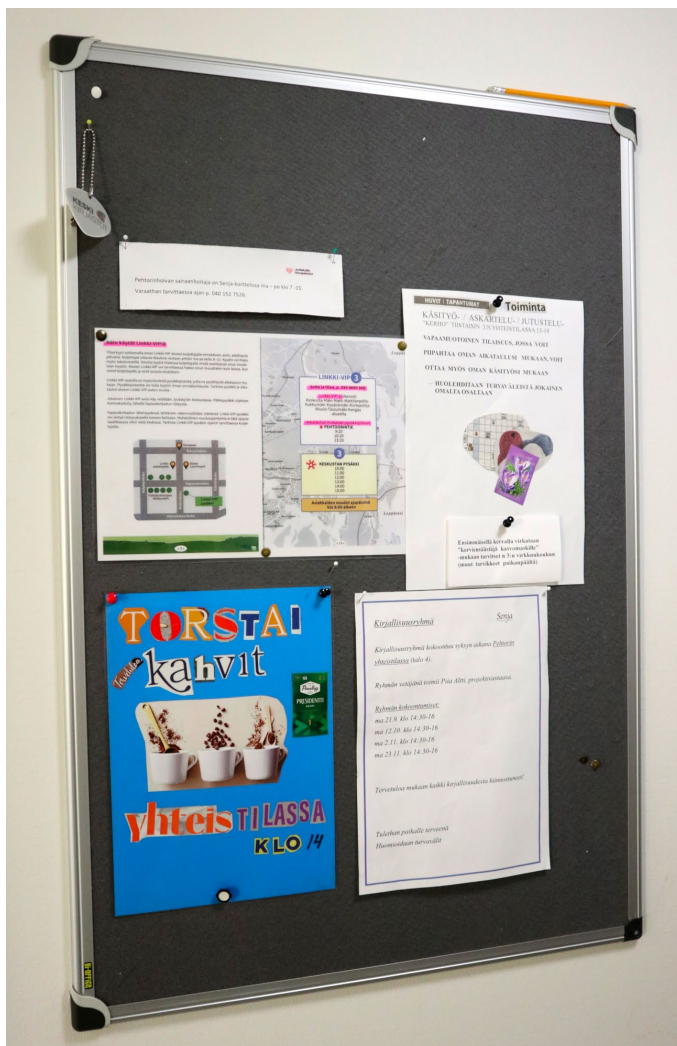
Solmukohtia

- X **Viikko-ohjelmat voivat passivoida ja kangistaa kaavoihin (Ilona-talo).** Asukastoiminnanohjaajat huomauttivat, etteivät viikko-ohjelmat kannusta aina asukaslähtöisen toimintaan. Ruutiinit voivat muuttaa yhteisen toiminnan järjestämisen raskaaksi ja sitouttavaksi, jos niiden ylläpitäminen on vain tietyn henkilön vastuulla (ks. sivu 22): uuden harrastepiirin aloittaneen asukkaan saatetaan odottaa pitävän tapaamiset aina tietyinä ajankohtana tai asukastoiminnanohjaajan käynnistämä ohjelma ei siirry asukkaiden vetämäksi toiminnaksi, kun hänen odotetaan pitävän sen aina.

- X **Samojen ohjelmien toistuessa tavoitetaan vain tietyt asukkaat (Hopearanta).** Hopearannassa viikko rakentuu usein fysioterapeutin ohjaamien kuntosalivuorojen ja palvelutalo-ohjaajan vetämien muistijumppien, lauluhetkien ja pelailujen ympärille, eikä ohjelmaan tehdä suuria muutoksia. Tiettyyn ohjelmaan osallistuvat usein samat asukkaat ja mikäli ohjelmaa ei välillä uudisteta, tavoitetaan sen avulla vain tietyt ihmiset. Uudenlainen toiminta voi houkutella myös sellaisia asukkaita osallistumaan, joita aiempi yhteinen toiminta ei ole kiinnostanut.

Vinkkejä yhteisölliseen asumiseen

-  **Yhteisön omat juhlat ja perinteet tarjoavat mahdollisuuden asukkaiden kohtaamiselle (Bernard ym. 2012)** Kohtaamiset juhlan parissa synnyttävät yhteishenkeä asukkaiden kesken. Talon perinteiset juhlat voivat tarjota luontevia tilaisuuksia tutustuttaa uusia ja vanhoja asukkaita toisiinsa. Juhlat voivat tuoda yhteen myös ihmisiä, jotka eivät muuten viettäisi aikaa yhdessä tai olisi kiinnostuneet samanlaisesta yhteisestä toiminnasta.
-  **Yhteinen toiminta vaatii kehittämistä yhteisön uudistuessa jatkuvasti.** Uudistumista ja toiminnan kehittämistä ei tapahdu, jos samat viikko-ohjelmat kiertävät muuttumattomina vuosien ajan. Rutiinien rinnalle tarvitaan myös muutoksia ja uutta toimintaa. On tärkeää tarkastella, vastaako nykyinen viikko-ohjelma nykyisten asukkaiden toiveita sekä sisällön että ajankohtien suhteen.



Vasemmalla: Senja-korttelissa yhteises-tä toiminnasta ilmoitetaan talojen omil-la ilmoitustauluilla. Jokaisessa talossa vietetään viikottaisia kahvihetkiä, jotka on tarkoitettu kyseisen talon asukkaille.



Senja-korttelin ravintola Pehtorissa voi käydä syömässä lämpimän aterian ja vaihtaa samalla kuulumisia naapureiden kanssa.

4.2.3 Ruoka kokoaa ihmisiä yhteen

Yhteiset ruokailut tai kahvittelut ovat matalimman kynnyksen yhteistä toimintaa, joka tarjoavat tilaisuuden tutustumiselle ja sosiaaliselle kanssakäymiselle. Ne madaltavat myös kynnystä osallistua samassa paikassa tai porukassa muunlaiseen toimintaan. Kahvittelun kautta uudet paikat tulevat tutuiksi ja niihin on myöhemmin helpompi tulla uudelleen. Oman asunnon ulkopuolella tapahtuva ruokailu vaikuttaa ikääntyneen toimintakykyyn positiivisesti, ja yhdessä ateriointi koetaan usein terveellisemmäksi ja monipuolisemmaksi kuin yksin kotona ruokailu.

Tapausesimerkkien kokemuksia

Kaikilla tapausesimerkkikohteilla oli olemassa tiloja, jotka mahdollistivat yhdessä ruokailun tai kahvittelun. Lisäksi monissa kohteissa oli ravintola, joka oli auki myös ulkopuolisille. Asukkaille tehdyn kyselyn perusteella he myös arvostivat asuinpaikassa tarjottuja ruokailumahdollisuuksia.

Hyviä käytäntöjä

- ✓ **Yhteiset kahvihetket toimivat talon asukkaiden yhteisöllisyyden vahvistajina (Ilona-talo, Senja-kortteli).** Ilona-taloissa yhteiset päiväkahvit koetaan mieluisaksi yhteiseksi tekemiseksi. Jokaiseen taloon on muodostunut omanlaiset kahvinkeittotavat: joissakin taloissa tehtävä on tiettyjen asukkaiden vastuulla, kun taas toisissa kahvin laittaa tippumaan tiettyyn kellonaikaan se, joka ensimmäisenä on paikalla. Senja-korttelissa asukastiloissa järjestetään tiettyinä päivinä kahvihetkiä, jotka on tarkoitettu kyseisen talon asukkaille. Päiväkahvit tarjoavat tilaisuuden päivittäiseen sosiaaliseen kanssakäymiseen ja kahvipöytäkeskustelut voivat mahdollistaa kuulumisten vaihdon lisäksi tilaisuuden yhteisen arjen ideointiin.

- ✓ **Mahdollisuus yhteiseen ruokailuun houkuttelee viettämään aikaa yhteisissä tiloissa (Senioripiha).** Maija-talon pienryhmäkodeissa voi halutessaan ruokailla omassa asunnossaan tai yhteistiloissa, mikä mahdollistaa naapureiden kokoontumisen saman pöydän ääreen ja sosiaalisen vuorovaikutuksen niin asukkaiden kuin työntekijöiden välillä. Aterioinnin jälkeen yhteisiin tiloihin on helppo jäädä lukemaan päivän lehtiä tai katselemaan porukalla televisiota.
- ✓ **Yhteiseen toimintaan yhdistetty ruokailu tukee lähiympäristön ikääntyneiden hyvinvointia (Hopearanta).** Kaikille ikääntyneille avoimessa korttelikeskustoiminnassa (ks. sivu 36) tärkeä osa päivän ohjelmaa on siihen kuuluva ruokailu. Osallistuja saa lämpimän ja ravitsevan aterian, jota ei tarvitse syödä yksin omassa kodissa vaan muiden ihmisten seurassa. Ruokailun yhteydessä voi tutustua myös muihin osallistujiin ja talon asukkaisiin.
- ✓ **Korttelin ravintola edistää ikääntyneiden hyvää ravitsemusta (Senioripiha, Senja-kortteli, Ilona-talo).** Kummassakin korttelimaisessa kohteessa sekä Palokan Ilonassa on ravintola, joka on avoinna niin korttelin asukkaille kuin ulkopuolisille ruokailijoille. Lähellä sijaitseva ravintola mahdollistaa asukkaille sekä muille lähialueen ikääntyneille sen, että lämmin ateria on mahdollista saada helposti niinä päivinä, kun ruoanlaittoon ei ole voimavaroja tai kiinnostusta. Senja-korttelissa etenkin lounas houkuttelee ruokailijoita, minkä lisäksi ravintolassa tarjoillaan aamiaista ja päivällistä. Aterioita viedään ravintolasta myös asukkaiden koteihin.

Solmukohtia

- ✗ **Ravintolan ruoka-ajat aiheuttavat rajoituksia yhteisen toiminnan järjestämiselle (Senioripiha).** Matti-talon ravintolan ruokasali toimii usein yhteisen toiminnan tapahtumapaikkana. Ravintolan ruoka-ajat aiheuttavat kuitenkin rajoituksia yhteisen toiminnan järjestämisen ajankohdille. Tilan käyttäminen yhteisessä tekemisessä vaatii myös usein kalusteiden uudelleenjärjestelyä, jotta tila sopii toimintaan paremmin ja pöydät tuoleineen ovat paikallaan seuraavaa ruokailua varten.

Vinkkejä yhteisölliseen asumiseen

-  **Ikääntyneet arvostavat ruokailumahdollisuuksia.** Esimerkiksi samoissa tiloissa toimivalla ravintolalla voidaan edistää asukkaiden kohtaamista ja hyvää ravitsemusta, ja mikäli se on avoin myös ulkopuolisille, voidaan hyviä vaikutuksia laajentaa lähiympäristöön.
-  **Kohtaamispaikassa oltava puitteet kahvihetkille.** Kahvin merkitystä yhteisöllisyyden ja sosiaalisen vuorovaikutuksen rakentajana ei tule unohtaa ja se on hyvä huomioida yhteisten tilojen suunnittelussa. Jos tilan on tarkoitus toimia asukkaiden luontevana kohtaamispaikkana, on kahvin keittämisen onnistuttava tilassa vaivattomasti.



4.2.4 Yhteisöllisessä talossa saa olla myös yksin

Yhteisöllisessä asumisessa tasapainoillaan yksityisen ja yhteisen arjen välillä. Toisaalta se tarjoaa mahdollisuuden sosiaaliseen elämään ja arjen jakamiseen, mutta samaan aikaan ihmisillä on tarpeita yksityisyyteen ja omaan rauhaan liittyen. Sen vuoksi yhteisöllisessä asumisessa on tärkeää, että yhteiset tilat ja yhteisön pelisäännöt mahdollistavat sekä yhdessä olemisen että omaan rauhaan vetäytymisen.

Yhteisöissä ihmiset osallistuvat yhteiseen tekemiseen ja arkeen vaihtelevin määrin eri elämäntilanteissa. Joskus talon ulkopuoliset sosiaaliset verkostot ja aktiviteetit voivat olla merkityksellisempiä kuin yhteisön järjestämä toiminta, mutta ajan kuluessa talon yhteistiloissa järjestetty yhteinen tekeminen voi muuttua kiinnostavammaksi. Jokaisen elämässä voi tulla vastaan tilanteita tai vaiheita, jolloin halua tai kykyä aktiiviseen osallistumiseen ei ole. Asukalla on oikeus olla osallistumatta ja osallistumattomuuden kunnioittaminen on yhtä tärkeää kuin aktiivisuuden arvostaminen.

Tapausesimerkkien kokemuksia

Kaikissa tapausesimerkkikohteissa osallistuminen yhteiseen toimintaan on vapaaehtoista. Se nähdään sekä asukkaiden että työntekijöiden näkökulmasta tärkeänä periaatteena. Asukaskyselyssä vastaajat nostivat oman rauhan tärkeäksi asiaksi ja sen koettiin toteutuvan arjessa hyvin.

Taulukko oman rauhan kokemuksista

Koen saavani olla rauhassa halutessani	Hopearanta (n = 17)	Ilona-talo (n = 243)	Senioripiha (n = 62)	Senja-kortteli (n = 102)
Täysin samaa mieltä	88,2 %	88,9 %	80,6 %	95,1 %
Hieman samaa mieltä	11,8 %	9,6 %	11,3 %	2,9 %

Taulukko seuran löytämisen kokemuksista

Löydän itselleni juttuseuraa helposti	Hopearanta (n = 17)	Ilona-talo (n = 240)	Senioripiha (n = 58)	Senja-kortteli (n = 101)
Täysin samaa mieltä	35,3 %	59,6 %	34,5 %	56,4 %
Hieman samaa mieltä	23,5 %	26,3 %	27,6 %	2,97 %

Asukaskyselyssä kerrottua

”Annetaan olla yksin, jos asukas haluaa.”
– Hopearanta

”Oma yksityisyys ja seuraa, jos haluaa.”
– Senja-kortteli

”Mahdollisuus olla myös omissa oloissaan.”
– Senioripiha

”Kaikkien kanssa uskaltaa puhua. Emme häpeä vaivojamme.” – Senja-kortteli

”Täällä on seuraa mutta myös yksityisyyttä.. Koen oloni turvalliseksi. Huolto pelaa. Ei tarvitse huolehtia esim. lumitöistä, pihätöistä, remonteista...” – Ilona-talo

”Yhteistä ohjelmaa on tarjolla valittavaksi asti. Ihmiset voivat itse valita osallistumisensa tai sivuun jäämisen tilanteen mukaan. On hyvä kun on vapauden tunne eikä velvollisuus olla aina mukana, vain jotta olisi muka yhteisöllinen.” – Senja-kortteli

Vinkkejä yhteisölliseen asumiseen



Yhteinen toiminnan ja yhteisöllisyyden vapaaehtoisuus. Yhteisöllisyyden tarpeet vaihtelevat elämäntilanteiden mukaan, minkä vuoksi on tärkeää, että talon arki tukee osallistumista mutta mahdollistaa myös osallistumattomuuden asukkaan niin halutessaan. Yhteisöllisyyden vapaaehtoisuus pitää olla kaikkien asukkaiden sisäistämä asia, ettei yhteisössä synny odotuksia toimintaan osallistumista kohtaan.



Tietoa yhteisestä toiminnasta saatavilla helposti. Yhteisen toiminnan ollessa vapaaehtoista on tärkeä panostaa toiminnasta tiedottamiseen, jotta asukkaat ovat varmasti tietoisia yhteisen tekemisen mahdollisuuksista ja siitä, että he ovat tervetulleita osallistumaan toimintaan niin halutessaan. Esimerkiksi viikko- ja kuukausiohjelmat, info-televisiot ja Facebook-ryhmän viestit kertovat asukkaille selkeästi missä ja milloin yhteistä toimintaa tapahtuu.



Työntekijät innostavat ja rohkaisevat osallistumaan. Joskus toiminnan luonne, käsitys omasta kyvykkyydestä tai muut osallistujat voivat luoda ennakkokäsityksiä, jotka estävät yhteiseen toimintaan osallistumisen. Työntekijöiltä vaaditaan herkkiä tuntosarvia sekä asukkaiden tuntemusta, jotta he osaavat kysyä, rohkaista ja innostaa häntä osallistumaan toimintaan sopivalla tavalla, mutta huomaavat myös sen, milloin asukas ei halua lähteä mukaan.



Vapaamatkustajat voivat aiheuttaa jännitteitä yhteisön arkeen (Lähteenoksa 2008). Töiden jakautuminen epätasaisesti aiheuttaa usein kiistoja yhteisöissä. Aktiivisuuden keskitetyssä tietyille henkilöille voi syntyä kokemuksia siitä, että jotkut osallistuvat yhteiseen tekemiseen harvemmin kuin toiset, mutta pääsevät hyötymään yhtä paljon muiden tuotoksista. Vapaamatkustajuus voi rapauttaa yhteisiä toimintatapoja: monet saattavat jättäytyä yhteisen käytännön noudattamisesta nähdessään jonkun toisen tekevän niin, eikä lopulta kukaan halua jäädä yhteisen toimintatavan viimeiseksi ylläpitäjäksi. Vapaamatkustaminen ei ole kuitenkaan aina tahallista, ja joskus yksilöiden toiminta voidaan tulkita vapaamatkustamiseksi, vaikkei siitä olisikaan kyse.

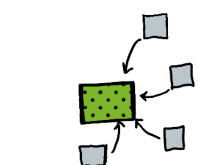
4.3 TILAT JA YMPÄRISTÖ YHTEISÖLLISYYDEN MAHDOLLISTAJINA

4.3.1 Hyvällä suunnittelulla esteettömiä ja viihtyisiä tiloja

Yhteisöllisyyden kokemuksen syntymiseksi tarvitaan yhteisiä tiloja, joissa ihmiset voivat kohdata toisiaan. Perinteisesti yhteisiä tiloja asuinrakennuksissa ovat olleet pesula, sauna ja mahdollinen harrastetila. Yhteisöllisissä taloissa yhteiset tilat ovat usein monipuolisia ja niiden suunnittelussa on huomioitu asukkaiden tarpeet. Yleisiä yhteistiloja ovat esimerkiksi ruokasalit, harrastehuoneet ja erilaiset monikäyttötilat.

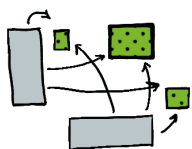
Yhteisten tilojen huolelliseen suunnitteluun on syytä panostaa asuinalueen suunnitteluvaiheessa, jotta ne rakentuvat aidosti yhteisöllisyyttä tukeviksi ja soveltuvat ennalta mietittyyn käyttötarkoitukseensa. Erilaisilla arkkitehtuurisilla ratkaisuilla voidaan lisätä yhteisöllisyyttä. Esimerkiksi kulkureitien ja arjen luontevan toiminnan oheen sijoitetut viihtyisät yhteiset tilat houkuttelevat viettämään aikaa ja edistävät asukkaiden sosiaalista vuorovaikutusta. Tärkeää on miettiä yhteisten tilojen käyttötarkoitusta sekä niiden tiloille asettamia vaatimuksia: jos niitä ei oteta huomioon, voi valmiissa kohteessa olla tiloja, jotka eivät sovellu ennalta mietittyyn toimintaan. Silloin tilat voivat jäädä käyttämättömiksi tai niille voi muodostua uusia käyttötarkoituksia, jotka eivät tue yhteisöllisyyttä.

Helamaa ja Pylvänen (2012) ovat tunnistaneet viisi erilaista tyyppiä yhteis- ja asuintilojen sijainnissa, jotka sopivat eri kokoisille yhteisöille ja erilaisia asuinrakennuksia varten. Kuudes tyyppi on yhdistelmä eri mallien ominaisuuksia. Tämän oppaan tapausesimerkeillä yleinen tyyppi on Keko: kerrostalo, jonka yhteiset tilat ovat samassa rakennuksessa ja kulku niihin tapahtuu sisäkautta. Senioripiha ja Senja-kortteli ovat taas esimerkkejä hybridityypistä, jossa yhteiset tilat sijaitsevat talon eri kerroksissa ja rakennuksissa.



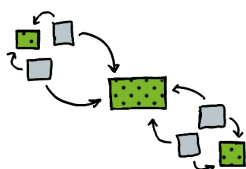
PIHAPIIRI

- Yhteistiloihin kulku ulkokautta
- Yhteistilat keskitetty



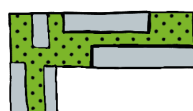
TORI

- Yhteistiloihin kulku ulkokautta
- Yhteistilat hajautettu



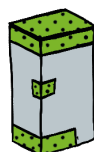
KYLÄ

- Yhteistiloihin kulku ulkokautta
- Kortteli, joka koostuu useista klustereista, joilla omia ja yhteisiä tiloja



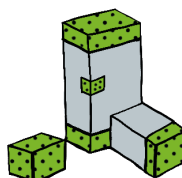
BASAARI

- Yhteistiloihin kulku sisäkautta
- Horisontaalinen kulkusuunta asuntojen ja yhteistilojen välillä



KEKO

- Yhteistiloihin kulku sisäkautta
- Vertikaalinen kulkusuunta asuntojen ja yhteistilojen välillä



HYBRIDI

- Yhdistelmä muiden mallien ominaisuuksia

Helamaa ja Pylvänen (2012) jakavat yhteisöllisiä taloja kuuteen eri tyyppiin niiden yhteistilojen sijainnin perusteella. Kulku yhteisiin tiloihin voi tapahtua ulkokautta (pihapiiri, tori, kylä) tai sisäkautta (basaari, keko). Hybridi on yhdistelmä muiden tyyppien ominaisuuksia.



Korttelimaisissa kohteissa yhdyskäytävät voivat tukea yhteisöllisyyttä. Senja-korttelissa yhdyskäytävät yhdistävät osan rakennuksista toisiinsa ja mahdollistavat naapuritalossa vierailun helposti.

Tapausesimerkkien kokemuksia

Jokaisessa oppaan tapausesimerkkikohteessa on yhteinen oleskeluhuone. Usein oleskelutilan yhteydessä on keittiö tai keittonurkkaus. Olohuoneen lisäksi yleisiä yhteisiä tiloja ovat pyykkituvat, saunat ja kuntosalit. Jokaisessa kohteessa on huomioitu pihojen merkitys yhteisinä tiloina, joihin on luotu viihtyisiä istuma- tai ulkoruokailualueita sekä mahdollisuuksia puutarhahoitoon ja ulkopeleihin.

Hyviä käytäntöjä

- ✓ **Yhteiset tilat sijaitsevat arjen kulkureittien varrella (Ilona-talo).** Oikeaan paikkaan sijoitettu yhteistila toimii asukkaiden kulkureittien risteyskohtana ja mahdollistaa luontaiset kohtaamiset arjen puuhien ohessa. Esimerkiksi Laukaan Ilonassa pesutupa on sijoitettu yhteisen olohuoneen lähelle ja sinne kuljetaan usein oleskelutilan läpi. Pyykkiohjelman loppumista odotellessa voi lukea sanomalehdet olohuoneessa tai jäädä vaihtamaan kuulumisia naapureiden kanssa.
- ✓ **Yhteisten tilojen viihtyvyyteen panostaminen asukkaiden toiveita kuunnellen (Ilona-talo).** Ilona-talojen yhteisten tilojen viihtyvyyteen on panostettu käyttämällä sisustussuunnittelijan palveluja. Sisustus toteutetaan talon asukkaiden toiveita kuunnellen sisustussuunnittelijan työskennellessä yhdessä talotoimikunnan kanssa. Suunnittelukokouksissa mietitään yhdessä tilojen värejä, pintaratkaisuja ja käyttötarkoitusta. Lopputuloksena on yhdenmukainen ja harkittu sisustus.



Oikealla: Senja-korttelin jokaisessa talossa on oma asukastila. Osa asukastiloista on enemmänkin käytävänlaajennuksia kuin omia huoneitaan, mutta asukkaat ovat sisustaneet ne viihtyisiksi oleskelutiloiksi.



Hopearannan englantilaistyylinen pubi toimii asukkaiden kohtaamispaikkana. Henkilökunnalla on anniskeluun vaadittavat anniskelupassit ja asukas hälyttää heidät napista paikalle tarjoilemaan. Pubi on suosittu asukkaiden keskuudessa etenkin vappuna ja uutena vuotena.

- ✓ **Yhdyskäytävät mahdollistavat liikkumisen sisätiloissa (Senja-kortteli).** Senja-korttelissa lähes kaikki rakennukset yhdistyvät toisiinsa yhdyskäytävillä. Ne mahdollistavat esimerkiksi ravintolassa käymisen tai naapuritalon asukastilassa piipahtamisen ilman ulkovaatteisiin pukeutumista. Lisäksi yhdyskäytävät tarjoavat tilaisuuden liikkumiselle huonon sään aikana. Kaksi korttelin rakennusta on erillään muista, joten yhdyskäytävien tuomat mahdollisuudet ovat vain osan asukkaiden käytössä.
- ✓ **Muuntojoustavat huoneet vastaavat pienryhmille soveltuvien tilojen tarpeeseen (Ilona-talo).** Yhteiset olohuoneet mahdollistavat usein asukkaiden suuret kokoontumiset, mutta samaan aikaan on huomattu kasvava tarve pienryhmien tapaamisiin soveltuville tiloille. Monissa Ilona-taloissa muut huoneet, kuten vapaana oleva hyvinvointihuone (ks. sivu 36) tai saunan pukeutumistila, ovat muuntautuneet tarvittaessa pienille keskusteluryhmille sopiviksi. Muuntojoustavaksi suunnitellut pienryhmien tapaamisiin soveltuvat huoneet on tärkeä huomioida tulevien talojen yhteisten tilojen suunnittelussa.

Solmukohtia

- X **Yhteiset tilat eivät ole suunniteltuun käyttötarkoitukseensa sopivia (Senioripiha, Senja-kortteli).** Valmiiseen taloon voi muodostua tiloja, jotka ovat epäkäytännöllisiä, jos niiden käyttötarkoitusta ei huomioida suunnitteluvaiheessa. Esimerkiksi Senioripihan Matti- ja Maija-talon välinen yhdyskäytävä pidetään lukittuna ja on vähällä käytöllä, koska se yhdistyy suoraan tehostetun palveluasumisen asuinkerrokseen. Senja-korttelissa joidenkin talojen asukastilat ovat vain käytävänlaajennuksia eivätkä varsinaisia huoneita.
- X **Vanha rakennus tuottaa haasteita nykyajan vaatimuksille (Hopearanta).** Hopearannan rakennus valmistui 60-luvulla ja taloa on viimeisten vuosikymmenten aikana peruskorjattu ja laajennettu niin, että entinen vanhainkoti on muuttunut palvelutalon vaatimuksia vastaavaksi. Yhteiset tilat käyvät kuitenkin ahtaiksi asukkaiden apuvälineiden lisääntyessä ja korttelikeskustoiminnan laajentuessa. Lisäksi useissa eri kerroksissa sijaitsevat asumis- ja yhteistilat aiheuttavat haasteita: talossa on hissejä, jotka helpottavat liikkumista, mutta esimerkiksi asukkaiden muistisairauksien vuoksi portaisiin on asennettu portit varmistamaan turvallisuutta.
- X **Liian monikäyttöinen huone voi aiheuttaa häiriöitä (Ilona-talo).** Muuntojoustavuus tiloissa voi aiheuttaa myös haasteita: esimerkiksi Laukaan Ilonassa kuntosali voidaan erottaa hyvinvointihuoneesta ja saunan vilvoittelutilasta haitariovella. Vaikka tila voidaan jakaa kahtia, voi hyvinvointihuoneen hierontahetki häiriintyä haitarioven toisella puolella samaan aikaan kuntosalia käyttävien asukkaiden toimesta. Tilankäyttöön liittyviä haasteita voidaan ratkaista yhteisillä pelisäännöillä, joilla sovitaan tilojen käytöstä.
- X **Yhteisten tilojen sijoittelu voi synnyttää näkymättömiä rajoja (Senioripiha).** Korttelin rakennusvaiheessa pihan grillikatos sijaitsi lähellä ensimmäisenä valmistunutta Maija-taloa, joten sen asukkaat tottuivat käyttämään katosta ja kokivat sen omakseen. Rakennusmaan valmistuessa grillikatos siirrettiin lopulliseen paikkaansa lähemmäs Martta-taloa. Grillikatoksen sijainnin vaihtuessa Maija-talon asukkaat kokivat, että ”heidän” grillikatoksensa vietiin.

Vinkkejä yhteisölliseen asumiseen

 **Yhteiset tilat ovat monikäyttöisiä ja ottavat huomioon tulevaisuuden asumistarpeet.** Kun yhteiset tilat suunnitellaan muuntojoustaviksi, ne eivät rajoita yhteistä toimintaa vaan tarjoavat mahdollisuuksia niin pienten ryhmien kokoontumisille kuin isommille tilaisuuksille. Tilojen monikäyttöisyyttä on tarpeen suunnitella myös tulevaisuuden asumistarpeita ennakoiden, sillä seuraavien vuosikymmenten asukkailla voi olla hyvin erilaisia tarpeita ja toiveita asumisensa suhteen kuin nykyisillä asukkailla.

 **Yhteisten tilojen suunnitteluun mukaan niin ammattilaisten kuin asukkaiden näkökulmat.** Useita näkökulmia yhdistävä yhteissuunnittelu tukee tilojen muotoutumista käyttötarkoitukseensa sopiviksi. Asukkaiden tuoma käytännön näkökulma auttaa huomaamaan tilojen suunnittelussa pieneltäkin vaikuttavia seikkoja, joilla voi olla ikääntyneen arkeen suuria vaikutuksia.

 **Esteettömät tilat tukevat arkea.** Esteettömyyteen liittyvien seikkojen huomioiminen yhteisissä tiloissa mahdollistaa sen, että ne soveltuvat toimintakyvyltään kaikenlaisille asukkaille ja mahdollistavat osallistumisen.

 **Tilat synnyttävät kohtaamista tai estävät sitä.** Yhteisten tilojen toteuttaminen asukkaiden kohtaamista edistäviksi on merkittävää yhteisöllisyyden kokemuksen syntymiseksi. Parhaimmillaan yhteiset tilat mahdollistavat asukkaiden kohtaamisen arjen toiminnan ohessa sekä tukevat kaikkien osallisuutta.



Laukaan Ilonan pyykkitupa (vas.) on sijoitettu yhteisen olohuoneen läheisyyteen, jossa on helppo viettää aikaa pesuohjelman loppumista odotellessa. Talon kuntosali (oik.) on taas samaa tilaa hyvinvointihuoneen kanssa, mutta ne voidaan erottaa toisistaan haitarioven avulla.

4.3.2 Yhteisten tilojen avaamisella hyvinvointia kaikille

Kaikille avoimen toiminnan järjestäminen talojen yhteisissä tiloissa tarjoaa mahdollisuuksia asukkaiden sosiaalisten kontaktien ja yhteistyömahdollisuuksien lisäämiseen. Lisäksi yhteistilojen avaaminen muiden käyttöön voi tarjota tilaisuuden edistää koko lähiympäristön yhteisöllisyyttä. Tiloja voidaan vuokrata ulkopuolisille ja lisätulot voidaan käyttää esimerkiksi asukkaiden yhteisen toiminnan järjestämiseen. Yhteiset tilat voivat olla mahdollisuus paikallisille toimijoille esitellä toimintaansa tai palvelujaan, mikä hyödyttää kaikkia osapuolia.

Ikääntyneiden asumiskohteisiin voidaan liittää negatiivisia mielikuvia, mikä voi nostaa kynnystä osallistua kyseisissä paikoissa järjestettävään toimintaan: ikääntyneiden asumiskohteessa järjestettävää tapahtumaa ei välttämättä koeta itselle sopivaksi toiminnaksi tapahtumapaikkaan liitettyjen mielikuvien vuoksi, vaikka kuuluisi tapahtuman kohderyhmään ja hyötyisi siihen osallistumisesta. Kun eri-ikäiset kävijät tutustuvat mielekkään tekemisen äärellä asumiskohteisiin ja pääsevät kokemaan paikan arkea sekä tunnelmaa, on ikääntyneiden asumiseen liittyviä mielikuvia mahdollisuus muuttaa. Jokainen toimintaan osallistunut henkilö toimii osaltaan uudenlaisten mielikuvien lähettäjänä ja auttaa tietoisuuden lisäämisessä ikääntyneiden asumisesta.

Tapausesimerkkien kokemuksia

Tapausesimerkkikohteet jakautuvat yhteisten tilojen avaamisen ja kaikille avoimen toiminnan järjestämisen suhteen. Hopearannassa ja Senioripihassa järjestetään lähialueen ikääntyneille avointa toimintaa, kun taas Ilona-taloissa ja Senja-korttelissa yhteinen toiminta sekä yhteiset tilat ovat suurimmaksi osaksi vain talon asukkaiden käytössä.



Paikalliset puhuivat Laukaan Ilonasta rakennusvaiheessa vankilana ja vanhainkotina, mutta avointen ovien päivän jälkeen monien vierailijoiden mielikuvat muuttuivat.



Senioripihan Matti-talon ravintolasalissa järjestetään ruoka-aikojen ulkopuolella monipuolista ohjelmaa ja tapahtumia lähiympäristön ikääntyneille.

Hyviä käytäntöjä

- ✓ **Korttelikeskustoiminta edistää lähialueen ikääntyneiden hyvinvointia (Hopearanta).** Hopearannassa kehitetty korttelikeskustoiminta tarjoaa mielekästä tekemistä lähialueen ikääntyneille. Korttelikeskustoimintaa on järjestetty kahdesti viikossa: päivän aikana osallistuja pääsee mukaan talon yhteiseen ohjelmaan ja saa lämpimän aterian. Korttelikeskustoiminnalla on pystytty tukemaan monin tavoin lähiympäristön kotona asuvien ikääntyneiden hyvinvointia ja toiminnassa on useita säännöllisiä kävijöitä. Hopearannan asukkaille korttelikeskustoimintaan osallistujat ovat tuoneet uusia tuttavuuksia.
- ✓ **Hyvinvointihuone tuo palvelut lähelle (Ilona-talo).** Jokaisessa Ilona-talossa on hyvinvointihuone, jota asukkaiden valitsevat hyvinvointipalveluyrittäjät voivat varata käyttöönsä ja tarjota asukkaille palvelujaan, kuten jalkahoitoja ja hierontaa. Konsepti mahdollistaa palvelujen tuomisen lähelle asukkaita ja antamalla heille vallan päättää palveluja tarjoavat yrittäjät. Hyvinvointihuoneen ollessa vapaana sitä voidaan käyttää monipuolisesti eri tarkoituksiin, kuten pienryhmien kokoontumisiin tai asukkaiden vieraiden majoittamiseen.
- ✓ **Monipuolisen, kaikille avoimen toiminnan järjestäminen keskeisellä sijainnilla (Senioripiha).** Senioripihan Matti-talon kaikille avoimet viihteelliset ja tiedolliset tilaisuudet houkuttelevat paikalle paljon osallistujia sekä korttelin asukkaista että kauempaa, jolloin Senioripiha toimii laajemminkin ikääntyneiden kohtaamispaikkana. Suurten osallistujamäärien vuoksi Senioripihaan on hyvin tarjolla vapaaehtoisia esiintyjiä. Merkittävä tekijä suosiolle on myös Senioripihan keskeinen sijainti Joensuun keskustan tuntumassa.

- ✓ **Avoimien ovien päivä lisää tietoisuutta yhteisöllisestä asumisesta (Ilona-talo).** Vapaana olevien asuntojen markkinoimiseksi Laukaan Ilonassa järjestettiin avointen ovien päivä. Tapahtuma tarjosi mahdollisuuden nähdä, millaista arki nykyaikaisessa senioritalossa voi olla.

Solmukohtia

- X **Asukkaat eivät halua avata yhteisiä tiloja ulkopuolisten käyttöön (Ilona-talo).** Ilona-talojen yhteiset tilat suunniteltiin toiminnan alussa myös lähialueen ikääntyneiden ja yhdistysten käyttöön, mutta asukkaat ovat suhtautuneet kielteisesti yhteistilojen jakamiseen tai vuokraamiseen: yhteiset tilat koetaan osaksi omaa kotia ja yksityisen elämän piiriä. Tiloihin syntyy myös vahva omistajuuden tunne, kun asukkaat kustantavat asumisoikeusmaksussaan ja vastikkeessaan yhteisten tilojen investoinnit ja käyttökustannukset.
- X **Paikallisia yrittäjiä tai toimijoita ei saada yhteisiin tiloihin (Hopearanta, Senioripiha).** Hopearannassa yhteistilojen tarjoamiseen ulkopuolisille on suhtauduttu myönteisesti ja niitä on ehdotettu esimerkiksi yhdistyksille kokouksia varten. Myös kuntosalin tarjoamista paikallisille yrittäjille on mietitty. Vaikka puitteet Hopearannassa olisivat hyvät ja edulliset, ei kysyntää tiloille ole ollut suuresti. Senioripihassa tietyt huoneet suunniteltiin ulkopuolisen kampaajan ja jalkahoitajan käyttöön, mutta vuosien aikana tiloihin ei saatu yrittäjiä.
- X **Ulkopuolisten osallistujien määrä asettaa haasteita yhteistiloille (Hopearanta, Senioripiha).** Senioripihan Matti-talon ravintolasalissa järjestetyt tilaisuudet ovat parhaimmillaan olleet niin suosittuja, että ulko-ovella on käännytty pois nähdessään tilan olevan täynnä. Suuret osallistujamäärät aiheuttavat myös sen, ettei aulassa ole kävijöille tarpeeksi vessoja, eikä parkkitilaa ole riittävästi korttelin läheisyydessä. Hopearannassa korttelikeskustoimintaa on suunniteltu laajennettavaksi tulevaisuudessa, mutta sen kehittämisen haasteena ovat pienet yhteiset tilat. Esimerkiksi alakerran yhteinen oleskelutila käy ahtaaksi asukkaiden ja heidän apuvälineidensä vuoksi, mutta tunnelman tekee vielä tiiviimmäksi korttelikeskuspäivien ulkopuoliset osallistujat.

Vinkkejä yhteisölliseen asumiseen

-  **Ulkopuolinen rahoitus edistää yhteisten tilojen avaamista ulkopuolisille.** Jos talon asukkaat maksavat itse yhteisten tilojen hankinnat ja käyttökustannukset, yhteisiin tiloihin voi syntyä vahva omistajuuden tunne, mikä voi vaikuttaa haluun jakaa ne ulkopuolisten kanssa. Ulkopuolinen rahoitus yhteisten tilojen investointeihin ja käyttökustannusten kattamiseen voi vähentää omistajuuden tunteen muodostumista ja edesauttaa tilojen avaamista ulkopuolisille.
-  **Yhteisten tilojen avaaminen ei automaattisesti lisää vuorovaikutusta talon tai korttelin ulkopuolelle (Bernand ym. 2012).** Yksi syy yhteisten tilojen ulkopuolisille avaamiseen on vuorovaikutuksen lisääminen ja ikääntyneille tarkoitettun asumiskohteen eristyneisyyden vähentäminen muusta ympäristöstä. Tilojen avaaminen kaikkien käyttöön ei suoraan lisää kanssakäymistä asukkaiden ja muiden välillä, vaan eri ryhmittymät voivat käyttää samoja tiloja ilman keskinäistä vuorovaikutusta. Kanssakäymisen lisäämiseen tarvitaan tilojen lisäksi kaikkia kiinnostavaa yhteistä toimintaa.
-  **Toiminnan luonteen ja osallistujamäärän huomioiminen tilojen suunnittelussa.** Yhteisiä tiloja suunniteltaessa on huomioitava se, millaista toimintaa niissä tullaan järjestämään. Jos suunnitelmana on järjestää suuremmalle yleisölle tarkoitettuja tilaisuuksia, on sen asettamat vaatimukset yhteisille tiloille tärkeä ottaa huomioon varhaisessa vaiheessa.

4.3.3 Keskeinen sijainti mahdollistaa itsenäisen elämän

Ikääntyneiden autonomian ja osallisuuden edistämiseksi tärkeää on oman kodin ulkopuolella liikkumisen tukeminen. Lähiympäristön ikäystävällisyys ja esteettömyys, lähellä olevat palvelut tai hyvät julkisen liikenteen yhteydet sekä luonnon läheisyys vaikuttavat ikääntyneen fyysisen toimintakyvyn ylläpitoon sekä kokemukseen kyvykkyydestä ja itsenäisyydestä. Lyhyetkin ulkona tehdyt kävelymatkat ylläpitävät fyysistä toimintakykyä ja lisäävät aktiivisuutta paremmin kuin vastaavat matkat sisätiloissa. Ulkona liikkumisen tukemiseksi tärkeää on kiinnittää huomiota esimerkiksi etäisyyksiin, maaston mäkisyyteen ja levähdyspaikkojen määrään.

Suomen ympäristökeskuksen tutkimuksen mukaan monet ikääntyneet asuisivat mieluiten kerrostaloissa kaupunkien keskustoissa niiden keskeisen sijainnin ja asumisen vaivattomuuden vuoksi. Nämä asumistoiveet näkyvät myös ikääntyneiden muuttoliikkeessä, joka on suuntautunut kaupunkien keskustoihin tai paikalliskeskustoisiin. Ikääntyneiden asumiskohteita rakennettaessa merkittävää on kiinnittää huomiota talon sijaintiin ja sen mahdollisuuksiin tukea ikääntyneen osallisuutta ympäröivään yhteiskuntaan.



Hopearannan asukkaat voivat ihailla Olavinlinnan maisemia palvelutalon terassilta.



Senioripihan vieressä virtaa Pielisjoki, jonka ranta tarjoaa ulkoilumahdollisuudet upeissa maisemissa. Myös Joensuun keskusta palveluineen on kävelymatkan päässä.

Tapausesimerkkien kokemuksia

Hyviä käytäntöjä

- ✓ **Arjen sujuvuuden kannalta merkittävimmät palvelut ovat lähellä.** Keskeiselle sijainnille rakennetut asumiskohteet mahdollistavat omatoimisen asioimisen, kun kaupat ja apteekit ovat lähellä. Myös vapaa-ajan aktiviteettitarjonta laajenee, kun kävelymatkan päässä ovat torit, kahvilat ja kirjastot sekä muut kohtaamispaikat. Ilona-talojen rakentamista suunniteltaessa oleellinen kriteeri on talon tuleva sijainti: periaatteena on, että tärkeät palvelut ovat rollaattorimatkan päässä tai vähintään hyvien julkisen liikenteen yhteyksien päässä. Senja-korttelissa lähin kauppa sijaitsee naapurissa ja Senioripihasta Joensuun torille on alle kilometri tasaista maastoa. Palvelut voidaan myös tuoda lähelle: esimerkiksi Hopearannassa kirjastoauto pysähtyy talon pihalla.
- ✓ **Palveluliikenteen pysäkki pihapiirissä (Ilona-talo, Senja-kortteli).** Senja-korttelin asukkaille on tärkeää, että Jyväskylässä toimivan Linkki-VIP-palveluliikenteen pysäkki sijaitsee korttelissa. Myös Ilona-talojen pihassa sijaitsee palveluliikenteen pysäkkejä. Linkki-VIP-palveluliikenteellä täydennetään joukkoliikenteen palveluja ja mahdollistetaan helppo sekä esteetön kyyti kaupungin keskustaan ja takaisin.
- ✓ **Luonnon läheisyys edistää hyvinvointia ja houkuttelee liikkumaan.** Luonto on lähellä jokaisessa tapausesimerkkikohteessa. Ilona-talojen läheisyydessä kulkevat ulkoilureitit ja Senja-korttelista on lyhyt matka Laajavuoren ulkoilumahdollisuuksiin.

Solmukohtia

- X Ikääntyneille tarkoitettu asumiskohde on rakennettu mäkiseen maastoon (Hopearanta, Senja-kortteli).** Hopearanta on rakennettu rinteeseen, mikä tekee palvelutalon pihalla liikumisen haastavaksi ja asukkaat tarvitsevat tukea kulkiessaan pihalla sijaitsevalle grillipaikalle. Senja-korttelin pihaa määrittää loiva ylämäki, mikä tekee kulkuväylien hiekoituksesta äärimmäisen tärkeää talvisin.
- X Keskustan läheisyys rajoittaa parkkipaikkojen määrää (Ilona-talo, Senioripiha).** Kankaalle rakentuva Ilona-talo sijaitsee hyvällä paikalla Jyväskylän keskustan tuntumassa, mutta se on tuonut samalla esiin uusia haasteita, kuten pysäköintipaikkojen rajallisuuden. Myös Senioripihan läheisyydessä parkkipaikat ovat vähissä. Pysäköintipaikat ovat merkittäviä sekä autoileville asukkaille ja talossa käyville vierailijoille.

Vinkkejä yhteisölliseen asumiseen

Yhteisöllisen asumiskohteen sijainnissa on kiinnitettävä huomiota moniin ikääntyneiden arkeen vaikuttaviin seikkoihin:

- Ovatko tärkeimmät palvelut lähellä, rollaattorimatkan päässä?
- Sijaitseeko tontti keskeisellä paikalla tai hyvien joukkoliikenneyhteyksien varrella?
- Onko tontti lähiympäristöineen esteetön, ikäystävällinen ja liikkumista tukeva?
- Mahdollistaako tontti piha-alueen, jossa voi järjestää monipuolista yhteistä toimintaa?
- Sijaitseeko tontti muun asumisen joukossa vai siitä erillään?
- Mahdollistaako tontin sijainti kohtuuhintaisen asumisen toteuttamisen?



Vaajakosken Ilonan asukkaat järjestävät yhteisiä lenkkejä viikoittain. Lenkkien avulla Vaajakoski ulkoilumaastoineen on tullut tutuksi myös muualta muuttaneille asukkaille.

4.4 OSALLISUUS YHTEISÖN ARJESSA

4.4.1 Osallisuus on kaikkien pitämistä mukana

Ikääntyneiden asumiskohteissa asukkaat ovat erilaisia iältään, toimintakyvyltään ja kiinnostuksen kohteiltaan, mikä aiheuttaa haasteita kaikille sopivan yhteisen toiminnan suunnittelulle: millainen toiminta kiinnostaa mahdollisimman montaa asukasta, mutta sopii myös heille, joiden toimintakyky on heikentynyt? Yhteisen toiminnan monipuolisuudella varmistetaan se, että mielekästä tekemistä löytyy mahdollisimman monelle.

Tapausesimerkkien kokemuksia

Hyviä käytäntöjä

- ✓ **Jokainen voi osallistua toimintaan omien voimavarojensa mukaan (Hopearanta).** Hopearannassa yhteiseen toimintaan voi osallistua jokainen asukas omalla tavallaan, sillä tärkeintä on, että jokainen tuntee itsensä osalliseksi. Kun leivotaan yhdessä, resepti voi olla yhdeltä asukkaalta, toinen voi olla aktiivisesti mukana leipomisessa ja kolmas saattaa tulla nauttimaan vain leivonnan tuoksuista sekä ihmisten seurasta. Yhteisen tekemisen päätteeksi kaikki talon asukkaat pääsevät nauttimaan leivonnan tuotoksista päiväkahveilla.
- ✓ **Tavoitteena pitää kaikki asukkaat osana yhteisöä (Senja-kortteli).** Senja-korttelissa nähdään tärkeänä, että myös korttelin palvelutalon asukkaat pääsevät mukaan osallistumaan yhteiseen toimintaan. Suurimmat tapahtumat keräävät koko korttelin asukkaat yhteen ja mukana voi olla oman jaksamisen sekä voimavarojen mukaan. Korttelin asukkaat muistavat myös ryhmäkodissa asujia: korttelin kuoro vierailee esiintymässä ryhmäkodin asukkaille ja jouluisin heitä muistetaan itse kudotuilla hartiahuiveilla sekä villasukilla.
- ✓ **Teknologialla tuetaan osallistumista (Senioripiha).** Matti-talon ruokasalin kattoon on asennettu kamera, jonka avulla tilassa järjestettäviä yhteisiä tapahtumia voidaan striimata talon asuinkerroksissa oleviin televisioihin. Mikäli alakertaan liikkuminen on vaikeaa tai ruokasali on täynnä yleisöä, mahdollistavat striimattavat tilaisuudet osallistumisen. Salissa on myös induktiosilmukka kuulokojeen käyttäjiä varten.
- ✓ **Työntekijöiden merkittävä rooli yhteiseen toimintaan osallistumisen mahdollistamisessa (Senioripiha).** Senioripihan Maija-talon pienryhmäcodeissa yhteisen toiminnan järjestäminen on enimmäkseen muiden toimijoiden vastuulla. Työntekijät varmistavat, että jokainen yhteiseen tekemiseen halukas pääsee osallistumaan toimintaan. Asukkailta kysytään useaan otteeseen, kiinnostaako yhteistiloissa järjestettävä toiminta, jotta asukkaalla on mahdollisuus osallistua myös mielen muuttuessa.
- ✓ **Pitkäaikaiset työntekijät tuntevat asukkaat (Hopearanta, Senja-kortteli).** Hopearannassa henkilökunnan vaihtuvuus on hyvin pientä ja Senja-korttelissa palveluohjaaja on ollut mukana toiminnan alusta lähtien. Pitkäaikaisten työntekijät tuntevat asukkaat hyvin ja voivat tukea heidän osallisuuttaan sopivilla tavoilla.

Vinkkejä yhteisölliseen asumiseen

 **Osallistumisen kynnys pidetään matalana.** On tärkeää luoda ilmapiiri, jossa osallistuminen on mahdollista omien voimavarojen, kykyjen ja kiinnostuksen mukaan. Asukas voi olla vain katselemassa toisten tekemistä ja nauttimassa heidän seurastaan, tai sitten täydellä innolla mukana toiminnassa – kaikki tavat ovat hyväksyttäviä. Osallistumista ei saa kokea liian sitouttavaksi, vaan sen pitää perustua vapaaehtoisuuteen.

 **Tutut, pitkäaikaiset työntekijät avainroolissa osallisuuden tukemisessa.** Pitkäaikaisille työntekijöille asukkaat tarpeineen, kiinnostuksen kohteineen ja persoonineen ovat tuttuja: heitä osataan rohkaista sopivalla tavalla lähtemään mukaan tai tiedetään, millainen toiminta tiettyä asukasta voisi kiinnostaa. Asukkaan on myös helppo kertoa toiveistaan ja huolistaan tutulle työntekijälle.

 **Toiminnan monipuolisuuden ylläpitämiseen resursseja muista toimijoista ja asukkaiden läheisistä.** Toiminnan järjestämiseen tarvittavia resursseja voi löytyä monista paikoista: onko asukkailla osaamista ja kiinnostusta järjestää toimintaa? Onko heidän läheisillään taitoja, joita voisi hyödyntää yhteisen tekemisen järjestämisessä? Onko paikkakunnalla yhdistyksiä ja järjestöjä, joiden kanssa voisi tehdä yhteistyötä? Verkostojen laajentamisen kautta voidaan löytää uusia yhteistyökumppaneita.

 **Osallisuus tulee nähdä merkittävänä arvona yhteisöllisessä asumisessa.** Jos asukkaiden osallisuutta ei nähdä tärkeänä, voi asukkaiden yhteiseen tekemiseen osallistaminen jäädä työntekijöillä muiden töiden jalkoihin. Voidaan myös helposti olettaa, ettei asukas jaksaa tai halua lähteä mukaan yhteiseen tekemiseen, eikä muisteta kysymisen merkitystä. Silloin työntekijöistä voi muodostua jopa osallistumista estäviä tekijöitä. Myös asukkaat voivat vaikuttaa osallistumiseen rajaamalla tiettyjä asukasryhmiä tarkoituksella pois yhteisen tekemisen piiristä. Kaiken toiminnan ei tarvitse olla kaikille tarkoitettua, mutta suljettuja ryhmiä lukuun ottamatta asukkailla tulisi olla mahdollisuus osallistua halutessaan voimavarojensa mukaan.



Senioripihan Matti-talon ravintolasalin kattoon asennettu kamera mahdollistaa tilassa järjestettävien tilaisuuksien striimaamisen asuinkerroksiin.

4.4.2 Erottelu rakentaa rajoja yhteisön sisälle

Yhteisön sisälle voi muodostua erottelua ja pienempiä ryhmiä monista syistä. Ryhmät voivat syntyä säännöllisen vuorovaikutuksen tai yhteisten kiinnostuksen kohteiden pohjalta, jolloin tietyt asukkaat voivat viettää tiiviimmin aikaa yhdessä. Erotteluja asukkaiden välille voi muodostua esimerkiksi asuinkerrosten, toimintakyvyn tai asumismuodon pohjalta, ja ne voivat ilmentyä kielenkäytössä ja käyttäytymisessä. Yhteisön sisäisten jakojen vähentämisellä voidaan edistää myös uusien tuttavuuksien syntymistä.

Tapausesimerkkien kokemuksia

Suurin osa tapausesimerkkikohteiden asukkaista tunsu kuuluvansa osaksi talon asukasyhteisöä. Kehitettävää kuitenkin on, jotta kaikki asukkaat tunsisivat itsensä osalliseksi talon arjessa.

Taulukko yhteisöön kuulumisen kokemuksista

Koen kuuluvani osaksi talon asukasyhteisöä	Hopearanta (n = 17)	Ilona-talo (n = 238)	Senioripiha (n = 59)	Senja-kortteli (n = 101)
Täysin samaa mieltä	64,7 %	58,8 %	44,1 %	61,4 %
Hieman samaa mieltä	17,7 %	26,9 %	17,0 %	22,8 %
Hieman eri mieltä	0 %	2,9 %	10,2 %	5,0 %
Täysin eri mieltä	5,9 %	2,1 %	17,0 %	4,0 %

Hyviä käytäntöjä

- ✓ **Asukkaiden tasavertaisuuteen ja kaikkien osallistumiseen panostaminen (Senja-kortteli, Hopearanta).** *Virtaa Senjaan* -hankkeessa pyrittiin hälventämään Senja-korttelin asukkaiden välillä olevia, asumismuodon pohjalta syntyneitä rajoja korostamalla yhteisissä tapaa- misissa ja toiminnassa sitä, että korttelin asukkaat olivat keskenään tasavertaisia. Hopea- rannassa asukkaista osa on hyväkuntoisia ja osa taas hyvin huonokuntoisia. Tämä näkyy arjessa usein niin, että paremman toimintakyvyn omaavat asukkaat viettävät tiiviimmin aikaa yhdessä. Yhteinen toiminta on kuitenkin kaikille avointa ja siihen mukaan voivat tulla toimintakyvyltään kaikenlaiset asukkaat.
- ✓ **Erottelemaan kielenkäyttöön puuttuminen ja yhteisöllisyyden vahvistaminen puhees- sa (Hopearanta, Ilona-talo).** Hopearannassa henkilökunta on puuttunut heti yksittäisten asukkaiden kielenkäyttöön, jos he ovat puhuneet negatiivisesti vaikeasti muistisairaiden osaston asukkaista. Nopealla reagoinnilla on estetty erottelemaan kielenkäytön leviäminen asukkaiden keskuuteen ja ylläpidetty tasa-arvoisuutta. Palokan Ilonassa, jossa on kolmen eri toimijan asuntoja, asukastoiminnanohjaajat ovat tehneet pitkään työtä sen eteen, että kaikki asukkaat mieltäisivät asuvansa yhteisessä Palokan Ilonassa.

Asukaskyselyssä kerrottua

”Yhteishenki syntyy itsestään, kun henkilöt ovat asennoituneet oikein. Jokaisella on henkilökohtainen vastuu. Sitä ei voi saavista kaataa.” – Ilona-talo

”Tuntuu melkein kuin olisi kolmen kerroksen väkeä.” – Senioripiha

”Ei erotella puheessamme negatiivisesti sitä, missä talossa kukin asuu.” – Ilona-talo

”Toivoisin, ettei minkäänlaisia ’kuppikuntia’ perustettaisi, vaan kaikki olisi avointa toimintaa” – Ilona-talo

Solmukohtia

- X Suuret asukasyhteisöt voivat edistää erottelua (Ilona-talo).** Korttelimaisissa asuinkehteissa yhteisön sisään syntyy helposti rajanvetoa eri talojen asukkaiden välille. Palokan Ilona, jossa on kolmen eri toimijan asuntoja, on suuri yhteisö yli kahdella sadalla asukkaallaan. Asukas-palautekyselyssä nostettiin esiin yhteisön koon tuoma haaste: samassa pihapiirissä on hyvin erilaisia ihmisiä ja kaikkien tuntemaan oppiminen on vaikeaa.
- X Samassa korttelissa sijaitsevat eri asumismuodot voivat synnyttää erottelua asukkaiden välille (Senioripiha, Senja-kortteli).** Senja-korttelissa asumismuodon pohjalta syntyvät erottelut olivat haaste korttelin yhteisöllisyyden kehittymiselle. Jo korttelin ensiaskelista lähtien vastakkainasettelu rakentui vuokra- ja asumisoikeusasujien välille. Myöhemmin erottelua syntyi omistus- ja vuokra-asujien välille. Työntekijöiden pitkäjänteisellä työllä erottelua saatiin vähennettyä, muttei kokonaan poistettua. Senioripihan Maija-talossa korttelin alkuaikana kehityskohteeksi oli nostettu vuokra-asujien ja pienryhmäkotien asukkaiden kanssakäymisen lisääminen. Myös Martta-talossa asumismuoto voi jakaa asukkaita: työntekijöiden mukaan tietty rappukäytävä on koettu olevan enemmän omistusasujien käytössä, eikä sen seinille jätetyt ilmoitukset tapahtumista tavoita talon vuokra-asujia.

Vinkkejä yhteisölliseen asumiseen

-  **Kuppikunnat voivat olla sekä positiivinen että negatiivinen ilmiö yhteisöissä.** Tiiviit ryhmät voivat muodostua ulossulkeviksi kuppikunniksi ja aiheuttaa muille kokemuksia ulkopuolisuudesta. Kuppikunnat voivat kuitenkin toimia selviytymiskeinona yhteisöllisessä asumisessa: kun yhteisön koko on rajatumpi, on siihen helpompi päästä osalliseksi. Positiivisen yhteisöllisyyden edistämiseksi tärkeintä ei ole estää pieniä ryhmiä muodostumasta, vaan tarkkailla, että ne ovat luonteeltaan mukaan ottavia.
-  **Suuret, erilaista asumista sisältävät korttelit ovat alttiita erotteluille.** Korttelimaisissa asumiskohteissa eri talot ja asumismuodot voivat toimia negatiivisten erottelujen pohjana. Erottelun ehkäisemiseksi on vahvistettava asukkaiden kokemusta tasavertaisuudesta ja korttelin yhteisöön kuulumisesta.
-  **Toimijan vastuu varautua ja reagoida negatiivisten ilmiöiden syntymiseen.** Yhteisöllisyyden kannalta haitallisiin ilmiöihin on syytä puuttua aktiivisesti ennen kuin tietyt tavat puhua ja toimia juurtuvat yhteisöön. Tietoisuus erilaisista haittailmiöistä auttaa niihin varautumisessa ja uusien keinojen löytämiseen on tärkeä kehittää yhdessä asukkaiden kanssa.

4.4.3 Yhteisöllisyyteen kuuluu mahdollisuus saada äänensä kuuluviin

Kokemus osallisuudesta edellyttää mahdollisuuksia osallistua ja vaikuttaa yhteisön tasavertaisena jäsenenä sekä tulla aidosti kuulluksi. Mahdollisuudet vaikuttaa voivat vahvistaa asukkaiden kokemusta psykologisesta omistajuudesta ja luoda vastuullisen sekä aktiivisen suhteen omaan asumisympäristöön.

Tapausesimerkkien kokemuksia

Kaikissa tapausesimerkkikohteissa asukkaiden tyytyväisyyttä ja kokemuksia selvitettiin säännöllisten kyselyjen avulla. Niiden lisäksi monissa kohteissa oli muita käytäntöjä, jotka tukivat asukkaiden mahdollisuuksia vaikuttaa arkeensa.

Taulukko yhteiseen toimintaan vaikuttamisen kokemuksista

Koen voivani vaikuttaa talon yhteiseen toimintaan	Hopearanta (n = 17)	Ilona-talo (n = 236)	Senioripiha (n = 57)	Senja-kortteli (n = 100)
Täysin samaa mieltä	5,9 %	30,9 %	14,0 %	24,0 %
Hieman samaa mieltä	52,9 %	36,9 %	26,3 %	40,0 %
Hieman eri mieltä	0 %	5,9 %	5,3 %	13,0 %
Täysin eri mieltä	11,8 %	4,7 %	33,3 %	8,0 %

Hyviä käytäntöjä

- ✓ **Kaikille avoin työryhmä toimii talojen asukkaiden äänitorvena (Senja-kortteli).** Senja-korttelissa asukkaiden tärkeä vaikuttamiskanava on korttelin asukkaista koostuva työrukkanen (ks. sivu 20). Työrukkanen on avoin korttelin kaikille asukkaille ja siinä on edustajia jokaisesta talosta. Mukana on myös korttelin palveluohjaaja. Työrukkanen kokoontuu parin kuukauden välein ja tapaamisista kirjoitetaan muistiot. Työrukkanen kokouksiin säännöllisesti osallistuvat asukkaat ovat vastuussa siitä, että tieto kulkee muistioiden lisäksi heidän kauttaan oman talon asukkaille. Edustajat voivat kerätä kootusti oman talon asukkailta ideoita ja toiveita, joita käsitellään tapaamisissa.
- ✓ **Kaikilla asukkailla on yhdistyksen jäsenyyden myötä oikeus vaikuttaa (Ilona-talo).** Asumisoikeussopimuksen allekirjoittaessaan jokainen Ilona-talon asukas tulee Varttuneiden asumisoikeusyhdistyksen jäseneksi, mikä antaa oikeuden vaikuttaa esimerkiksi yhdistyksen vuosikokouksessa. Nopea talojen rakennustahti on kuitenkin aiheuttanut sen, että yhdistyksen jäsenmäärä on kasvanut suureksi lyhyessä ajassa.

- ✓ **Tietoisuus hallitsevista ja hiljaisista persoonista (Hopearanta, Senja-kortteli).** Monissa tapaus-esimerkkikohteissa asukaskyselyssä tuotiin esiin huomioita kovaaäänisistä ja hallitsevista persoonista, jotka voivat peittää hiljaisemmat alleen. Hopearannassa tilanteessa on auttanut se, että pitkäaikaiset työntekijät ovat tietoisia hallitsevista persoonista ja ottavat sen huomioon asukkaiden vuorovaikutuksessa. Senja-korttelissa työntekijät pyrkivät havaitsemaan hiljaisempia asukkaita ja mahdollistamaan tarvittaessa luottamuksellisen keskustelun kahden kesken.
- ✓ **Työntekijät innostavat tuumaustuokioissa ideoimaan yhteistä arkea (Ilona-talo).** Asukaspalautekyselyn mukaan Ilona-talojen asukkaat kokevat parhaiten voivansa vaikuttaa asukastoiminnanohjaajien vetämissä tuumaustuokioissa. Kaikille talon asukkaille tarkoitettuna tuumaustuokioissa innostetaan ideoimaan ja kehittämään yhteisön toimintaa yhdessä keskustellen.
- ✓ **Säännölliset yhteiset keskustelutilaisuudet (Ilona-talo).** Ilona-taloissa järjestetään asukaskokouksia, porinoita, joissa keskustellaan kuukausittain sekä yhteisestä toiminnasta että kiinteistöön liittyvistä asioista asukastoimikunnan kanssa. Tilaisuudet vetävät paikalle paljon osallistujia, sillä talon arkeen liittyvät asiat kiinnostavat monia asukkaita.

Asukaskyselyssä kerrottua

“Samanhenkisten kokoontumisia, ettei aina äänekkäät pääse vaan juttelemaan. Huomioidaan myös aremmat ja hiljaisemmat ihmiset! Ne jotka näkevät tai kuulevat huonommin, mutta elävät itsenäistä elämää.”
– Senioripiha

“Avoimuuttajatoisten henkilöiden mielipiteiden arvostamista ja hyväksymistä. Jokaisella on oikeus omiin mielipiteisiin tiedon tai elämäkokemuksen perusteella ja ne eivät saisi johtaa henkilöistymisiin asiakysymyksissä.”
– Ilona-talo

“Aina näyttää jollain olevan tarve päästä hallitsemaan. Se tuottaa isoakin ongelmia. Siihen pitäisi vaikuttaa mutta MITEN? Ei ihan ongelmatonta ole. Ei tarvitse olla kuin yksi ns. ”vallanhaluinen” sotkija ja koko ilmapiiri saattaa kärsiä.” – Senja-kortteli

“Asukkaiden asenteita saatava muutettua! Kaikkien mielipiteet arvokkaita. Kuunnellaan ensin, eikä heti tyrmätä ehdotusta tai vastaavaa.” – Ilona-talo

Solmukohtia

- X **Toimintakyvyltään heikompien asukkaiden toiveiden selvittäminen ja kuuleminen (Hopearanta).** Asukkaiden heikko kunto voi tehdä toiveiden ja mielipiteiden ilmaisemisen haastavaksi, kun tulkittavana voivat olla vain eleet ja ilmeet. Se vaatii työntekijöiltä herkkää otetta ja asukkaiden hyvää tuntemista. Asukkaan mieltymyksiä on kirjattu ylös heidän muuttaessaan taloon, mutta siitä on voinut kulua useita vuosia. Omaiset ovat myös tärkeässä osassa läheisensä osallisuuden edistämisessä ja näkemysten esiin tuomisessa.
- X **Asukastoimikuntaan on haasteita saada uusia jäseniä (Ilona-talo).** Ilona-talojen asukastoimikuntiin on ollut haasteita saada uusia jäseniä. Asukastoimikuntaan on usein talon valmistuessa ollut ilmoittautumismenettely, eikä suurta vaihtuvuutta jäsenissä ole ollut vuosien aikana. Asukastoimikuntaan sitoutuminen voidaan kokea raskaaksi oman jaksamisen vuoksi, minkä takia vastuun jakamiseen ja jäsenten kierto on olisi hyvä kehittää uudenlaisia keinoja.



Hopearannan yläkerran oleskelutila sai nimen salonki asukkaille järjestetyn nimikilpailun perusteella.

- X Liian suuret yhteistilaisuudet eivät edistä hiljaisten äänten kuulemista (Ilona-talo).** Ilona-taloissa asukkailla on monenlaisia tapoja vaikuttaa, mutta esimerkiksi asukaskokoukset ja tuumaustuokiot voidaan kokea joskus liian suuriksi tilaisuuksiksi tuoda esiin omia näkemyksiään. Etenkin hiljaisilla persoonilla voi olla vaikeuksia ilmaista mielipiteitään, vaikka tilaisuus lähtökohtaisesti antaisi hyvät mahdollisuudet keskustelulle koko yhteisön voimin.
- X Omaa mielipidettä ei haluta kertoa kommentoinnin tai ongelman henkilöitymisen vuoksi (Ilona-talo, Senja-kortteli).** Omia mielipiteitä ja ideoita voidaan pelätä tuoda esiin, jos yhteisössä vallitsee ilmapiiri, jossa niitä ei oteta rakentavasti vastaan. Asukkaiden tasavertaisuuden ja vaikutusmahdollisuuksien toteutumiseksi esimerkiksi palautteen vastaanottamista ja siitä käytävää keskustelua tulisi harjoitella, jotta ilmapiiri muuttuisi tasavertaista vaikuttamista tukevaksi.

Vinkkejä yhteisölliseen asumiseen

-  **Erilaiset vaikuttamiskanavat tukevat tasavertaisuuden kehittymistä.** Omaan arkeen vaikuttamiselle on tärkeä kehittää monenlaisia keinoja, jotta ne mahdollistaisivat erilaisille ihmisille tilaisuuksia saada äänensä kuulluiksi. Tarjolla on hyvä olla niin koko yhteisön yhteisiä keskustelutilaisuuksia kuin anonyymejä keinoja tuoda julki palautetta ja ideoita.
-  **Epävirallisten vaikuttamisten paikkojen mahdollistaminen.** Epävirallisten vaikuttamisen paikkojen merkitystä ei pidä unohtaa saati väheksyä yhteisöllisessä asumisessa, sillä muutos tai uudenlainen toiminta voi lähteä liikkeelle kahvikupin äärellä käydystä keskustelusta tai lyhyestä sananvaihdesta työntekijän kanssa.

 **Vaikuttamiseen tarvitaan tietoa.** Pohjavaatimus vaikuttamiselle on aiheeseen liittyvän tiedon saatavuus. Sen vuoksi on tärkeää, että asukkaat saavat riittävästi ja oikea-aikaisesti tietoa asumisesta: kokouksista ja suunnittelutuokioista kirjoitetaan muistiot, jotta poissaolevat pysyvät suunnitelmissa ja päätöksenteossa mukana ja päätöksiin johtaneet prosessit ovat läpinäkyviä. Tietoa on tärkeä jakaa myös monien eri kanavien kautta, jotta ne tavoittavat mahdollisimman monet asukkaat.

 **Keskustelukulttuurin kehittäminen toisia asukkaita kunnioittavaksi ja erilaisia näkemyksiä arvostavaksi (Erätaukosäätiö & Yle).** Keskustelukulttuuria kehittäessä tuetaan osallisuutta ja tasavertaisuutta: esimerkiksi keskusteluissa jotkut näkemykset voivat jäädä jyrän alle, ja muiden reaktioita omiin mielipiteisiin voidaan pelätä. Avoimen ja toisia kunnioittavan ilmapiirin myötä asioista voidaan keskustella rakentavasti, vaikka osapuolet olisivat eri mieltä. Menetelmiä keskustelukulttuurin kehittämiseen löytyy esimerkiksi [Erätauko-säätiön työkaluista](#).

 **Omaisten merkitys osallisuuden tukemisessa asukkaan toimintakyvyn heikentyessä (Jolanki ym. 2017).** Asukkaiden toimintakyvyn heikentyessä tärkeässä roolissa ovat omaiset, jotka voivat toimia läheisensä äänenä. Hyvällä tiedonkululla, vuorovaikutuksella ja yhteistyöllä omaisten kanssa voidaan vaikuttaa asukkaan arkeen ja tukea hänen osallisuuttaan.

 **Asukasdemokratiassa on kuultava niin kovaäänisiä kuin hiljaisia asukkaita.** Yhteisöjen jäsenet koostuvat kirjavasta joukosta erilaisia persoonia, joille on vuosien aikana muodostunut erilaisia vuorovaikutustapoja: jotkut asukkaat voivat olla tottuneet ilmaisemaan mielihiteensä kuuluvasti ja toiset taas voivat kokea sen kertomisen vaikeaksi. Asukasdemokratian ei tulisi kuitenkaan toteutua vain kovaäänisten ehdolla, vaan jokaisen asukkaan ääni on yhtä arvokas.

 **Kerätyn tiedon tulisi johtaa kehittämiseen.** Vaikutusmahdollisuuksien moninaisuuden lisäksi tärkeää on, että kerättyyn tietoon ja esiin tulleeisiin haasteisiin sekä ideoihin pyritään tarttumaan. Kyselyjen tulosten julkaiseminen ja niistä yhdessä keskusteleminen tekee arjen kokonaiskuvan kaikille näkyväksi. Esiin nousseihin seikkoihin puuttuminen luo kokemuksen, että vaikuttamisella on oikeasti merkitystä, eikä kyselyjä tai keskustelutilaisuuksia toteuteta vain tavan vuoksi. Se voi motivoida käyttämään omaa ääntään myös vastaisuudessa.

 **Neutraaleiksi koetuille työntekijöille on helppo puhua.** Virallisten vaikuttamiskeinojen lisäksi keskustelut asukkaiden ja mahdollisten työntekijöiden välillä voivat toimia keino- na kertoa omista ideoistaan ja huolistaan. Työntekijät voidaan nähdä puolueettomina toimijoina, joille on helpompi kertoa mielipiteistään ja toiveistaan kuin omista naapureista koostuville toimijoille, kuten asukastoimikunnille.

4.5 YHTEISÖN TUKI

4.5.1 Naapuriapu ja sen rajat

Naapuriapu on parhaimmillaan kumpiakin osapuolia hyödyttävää, vastavuoroista toimintaa. Avun tarvitsija saa apua arkeensa tutulta ja lähellä asuvalta ihmiseltä, kun taas auttaja voi kokea itsensä merkitykselliseksi, kun hän saa käyttää omaa osaamistaan toisen hyväksi.

Naapuriavulla on kuitenkin rajansa sen suhteen, millaisissa asioissa lähellä asuvilta ihmisiltä halutaan apua tai millaisissa asioissa he voivat auttaa. Ikääntyneiden asumiskohteissa asukkaiden avun ja tuen tarpeen määrä voi vaihdella ajan kuluessa. Haasteita naapuriavun vastavuoroisuuden ylläpitämiselle syntyy, jos avun tarve pitkittyy ja arjen sujuminen riippuu vahvasti siitä. Auttajan toimintakyvyn heikentyessä naapuriapu voi käydä raskaaksi, mutta tuen tarjoamista voidaan jatkaa tunnollisesti, kun osapuolia sitovat ystävyyssuhteet. Silloin on tärkeää, että ulkopuolista ammatillista apua osataan hakea oikea-aikaisesti ja sitä on tarvittaessa saatavilla. Naapuriavun ei ole tarkoitus korvata julkista tukea, mutta se voi siirtää palvelutarvetta.

Tapausesimerkkien kokemuksia

Tapausesimerkkikohteiden asukkailla oli enemmän kokemuksia naapureidensa auttamisesta kuin naapuriavun kohteena olemisesta. Monia arjen pieniä tekoja ei välttämättä osata nähdä naapuriavun piiriin kuuluvaksi: autokyytien tarjoaminen, kukkien kasteleminen tai neuvomien teknisten laitteiden käytössä on naapuriapua kuten on myös lampun vaihtaminen, kauppakassien kantaminen ja koiran ulkoiluttaminen.

Taulukko naapuriavun kokemuksista

Täysin/hieman samaa mieltä	Hopearanta	Ilona-talo	Senioripiha	Senja-kortteli
Olen auttanut naapureitani	64,7 %	63,1 %	52,7 %	79,8 %
Olen saanut naapureilta apua arkeeni	29,4 %	61,4 %	46,3 %	76,3 %



Biljardin pelaajia Vaajakosken Ilonassa. Asukkaiden keskinäinen apu tukee arkea: esimerkiksi biljardin peluu onnistuu näkövammaiselta asukkaalta hyvin, kun hänen naapurinsa kertoo, mikä palloista on mennyt pussiin.

Hyviä käytäntöjä

- ✓ **Naapuriapu tukee yhteisön arkea ja tuo merkityksellisyyttä päivään (Ilona-talo).** Yksi esimerkki naapuriavusta on eräässä Ilona-talossa toimiva remonttiryhmä: joukko miehiä tekee talossa pieniä sisä- ja ulkotöitä sekä auttaa muita asukkaita erilaisissa askareissa. Asukkaat saavat apua pulmiinsa ja remonttiryhmän jäsenille auttaminen tuo mielekästä tekemistä arkeen ja he voivat hyödyntää osaamistaan kaikkien hyväksi.
- ✓ **Apua digiajan haasteisiin naapurilta (Senja-kortteli).** Asukkaat pitävät keskenään digiklubia, joka rantautui kortteliin Vanhus- ja lähimmäispalvelun liitto VALLIn hankkeen myötä ja jäi toimintaan sen päättyttyä. Digiklubista voi hakea apua erilaisiin teknologiaan liittyviin ongelmiin matalalla kynnyksellä.
- ✓ **Naapuriavun systemaattinen kartoittaminen (Ilona-talo).** Joissakin Ilona-taloissa asukkailta on kerätty muistiin asioita, joissa he osaavat ja ovat halukkaita auttamaan naapureitaan. Apua tarvitseva asukas voi käydä katsomassa kerätystä listasta, kuka naapureista voisi auttaa kyseisen ongelman parissa. Lista voi samalla edistää asukkaiden välistä kohtaamista sekä olla tukena etenkin yhteisöön muuttaville uusille asukkaille, joille naapurit eivät ole vielä tuttuja.
- ✓ **Huolenpidon ilmapiiri (Hopearanta, Senja-kortteli).** Hopearannassa vallitsee vahva huolenpidon ilmapiiri. Hoitajalle vinkataan nopeasti, jos vierustoverilla ei ole kaikki kunnossa, tai seinänaapurista ei olla kuultu hetkeen mitään. Myös Senja-korttelissa asukkaat huolehtivat toisistaan ja työntekijöille mainitaan nopeasti, jos naapuria ei ole näkynyt pariin päivään, vaikkei hän olisikaan tuttu. Tämän vuoksi työntekijöille voidaan käydä myös ilmoittamassa, jos asukas on lähdössä matkalle, ettei kenenkään tarvitse huolestua hänen poissaolostaan.

- ✓ **Naapuriapu tukee itsenäistä asumista (Ilona-talo).** Ilona-talon asukkaiden arjen tukena ovat myös asukastoiminnanohjaajat, jotka ovat paikalla tiettyinä päivinä viikossa. Joissakin taloissa asukastoiminnanohjaaja on paikalla viitenä päivänä, kun taas toisissa vain parina päivänä. Usein talot, joissa asukastoiminnanohjaajat ovat paikalla harvemmin, ovat kehittyneet itsenäisemmiksi kuin ne, joissa asukastoiminnanohjaaja on paikalla lähes jokaisena päivänä viikossa. Naapuriavun merkityksestä yhteisöllisessä asumisessa kertovat myös asukkaiden kasvanut palvelujen ja tuen tarve Palokan Ilonan tulipalon jälkeen (ks. sivu 67)
- ✓ **Työntekijät varmistavat, ettei naapuriapu kuormita liikaa (Senja-kortteli).** Senja-korttelissa on kiinnitetty huomiota siihen, etteivät asukkaat rasitu liikaa etenkin sellaisten naapureidensa tukemisesta, jotka tarvitsisivat ammatillista apua. Tiettyä tukea tarvitsevat asukkaat ovat henkilöstön tiedossa ja työntekijät ovat valmiina tulemaan avuksi, jos he alkavat kuormittaa naapureidensa arkea liikaa.

Solmukohtia

- X **Yhteisön ilmapiiri ei tue toimintakyvyltään heikkokuntoisia naapureita (Ilona-talo, Senja-kortteli).** Miten yhteisö suhtautuu toimintakyvyltään heikoimpiin jäseniinsä? Paneudutaanko yhdessä keksimään keinoja heidän tukemisekseen vai koetaanko yhteisön kuuluvan vain aktiivisille ja toimintakyvyltään hyväkuntoisille ikääntyneille? Esimerkiksi Senja-korttelin asukkaille suunnatussa kyselyssä nousi esiin muutamia kommentteja, joissa toivottaisiin asukkaiden olevan enemmän itsenäiseen elämään kykeneviä.

Vinkkejä yhteisölliseen asumiseen

-  **Tutustumisen edistäminen madaltaa kynnystä pyytää ja tarjota apua.** Avun pyytämiseen etenkin tuntemattomilta voi olla korkea kynnys, minkä vuoksi asukkaiden tutustumisen edistäminen on tärkeää myös naapuriavun kulttuurin synnyttämiseksi. Tutustumisella on suuri merkitys turvallisuuden tunteen muodostumiselle.
-  **Naapuriapu voi muuttua raskaaksi auttajan toimintakyvyn heikentyessä (Croucher ym. 2006).** Naapureitaan auttamaan tottunut asukas ei välttämättä osaa tai pysty lopettamaan toimintaansa edes siinä vaiheessa, kun oma toimintakyky heikkenee. Syynä tähän voi olla esimerkiksi ystävyys-suhteisiin kuuluvat odotukset keskinäisestä tukemisesta. Samasta syystä avunantoon liittyvät odotukset voivat toimia esteenä ystävyys-suhteiden muodostumiselle, kun oman jaksamisen ei koeta riittävän vastavuoroiseen tukemiseen.
-  **Naapuriavun rajoihin on tärkeä kiinnittää huomiota ja kehittää käytäntöjä asukkaiden uupumisen ehkäisemiseksi.** Ikääntyneille tarkoitetussa asumiskohteessa asukkaiden toimintakyvyn heikkeneminen voi kuormittaa auttajia, jotka voivat olla myös itse heikkokuntoisia. Sen vuoksi on tärkeää käydä keskusteluja naapuriavun rajoista ja siitä, miten asukkaat voivat tukea toimintakyvyltään heikompia naapureitaan ja mitkä asiat ovat tarpeen jättää ulkopuolisen avun vastuulle. Työntekijöillä, jotka ovat läsnä yhteisön arjessa, on tärkeä rooli havaita kuormittuvia auttajia ja ammattimaista apua tarvitsevia asukkaita.

 **Yhteisten toimintaohjeiden laatiminen ammattilaisten tuella (Pedersen 2015).** Tanskalaisissa ikääntyneiden asumisyhteisöissä asukkaat halusivat kehittää keinoja muistisairautta tai masennusta sairastavien naapureidensa tueksi. Yhdessä ammattilaisten kanssa he laativat yhteiset toimintaohjeet muistisairaiden tai masentuneiden asukkaiden kohtaamiseen ja siihen, miten heidän arkeaan voisi tukea.

 **Avuntarpeen luonne vaikuttaa siihen, keneltä pyydetään tukea (Pessi & Seppänen 2011; Pedersen 2015).** Omalta perheeltä odotetaan usein apua hoivaan ja huolenpitoon liittyviin asioihin, kun taas ystäviltä haetaan enemmän henkistä tukea. Ikääntyneiden asumisyhteisön jäsenet ovat usein valmiita auttamaan naapureitaan monissa arjen askareissa, mutta selkeästi hoivaan liittyvät tehtävät nähdään kuuluvan ammattilaisten vastuulle.

 **Miten yhteisössä suhtaudutaan toimintakyvyltään heikentyneisiin asukkaisiin?** Yhteisöllisyyden kannalta tärkeä kysymys on se, miten muut asukkaat suhtautuvat naapureihinsa, jotka tarvitsevat toimintakykynsä heikentyessä entistä enemmän tukea? ”Yhteisö on niin vahva kuin sen tuki on heikoimmille”, kuvaili eräs haastateltavista naapuriavun merkitystä. Jos yhteisöllisen asumisen tavoitteena on edistää ikääntyneiden asumista kotona mahdollisimman pitkään, tulisi toiminnassa huomioida erityisesti eniten tukea tarvitsevat asukkaat.

 **Digitalisaatiokehityksen myötä tukea tarvitaan entistä enemmän teknologiaan liittyvissä asioissa (Koskiahho & Saarinen 2019).** Nykyajan digitalisaatiokehityksen myötä teknologian merkitys arjessa kasvaa. Monet ikääntyneet tarvitsevat tukea, kun palvelut ja asiointi siirtyvät verkkoon. Teknologiaan liittyvän osaamisen vahvistamiseksi ja arjen asioiden hoitamiseksi talossa voidaan järjestää digitukea vertaisten, vapaaehtoisten tai työntekijöiden toimesta.



Raparperin alkuja istuttamassa Vaajakosken Ilonassa. Asukas toi mökiltään raparperin alkuja pihalla sijaitsevaan viljelylaatikkoon kaikkien yhteiseen käyttöön.

4.5.2 Työntekijä yhteisöllisyyden edistäjänä

Kaikissa yhteisöllisen asumisen kohteissa ei ole henkilökuntaa, vaan yhteisön arkea ylläpitävät ai-noastaan talon asukkaat. Vaikka yhteisöllisyys muodostuu asukkaiden välisessä kanssakäymisessä, voi sen kehittymistä tukea asukasyhteisön ulkopuoliset toimijat, kuten kohteen henkilökunta. Työntekijät voivat auttaa yhteisen toiminnan toteuttamisessa (ks. sivu 19) ja siihen osallistumisessa (ks. sivu 41) sekä tukea asukkaan osallisuutta sekä vaikutusmahdollisuuksia yhteisössä (ks. sivu 45). Työntekijät ovat merkittävässä roolissa edistämässä asukkaiden mielekästä arkea ja arvokasta elämää.

Ikääntyneiden asumiskohteissa työntekijöiden työhön kuuluvat usein hoitoon ja hoivaan liittyvät tehtävät. Yhteisöllisessä asumisessa työntekijöiden tehtävänä nähdään yhteisöllisyyden edistäminen ja tukeminen, mikä vaatii tietoa ja vahvaa sosiaalialan osaamista. Yhteisöllisyyteen ja yhteiseen toimintaan liittyvät tehtävät on voitu keskittää tietyn työntekijän vastuulle.

Tapausesimerkkien kokemuksia

Kaikissa tapausesimerkeissä on työntekijä, jonka vastuulla on erityisesti yhteisöllisyyden tukeminen. Sekä asukkaat että henkilökunta pitivät merkittävänä, että kohteessa on työntekijä, jolle yhteisöllisyyden edistämiseen liittyvät asiat kuuluvat. Näiden työntekijöiden nimekkeet ja työnkuvat vaihtelivat, mutta kaikille yhteistä oli yhteisen toiminnan järjestäminen tai siinä asukkaiden tukeminen. Joidenkin työntekijöiden työnkuvaan saattaa lisäksi kuulua hoivatyötä tai asukkaiden henkilökohtaista neuvontaa.

Taulukko yhteisöllisyyden edistämiseen keskittyvän työntekijän tehtäväkuvista

	Hopearanta	Ilona-talo	Senioripiha	Senja-kortteli
Tehtävänimeke	Palvelutalo-ohjaaja	Asukastoiminnan-ohjaaja	Viriketoiminnan ohjaaja	Palveluohjaaja
Yhteisen toiminnan organisoiminen tai siinä tukeminen	x	x	x	x
Henkilökohtainen neuvonta		x		x
Hoivatyö	x		x	x

Hyviä käytäntöjä

- ✓ **Työntekijä tukee asukaslähtöisen toiminnan järjestämistä (Ilona-talo, Senja-kortteli).** Ilona-talon asukastoiminnanohjaaja koordinoi ja tukee asukkaiden ideoiman ja suunnitteleman yhteisen toiminnan järjestämistä. Yksi keino tähän on hänen vetämänsä tuumaustuokio (ks. sivu 46). Tarkoituksena ei ole tehdä asukkaiden puolesta, vaan aktivoida ja innostaa heitä huomaamaan heidän oma potentiaalinsa yhteisen toiminnan kehittäjinä, sekä tarvittaessa tukea toiminnan toteuttamista. Senja-korttelin palveluohjaaja tekee tiivistä yhteistyötä korttelin asukkaista muodostuvan työrukkasen (ks. sivu 20) kanssa yhteisen toiminnan suunnittelussa ja järjestämisessä.
- ✓ **Henkilökohtainen neuvonta tukee asukkaiden arkea (Ilona-talo, Senja-kortteli).** Yhteisen toiminnan järjestämisessä tukemisen lisäksi toinen osa Ilona-talon asukastoiminnanohjaajan tehtäviä koskee asukkaiden henkilökohtaista neuvontaa. Erilaisten arjen pulmien ratkomisen lisäksi asukastoiminnanohjaaja voi esimerkiksi neuvoa asukkaalle saatavilla olevia palveluja tai mistä hän voi saada lisää tietoa, sekä auttaa tarvittaessa palvelujen hankkimisessa. Henkilökohtaisen neuvonnan merkitys asukkaiden arjen tukena korostui etenkin koronapandemian aiheuttaman poikkeustilan aikana, jolloin asukastoiminnanohjaajat päivystivät puhelimitse myös iltaisin ja viikonloppuisin (ks. sivu 62). Senja-korttelissa palveluohjaaja tiedottaa asukkaita erilaisista palveluista ja etuuksista sekä neuvoa ja tukee niiden hakemisessa.
- ✓ **Yhteisöllisyyteen keskittyvä työntekijä saa tukea muulta henkilökunnalta työhönsä.** Hopearannassa palvelutalo-ohjaaja saa tukea toiminnan järjestämiseen ja siihen osallistamiseen etenkin talon fysioterapeutilta. Senioripihassa viriketoiminnan ohjaajan apuna on ollut päiväkeskuksen kuntoutuksen ohjaaja, jonka kanssa tehdään tiivistä yhteistyötä yhteisten tapahtumien suunnittelussa ja järjestämisessä. Senja-korttelissa palveluohjaajan työparina toimii tarvittaessa hänen lähiesimiehensä.

Solmukohtia

- X **Työntekijän tehtäväkuva ei ole selkeä asukkaille tai muulle henkilökunnalle (Ilona-talo, Senja-kortteli).** Ilona-taloissa ja Senja-korttelissa asukkailla voi olla moninaisia odotuksia ohjaajien työtehtäviin liittyen, minkä vuoksi heihin otetaan yhteyttä hyvin erilaisista syistä. Mahdollisten muiden työntekijöiden sekä johdon on myös tärkeä ymmärtää yhteisöllisyyden edistämiseen liittyvien tehtävien merkitys, jotta niiden hoitamiseen jää työntekijälle tarpeeksi aikaa.
- X **Yhteisöllisyyden edistämiseen keskittyneen työntekijän poissaolot tai vaihtuminen (Senioripiha, Senja-kortteli).** Senja-korttelissa ja Senioripihassa ohjaajien tehtävissä ovat toimineet alusta lähtien samat henkilöt, minkä vuoksi heille on kertynyt valtava määrä hiljaista tietoa sekä laajoja yhteistyöverkostoja. Työntekijävaihdos kohteissa vaatisi huolellista, saattaen vaihtaa tapahtuvaa tiedon ja kontaktien siirtoa, jotta arjen jatkuvuus voitaisiin turvata. Senioripihan Matti-talossa järjestettävä yhteinen toiminta voi olla pysähdyksissä viriketoiminnan ohjaajan poissaollessa. Senja-korttelissa palveluohjaajan poissaolojen ja lomien aikana asukkaat ovat oppineet kääntymään palvelutalon palvelujohtajan puoleen.
- X **Työntekijäresurssien tulee olla suhteutettu yhteisön kokoon (Ilona-talo, Senja-kortteli).** Senja-korttelissa on havaittu, että palveluohjaajan työhön voitaisiin tarvita lisää resursseja. Työtä helpotti aikoinaan se, että kortteli rakentui muutama talo kerrallaan, eikä toimintaa tarvinnut aloittaa suoraan asukasmäärältään suuressa yhteisössä. *Virtaa Senjaan* -hanke toi pari vuodeksi lisäresursseja hanketyöntekijöiden muodossa, ja projektin päättymisen jälkeen palveluohjaaja on saanut apua työhönsä lähiesimieheltään. Ilona-taloissa asukastoiminnanohjaajat

ovat paikalla tiettyinä päivinä viikossa, jotka on suhteutettu talon asukasmäärän mukaan. Yksi asukastoiminnanohjaaja vastaa usein yhdestä talosta, mutta joskus työntekijä on vastannut useammastakin talosta. Uusien Ilona-talojen rakentaminen vaatii työntekijäresurssien ennakointia: kuinka monessa talossa yksi asukastoiminnanohjaaja voi samaan aikaan työskennellä, jotta asukkaille riittää tarpeeksi aikaa eikä työntekijä kuormitu liikaa?

Vinkkejä yhteisölliseen asumiseen

 **Yhteisöllisyyden edistämiseen keskittyvä työntekijä kertoo asumiskohteen arvoista.** Työntekijän työnkuva kertoo, että kohteessa merkittävänä nähdään asukkaan arvokas elämä ja mielekäs arki sekä niitä tukevan toiminnan kehittäminen. Yhteisöllisyyden edistämistä tukeva työntekijä voi toimia myös vetovoimatekijänä asumiskohteessa.

 **Työnkuva ja sen merkitys on selkeä niin työntekijälle itselleen kuin johdolle, muulle henkilökunnalle, asukkaille ja heidän läheisilleen.** Kun kaikki osapuolet ymmärtävät, mitä työtehtäviä yhteisöllisyyden edistämiseen keskittyvälle työntekijälle kuuluu ja mikä merkitys niillä on asukkaiden mielekkäälle arjelle, ei kenellekään synny vääriä odotuksia työhön liittyen.

 **Henkilökohtainen neuvonta.** Henkilökohtaisen neuvonnan lisäämisellä työntekijän työtehtäviin voidaan tukea asukkaan arkea. Pienillä asioilla, kuten lomakkeiden täytössä auttamisella, voi olla suuri merkitys asukkaalle. Joskus asukkaan tilannetta auttaa jo se, että joku aidosti kuuntelee. Tietoisuus siitä, että saatavilla on tarvittaessa apua, lisää turvallisuuden tunnetta.

 **Yhteisöllisyyden edistämiseen keskittyvä työntekijä saa tukea muulta henkilökunnalta.** Vaikka yhteisyyden edistäminen olisi tietyn työntekijän vastuulla, on tärkeää, että hän saa tukea työhönsä muilta työntekijöiltä. Isoissa kohteissa esimerkiksi työparimallin kehittäminen voi tukea työntekijöiden jaksamista.

 **Käytäntöjen ja rakenteiden luominen työntekijän poissaolojen tai vaihtumisen varalle.** Miten yhteiselle toiminnalle asumiskohteessa käy, jos siitä vastaava työntekijä sairastuu tai vaihtuu? Työyhteisössä on tärkeä laatia käytäntöjä lomien ja sairaspöissaolojen varalle, jotta yhteisen toiminnan jatkuvuus voidaan turvata ja asukkaat tietävät, kenen puoleen kääntyä heidän tarvitessaan henkilökohtaista neuvontaa. Hiljaisen tiedon siirtoon on panostettava työntekijöiden vaihtuessa, ettei vuosien varrella kertynyt kokemus ja yhteistyöverkostot katoa.



Senja-korttelin palveluohjaajan toimisto sijaitsee asukastilan vieressä (tumma ovi taustalla). Palveluohjaajan juttusille tullaan matalalla kynnyksellä. Sen vuoksi hänelle on järjestetty yksi etäpäivä viikossa, jotta puheluiden hoitamiselle ja selvitystöiden tekemiselle jää työrauhaa.

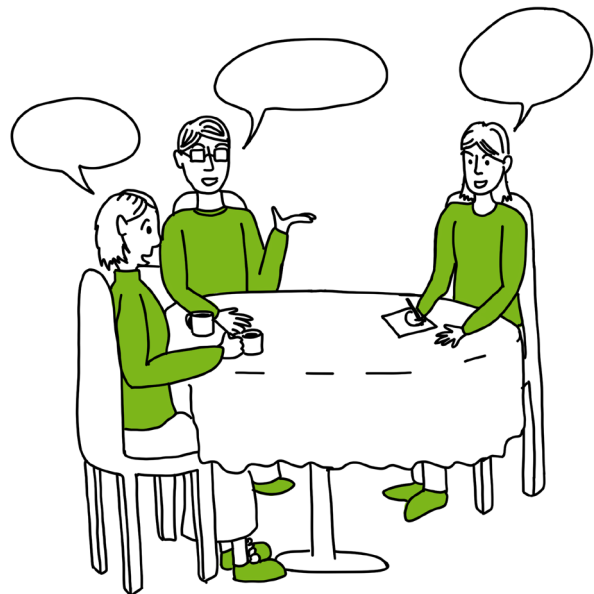
4.5.3 Yhteisöllisyyden ylläpitäminen on kaikkien vastuu

Yhteisöllisessä asumisessa ei riitä, että yhteisöllisyyden tukeminen ja yhteinen toiminta on nimetty tietyn työntekijän vastuulle. Yhteisöllisyyden pitää näkyä organisaation kaikilla tasoilla ja sen kehittäminen ja ylläpitäminen on johdon, henkilökunnan, asukkaiden ja heidän läheistensä vastuulla. Huomiota on kiinnitettävä asumiskohteen toimintakulttuuriin ja -tapoihin, jotka voivat edistää yhteisöllisyyttä tai haitata sitä. Merkittäviä tekijöitä ovat myös paikalliset toimijat, joiden kanssa tehdyn yhteistyön myötä yhteisöllisyys ulottuu taloa laajempaan ympäristöön.

Tapausesimerkkien kokemuksia

Hyviä käytäntöjä

- ✓ **Korttelin yhteinen työntekijä toiminnan koordinaattorina (Senja-kortteli).** Monitoimijais- ja -muotoista asumista sisältävässä Senja-korttelissa palveluohjaaja toimii koko korttelin yhteisen toiminnan koordinaattorina. Palveluohjaajan palvelut ovat jyvitetty asumiskustannuksiin ja hänen palvelunsa ovat kaikkien korttelin asukkaiden käytettävissä. Palveluohjaaja tukee asukaslähtöisen toiminnan organisoimista ja hänen kauttaan tiedotus korttelin sisällä sujuu erilaisten tiedotteiden, kasvatusten vaihdettujen kuulumisten sekä korttelin asukkaista muodostetun työrukkasen (ks. sivu 20) kautta. Palveluohjaaja toimii linkkinä myös korttelin ulkopuolisiin toimijoihin ja rakentaa yhteistyöverkostoja alueella.
- ✓ **Asukkaiden osallisuus nähdään organisaatiossa tärkeänä (Hopearanta).** Asukkaiden yhteiseen toimintaan osallistuminen nähdään työyhteisössä tärkeänä arvona. Sen vuoksi hoitajat ovat esimerkiksi valmiita saattamaan jokaisen halukkaan asukkaan alapihalle iltapäiväkahville, jonne osa asukkaista ei voi kulkea ilman apua jyrkästi viettävän pihan vuoksi.
- ✓ **Johdon tuki ja luottamus antaa vapaat kädet ja resurssit toiminnan kehittämiseen (Hopearanta, Senja-kortteli).** Hopearannassa ja Senja-korttelissa tuodaan esiin johdon tuen merkitys. Luottamus työntekijöiden ammattitaitoon mahdollistaa vapauden ja resurssit yhteisen toiminnan kehittämiseen.
- ✓ **Monta toimijaa samassa korttelissa luo mahdollisuuden yhteistyölle (Senioripiha).** Useiden eri sosiaali- ja terveydenhuollon yksiköiden sijoittuminen saman piha-piirin ääreen luo mahdollisuuksia järjestää kaikkien asiakkaita hyödyttävää ja kiinnostavaa toimintaa. Esimerkiksi päiväkuntoutuksessa suunnitellaan tiedollista ohjelmaa yhteistyössä ikäneuvolan kanssa, ja kuntoutusryhmien keskusteluissa esiin nousseita ideoita mietitään myös siltä kannalta, kiinnostaisiko toiminta laajempaan yleisöön.



- ✓ **Resurssien jakaminen muiden alan toimijoiden kanssa tukee kaikkien toimintaa (Hopearanta).** Hopearannassa on tehty tiivistä yhteistyötä alueen muiden palvelutalojen kanssa. Esimerkiksi 2000-luvun vaihteessa kolme palvelutaloa jakoi yhteisen, Raha-automaattiyhdistyksen rahoittaman viriketyöntekijän, joka edisti yhteistä toimintaa ja yhteisöllisyyttä kaikissa kolmessa paikassa.

Solmukohtia

- X **Yhteisöllisyyteen liittyvä toiminta jää vain yhteisöllisyyden edistämisestä vastaavan työntekijän vastuulle (Senioripiha).** Senioripihan Matti-talossa yhteisen toiminnan organisoinnin keskittäminen viriketoiminnan ohjaajalle on johtanut siihen, että hänen vastuulleen jää usein kaikki yhteiseen toimintaan liittyvä ruokasalin pöytien raivaamisesta äänentoistolaitteiden hoitamiseen ja joskus jopa asukkaiden osallistamiseen.
- X **Yksikkölähtöisyys ja sektoroituminen yhteisöllisyyden sijaan (Senioripiha).** Senioripihassa toimii useita sosiaali- ja terveydenhuollon yksiköitä, joilla on omat työntekijänsä ja resurssinsa. Yhteistä toimintaa mietitään yksikkölähtöisesti. Esimerkiksi koko korttelin yhteisten hankintojen tekeminen on vaikeaa, kun esteeksi tulee keskustelu siitä, minkä yksikön varoista hankinta tehdään.
- X **Yhteisen koordinaattorin puute vaikuttaa korttelin yhteiseen toimintaan, yhteydenpitoon ja yhteistyöhön (Senioripiha).** Vaikka Senioripihan monimuotoista asumista sisältävän korttelin rakennukset ovat fyysisesti lähekkäin ja puitteet kanssakäymiselle ovat olemassa, on koko korttelin yhteisen toiminnan ja tiedonkulun toteuttaminen käytännössä haastavaa. Koordinaattorin tarve oli huomioitu Senioripihan suunnittelu- ja rakennusvaiheessa isäntä-emäntä-toimintamallilla: talolla oli ”emäntä”, joka vastasi yhteisestä toiminnasta ja teki yhteistyötä rakennuttajan edustaman ”isännän” kanssa. Talojen valmistuttua toimintamalli kuihtui pois. Yhteys Matti-talon tehostetun palveluasumisen ja Maija-talon pienryhmäkotioiden välillä toimii, sillä kummassakin on henkilökuntaa ja työntekijät toimivat samassa organisaatiossa. Sen sijaan Maija- ja Martta-taloilla ei ole selkeitä yhteyshenkilöitä, joiden kautta voitaisiin tavoittaa kaikki asukkaat.
- X **Korttelin toimijoiden toiminnan yhteensovittaminen (Senja-kortteli).** Kaupungin päiväkeskuksen tilat sijaitsevat Senja-korttelissa. Aiemmin päiväkeskustoiminta oli kaikille korttelin asukkaille avointa, mutta päiväkeskusten jakauduttua hyvinvointikeskuksiin ja kuntouttavaan päivätoimintaan, on toimintaan osallistuminen vaatinut hakeutumisen. Muutokset ovat vaikuttaneet myös päiväkeskuksen tiloissa sijaitsevan kuntosalin käyttöön. Koronapandemian vuoksi päiväkeskuksen tilat ovat olleet suljettuina. Korttelin asukkaille toiminnan poisjääminen ja kuntosalin käyttöön liittyvät rajoitukset aiheuttivat mielipahaa. Tilojen käyttöön liittyvät kiistat nostavat esiin sen, että monen toimijan kortteleissa on tärkeää suunnitella yhteisten fyysisten tilojen lisäksi sitä, miten niiden toiminta saadaan sovitettua yhteen ja tukemaan yhteisöllisyyttä erottelun synnyttämisen sijasta.

Vinkkejä yhteisölliseen asumiseen



Yhteisöllisyys on se arvo, jonka tulisi näkyä organisaation toiminnassa kaikilla tasoilla. Yhteisöllisessä asumisessa merkittävää on, että yhteisöllisyys tulee ilmi kaikessa toiminnassa. Mielekkään arjen edistämiseen tähtäävät toimet nähdään merkittävinä ja niihin on käytettävissä tarvittavat resurssit. Yhteisöllisyys välittyy kaikkien, asukkaiden, työntekijöiden, läheisten ja johdon, käyttäytymisessä sekä asenteissa niin, että ilmapiiri mukaanottava ja osallisuutta tukeva.



Yhteisöllisyyden edistäminen kuuluu kaikille. Yhteisöllisyyden edistämiseen liittyvän toiminnan keskittäminen tietyille työntekijöille on etenkin palveluasumisen ja tehostetun palveluasumisen kohteissa mahdollistanut sen, että hoitajat ovat voineet keskittyä hoitotyöhön ja asukkaille on ollut tarjolla monipuolista yhteistä toimintaa. Yhteisöllisyys on kuitenkin vaakalaudalla, jos asukkaiden osallisuutta ei nähdä kaikkien työntekijöiden vastuuna ja työnkuvat rajataan tarkasti. Silloin kehitys voi johtaa ”ei kuulu minulle” -asenteen muodostumiseen. Niukat resurssit voivat aiheuttaa myös sen, että asumiskohteessa keskitytään hoitamaan vain pakollisia hoivatehtäviä, eikä asukkaiden mielekästä arkea nähdä merkittävänä tavoitteena.



Selkeä yhteyshenkilö, joka koordinoi talon sisäistä toimintaa ja tiedotusta sekä rakentaa verkostoja talon ulkopuolelle. Yhteyshenkilö koordinoi ja tarkastelee asumiskohteen toimintaa kokonaisvaltaisesti. Roolin merkitys korostuu, jos asumiskohde muodostuu useista eri taloista, joissa on monitoimijaista tai monimuotoista asumista. Yhteinen työntekijä tukee tiedonkulkua asumiskohteessa ja on selkeä henkilö, johon eri talojen asukkaat tietävät ottaa yhteyttä. Yhteistyöverkostojen rakentamista paikallisten toimijoiden kanssa helpottaa myös se, että asumiskohteella on tietty yhteyshenkilö.



Monitoimijaisen korttelin yhteiset määrärahat voivat vähentää erottelua ja lisätä yhteisöllisyyttä. Korttelin yhteisillä määrärahoja voidaan käyttää kaikille asukkaille tarkoitetun toiminnan järjestämiseen ja yhteisten tilojen hankintoihin. Yhteiset varat vähentävät keskustelua siitä, kenen rahoista maksetaan hankintoja yhteistiloihin, tai toiminnan rajaamista vain tietyn talon asukkaille.



Yhteisöllisen kulttuurin rakentamisessa tärkeässä roolissa on johdon ja esimiesten hyväksyntä sekä tuki (Jolanki ym. 2017). Yhteisöllisyyden edistämisessä työntekijöillä tulee olla vapaus sekä resurssit tehdä ja kehittää kokonaisvaltaisesti asioita, jotka he näkevät asukkaiden hyvinvoinnille merkittäviksi. Vapauden mukana tulee myös sitoutuminen siihen, että työntekijällä on vastuu toisen ihmisen hyvinvoinnista. Laadukkaan johtamisen kautta työntekijöillä on vapautta ja vastuuta sopivassa suhteessa.



Omaiset voimavaraksi yhteisöllisyyden edistämisessä. Asukkaan läheiset voivat olla suuri voimavara yhteisöllisyydelle. Heillä voi olla paljon osaamista ja verkostoja, joita voi hyödyntää yhteisen toiminnan järjestämisessä. Yhteisen tekemisen äärellä kanssakäyminen läheisen kanssa voi olla luontevampaa, vaikka toimintakyky olisi heikentynyt. Toimintaan osallistuminen avaa omaisille ikkunan asumiskohteen arkeen ja tekee tutummaksi yhteisöllistä asumista. Sen myötä yhteisöllinen elämäntapa voi tarttua myös läheisiin ja siirtyä heidän kauttansa tuleville sukupolville.

4.6 MONTA POLVEA YHDESSÄ

Sukupolvet voivat muodostua asemasta lapsena, vanhempänä ja isovanhempänä, tai sukupolvilla voidaan viitata tietyn ikäluokan yhteisiin kokemuksiin yhteiskunnasta, kulttuurista ja historiasta. Saman sukupolven sisälle mahtuu taustaltaan, mielipiteiltään ja kiinnostuksen kohteiltaan erilaisia ihmisiä.

Yhteisöllisyyden tavoin monisukupolvisuus on ollut nouseva asumisen trendi. Monisukupolviset korttelit voivat tarjota eri ikäisille asukkailleen ylisukupolvista vuorovaikutusta seuran, yhteisen tekemisen ja osaamisen jakamisen kautta. Sukupolvien välinen myönteinen vuorovaikutus vaatii keskinäistä arvostusta ja halua sekä kuulla että oppia lisää toiselta sukupolvelta. Lisäksi tarvitaan eri sukupolville luontevaa sekä heitä kiinnostavaa yhteistä toimintaa.

Lue lisää:

Lampinen, Sari (2021). **Monisukupolvisen yhteisöllisen asumisen hyvät käytännöt ja solmukohdat.** Keski-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus. Harjoitteluraportteja 8.

Saatavilla: <http://koskeverkko.fi/julkaisut/harjoitteluraportteja/>



Laukaan Ilonan pihalle rakennettu leikkipaikka on asukkaiden vieraiden lapsille mieluisa paikka viettää aikaa.

Tapausesimerkkien kokemuksia

Hyviä käytäntöjä

- ✓ **Monisukupolvisella asumisella tavoitetaan uudenlaisia kohderyhmiä (Ilona-talo).** Jyväskylän Kankaalle valmistuu vuonna 2021 Varttuneiden asumisoikeusyhdistys Jason ja Keski-Suomen opiskelija-asuntosäätiö KOASin yhteinen kortteli, jonka vieressä sijaitsee myös päiväkotit. Monisukupolvisuus on kummallekin toimijalle uudenlainen näkökulma yhteisölliseen asumiseen. Kankaan Ilonan on havaittu kiinnostavan muiden Ilona-talojen asukkaita nuorempia ihmisiä.
- ✓ **Yhteinen toiminta lasten kanssa koetaan mieluisaksi (Hopearanta).** Hopearannassa tehdään yhteistyötä läheisen päiväkodin kanssa. Etenkin juhlapäyhinä päiväkodin lapset ovat pirstaneet talon asukkaiden arkea vierailevina tonttuina tai virpojin. Asukkaat ovat kokeneet lasten vierailut hyvin mieluisana toimintana.
- ✓ **Pihapiirin leikkipaikka kannustaa monisukupolviseen vuorovaikutukseen (Ilona-talo).** Useiden Ilona-talojen pihasta löytyy leikkipaikka lapsille. Se tarjoaa esimerkiksi asukkaiden lastenlapsille mielekkään paikan viettää aikaa heidän ollessaan vierailulla, mutta luo myös kuvan lapsiystävällisestä ympäristöstä.

Solmukohtia

- X **Ikääntyneet arvostavat yhteisöllisessä asumisessa muiden asukkaiden samanikäisyyttä (Ilona-talo, Senja-kortteli).** Monet asukkaat arvostavat asukaskyselyn mukaan nykyisessä asumisessaan sitä, että naapurit ovat samanikäisiä. Vuorovaikutus samanikäisten ihmisten kanssa koetaan usein luontevimmaksi ja samanikäisten yhteisössä asuminen voi auttaa hyväksymään oman ikääntymisen ja sen mukanaan tuomat muutokset paremmin. Samanikäisten ihmisten kanssa asumisen halun taustalla voivat olla myös nuoriin liitetyt ennakkoluulot ja toiveet asumisen rauhallisuudesta.
- X **Yhteinen toiminta tulee sopeuttaa vaihtuviin sukupolviin (Hopearanta).** Hopearannassa sukupolvien vaikutuksesta yhteiseen toimintaan ollaan tietoisia: palvelutalon asukaskunta koostuu tällä hetkellä enimmäkseen 1920- ja 30-luvuilla syntyneistä asukkaista, jolloin kaikille mielekästä toimintaa on helppoa toteuttaa nykyisillä resursseilla. Seuraavilla vuosikymmenillä syntyneiden määrän kasvu asukaskunnassa voi aiheuttaa haasteita toiminnan suunnittelulle ja toteuttamiselle tulevaisuudessa, kun eri-ikäisten asukkaiden kiinnostuksen kohteet voivat vaihdella enemmän. Yhteistä toimintaa onkin tärkeä kehittää ja uudistaa, jotta ne vastaavat tulevaisuuden ikääntyneiden uudenlaisiin tarpeisiin ja kiinnostuksen kohteisiin.

Vinkejä yhteisölliseen asumiseen



- Monisukupolvinen toiminta lähtee liikkeelle osallistujien tarpeista (Tuokkola ym. 2016).** Monisukupolvisen toiminnan järjestäminen ei ole itseisarvo, vaan yhteisen tekemisen tulee olla aidosti eri sukupolvia kiinnostavaa ja heidän tarpeistaan liikkeelle lähtevää. Pelkkä sukupolvien kohtaaminen ei usein riitä pitkäjänteisen monisukupolvisen toiminnan perustaksi.

 **Avoin viestintä, selkeät pelisäännöt ja tutustumisen merkitys monisukupolvisessa asumisessa (Autio 2018).** Yhteiselon tukemiseksi on tärkeää viestiä avoimesti ja laatia selkeät pelisäännöt. Muihin asukkaisiin tutustuminen ja luottamuksen rakentaminen asuinyhteisössä on merkittävää ikäperustaisten stereotyyppien ja odotusten rikkomiseksi. Kun pelisäännöt ovat kaikille selvät ja tieto yhteisön sisällä kulkee tehokkaasti, monisukupolvinen arki voi sujua luontevasti.

 **Monisukupolvisessa asumisessa sukupolvet voivat tukea toisiaan (Autio 2018).** Monisukupolvinen asuminen mahdollistaa eri sukupolvien vahvuuksien hyödyntämisen niissä asioissa, joissa toiset tarvitsevat eniten tukea. Naapuriapu voi toimia eri sukupolvien kohtaamista edistävänä toimintana.

 **Monisukupolvisen yhteisön asukkaissa yhdistyvät erilaiset näkökulmat, elämäntavat ja -rytmit (Autio 2018).** Haasteina monisukupolvisessa asumisessa ovat eri elämäntavoista ja -rytmeistä kumpuavat sukupolvien väliset ristiriidat. Esimerkiksi nuoret voivat kokea ongelmallisena vastuun ja velvollisuuksien jakautumisen sekä sääntöjen noudattamisen. Ikääntyneet taas näkevät monisukupolvisessa asumisessa haasteena oman rauhan puutteen. Monet haasteet voivat juontua ikäperustaisista stereotyyppioista, joiden poistaminen onnistuu eri sukupolvien välisen vuorovaikutuksen lisäämisellä.

 **Monisukupolvisuus sopii tietynlaiseen toimintaan (Tuokkola ym. 2016).** Kaikkea toimintaa ei kannata yhdistää monisukupolvisuutta, sillä yhteisen tekemisen sisältö vaikuttaa siihen, halutaanko aktiviteettiin osallistua eri- vai samanikäisten kanssa. Esimerkiksi ikääntyneet kokevat talkoot tapahtumana, jossa on mukava olla mukana niin nuoria kuin vanhempia, kun taas teatteriretkille osallistutaan mieluummin samanikäisessä seurassa.

 **Asukkaiden ikärakenteen muutosten huomioiminen (Helamaa & Pylvänen 2012).** Monisukupolvisissa kohteissa on hyvä suunnitella, miten yhteisten tilojen käyttötarkoitus sopeutuu yhteisön ikärakenteen muutoksiin. Esimerkiksi lapsille suunniteltu leikkitila voi muuntautua toisenlaisen käyttöön, jos perheiden lapset kasvavat vanhemmiksi eikä yhteisöön muuta pienlapsiperheitä.

 **Ikääntyneille suunnattu asuminen voi olla myös monisukupolvista.** Senioriasumisessa alaikärajana on usein pidetty 55 vuoden ikää ja monissa kohteissa vanhimmat asukkaat voivat olla yli 100-vuotiaita. Lähes viidenkymmenen vuoden ikäeroon voi mahtua useita sukupolvia erilaisine elämäkokemuksineen ja kiinnostuksen kohteineen, minkä lisäksi erot asukkaiden toimintakyvyssä voivat olla suuria. Sen vuoksi monisukupolvisuuteen liittyvät mahdollisuudet ja haasteet on hyvä huomioida myös ikääntyneille suunnatussa asumisessa.



4.7 POIKKEUSTILA YHTEISÖLLISESSÄ TALOSSA

4.7.1 Koronapandemia muutti yhteisöllisten talojen arkea

Vuosi 2020 toi uusia haasteita arkeen, kun COVID-19-pandemia aiheutti keväällä koko Suomen laajuisen poikkeustilan. Maaliskuun virallisissa ohjeistuksissa yli 70-vuotiaita velvoitettiin olemaan karanteeninomaisissa olosuhteissa ja välttämään kontakteja muiden ihmisten kanssa sekä liikkumista oman kodin ulkopuolella.

Poikkeustila sosiaaliseen kanssakäymiseen liittyvine rajoituksineen muuttivat yhteiselon haastavaksi yhteisöllisissä asumiskohteissa, joissa yhdessä tekeminen ja oleminen ovat kiinteä osa arkea. Miten yhteisöllisyys ja yhteisö selviää poikkeustilan aikana, jos sosiaalisia kontakteja tulee suositusten mukaisesti välttää ja yhteinen toiminta jää pois tartuntariskin vuoksi?

Tapausesimerkkien kokemuksia

Koronaviruksen aiheuttaman taudin leviämisestä syntyneen paniikin ja yhteisten tilojen sulkemisen, toiminnan jäädyttämisen sekä vierailujen rajoittamisen jälkeen mietittiin monissa asumiskohteissa keinoja, joilla yhteisöllisyyttä voitaisiin alkaa uudelleen elvyttää. Haasteista huolimatta koronarajoitukset saattoivat tuoda joidenkin asukkaiden arkeen jopa positiivisia muutoksia. Poikkeustila korosti viestinnän merkitystä turvallisuuden tunnetta rakentavana tekijänä, kun monikanavaisen ja tiiviimän yhteydenpidon kautta saatiin tietoa asukkaiden hyvinvoinnista ja vahvistettua tietoisuutta siitä, että apua on tarvittaessa saatavilla.

Hyviä käytäntöjä

- ✓ **Poikkeusaika mahdollisti asukkaiden kuntoilun ja ulkoilun lisäämisen (Senioripiha).** Yhteisten tilojen sulkeutuminen ja vierailujen siirtyminen ulkoilmaan vaikuttivat Senioripihassa siihen, että Matti-talon tehostetun palveluasumisen asukkaat saivat runsaasti liikuntaa ja raitista ilmaa. Päiväkuntoutuksen ryhmien ollessa tauolla jäi Matti-talon kuntosali tehostetun palveluasumisen asukkaiden käyttöön ja kuntosaliharjoittelun tukemiseen saatiin lisäresursseja kuntoutuksen ohjaajasta. Lisäksi monet asukkaat pääsivät ulkoilemaan tavallista useammin, kun omaisten vierailut toteutettiin ulkoilmassa.
- ✓ **Yhteisöllisyydestä voimavaroja tautia vastaan (Ilona-talo).** Laukaan Ilona-talossa yhteisöllisyys valjastettiin keinoksi taistella koronapandemiaa vastaan. Asukkaat käynnistivät siivousringin, joka toimi talon normaalin siivouksen tukena. Siivousrinkiin osallistuneet vapaaehtoiset pyyhkivät kolme kertaa päivässä talon yhteisten tilojen pinnat yhdessä sovitun vuorolistan pohjalta. Tilojen puhtaus ja hygieenisuus lisäsivät asukkaiden turvallisuuden tunnetta ja siivoustyöt toivat tekemistä arkeen.
- ✓ **Tehokas viestintä luo turvallisuuden tunnetta (Ilona-talo, Senja-kortteli).** Ilona-talon asukas-toiminnanohjaajat selvittivät asukkaiden tukiverkostoja ja päivystivät iltaisin sekä viikonloppuisin puhelimitse, jotta asukkaat kokisivat avun olevan tarvittaessa puhelinsoiton päässä. Uutena

käytäntönä käyttöön otettiin asukastoiminnanohjaajien laatimat viikkotiedotteet, joihin kerättiin tietoa erilaisista kauppa-, apteekki- ja ruokapalveluista. Tiedollisen puolen lisäksi viikkotiedotteissa oli erilaisia tehtäviä, jotka toivat mielekästä tekemistä päiviin koronarajoitusten aikana. Senja-korttelissa asukkaisiin pidettiin yhteyttä puhelimitse ja varmistettiin, että he olivat tietoisia erilaisista palveluista, kuten kauppa-avusta.

- ✓ **Arjen pienet teot piristävät ja tarjoavat mahdollisuuden asukkaiden voinnin tarkastamiseen (Senja-kortteli).** Kevään poikkeustilan aikana asukkaiden tilannetta kartoitettiin esimerkiksi yllätyskahvien avulla. Työntekijät kiersivät asukkaiden ovilla kahvitermospullojen kanssa ja vapun aikaan tarjolla oli simaa ja munkkeja. Yllätyskahvit piristivät asukkaiden päivää ja antoivat samalla mahdollisuuden vaihtaa kuulumisia sekä tarkistaa heidän vointinsa.
- ✓ **Asukkaiden kokemusten ja toiveiden systemaattinen kerääminen poikkeusaikana (Ilona-talo, Senja-kortteli).** Senja-korttelissa palveluohjaaja ja psykiatrinen sairaanhoitaja jututtivat asukkaita alkusyksystä ja kartoittivat, miten arki oli sujunut keväällä rajoitusten ollessa tiukimmillaan. Monet kertoivat selvinneensä hyvin, mutta sosiaalisen kanssakäymisen koettiin vähentyneen ja yksinäisyyden lisääntyneen. Samalla selvitettiin asukkaiden toiveita yhteisen toiminnan järjestämisen suhteen: koko korttelin yhteistä toimintaa ei haluttu järjestettävän Jyväskylän tartuntamäärien lähdettyä uuteen kasvuun, mutta talon asukkaiden kesken pidetyt pienet tapaamiset nähtiin sopivina. Ilona-talojen asukkaille suunnatussa asukaspalautekyselyssä kerättiin tietoa asukkaiden kokemuksista poikkeustilan aikana. Tyytyväisimpiä oltiin asukastoiminnanohjaajien toimintaan ja viikkokirjeisiin. Pienimuotoista yhteistä toimintaa toivottiin järjestettävän ulkoilmassa.



Ilona-taloissa jaetut viikkotiedotteet keräsivät kiitosta asukailta kevään 2020 koronarajoitusten aikana. Yhteystietojen ja ajankohtaisten asioiden lisäksi tiedotteissa oli myös erilaisia tehtäviä. Kuvassa näkyy myös asukastoiminnanohjaajien hygieniapakkaukset, jotka sisälsivät käsidesiä, maskeja ja vinyylikäsitteitä.

- ✓ **Takapihatoiminta lievensi näkökantoja yhteisten tilojen jakamiseen (Ilona-talo).** Ilona-talojen asukkaat eivät ole kiinnostuneita yhteisten tilojen avaamisesta ulkopuolisille (ks. sivu 37). Koronarajoitusten vuoksi talojen pihalla järjestettiin moninaista toimintaa, jota asukkaat seurasivat parvekkeiltaan. Positiivisten kokemusten vuoksi asukkaat suhtautuvat myönteisemmin esimerkiksi pihalla järjestettävään kaikille avoimeen toimintaan kuin aiemmin.

Solmukohtia

- X **Yhteisen toiminnan rajoittamiseen suhtaudutaan negatiivisesti (Ilona-talo).** Ilona-talojen asukkaissa kiivasta keskustelua aiheuttivat poikkeustilan vuoksi lopetetut yhteissaunavuorot. Vaikka yhteisiin saunatiloihin sai varata asuntokohtaisia saunavuoroja, otettiin yhdistyksen tekemä päätös yhteisten saunavuorojen lopettamisesta hyvin negatiivisesti vastaan. Yhteissaunat ovat olleet talojen arjessa tärkeitä yhteisöllisyyden rakentajia: ensimmäisen Ilona-talon valmistumisen jälkeen ei ole edes tarjottu mahdollisuutta rakentaa asuntokohtaisia saunoja, kun yhteiset saunat ovat olleet suosittuja asukkaiden keskuudessa.
- X **Erilaiset suhtautumistavat taudin leviämisvaaraan jakavat yhteisöä (Ilona-talo, Senja-kortteli).** Erilaiset näkemykset taudin vakavuudesta ja leviämisvaarasta voivat aiheuttaa lähipiirissä jännitteitä ja suoranaisia riitoja. Osa Ilona-talojen asukkaista oli peloissaan ja huolissaan siitä, etteivät kaikki asukkaat noudattaneet kokoontumisrajoituksia tai turvavälejä, ja kertoivat muiden asukkaiden vähättelevästä suhtautumisesta heidän varovaisuuteensa. Toinen osa asukkaista koki poikkeustilan aiheuttamat rajoitustoimenpiteet ylireagointina ja muiden asukkaiden oli koettu ”kyttävän” rajoitusten noudattamista. Myös Senja-korttelissa suhtautuminen taudin vakavuuteen jakoi yhteisöä. Työntekijöiden piti käydä muistuttamassa uusista hygieniakäytännöistä erään talon asukkaita. Myös omaisten kanssa on jouduttu keskustelemaan vierailuja ja hygieniaa koskevista uusista toimintatavoista. Jotkut omaiset kritisoivat rajoituksia.
- X **Toiminnan lopettaminen vaikuttaa myös yhteisön ulkopuolisten ihmisten elämään (Hopearanta, Senioripiha).** Poikkeustilan vaikutukset eivät näy vain talojen omissa asukkaissa: esimerkiksi Hopearannan korttelikeskustoimintaan osallistuneet tai Senioripihan Matti-talon ravintolassa ruokailleet ikääntyneet saattoivat jäädä keväällä tyhjän päälle, kun yhteinen toiminta lopetettiin ja tilat suljettiin ulkopuolisilta. Säännöllinen toiminta saattoi olla monille lähiympäristön ikääntyneelle arjen henkireikä, mikä herätti huolta heidän hyvinvoinnistaan Hopearannan ja Senioripihan työntekijöissä.
- X **Kerroksittain järjestettyyn toimintaan ei löydy tarpeeksi osallistumaan kykeneviä asukkaita (Hopearanta, Senioripiha).** Hopearannassa ja Senioripihan Matti-talossa yhteistä toimintaa alettiin aluksi järjestää kerroksittain, jotta mahdollinen tautitartunta ei pääsisi leviämään kerroksesta toiseen. Vaikka yhteistä toimintaa saatiin järjestettyä, ei tietyn kerroksen asukkaista saattanut löytyä tarpeeksi hyväkuntoisia osallistujia tai toiminnan taitajia. Esimerkiksi lauluhetket eivät temmanneet samalla tavalla mukaansa kuin aiemmin, jos kerroksesta ei löytynyt laulutaitoisia ihmisiä, tai muistisairaana asukkaan jumppaaminen saattoi keskeytyä tuolijumppan aikana, kun ryhmän muista osallistujista ei saanut tarpeeksi virikettä tekemiseen.
- X **Poikkeustila rajoituksineen voi nostaa esiin muita yhteisön konflikteja (Ilona-talo).** Sen lisäksi, että suhtautuminen rajoituksiin jakoi talon asukkaita kahtia, nosti se keskustelunaiheeksi muita talon toimintaa koskevia seikkoja. Esimerkiksi asukastoiminnanohjaajan rooli taloissa aiheutti keskustelua, kun poikkeustilan aikana yhteistä toimintaa ei voinut järjestää. Myös yhdistyksen päätösvalta talojen sisäisiin asioihin oli esillä. Vaikka erilainen arki voi nostaa esiin pinnan alla muhineita kiistanaiheita, tarjoaa se samalla mahdollisuuden keskustella niistä yhdessä.



Nallekarhu katselee ulos Senja-korttelin asukastilan ikkunasta. COVID-19-pandemia ja sen mukanaan tuomat rajoitukset aiheuttivat suuria muutoksia yhteisöllisten asumiskohteiden arkeen.

X Miten paluu yhteisöllisyyteen onnistuu? (Ilona-talo) Koronapandemia iski Laukaan Ilona-talon näkökulmasta kriittisellä hetkellä: syksyllä 2019 taloon muuttaneet asukkaat olivat vasta käynnistelemässä yhteistä toimintaa ja pohtimassa yhteisiä käytäntöjä, kun koronarajoitukset otettiin käyttöön. Monet asukkaista vetäytyivät omiin asuntoihinsa. Turvavälien ylläpito aiheutti haasteita toiminnan järjestämiselle sisätiloissa, mutta yhteistä tekemistä on pyritty järjestämään ulkona. Kun koronapandemian aiheuttamat varotoimet helpottavat, on seuraavana askeleena saada asukkaita houkuteltua takaisin mukaan yhteisölliseen arkeen.

Vinkkejä yhteisölliseen asumiseen

 **Laadukkaiden ulkotilojen merkitys yhteisöllisyyden ylläpitäjänä.** Sisätiloja koskevien koontumisrajoitusten ollessa voimassa laadukkaiden ulkotilojen merkitys on kasvanut. Talouksissa on tärkeä olla tarpeeksi suuri ja viihtyisä piha, joka mahdollistaa monipuolisen yhteisen toiminnan ja houkuttelee viettämään aikaa raittiissa ulkoilmassa. Koronarajoitukset nostivat esiin myös parvekkeiden merkityksen talouksissa, kun asukkaat voivat osallistua ulkona järjestettyyn toimintaan omalta parvekkeeltaan.

 **Selkeä ja tehokas viestintä luo turvallisuutta.** Tehokkaalla viestinnällä voidaan lisätä turvallisuuden tunnetta, kun arjessa tapahtuu suuria muutoksia. Selkeä tiedotus voi myös vahvistaa tietoisuutta uusista käytännöistä.

 **Uudet säännöt ja niiden valvominen herättävät yhteisöissä jännitteitä ja jopa konflikteja (Halme-Tuomisaari 2020).** Uusille säännöille tarvitaan sekä yhteisön jäsenten hyväksyntä että oikeutus, ja muutoksista on tärkeä keskustella, jotta niitä voidaan käsitellä rakentavasti. Kokemus kuulluksi tulemisesta voi auttaa hyväksymään helpommin uudet käytännöt: esimerkiksi yhteiset keskustelufoorumit ja asukkaiden kokemusten kartoittaminen voivat auttaa ehkäisemään yhteisöä jakavan juovan syntymistä tai syvenemistä. Kaikenlaiset kokemukset käyttämisestä taudin leviämisen pelkoon on tärkeä kuulla, mutta asettaa tarvittaessa realistisiin suhteisiin vallitsevassa tilanteessa.

 **Millaisia pitkäkestoisia vaikutuksia koronarajoitukset jättävät ikääntyneiden arkeen?** Haasteena on se, miten aiempaan, koko lähiympäristöä yhdistävään toimintaan pystytään palaamaan: tulevatko aiemmin yhteiseen toimintaan säännöllisesti osallistuneet ihmiset paikalle, jos heidän toimintakykynsä on koronapandemian rajoitusten aikana heikentynyt? Onko ravintolassa tuttujen ihmisten kanssa syödyn lounaan korvannut lopullisesti kotiin tilattu ateriapalvelu?



Hopearannassa ruokailut muuttuivat hetkellisesti yksin huoneessa syötäväksi ateriaksi. Asukkaat olivat tottuneet syömään yhdessä talon ruokasalissa, mutta koronarajoitukset veivät ruokailusta pois sosiaalisen elementin. Työntekijät huomasivat, etteivät omiin huoneisiin jaetut ateriat maistuneet asukkaille samoissa määrin kuin yhteistilassa järjestetyissä ruokailuissa.



Palokan Ilona ennen tulipaloa. Korttelissa sijaitsee Varttuneiden asumisoikeusyhdistys Jason asumisoikeusasuntojen lisäksi Jyväskylän Vuokra-asunnot Oy JVA:n vuokra-asuntoja ja Asunto Oy Jyväskylän Oloneuvoksen vapaarahoitteisia omistusasuntoja. Korttelissa toimii myös Mehiläisen tehostettua palveluasumista tarjoava hoivakoti.

4.7.2 Tulipalo toi esiin yhteisöllisyyden merkityksen ikääntyneelle

Koronapandemian lisäksi Ilona-talojen taustalla oleva Varttuneiden asumisoikeusyhdistys Jaso kohtasi uuden kriisin Palokan Ilonan tulipalon myötä heinäkuussa 2020. Korttelin evakuointi onnistui ilman henkilövahinkoja, mutta se oli asukkaiden määrän ja heidän korkean ikänsä vuoksi haastava toimenpide: korttelin monikerroksisista taloista evakuoitiin noin 170 asukasta, joista osalla oli liikuntarajoitteita. Korttelissa toimivan tehostetun palveluasumisen asukkaat kuljetettiin ulos sairaalasängyissä ja muiden asukkaiden evakuoinnissa tarvittiin palomiehiä kantamaan heikkokuntoisimpia ikääntyneitä rappukäytävissä, kun hissejä ei voinut tulipalon vuoksi käyttää.

Hyviä käytäntöjä

- ✓ **Yhteisöllinen asuminen tukee ikääntyneen itsenäistä pärjäämistä.** Palokan tulipalo teki konkreettisesti näkyväksi sen, kuinka yhteisöllisyys voi tukea ikääntyneen pärjäämistä. Palokan Ilonan asukkaat sijoitettiin tulipalon jälkeen mm. kaupungin asumisyksiköihin, vuokra-asuntoihin ja osa siirtyi läheistensä luokse. Kun asukkaat olivat hajallaan ympäri kaupunkia, huomasivat sosiaalihuollon työntekijät, kuinka moni ikääntynyt oli pärjännyt korttelissa ilman säännöllisiä palveluja: kun asukas joutui onnettomuuden vuoksi muuttamaan muualle, alkoi monille heistä syntyä säännöllisen palvelun tarvetta. Uudessa asuinpaikassa ympärillä ei saattanut olla yhteisöä, josta löytyi seuraa ja tukea arkeen, tai asukastoiminnanohjaajaa, jolta oli totuttu kysymään neuvoa.

- ✓ **Yhteiset tilaisuudet tarjosivat vertaistukea.** Kun talon asukkaat olivat tulipalon jälkeen hajallaan ympäri kaupunkia, menettivät he kotinsa ohella myös yhteisön, jonka parissa he olivat eläneet. Oman kodin menettäminen ja siirtyminen yhteisöllisestä talosta tavalliseen kerrostaloon, jossa naapurit eivät tunne toisiaan eikä yhteisiä kohtaamispaikkoja ole, oli suuri muutos arjessa. Palokan Ilonan asukkaille merkittäviksi tilaisuuksiksi muodostuivat onnettomuuden jälkeen järjestetyt kokoontumiset, jotka keräsivät hajallaan asuvat entiset naapurit takaisin yhteen. Ne tarjosivat mahdollisuuden sekä vertaistukeen että tiedon jakamiseen onnettomuuteen liittyvistä käytännön seikoista. Myös nopeat vierailut entisessä asunnossa tulipalon aiheuttamien tuhojen tarkistamiseksi ja tavaroiden noutamiseksi mahdollistivat samalla kohtaamiset entisten naapureiden kanssa.

Solmukohtia

- X **Yhteisön hajoaminen aiheutti haasteita yhteydenpidolle.** Kun tulipalon alta evakuoitut asukkaat suuntasivat väliaikaisesti majoitustiloihinsa, haasteeksi muodostui se, miten heihin sai yhteyden: esimerkiksi kännykkä oli saattanut jäädä tulipaloon paetessa asuntoon. Asukas-toiminnanohjaajille oli suuri ponnistus selvittää asukkaiden nykyinen olinpaikka ja yhteystiedot onnettomuuden jälkeen.
- X **Miten yhteisöllisyys pidetään hengissä?** Onnettomuustutkiminnan, raivauksen ja remontoinnin viedessä aikaa haasteeksi muodostuu se, miten talon asukkaiden kokemaa yhteisöllisyyttä saadaan pidettyä yllä. Suurin osa asukkaista haluaa palata asumaan Palokan Ilonaan korjausten jälkeen. Kun asukkaat pääsevät muuttamaan takaisin, joutuu yhteisö kohtaamaan ja käsittelemään ajan kuluessa tapahtuneet muutokset: ketkä yhteisön jäsenistä haluavat ja pystyvät muuttamaan vielä takaisin? Keitä yhteisöstä on vielä jäljellä?

Vinkejä yhteisölliseen asumiseen



Yhteisen trauman käsitteleminen vaatii foorumin ja vertaistukea. Yhteisön merkitys asukkaille on tärkeää huomioida myös onnettomuustilanteessa ja sen jälkeisessä toiminnassa. Erilaiset tilaisuudet asukkaiden kohtaamiselle tarjoavat mahdollisuuden vertaistukeen ja yhteisen trauman käsittelyyn.



Kriisitilanteessa tiedonkulun varmistaminen. Toiminta onnettomuustilanteessa voi olla hektistä ja sekavaa, joten keinoja tiedonkulun sujuvoittamiseksi ja varmistamiseksi on tärkeä kehittää: kenen on tärkeää saada mitään tietoa ja kuka on yhteyshenkilö tiettyyn aiheeseen liittyen?

5. KOKEMUKSET NÄKYVIKSI

Yhteisöllisen asumisen tavoitteena on taata mielekäs arki ja arvokkaan elämän jatkuminen myös ikääntyneenä. Yhteisöllisen asumisen toteuttaminen vaatii osaamista ja tietoa: niiden avulla voidaan kehittää toimintaa sekä tiloja, jotka edistävät asukkaiden välistä vuorovaikutusta ja kohtaamista, sekä tarjota tukea, joka luo turvaa ja auttaa arjessa pärjäämistä. Oppaan tapausesimerkkien kokemukset kuvaavat, kuinka yhteisöllistä asumista voi toteuttaa monin tavoin hyvin erilaisista lähtökohdista, oli kyseessä kortteli tai yksittäinen talo.

Tapausesimerkkien asukkaat arvostivat asumisessa eniten turvallisuutta ja omaa rauhaa. Vastaukset kuvastavat sitä, että yhteisöllisyys voi merkitä ihmiselle erilaisia asioita: yhteisöllinen asuminen ei tarkoita jatkuvaa yhdessäoloa, vaan tietoisuus muiden ihmisten läheisyydestä luo turvaa antaen sijaa myös yksityisyydelle.

Haasteet yhteisöllisessä asumisessa liittyvät pääosin kolmeen seikkaan: fyysiseen ympäristöön, asukkaiden osallisuuteen sekä pitkäjänteisen yhteisen toiminnan järjestämiseen. Fyysisen ympäristöön haasteet juontavat juurensa yhteisöllisen asumisen toteuttamisen polulla hyvin varhaiseen vaiheeseen. Tontin valintaan liittyvät seikat, kuten sijainti, vaikuttavat suuresti tulevan asukkaahan mahdollisuuksiin elää itsenäistä elämää ja osallistua ympäröivän yhteiskunnan toimintaan. Myös tilojen suunnittelulla voidaan vaikuttaa siihen, tukevatko vai estävätkö ne asukkaiden kohtaamista ja yhteisöllisyyden muodostumista. Osallisuuden haasteet kiinnittyvät asukkaiden tasavertaisiin mahdollisuuksiin vaikuttaa: miten vuorovaikutusta voidaan kehittää niin, että kaikilla on mahdollisuus saada äänensä kuuluviin ja tuntea olevansa tasavertainen yhteisön jäsen? Yhteisen toiminnan haasteet liittyvät taas usein sen järjestämiseen: jos organisointi on yksittäisten asukkaiden tai työntekijöiden varassa, voi se tehdä pitkäjänteisen toiminnan toteuttamisesta liian sitouttavaa, raskasta ja henkilöstövaihdosten tuomille muutoksille altista.

Hyvät käytännöt yhteisöllisessä asumisessa vastaavat ikääntyneiden yhteisöllisyyden tarpeisiin (Tuokkola ym. 2016): **yksinäisyyden torjumiseen, kuulumiseen ja mukana olemiseen, itsensä toteuttamiseen sekä turvallisuuden tunteeseen**. Lähellä kotia järjestettävä yhteinen tekeminen houkuttelee lähtemään liikkeelle ja tarjoaa mahdollisuuden oman osaamisen hyödyntämiseen muiden iloksi. Toimintaan osallistuminen mahdollistaa myös uusien ihmisten kohtaamisen ja naapureihin tutustumisen. Talon hyvä sijainti tukee itsenäistä elämää, kun palvelut ovat saatavissa rollaattorimatkan päässä. Arjessa kohdattuihin ongelmiin voi löytää apua naapurista tai tarvittaessa neuvoa voi kysyä tutulta työntekijältä. Turvallisuuden tunnetta lisää tieto siitä, että apua on saatavilla läheltä.

Kokemukset Palokan Ilonan tulipalon jälkeen (ks. sivu 67) kuvastavat sitä, miten yhteisöllisyys voi tukea ikääntyneen kotona asumista ja siirtää palvelutarpeen syntymistä, kun apua, seuraa ja mielekästä tekemistä löytyy oman kodin läheltä. Yhteisöllisyys ja yhteisöllinen asuminen on huomioitu Ikääntyneiden asumisen toimenpideohjelmassa (2020–2022), Sanna Marinin hallitusohjelmassa ja laatusuosituksessa hyvän ikääntymisen turvaamiseksi ja palvelujen parantamiseksi (2020–2023). Nyt on aika viedä hyviä, yhteisöllisyyttä edistäviä toimintatapoja ja osaamista käytäntöön ikääntyneiden asumisessa. Seuraavalle sivulle on kerätty *Kokemukset näkyviksi* -hankkeen keskeisimpiä havaintoja yhteisöllisestä asumisesta.

OPPEJA YHTEISÖLLISEEN ASUMISEEN



Yhteisen toiminnan järjestämiselle kestävät rakenteet. Yhteisen tekemisen järjestäminen voi helposti jäädä yksittäisten asukkaiden tai työntekijöiden vastuulle. Miten yhteisen toiminnan jatkuvuus voidaan turvata esimerkiksi työntekijävaihdosten jälkeen tai aktiivisten asukkaiden uupuesssa? Myös hankkeiden vetämä yhteinen toiminta voi hiipua niiden päättyessä, jos hankkeen toiminta-aikana ei ole mietitty ratkaisuja yhteisen tekemisen jatkamiseksi. Pitkäjänteisen toiminnan järjestämistä tukevat käytännöt voivat houkutella asukkaita yhteisen tekemisen vetäjiksi, kun toiminnan järjestäminen ei sitouta liikaa.



Yhteiset ruokailu- ja kahvittelemahdollisuudet vahvistavat yhteisöllisyyttä ja ikääntyneiden hyvinvointia. Lähellä kotia sijaitsevat ruokailumahdollisuudet, ravintolat tai yhteisruokailut, kannustavat sosiaaliseen kanssakäymiseen syömisen yhteydessä ja mahdollistavat ravitsevan aterian niinä päivinä, kun halua tai jaksamista ruoanlaittoon ei ole. Yhteiset kahvihetket madaltavat kynnystä viettää aikaa yhteisissä tiloissa ja tustua toimintaan sekä naapureihin.



Hyvin suunnitellut yhteistilat mahdollistavat kohtaamiset arjessa. Esteettömät ja käyttötarkoitukseensa sopivat muuntojoustavat tilat tukevat yhteistä toimintaa ja asukkaiden osallisuutta. Tilojen sijoittaminen asukkaiden kulkureittien varrelle mahdollistaa kohtaamiset arjen toiminnan yhteydessä. Yhteistilojen suunnitteluun on tärkeä kiinnittää huomiota, sillä ne joko tukevat tai haittaavat yhteisöllisyyden syntymistä.



Yhteisöllisyys on tasapainoilua yhteisen arjen ja yksityisyyden välillä. Yhteisöllisyydessä tärkeää on vapaaehtoisuus: yhteisöllinen asuminen mahdollistaa niin yhteiselon kuin oman rauhan. Asukkailla on oikeus valita, haluavatko he osallistua yhteiseen arkeen. Vapaaehtoisuuden toteutuminen vaatii tietoisuuden vahvistamista yhteisestä toiminnasta, jotta kiinnostavaan aktiviteettiin osataan halutessaan osallistua.



Yhteisöllisyyden edistämiseen keskittyvä työntekijä tukee asukkaiden mielekästä arkea. Yhteisöllisyys vaatii osaamista, eikä sen ylläpito tapahdu itsestään. Työntekijä koetaan usein neutraalina toimijana, joka helpottaa vuorovaikutusta talossa ja innostaa asukaslähtöiseen toimintaan. Hän toimii asukkaiden arjen apuna ja oppaana nykyajan palveluviidakossa. Vaikka yhteisöllisyyden edistäminen olisi nimetty tietyn työntekijän vastuulle, kuuluu se osaksi jokaisen työntekijän toimintaa.



Teknologian merkitys korostuu ja tuen tarve digiasioissa kasvaa. Digitalisaatiokehityksen kiihtyessä ja sähköisen asiainnoin yleistyessä ikääntyneet asukkaat tarvitsevat tukea teknologian käytössä. Apua arkeen voi järjestää esimerkiksi vertaistuen, työntekijöiden antaman neuvonnan ja vapaaehtoisten avulla. Samaan aikaan teknologian merkitys osallisuuden edistämässä kasvaa. Tulevien vuosikymmenten asukkaille teknologia ja hyvät verkkoyhteydet ovat tärkeitä tekijöitä, jotka on otettava huomioon uusia taloja suunniteltaessa.



Yksinäisyyden kokemuksiin on kiinnitettävä huomiota. Vaikka yksinäisyyttä kokisi vain pieni osa asukkaista, on siihen tärkeä kiinnittää huomiota, sillä yksinäisyydellä on suuria ja moninaisia vaikutuksia ihmisen hyvinvointiin. Yksinäisyyden kokemuksia on tämän vuoksi tärkeä kartoittaa ja kehittää keinoja, joiden avulla uuteen kotiin ja yhteisöön kotiutumista voidaan tukea.

 **Monipuoliset tavat vaikuttaa edistävät asukkaiden osallisuutta.** Erilaisten ihmisten mielipiteiden ja ideoiden huomioiminen mahdollistetaan tarjoamalla asukkaille useita eri tapoja vaikuttaa omaan arkeensa. Esimerkiksi koko yhteisön koontumiset, työryhmät ja palautelaatikot mahdollistavat sekä kaikkien asukkaiden yhteisen keskustelun että hiljaisten äänien kuulemisen. Omaan arkeen vaikuttaminen vahvistaa myös asukkaiden kokemusta osallisuudesta.

 **Yhteisten tilojen avaaminen lähiympäristön ikääntyneille.** Yhteistilojen avaamisella voidaan lisätä lähialueen ikääntyneiden hyvinvointia, kun oman kodin lähellä on paikka, jossa järjestetään mielekästä tekemistä. Samalla asukkaille tarjoutuu mahdollisuus tutustua uusiin ihmisiin yhteisen toiminnan ohessa. Koko lähiympäristön yhteisöllisyyttä voidaan kehittää rakentamalla yhteistyöverkostoja paikallisten toimijoiden kanssa. Yhteisten tilojen avaaminen on myös mahdollisuus vaikuttaa mielikuviin ja ennakkoluuloihin ikääntyneiden asumiseen liittyen ja tehdä yhteisöllistä asumista tutummaksi.

 **Monitoimijaisten ja monimuotoista asumista sisältävien korttelien erityispiirteet huomioitava varhaisessa vaiheessa suunnittelua.** Monimuotoista asumista sisältävät korttelit voivat edistää erottelun syntymistä asukkaiden välillä. Asukkaiden tasa-arvaisuuden vahvistaminen on sen vuoksi tärkeää ja keinoja siihen on hyvä miettiä varhaisessa vaiheessa. Eri asumismuotoja yhdistävä tai monen toimijan yhteinen kortteli vaatii panostusta viestintään, jotta yhteistyö arjessa toimii sujuvasti. Suurissa asumiskohteissa yhteinen koordinaattori tarkastelee korttelin kokonaiskuvaa: hän edistää korttelin sisäistä tiedonkulkua ja yhteisen toiminnan järjestämistä sekä yhteyksiä ulkopuolisiin toimijoihin.



LIITE 1. OPPAAN TAPAUSESIMERKIT



Seuraavilta sivuilta löytyvät lyhyet esittelyt oppaan tapausesimerkkikohteista. Kuvausten yhteyteen on kerätty asukaskyselyn yleisimpiä vastauksia asu-
miskohteen parhaista puolista. Monimuotoista
asumista sisältäviä korttelimaisia kohteita (Seniori-
piha, Senja-kortteli) on havainnollistettu korttelin
pohjapiirroksella.

Tutustu oppaan tapausesimerkkeihin:



[Hopearanta, Savonlinna](#)



[Ilona-talo, Jyväskylä & Laukaa](#)



[Senioripiha, Joensuu](#)



[Senja-kortteli, Jyväskylä](#)



HOPEARANTA, SAVONLINNA

Hopearannan yksityistä palvelutaloa ylläpitävän Savonlinnan Hopearanta ry:n juuret yltävät vuoteen 1898. Yhdistys on tehnyt toimintansa alusta lähtien työtä Savonlinnan alueella heikoimmassa asemassa olevien tukemiseksi yhteistyössä paikallisyhteisöjen kanssa. Hopearanta on erikoistunut asukkaan voimavaroja tukevan hoidon toteuttamiseen, ja rakennuksessa on erillinen osasto vaikeasti muistisairaille asukkaille.

Hopearannan arvoja ovat yksityisyys, yksilöllisyys ja itsemääräämisoikeus. Kodinomaaisessa ympäristössä panostetaan yksilölliseen hoivaan, hoitoon ja kuntoutukseen sekä tarjotaan ikääntyneille monipuolista ja mielekästä toimintaa. Hopearannassa on kiinnitetty erityisesti huomiota ikääntyneiden liikkumisen merkitykseen: palvelutalossa on tarjolla fysioterapeuttin palvelut, hyvin varustetut kuntosali sekä tasapaino- ja rentoutushuoneet, jotka tukevat asukkaan kuntoutumista ja tarjoavat mahdollisuuden pitää yllä fyysistä toimintakykyä.

Viime aikoina Hopearannassa on panostettu asuinympäristön yhteisöllisyyteen ja yhteistyöhön eri toimijoiden kanssa. Syksyllä 2019 aloitettu korttelikeskustoiminta tarjoaa mielekästä tekemistä ikääntyneille ja edistää Hopearannan tavoitetta tulla tunnetuksi kaupunginosan ikääntyneiden olohuoneena.

Hopearannan palvelutalo Savonlinnassa.

Asukkaita:

55

Asumistyyppi:

Palveluasuminen
(21 paikkaa)

Tehostettu palveluasuminen
(34 paikkaa)

Parasta Hopearannassa?

Hyvä ruoka ja ruokailumahdollisuudet.

"Hyvä ruoka. Hyvin järjestetyt päiväohjelmat. Ulkona kahvin juonti ja hyvä seura."

Turvallisuus

"Turvallisuus. Ihmiset ovat ystävällisiä. Oma koti ja oma rauha."

Yhteinen toiminta

"Ulkoilu ja liikuntaryhmät. Piano ja musiikki. Hyvä ruoka."



ILONA-TALO, JYVÄSKYLÄ & LAUKAA

Varttuneiden asumisoikeusyhdistys Jaso perustettiin vuonna 2012. Toimintamallin perustana ovat viihtyisät yhteiset tilat sekä toiminnanohjaajat, jotka tukevat yhteisöllisyyttä ja tarjoavat asukkaille henkilökohtaista neuvontaa. Toimintamallin kehittämiseen saatiin rahoitusta Raha-automaattiyhdistykseltä (RAY). Talojen suunnittelussa on kiinnitetty erityisesti huomiota esteettömyyteen sekä rakennusten sijaintiin palvelujen läheisyydessä.

Yhdistyksen arvoja ovat kohtuuhintaisuus, turvallisuus ja yhteisöllisyys, joita se toteuttaa toiminnassaan. Asukkaista ei veloiteta osallistumaan yhteisölliseen toimintaan, vaan yhteisöllisyys on Ilona-taloissa vapaaehtoista.

Viimeisen kuuden vuoden aikana yhdistyksen toiminta on laajentunut nopeasti. Kuudes Ilona-talo valmistuu vuonna 2021 Jyväskylän keskustan läheisyyteen. Jaso on kehittänyt ikääntyneiden asumista toteuttamalla erilaisia kokeiluja. Esimerkiksi vuonna 2018 valmistunut Palokan Ilona on kolmen toimijan toteuttama kortteli, jossa on asumisoikeusasuntojen lisäksi vuokra- ja omistusasuntoja sekä tehostettua palveluasumista. Kankaan Ilonasta rakentuu taas monisukupolvinen talo, jossa on ikääntyneiden asumisoikeusasuntojen lisäksi Keski-Suomen opiskelija-asuntosäätiön (KOAS) opiskelija-asuntoja.



Asukkaita:

n. 420

Asumistyyppi:

Asumisoikeus

Huhtasuon Ilona 2014 & 2015
(80 asuntoa)

Kuokkalan Ilona 2016
(54 asuntoa)

Palokan Ilona 2018
(52 asuntoa)

Vaajakosken Ilona 2019
(94 asuntoa)

Laukaan Ilona 2019
(48 asuntoa)

Kankaan Ilona 2021
(63 asuntoa)

Parasta Ilona-talossa?

Seura

"Oma kaunis kotini, uudet ystävät ja yhdessä oleminen. Pidetään toisistamme huolta."

Yhteinen toiminta

"Yhdessä on voimaa! Mahdollisuus yhdessä harrastaa, jos haluaa. Yhteiset tilaisuudet."

Turvallisuus

"Ei tarvitse olla yksin. Saa olla yksin. Turvallinen paikka vanheta."

Vaajakosken Ilona kuuluu Jason uusimpiin Ilona-taloihin.

SENIORIPIHA, JOENSUU

Senioripiha tarjoaa monimuotoista ikääntyneiden asumista keskeisellä sijainnilla kävelymatkan päässä Joensuun torilta. Kolmesta rakennuksesta koostuvan korttelin keskuksena toimii keskellä sijaitseva Matti-talo, jossa on tiloja yhteisen toiminnan järjestämiseen sekä ravintola. Matti-talossa järjestettävää yhteistä toimintaa organisoii viriketoiminnan ohjaaja. Myös Maija- ja Martta-taloissa on asukkaille yhteisiä tiloja.

Vapaaehtoiset ovat merkittävässä osassa Senioripihan yhteistä toimintaa. Vuosien aikana rakennettujen yhteistyöverkostojen avulla korttelissa saadaan järjestettyä monipuolista yhteistä toimintaa, joka houkuttelee osallistujia myös lähiympäristön ikääntyneistä asukkaista.

Ikääntyneiden asumisen lisäksi kortteliin on keskittynyt monia sosiaali- ja terveydenhuollon yksiköitä, kuten kotihoito, päiväkuntoutus ja tehostettu palveluasuminen. Senioripihan pihapiiristä löytyy myös seniorineuvonta Ankkuri ja Ikäneuvola.

Asukkaita:

n. 250

Asumistyyppi:

Vuokra- ja omistusasuminen, pienryhmäkoti, tehostettu palveluasuminen

Maija-talo 2014

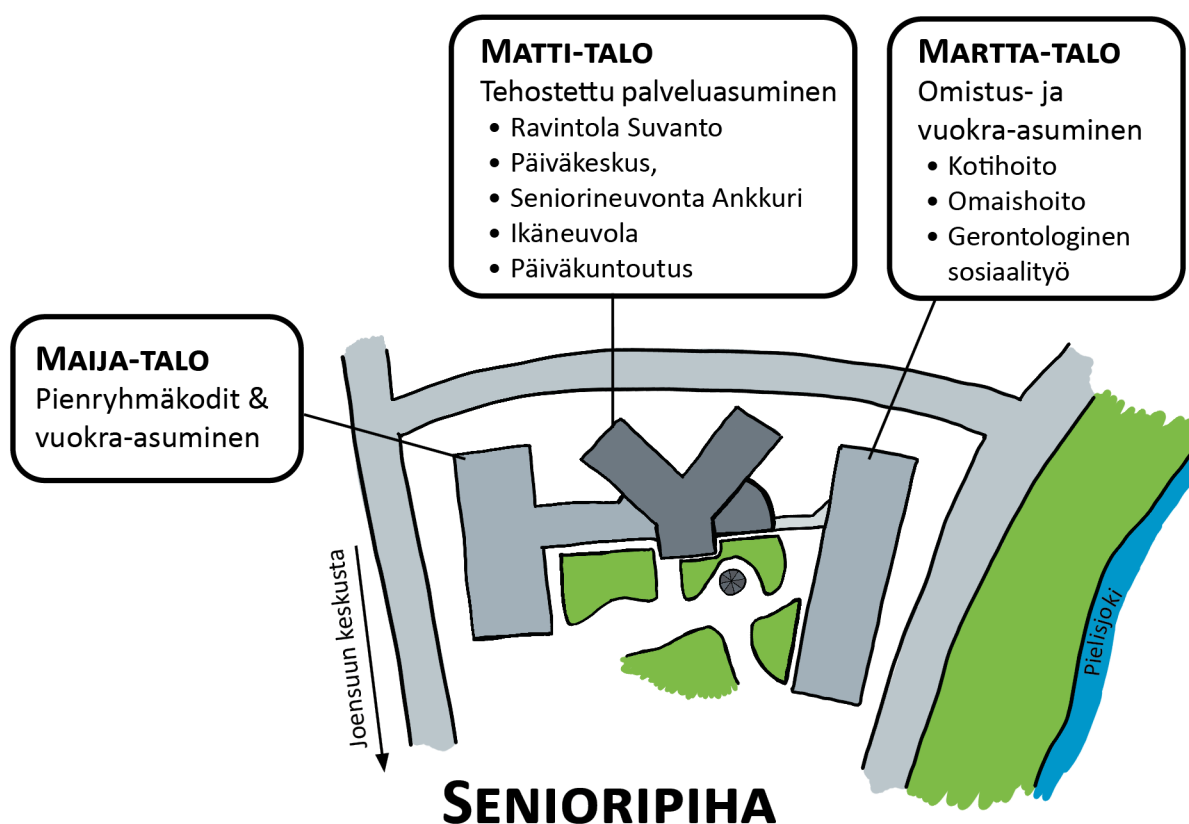
(56 vuokra-asuntoa ja 20 pienryhmäkotiasuntoa)

Matti-talo 2015

(80 tehostetun palveluasumisen paikkaa)

Martta-talo 2016

(78 vapaarahoitteista vuokra- tai omistusasuntoa)



Joensuun Senioripihassa yhdistyy monimuotoinen ikääntyneiden asuminen. Korttelissa toimii myös useita Pohjois-Karjalan sosiaali- ja terveyspalvelujen kuntayhtymä Siun Soten yksiköitä.



Yllä: Senioripihan kortteli sijaitsee Joensuun keskustassa. Kuvassa vasemmalla omistus- ja vuokra-asumista sisältävä Martta-talo, oikealla taas Matti-talo, jossa järjestetään tehostettua palveluasumista.

Parasta Senioripihassa?

Sijainti ja lähiympäristö

”Keskeinen sijainti. Kaunis näköala Pielisjoelle. Hyvät lenkkeilyväylät joka suuntaan.”

Turvallisuus

”Rauhallisuus. Turvallista. Sijainti keskustassa, näköala järvelle.”

Rauhallisuus ja oma rauha

”Oma rauha. Hiljaisuus. Lähellä kaikkea.”



Oikealla: Matti-talossa toimii ravintola Suvannon lisäksi seniorineuvonta Ankkuri ja Ikäneuvola.

SENJA-KORTTELI, JYVÄSKYLÄ

Jyväskylän Kortepohjassa sijaitsevassa Senja-korttelissa on monitoimijaista ja -muotoista asumista ikääntyneille. Korttelin sydämenä toimii Pehtorinhoivan palvelutalo, jonka tiloissa sijaitsee ravintola. Korttelin asukkaiden käytössä on palveluohjaaja, joka tukee yhteisen toiminnan järjestämisessä, antaa palveluohjausta ja toimii korttelin yhteistyön linkkinä. Jokaisessa rakennuksessa on oma asukastila, joka mahdollistaa erilaisten ryhmien kokoontumisen ja asukkaiden yhteiset kahvihetket.

Yksityisten taloyhtiöiden lisäksi korttelissa asumista tarjoavat Jyväskylän Hoivapalveluyhdistys ry, Jyväskylän Nuoriso- ja Palveluasunnot JNP ry sekä TA-Yhtiöt. Korttelissa on myös tilat Jyväskylän kaupungin kuntouttavalla päivätoiminnalle.

Senja-korttelissa toimi STEA-rahoitteinen hanke *Virtaa Senjaan* (2016–2019), jolla pyrittiin vahvistamaan korttelin osallisuutta ja yhteisöllisyyttä sekä tarttumaan korttelin alkuvuosina huomattuihin epäkohtiin. Hankkeen jäljiltä kortteliin jäivät elämään monet toiminnalliset ryhmät ja yhteisen toiminnan suunnittelua sekä vaikuttamista edistävä työryhmä.

Alla: Näkymä Senja-korttelin pihalta.



Asukkaita:

n. 250

Asumistyyppi:

Vuokra-, omistus- ja asumisoikeusasuminen, tehostettu palveluasuminen

2013–2016

As Oy Kortepohjan Volmari
(42 omistusasuntoa)

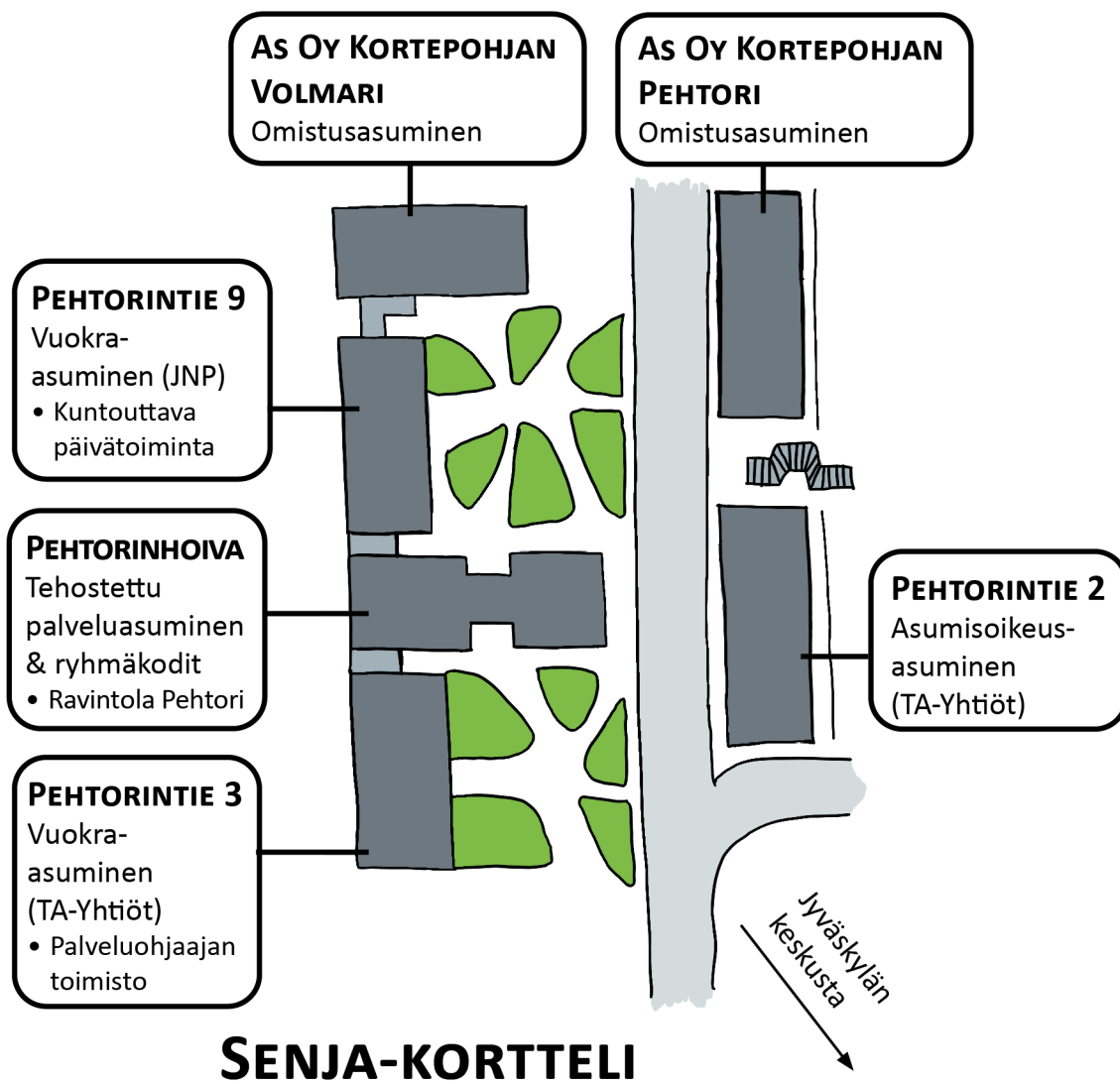
As Oy Kortepohjan Pehtori
(31 omistusasuntoa)

Palvelutalo Pehtorinhoiva
(26 tehostetun palveluasumisen paikkaa, 26 ryhmäkotipaikkaa)

Pehtorintie 2
(29 asumisoikeusasuntoa)

Pehtorintie 3
(30 vuokra-asuntoa)

Pehtorintie 9
(40 vuokra-asuntoa)



Yllä: Senja-kortteli muodostuu useista eri rakennuksista. Osa rakennuksista yhdistyy toisiinsa yhdyskäytävien avulla.

Parasta Senja-korttelissa?

Rauhallisuus ja oma rauha

”Mukava asunto ja oma rauha. Kaupat ja palvelut lähellä. Ruokala lähellä.”

Ruokailumahdollisuus

”Yhteiset ruokahetket, talon kahvit ja turvallinen asuinympäristö.”

Turvallisuus

”Turvallisuus: hoitohenkilökunta aina paikalla. Ruokailun helppous: oman keittiön tuotteet. Rauhallisuus: talo on täysin hiljainen.”

AINEISTO

HAASTATTELUT

Ilona-talo & Senja-kortteli, Jyväskylä

Halmesaari Riitta, toimitusjohtaja, Jyväskylän hoivapalvelut
Hirvonen Marjo, palvelujohtaja, Jyväskylän hoivapalvelut
Höyhtyä Anne, asukastoiminnanohjaaja, Jaso
Jernvall Annukka, asukastoiminnanohjaaja, Jaso
Luukkola Maiju, asiakaspalvelupäällikkö, Jaso
Möttönen Sakari, hallituksen jäsen, Jaso
Niemi Olavi, hallituksen puheenjohtaja, Jaso (19.8. asti)
Pauni Heli, palveluohjaaja, Jyväskylän hoivapalvelut
Raappana Maarit, palvelujohtaja, Jyväskylän kaupunki
Seppä Marianne, asukastoiminnanohjaaja, Jaso
Sipinen Piia, asumisen asiantuntija, Jyväskylän kaupunki
Tanskanen Matti, toimitusjohtaja Keski-Suomen opiskelija-asuntosäätiö
Tyynelä Sinikka, asiakaspalvelupäällikkö, Jaso (30.6. asti)/hankekoordinaattori, Jyväskylän kaupunki
Ylinen Seppo, toimitusjohtaja, Keski-Suomen Jaso Asunnot Oy

Hopearanta, Savonlinna

Arffman Marja, toimitusjohtaja, Hopearanta Oy (31.8. asti)
Luukko Tuija, palvelutalo-ohjaaja, Hopearanta Oy
Pesonen Piia, sairaanhoitaja, Hopearanta Oy
Snellman Irina, toimitusjohtaja, Hopearanta Oy (1.9. alkaen)
Turtiainen Marja, palvelutalovastaava, Hopearanta Oy

Senioripiha, Joensuu

Mäkelä Miia, palveluvastaava, Siun sote
Raittila Päivi, kuntoutuksen ohjaaja, Siun sote
Tanskanen Hilkka, viriketoiminnan ohjaaja, Siun sote
Turunen Anna-Kaisa, palveluesimies, Siun sote
Kinnunen Mari, vs. palveluesimies, Siun sote

KUVAMATERIAALI

Valokuvat Annukka Jernvall (sivut 10 (ulkoilukuva), 21, 24, 40, 50, 52, 63 kannen ulkoilu- ja pelikuva)

Muut valokuvat Taru Paavolainen

Kuvitus Taru Paavolainen

LÄHTEET

YHTEISÖLLINEN ASUMINEN JA YHTEISÖLLISYYS

Chandler, Rebecca C. & Robinson, Olivia C. 2014. Wellbeing in retirement villages. Eudaimonic challenges and opportunities. Journal of Aging Studies 31.

Ilmonen, Kaj 2004. Sosiaalinen pääoma: uusi ihmeväsite vai käyttökelpoinen hypoteesi? Teoksessa Rahkonen, Keijo (toim.) Sosiologisia nykykeskusteluja. Helsinki: Gaudeamus.

Jolanki, Outi & Kröger, Teppo 2015. Onko vanhalla vara valita? Vanhojen ihmisten uudet asumisvaihtoehdot. Teoksessa Häkli, Jouni & Vilkkonen, Risto & Vähäkylä, Leena (toim.) Kaikki kotona? Asumisen uudet tuulet. Gaudeamus: Helsinki.

Jolanki, Outi & Leinonen, Emilia & Rajaniemi, Jere & Rappe, Erja & Räsänen, Tiina & Teittinen, Outi & Topo, Päivi 2017. Asumisen yhteisöllisyys ja hyvä vanhuus. Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisusarja 47/2017.

Tuokkola, Kati & Nieminen, Jarmo & Konttajärvi, Tiina 2016. Kotoa muiden seuraan. Asuinalue- ja talokohtaisten yhteistilojen ja -toiminnan arviointi ikääntyneiden näkökulmasta. Ympäristöministeriön raportteja 14/2016.

YLE 4.8.2020. Taiteilijatalon katolla voi lenkkeillä, tanssia sambaa ja kasvattaa tomaatteja – yhteisöllisyys on asumisen kasvava trendi. <https://yle.fi/uutiset/3-11467429>

KOHTI YHTEISÖLLISTÄ ASUMISTA

Asumisen rahoitus- ja kehittämiskeskus. Korkotukilaina vuokra- ja asumisoikeustaloille. https://www.ara.fi/fi-FI/Lainat_ja_avustukset/Uudistuotannon_lainoitus/Korkotukilainat_vuokra_ja_asumisoikeustaloille

Asumisen rahoitus- ja kehittämiskeskus. Erityisryhmien investointiavustus. [https://www.ara.fi/fi-FI/Lainat_ja_avustukset/Erityisryhmien_investointiavustus/Erityisryhmien_investointiavustus\(593\)](https://www.ara.fi/fi-FI/Lainat_ja_avustukset/Erityisryhmien_investointiavustus/Erityisryhmien_investointiavustus(593))

Chandler, Rebecca C. & Robinson, Olivia C. 2014. Wellbeing in retirement villages. Eudaimonic challenges and opportunities. Journal of Aging Studies 31.

Croucher, Karen & Hicks, Leslie & Jackson, Karen 2006. Housing with care for later life. A literature review. Joseph Rowntree Foundation. University of York.

Glass, Anne P. Lessons Learned from a New Elder Cohousing Community. Journal of Housing For the Elderly 27 (4).

Halonen, Ulla 2015. Jason tarina. Saatavilla: <https://www.jasoasunnot.com/wp-content/uploads/2019/01/jason-tarina-0415-e-versio-1.pdf>

Helamaa, Anna & Pylvänen, Riikka 2012. Askeleita kohti yhteisöasumista. Selvitys yhteisöasumisen muodoista ja toteuttamisesta. MONIKKO-hanke: Moninaisten yhteisöllisten ja asuin- ja toimintaympäristöjen kehittämispilotit. Tampereen teknillinen yliopisto. Arkkitehtuurin laitos.

Ilmonen, Kaj 2004. Sosiaalinen pääoma: uusi ihmekeksite vai käyttökelpoinen hypoteesi? Teoksessa Rahkonen, Keijo (toim.) Sosiologisia nykykeskusteluja. Helsinki: Gaudeamus.

Jansson, Anu 2020. Loneliness of older people in long-term care facilities. Helsinki: Helsingin yliopisto.

Jolanki, Outi & Kröger, Teppo 2015. Onko vanhalla vara valita? Vanhojen ihmisten uudet asumisvaihtoehdot. Teoksessa Häkli, Jouni & Vilkkio, Risto & Vähäkylä, Leena (toim.) Kaikki kotona? Asumisen uudet tuulet. Gaudeamus: Helsinki.

Jolanki, Outi & Leinonen, Emilia & Rajaniemi, Jere & Rappe, Erja & Räsänen, Tiina & Teittinen, Outi & Topo, Päivi 2017. Asumisen yhteisöllisyys ja hyvä vanhuus. Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisusarja 47/2017.

Oosi, Olli & Koramo, Marika & Sadeoja, Samuli 2019. Ikääntyneiden palvelu- ja yhteisökorttelin toteuttaminen. Asumisen rahoitus- ja kehittämiskeskuksen raportteja 1/2019.

Riestola, Minna-Liisa 2018. Hopearannan tarina 120 vuotta -juhlajulkaisu.

Saksola, Anja 2019. Yksinäisyyden monet ulottuvuudet. Yhdessä ei olla yksin -hankkeen (2017–2019) havaintoja yksinäisyyden syistä ja ratkaisuja osallisuuden esteiden purkamiseksi. Keski-Suomen sosiaalialan osaamiskeskuksen raportteja 46. Saatavilla: <http://koskeverkko.fi/wp-content/uploads/2020/01/Yksin%C3%A4isyyden-monet-ulottuvuudet.pdf>

Senja-kortteli. Palvelut. <http://senjakoti.fi/palvelukoti-jyvaskyla-palvelut/>

THL Sotkanet. Itsensä yksinäiseksi tuntevien osuus (%), 75 vuotta täyttäneet vuonna 2018.

Tyynelä, Sinikka & Niemi, Olavi 2019. Senioriasuminen ja Jaso-yhdistys yhteisöllisen senioriasumisen toteuttajana. Teoksessa Niemi, Olavi & Möttönen, Sakari (toim.) Turhan kallis koti. Kohtuuhintaisuus asuntopolitiikan tavoitteeksi. FCG Finnish Consulting Group: Helsinki.

Vasara, Paula 2020. Väistämättömyyksiä ja valintoja. Kertomuksia ikäihmisten asumispolulta. JYU Dissertations 212. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.

YHTEINEN TOIMINTA

Bernard, Miriam & Liddle, Jennifer & Bartlam, Bernadette & Scharf, Thomas & Sim, Julius 2012. Then and now. Evolving community in the context of a retirement village. Ageing and Society 32 (1).

Croucher, Karen & Hicks, Leslie & Jackson, Karen 2006. Housing with care for later life. A literature review. Joseph Rowntree Foundation. University of York.

Mikkola, Tuula & Latvala, Irma & Laitoniemi, Merja 2015. Yhteisöllinen toimintakulttuuri hyvinvointia vahvistamassa. Teoksessa Mikkola, Tuula & Matinheikki-Kokko, Kaija & Korkalainen, Katri

(toim.) Hyvinvointia ja energiatehokasta asumista ikäihmisten ehdoilla. Metropolia Ammattikorkeakoulun julkaisusarja, Taito-työelämäkirjat 9.

Saarinen, Tuija 2004. Kahvirituaali: vieraanvaraisuutta ja itsehillintää. Teoksessa Knuuttila, Maarit & Pöysä, Jyrki & Saarinen Tuija (toim.) Suulla ja kielellä. Tulkintoja ruuasta. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura

Tuokkola, Kati & Nieminen, Jarmo & Konttajärvi, Tiina 2016. Kotoa muiden seuraan. Asuinalue- ja talokohtaisten yhteistilojen ja -toiminnan arviointi ikääntyneiden näkökulmasta. Ympäristöministeriön raportteja 14/2016.

Valve, Raisa & Itkonen, Suvi & Huhtala, Marjut & Jämsén, Päivi & Mertanen, Enni & Mäkeläinen, Paula & Paavola, Saila & Raulio, Susanna & Suominen, Merja & Tuikkanen, Riitta 2018. Ikäihmisten ruokapalvelut muuttuvassa toimintaympäristössä. Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisusarja 73/2018.

Virtanen, Leea 1999. Suomalainen kansanperinne. Helsinki: Suomalaisen Kirjallisuuden Seura.

TILAT JA YMPÄRISTÖ YHTEISÖLLISYYDEN MAHDOLLISTAJINA

Bernard, Miriam & Liddle, Jennifer & Bartlam, Bernadette & Scharf, Thomas & Sim, Julius 2012. Then and now. Evolving community in the context of a retirement village. Ageing and Society 32 (1).

Chandler, Rebecca C. & Robinson, Olivia C. 2014. Wellbeing in retirement villages. Eudaimonic challenges and opportunities. Journal of Aging Studies 31.

Croucher, Karen & Hicks, Leslie & Jackson, Karen 2006. Housing with care for later life. A literature review. Joseph Rowntree Foundation. University of York.

Helamaa, Anna & Pylvänen, Riikka 2012. Askeleita kohti yhteisöasumista. Selvitys yhteisöasumisen muodoista ja toteuttamisesta. MONIKKO-hanke: Moninaisten yhteisöllisten ja asuin- ja toimintaympäristöjen kehittämispilotit. Tampereen teknillinen yliopisto. Arkkitehtuurin laitos.

Helminen, Ville & Vesala, Satu & Rehunen, Antti & Strandell, Anna & Reimi, Petra & Priha, Aliisa 2017. Ikääntyneiden asuinpaikat nyt ja tulevaisuudessa. Suomen ympäristökeskuksen raportteja 20.

Jolanki, Outi & Leinonen, Emilia & Rajaniemi, Jere & Rappe, Erja & Räsänen, Tiina & Teittinen, Outi & Topo, Päivi 2017. Asumisen yhteisöllisyys ja hyvä vanhuus. Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisusarja 47/2017.

Jyväskylän kaupunki. Linkki-VIP ja asiointiliikenne. <https://linkki.jyvaskyla.fi/aikataulut-ja-reitit/linkki-vip-ja-asiointiliikenne>

Kang, Mihyun & Lyon, Melinda & Kramp, Jessy 2015. Senior Cohousing Residential Design Features for Perceived Autonomy. Journal of Social Sciences and Humanities 1 (3).

Pierce, Jon L. & Dirks, Kurt T. & Kostova, Tatiana 2003. The State of Psychological Ownership: Integrating and Extending a Century of Research. Review of General Psychology 7 (1).

Rantanen, Taina 2015. Iäkkäiden ihmisten asuinpiiri. Teoksessa Häkli, Jouni & Vilkkio, Risto & Vä-
häkylä, Leena (toim.) Kaikki kotona? Asumisen uudet tuulet. Gaudeamus: Helsinki.

Tervo, Anne & Meriläinen, Sanna & Pirinen, Antti 2018. Jaetut tilat. Asumisen rahoitus- ja kehit-
tämiskeskuksen raportteja 1/2018.

OSALLISUUS YHTEISÖN ARJESSA

Chandler, Rebecca C. & Robinson, Olivia C. 2014. Wellbeing in retirement villages. Eudaimonic
challenges and opportunities. Journal of Aging Studies 31.

Croucher, Karen & Hicks, Leslie & Jackson, Karen 2006. Housing with care for later life. A litera-
ture review. Joseph Rowntree Foundation. University of York.

Erätauko-säätiö. Työkalut. <https://www.eratauko.fi/tyokalut/>

Glass, Anne P. Lessons Learned from a New Elder Cohousing Community. Journal of Housing For
the Elderly 27 (4).

Helamaa, Anna & Pylväinen, Riikka 2012. Askeleita kohti yhteisöasumista. Selvitys yhteisöasumi-
sen muodoista ja toteuttamisesta. MONIKKO-hanke: Moninaisten yhteisöllisten ja asuin- ja toi-
mintaympäristöjen kehittämispilotit. Tampereen teknillinen yliopisto. Arkkitehtuurin laitos.

**Jolanki, Outi & Leinonen, Emilia & Rajaniemi, Jere & Rappe, Erja & Räsänen, Tiina & Teittinen,
Outi & Topo, Päivi 2017.** Asumisen yhteisöllisyys ja hyvä vanhuus. Valtioneuvoston selvitys- ja tut-
kimustoiminnan julkaisusarja 47/2017.

Kettunen, Iita. Täyttä elämää Senioripihassa. Talentia-lehti 30.9.2015. Saatavilla: [https://www.ta-
lentia-lehti.fi/taytta-elamaa-senioripihassa/](https://www.talentia-lehti.fi/taytta-elamaa-senioripihassa/)

Konkka, Jyrki 1998. Yhteisön kirous. Teoksessa Kotkavirta J. & Laitinen A. (toim.). Yhteisö. Filoso-
fian näkökulmia yhteisöllisyyteen. SoPhi 16. Jyväskylän yliopisto.

Lähteenoksa, Meri 2008. Viisas arki. Opas yhteisöllisyyteen. Helsinki: Like.

Pedersen, Max 2015. Senior Co-housing communities in Denmark. Journal of Housing for the El-
derly 29 (1-2).

Pierce, Jon L. & Dirks, Kurt T. & Kostova, Tatiana 2003. The State of Psychological Ownership: In-
tegrating and Extending a Century of Research. Review of General Psychology 7 (1).

YLE 16.11.2020. Tuntuuko hankalalta, kun joku on eri mieltä? Yle ryhtyy parantamaan suomalais-
ta keskustelukulttuuria. <https://yle.fi/uutiset/3-11647781>

YHTEISÖN TUKI

Croucher, Karen & Hicks, Leslie & Jackson, Karen 2006. Housing with care for later life. A litera-
ture review. Joseph Rowntree Foundation. University of York.

Jaso. Asukaspalautekysely 2020 Yhteisöllisten senioritalojen asukkaille.

Jolanki, Outi & Leinonen, Emilia & Rajaniemi, Jere & Rappe, Erja & Räsänen, Tiina & Teittinen, Outi & Topo, Päivi 2017. Asumisen yhteisöllisyys ja hyvä vanhuus. Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisusarja 47/2017.

Jyväskylän kaupunki. Jyväskylän ikääntyneiden päiväkeskukset pysyvät suljettuina ja vammaisten työ- ja päivätoiminta jatkuu poikkeusjärjestelyin koronan vuoksi ainakin maaliskuun loppuun. https://www.jyvaskyla.fi/uutinen/2020-11-18_jyvaskylan-ikaantyneiden-paivakeskukset-pysyvat-suljettuina-ja-vammaisten-tyo-ja

Koskiahho, Briitta & Saarinen, Erja 2019. Ihan pihalla? Vanhat ihmiset digitaalisen maailman myllerryksessä: neuvonnan, ohjauksen ja asioiden ajamisen järjestäminen. SOSTEn julkaisu 2/2019. SOSTE Suomen sosiaali ja terveys ry. Helsinki.

Mikkola, Tuula & Latvala, Irma & Laitoniemi, Merja 2015. Yhteisöllinen toimintakulttuuri hyvinvointia vahvistamassa. Teoksessa Mikkola, Tuula & Matinheikki-Kokko, Kaija & Korkalainen, Katri (toim.) Hyvinvointia ja energiatehokasta asumista ikäihmisten ehdoilla. Metropolia Ammattikorkeakoulun julkaisusarja, Taito-työelämäkirjat 9.

Pedersen, Max 2015. Senior Co-housing communities in Denmark. Journal of Housing for the Elderly 29 (1-2).

Pessi, Anne Birgitta & Seppänen, Marjaana 2011. Yhteisöllisyys. Teoksessa Saari, Juho (toim.) Hyvinvointi. Suomalaisen yhteiskunnan perusta. Helsinki: Gaudeamus.

Rajakoski, Niina 2017. Asuminen ja yhteisöllisyys -tutkimuksen tulokset. Saatavilla: https://www.ilmarinen.fi/siteassets/uutishuoneen-liitteet-ja-lohkot/2017/iareena2017_asuminenjayhteisollisyys_ilmarinen.pdf

Tuokkola, Kati & Nieminen, Jarmo & Konttajärvi, Tiina 2016. Kotoa muiden seuraan. Asuinalue- ja talokohtaisten yhteistilojen ja -toiminnan arviointi ikääntyneiden näkökulmasta. Ympäristöministeriön raportteja 14/2016.

YLE 25.9.2020. Hoivakoti myöntää avoimesti psyykenlääkkeiden ylikäytön, aliravitsemuksen ja ulkoilun puutteen: "Se on selviytymistä vaan". <https://yle.fi/uutiset/3-11555251>

MONTA POLVEA YHDESSÄ

Autio, Henna 2018. Kankaan monisukupolvinen kortteli. Yhteisöllisyyden tukemisen suositukset. Opinnäytetyö. Jyväskylän ammattikorkeakoulu.

Chandler, Rebecca C. & Robinson, Olivia C. 2014. Wellbeing in retirement villages. Eudaimonic challenges and opportunities. Journal of Aging Studies 31.

Glass, Anne P. Lessons Learned from a New Elder Cohousing Community. Journal of Housing For the Elderly 27 (4).

Helamaa, Anna & Pylvänen, Riikka 2012. Askeleita kohti yhteisöasumista. Selvitys yhteisöasumisen muodoista ja toteuttamisesta. MONIKKO-hanke: Moninaisten yhteisöllisten ja asuin- ja toimintaympäristöjen kehittämisspilottit. Tampereen teknillinen yliopisto. Arkkitehtuurin laitos.

Saarenheimo, Marja & Pietilä, Minna & Maununaho, Sonja & Tiihonen, Arto & Pohjolainen, Pertti 2014. Ikäpolvien taju. Elämänkulku ja ikäpolvet muuttuvassa maailmassa. Helsinki: Vanhustyön Keskusliitto.

Tuokkola, Kati & Nieminen, Jarmo & Konttajärvi, Tiina 2016. Kotoa muiden seuraan. Asuinalue- ja talokohtaisten yhteistilojen ja -toiminnan arviointi ikääntyneiden näkökulmasta. Ympäristöministeriön raportteja 14/2016.

POIKKEUSTILA YHTEISÖLLISESSÄ TALOSSA

Halme-Tuomisaari, Miia 2020. Kaikki kotona. Kun korona mullisti maailmamme. Helsinki: Kirjapaja.

Keskisuomalainen 13.9.2020. Keskisuomalaisen erikoisartikkeli: Maija Napolalle, 72, perjantai oli tavallinen siivouspäivä, kunnes kaikki muuttui – Keskisuomalainen selvitti, mitä Palokan suurpalossa oikein tapahtui. <https://www.ksml.fi/paikalliset/3018769>

STM tiedote 19.3.2020. Mitä yli 70-vuotiaan pitää ottaa huomioon koronavirustilanteessa? <https://valtioneuvosto.fi/-/1271139/mita-yli-70-vuotiaan-pitaa-ottaa-huomioon-koronavirustilanteessa->

Valtioneuvoston viestintäosasto 23.6.2020. Hallitus linjasi neuvottelussaan rajakysymyksistä, etätyöstä ja yli 70-vuotiaita koskevista suosituksista. <https://valtioneuvosto.fi/-/10616/hallitus-linjasi-neuvottelussaan-rajakysymyksista-etatyosta-ja-yli-70-vuotiaita-koskevistä-suosituksista>

YLE 10.5.2020. Yksi salaa kampaajakäyntejään, toinen harkitsee eroa puolisostaan – näin erimielisyydet koronarajoituksista repivät ihmissuhteitamme. <https://yle.fi/uutiset/3-11342691>

YLE 4.8.2020. Taiteilijatalon katolla voi lenkkeillä, tanssia sambaa ja kasvattaa tomaatteja – yhteisöllisyys on asumisen kasvava trendi. <https://yle.fi/uutiset/3-11467429>