

Ikääntymisen tuomat haasteet ja palvelutarpeet –niissä tukeminen

Kati Lampén

Palvelujohtaja, asumis- ja perhepalvelut

Sisältö

- Dila lyhyesti
- Ikääntymisen tuomat haasteet
- Yksinäisyys ja syrjäytyminen vanhuuden elämänvaiheessa
- Ikääntyvien ohjaus ja tuet
- Ikääntyvien asuminen
- Dilan Tammipuiston Senioriasuminen



Toimintaa 155 vuotta HYVÄN ELÄMÄN PUOLESTA

- **Olga Hackmanin** lahjoituksen ansiosta laitos sai alkunsa ja työ on kantanut 155v.
- Tuemme kymmeniä nuoria vuosittain kohti koulutus- ja työelämää
- Tarjoamme turvallisen kodin noin 80:lle ikääntyneelle
- Järjestämme varhaiskasvatuksen noin 30 lapselle
- Koordinoimme noin 350 vapaaehtoisen toimintaa
- Ylläpidämme mm. Walkers Lahti –toimintaa Vesijärvenkadulla ja ehkäisemme monin tavoin nuorten syrjäytymistä
- Suomen Diakoniaopiston kautta koulutamme tulevaisuuden osaajia sosiaali- ja terveysalalle sekä kasvatus- ja ohjausalan tehtäviin



DILA

VALTUUSKUNTA

Pj. Jaana Pakarinen

HALLITUS

Pj. Hanna Koskela

TOIMITUSJOHTAJA

Tuija Åstedt

Palvelu- ja liiketoiminta

Matti Koponen
Talous- ja hallintojohtaja

Kati Lampén
Palvelujohtaja

Anne-Maria Karjalainen
Diakonia- ja kehitysjohtaja

Kiinteistöpalvelut

Talous- ja hallintopalvelut

Asumis- ja perhepalvelut

- Ympäri vuorokautinen palveluasuminen
- Senioriasuminen
- Varhaiskasvatus
- Vauvan Taika -toiminta
- Särö-vapaaehtoistoiminta
- Kuuntele sydämelläsi

Nuoriso- ja työllisyyspalvelut

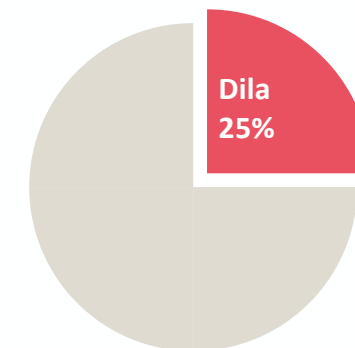
- Nuorten sote-työpaja Stoori
- Kuntouttava työtoiminta
- Tsäänssi -paja
- Social Business Academy
- Hämeen malli
- Yhteisö- ja kortteliohjaajat
- Työtä ja ravintoa
- Aikuiset urapolulle

Osallisuustoiminta

- Tukea vapaaehtoisuuteen
- Yhteisökökärpänen
- Walkers Lahti
- Tulevaisuuspora
- Vapaaehtoisuus hallussa
- Yhdessä tekemisen yhteisö YTY
- Tuettua vapaaehtoistoimintaa maahanmuuttaneille
- LUOVA

Osakkuusyrittys

Suomen
Diakoniaopisto Oy



Uudistuva – Vastuullinen – Kohtaava

Olemme
kohtaamisen
edelläkävijä.



Tuotamme vaikuttavia ja
fokusoituja palveluja.



Uudistumme
kannattavasti.



Tarjoamme merkityksellisen
palvelukokemuksen.



Olemme timanttinen
työyhteisö.

 **DILA**

LAHDEN DIAKONIASÄÄTIÖ

Ikääntymisen tuomat haasteet

- **Hengitys- ja verenkiertoelimistö**

- **Keuhkojen ja verenkiertoelimistön** yhteistyö määrää, kuinka tehokkaasti happi kulkeutuu kudoksiin. Ikääntyessä keuhkojen pinta-ala pienenee, rintakehän joustavuus vähenee ja hengityslihasten voima heikkenee. Tämä ei kuitenkaan yleensä vaikuta asiakkaan jokapäiväiseen elämään muuten kuin rasiutilanteissa.
- **Sydän- ja verenkiertoelimistössä** tapahtuvat muutokset heikentävät sydämen toimintakykyä, fyysistä suorituskykyä sekä stressinsietokykyä. Sydämen maksimisyke alenee, iskutilavuus pienenee, ja sydänlihaksen supistumiskyky heikkenee. Verisuonten seinämien joustavuus vähenee, ääreisverenkierto heikkenee, ja verenkierto eri elimiin vähenee.

- **Tuki- ja liikuntaelimistö**

- Ihmisen **luusto** alkaa haurastua jo noin 40-vuotiaana. Naisten luusto haurastuu yleensä miesten luustoa nopeammin ja aikaisemmin.

Ikääntymisen tuomat haasteet

- **Tuki- ja liikuntaelimestö**
 - **Nivelten** liikkuvuus heikkenee ikääntyessä. Nivelnesteiden määrä vähenee, ja sidekudoksen määrä lisääntyy. Nivelten liikelaajuuksien rajoittuminen voi haitata kotihoidon asiakkaan arjen tavallisia toimintoja, kuten portaiden nousua tai tuolilta ylösnoousua. Nivelten liikkuvuus on tärkeää toimintakyvyn kannalta
 - Hidas **pituuden** lyheneminen alkaa jo 40-vuotiaana. Yli 60-vuotiaana lyhenemistä tapahtuu noin 2 cm kymmenessä vuodessa.
- Ikääntyessä myös **lihasvoima** vähenee. Tärkein syy tähän on lihasten surkastuminen lihassolujen koon pienennyttyä ja määrän vähennyttyä. Selvimmin lihasvoiman väheneminen näkyy alaraajojen lihaksissa. Lihasvoiman harjoittaminen on tärkeää paitsi toimintakyvyn ylläpitämiseksi myös monen pitkäaikaissairauden etenemisen hidastamiseksi. Lihasvoimaharjoittelulla voi hidastaa muun muassa nivelrikon, osteoporoosin, sepelvaltimotaudin ja masennuksen etenemistä.

Ikääntymisen tuomat haasteet

- **Paino** nousee 25 ikävuodesta 50 ikävuoteen yleensä kehon rasvoittumisen johdosta. Tämän jälkeen paino ei välttämättä enää nouse, koska luun- ja lihaskudoksen määrä vähenee.
- Tasapaino
 - Tasapaino-ongelmat rajoittavat arjen toimintoja kotona ja kodin ulkopuolella. Tasapainon ja **koordinaatiokyvyn** heikkeneminen lisää iäkkäiden kaatumisriskiä. Pystyasennon ylläpitoon vaikuttavat monet elinjärjestelmät sekä niiden välinen yhteistyö. Kehon asennon hallintaan osallistuvat keskushermosto, hermolihasjärjestelmä, tuki- ja liikuntaelimestö, sisäkorvan tasapainoelin, näkö sekä tuntoaistit. Tasapainon hallinta tapahtuu kehon ennakoivien ja palautetta antavien mekanismien avulla. Ikääntyessä erityisesti alaraajojen lihasten voiman heikkeneminen vaikuttaa haitallisesti myös tasapainon hallintaan.

Ikääntymisen tuomat haasteet

- Tasapaino
 - Sisäkorvan tasapainoelimissä ja näköaistissa tapahtuvat muutokset vaikuttavat ikääntyneen asennonhallintaan. Kosketus- ja asentoaistien toiminta heikkenee, mikä hankaloittaa tasapainon säilyttämistä. Keskushermoston merkitys korostuu iäkkäiden henkilöiden asennonhallinnassa. Ikääntyneillä suorituskyky heikkenee sitä enemmän, mitä monimutkaisemmasta keskushermoston toiminnasta on kysymys. Tämän vuoksi esimerkiksi kaatumisriski on suurempi niillä ikäihmisillä, joilla on vaikeuksia kävellä ja puhua samanaikaisesti. Tasapaino alkaa heikentyä kiihtyen noin 60 vuoden iästä alkaen. Fyysinen aktiivisuus ennaltaehkäisee tasapaino-ongelmia.
- Ruoansulatuskanava
 - Suolen toiminta hidastuu, josta voi olla seurauksena ummetusta. Kuitujen ja nesteiden nauttiminen sekä liikunta ennaltaehkäisevät ummetuksen syntymistä.
 - Tavallisin näköaistin ikääntymismuutos on se, että näköä ei pysty tarkentamaan lähietäisyydelle. Myös hämäränäkö heikentyy. Nämä muutokset alkavat 40–50-vuotiaana (ns. ikänäkö). Tilannetta voidaan helpottaa lukulaseilla ja riittäväällä valaistuksella

Ikääntymisen tuomat haasteet

- Aistitoiminnot

- Ikääntyneen näköinformaation käsittely on hitaampaa kuin nuorilla. Asiakkaan näköä saattavat heikentää myös erilaiset silmäsairaudet, kuten kaihi ja silmänpohjan rappeuma. Näön merkitys tasapainon säätelyssä on merkittävä.
- Ikääntyessä erityisesti korkeiden äänien kuuleminen heikkenee. Taustamelu heikentää puheen kuulemista entisestään. Myös äänen tulosuuntaa voi olla vaikea aistia, ja se voi lisätä vaaratilanteita esimerkiksi liikenteessä.
- Karvaan, happaman, suolaisen ja makean aistiminen heikkenee. Elimistön lieväkin kuivuminen heikentää maku- ja hajuaistia. Makuaistia heikentävät myös syljenerityksen vähentyminen, lääkitys sekä hajuaistin heikentyminen. Syömiseen liittyvä nautinto vähenee, mikä saattaa johtaa ruokailun yksipuolistumiseen ja vähentymiseen.

- Hermosto

- Hermosto on keskeinen säätelyjärjestelmä, ja siinä tapahtuvat muutokset vaikuttavat koko elimistöön. Autonomisen eli tahdosta riippumattoman hermoston toiminta vaimenee iän myötä. Autonominen hermosto säätelee sisäelinten toimintoja, pitää yllä kudosten tasapainotilaa ja auttaa elimistöä sopeutumaan stressiin. Ikääntymisen myötä stressinsietokyky heikkenee ja stressistä palautuminen hidastuu. Myös kuumuuden, kylmyyden, fyysisen rasituksen, hapenpuutteen, sairauksien ja vaikeiden traumojen sietämiskyky heikkenevät.

Yksinäisyys ja syrjäytyminen vanhuuden elämänvaiheessa, yksinäisyys Suomessa

- Tutkimustulokset yksinäisyyden terveys- ja hyvinvointivaikutuksista ovat lisääntyneet, minkä vuoksi yksinäisyys on nostettu vahvasti myös julkiseen keskusteluun
- Uusimpien väestökyselyjen mukaan 11% suomalaisista kokee yksinäisyyttä melko usein tai jatkuvasti (THL 2020)
- Yksinäisyyttä esiintyy eri ikäryhmissä: nuoret ja vanhat yksinäisimpiä

Lähde: Seppänen



Yksinäisyys ja syrjäytyminen vanhuuden elämänvaiheessa, yksinäisyys Suomessa

- Naiset miehiä yksinäisempiä kaikissa ikäryhmissä, mutta erityisesti 75 vuotta täyttäneiden keskuudessa (THL 2020)
- Yksinäisyys liittyy myös yhteiskunnalliseen asemaan: esim. matala koulutustausta ja vähäiset taloudelliset resurssit riskitekijöitä yksinäisyydelle
- Yhtenä riskiryhmänä ikääntyneet kotihoidon asiakkaat: vuonna 2020 jopa 37% koki yksinäisyyttä ja 10% ei tavannut läheisiään lainkaan (Kehusmaa ym. 2020)

Lähde: Seppänen



Yksinäisyys ja syrjäytyminen vanhuuden elämänvaiheessa, ikääntyvien yksinäisyyden tutkimus

Eri tutkimuksissa on havaittu yksinäisyyteen yhteydessä olevia tekijöitä:

- Ikä
- Naissukupuoli
- Elinvaihe
- Leskeys
- Asuminen yksin
- Asuminen laitoksessa
- Sosiaalisten suhteiden koettu laatu
- Sosiaalisiin suhteisiin kohdistetut odotukset
- Kokemus riittämättömästä avun saannin mahdollisuudesta
- Traumaattiset elämäntapahtumat
- Huono koettu terveys
- Turvattomuuden tunne
- Alhainen toimintakyky
- Ongelmia kuulemisessa tai näkemisessä
- Alhainen koulutustaso ja sosioekonominen asema
- Huono taloudellinen tilanne
- Depressio

Lähde Seppänen

Yksinäisyys ja syrjäytyminen vanhuuden elämänvaiheessa, yksinäisyys kokemuksena

- Yksinäisyys voi ilmetä erilaisina tunteina, kuten suruna, levottomuutena, ahdistuksena, masentuneisuutena tai vaikkapa ”haikuraisena olona”
- Konkretisoituu usein tietyissä tilanteissa, esim. arjen askareissa joihin liittyy muistoja jaetuista hetkistä, yksin ollessa tai tilanteissa joissa muihin ihmisiin ei löydy yhteyttä
- Voidaan myös kokea ”yleisesti semmosena tunteena”, jota on vaikea paikantaa ja sanallistaa

Lähde: Seppänen

Yksinäisyys ja syrjäytyminen vanhuuden elämänvaiheessa, osallisuus

- Fyysisen toimintakyvyn heikentyminen esimerkiksi sairastumisen myötä
- Riittämättömyyden ja yksinjäämisen kokemukset omaishoitosuhteessa
- Elinympäristön rajoitteet, kuten asuintalon hissittömyys ja heikot kulkuyhteydet
- Aineellisten resurssien puute, palveluiden (ja tiedon) saantiin liittyvät ongelmat
- Vanhojen ihmisten (ja erilaisten vähemmistöjen) yhteiskunnallinen asema ja siihen liittyvät syrjivät puhe- ja toimintatavat

Lähde: Seppänen

Miksi pitäisi olla kiinnostunut yksinäisyydestä?

- Ihmiset pitävät terveyttä ja läheisiä ihmissuhteita tärkeimpinä asioina oman hyvinvointinsa kannalta
- Yksinäisyyden kokemus on vakava uhka hyvinvoinnille
- On olemassa kiistaton näyttö yksinäisyyden yhteydestä terveyteen. Se on sairastumista ja ennenaikaista kuolemaa ennustaja riskitekijä.
- Yksinäisyyden on todettu olevan itsemurhan riskitekijä
- Ikihyvä P-H 2012 aineistosta nousi tärkeimmiksi asioiksi oman hyvinvoinnin kannalta 62-86 vuotiailla terveys ja fyysinen kunto, perhe ja ihmissuhteet, elinympäristö ja palvelujen läheisyys.
- **Näihin asioihin voidaan vaikuttaa erilaisilla asumisratkaisuilla ja palveluilla**

Lähde: Seppänen



Ikääntyneen sosiaaliset palvelut

- Ikääntyneiden sosiaalipalvelut ovat sosiaalihuoltolain mukaisia palveluita, joita tarjotaan pääsääntöisesti yli 65-vuotiaille henkilöille.
- Kotona asumista tukevilla palveluilla tuetaan hyvinvointia ja toimintakykyä, jotta ikääntyneet voivat asua turvallisesti omilla kodeissaan mahdollisimman pitkään. Kotona asumista tukevia palveluita ovat mm. erilaiset tukipalvelut, liikkumista tukevat palvelut, kotihoito ja omaishoito.
- Ikääntyneiden asumispalvelut ovat tarkoitettu henkilöille, jotka eivät pysty asumaan enää omassa kodissaan ja tarvitsevat erityistä tukea ja palveluja asumisensa järjestämiseen. Asumispalveluita ovat yhteisöllinen asuminen ja ympärivuorokautinen palveluasuminen.



Ikääntyvien asiakasohjaus Päijät-Hämeessä

- Ikääntyneiden asiakasohjaus on ikääntyneille ja heidän läheisilleen tarkoitettu maksuton palvelu ja sitä voi saada myös anonyymisti.
- Tavoitteena on tukea ikäihmisten kotona asumista ja etsiä yhdessä ratkaisuja sujuvaan arkeen.
- Palveluneuvojat kertovat tarjolla olevista vaihtoehdoista ja auttavat asiakasta palveluiden valinnassa. Mikäli asiakkaan tilanne vaatii laajaa palvelutarpeen selvittämistä, palveluneuvojat järjestävät tätä varten asiakasohjaajan kotikäynnin tai gerontologisen sosiaalityön palvelut.
- Päijät-Hämeen hyvinvointialueen palvelut löytyvät <https://ikaantyneidenpalveluneuvonta.fi/>

Ikääntyvien asiakasohjaus Päijät-Hämeessä, gerontologinen sosiaalityö

- Gerontologisen sosiaalityön asiakkaat ovat 65 vuotta täyttäneitä ikäihmisiä, joiden elämäntilanne on vaikeutunut esimerkiksi taloudellisen tilanteen äkillisen heikentymisen, asumisen ongelmien tai päihteiden käytön seurauksena.
- Asiakkaaksi tullaan sosiaalityöntekijän tai sosiaaliohjaajan tekemän palvelutarpeen arvioinnin kautta. Arvioinnin avulla suunnitellaan asiakkuuden jatko ja tarvittavat tukitoimenpiteet. Joskus tuen tarve voi olla kertaluonteista, joskus asiakkaan tilanne voi vaatia pitkäkestoista työskentelyä.
- Gerontologisessa sosiaalityössä käsitellään 65 vuotta täyttäneiden ehkäisevän toimeentulotuen hakemukset. Täydentävän toimeentulotuen hakemukset käsittelee pääsääntöisesti palvelusihteeri.
- Muita tuen muotoja; asumistuki, hoitotuki, toimeentulotuki, omaishoitoon liittyvät tuet, hyvinvointialueille myös muistiasioihin perehtyneitä työntekijöitä tai ohjausta esimerkiksi muistiliiton Muistineuvo-tukipuhelimeen.

Ikääntyvien asiakasohjaus Päijät-Hämeessä, asiakasohjaajan kotikäynti palveluntarpeen arviointia varten

- Ikääntyneiden asiakasohjaus myöntää ikääntyneiden palveluita aina yksilöllisen palvelutarpeen arvioinnin perusteella.
- Palvelutarpeen arviointia voi pyytää ikääntynyt itse, hänen omaisensa, viranomainen tai muu henkilö.
- Palvelutarpeen arvioiminen edellyttää aina asiakkaan suostumusta. Palvelutarpeen arviointia varten varataan asiakasohjaajan kotikäynti.
- Palvelutarpeen selvityksessä huomioidaan mm. Asiakkaan fyysisen, psyykkisen- ja sosiaalisen toimintakyvyn arvioiminen RAI-toimintakykymittaria apuna käyttäen, asiakkaan voimavarat, asiakkaan sosiaalinen verkosto ja läheisten muodostama tuki, asiakkaan asuinympäristön ja kodin turvallisuuden arvioiminen sekä sosiaaliset etuudet.
- Arviointikäynnin perusteella laaditaan palvelusuunnitelma.

Tukipalvelut

- Tukipalvelut ovat kotona asumisen tueksi tarkoitettuja palveluja.
 - Turvapalvelu
 - Kotiin kuljetettu ateriapalvelu
 - Peseytymispalvelu kodin ulkopuolella
 - Siivouspalvelu
 - Vaatehuoltopalvelu
 - Asiointipalvelu
 - Kuntouttava päivätoiminta
 - Rintamaveteraaneille ja sotainvalideille tukipalvelut
 - Raivaussiivous
 - Kuntoutusjakso ympärivuorokautisen palveluasumisen yksikössä
 - Arviointijakso ympärivuorokautisen palveluasumisen yksikössä
 - Kotihoito (RAI-mittari)



Asiakasmaksut

- Asiakasmaksujen perusteena ovat laki sosiaali- ja terveydenhuollon asiakasmaksuista (734/1992) sekä asetus sosiaali- ja terveydenhuollon asiakasmaksuista (912/1992).
- Palvelukohtaiset maksut. Maksukatto 726€ / vuosi
- Asiakasmaksua ei peritä:
 - Suomessa asuvilta vuosien 1939–1945 sotiin osallistuneilta rintamasotilastunnuksen, rintama-
 - palvelustunnuksen tai rintamatunnuksen omaavilta rintamaveteraaneilta
 - Sotainvalideilta, joiden haittaprosentti on vähintään 10 %
 - Sota- tai sotilasinvalideilta, joiden haitta-aste on 20 % tai enemmän ja vahingoittuminen tai sairastuminen on tapahtunut asepalveluksessa tai YK-tehtävissä ennen vuotta 1991.



Asumispalvelut

Sosiaalihuoltolaki (1301/2014)/(790/2022)

- Tilapäinen asuminen 21 §
 - Tilapäistä asumista järjestetään henkilölle, joka erityisestä syystä tarvitsee asumisensa järjestämisessä hyvinvointialueen lyhytaikaista, kiireellistä apua.
- Tuettu asuminen 21a §
 - Tuetulla asumisella tarkoitetaan itsenäistä asumista, jota tuetaan sosiaaliohjauksella.
 - Tuettua asumista järjestetään henkilölle, joka erityisestä syystä tarvitsee hyvinvointialueen apua tai tukea itsenäiseen asumiseen tai itsenäiseen asumiseen siirtymisessä.
- Yhteisöllinen asuminen 21b §
 - Yhteisöllisellä asumisella tarkoitetaan hyvinvointialueen järjestämää asumista esteettömässä ja turvallisessa asumisyksikössä, jossa henkilön hallinnassa on hänen tarpeitaan vastaava asunto ja jossa asukkaille on tarjolla sosiaalista kanssakäymistä edistävää toimintaa.
 - Yhteisöllistä asumista järjestetään henkilölle, joka tarvitsee sitä sillä perusteella, että hänen toimintakykynsä on alentunut ja hoidon ja huolenpidon tarpeensa kohonnut korkean iän, sairauden, vamman tai muun vastaavaan syyn vuoksi.

Lähde: Jurmu, Niemi

Asumispalvelut

Sosiaalihuoltolaki (1301/2014)/(790/2022)

- Ympäri vuorokautinen palveluasuminen 21c §
 - Ympäri vuorokautisella palveluasumisella tarkoitetaan asumista yhteisöllistä toimintaa tarjoavassa esteettömässä ja turvallisessa hoivakodissa, palvelukodissa tai vastaavassa asumisyksikössä, jossa henkilöllä on hänen tarpeitaan vastaava asunto ja jossa hän saa asumisyksikön henkilöstöltä viipymättä ja vuorokaudenajasta riippumatta hoitoa ja huolenpitoa myös äkilliseen tarpeeseensa.
 - Ympäri vuorokautinen palveluasuminen sisältää henkilön yksilöllisen tarpeen mukaisen vuorokaudenajasta riippumattoman hoidon ja huolenpidon, toimintakykyä ylläpitävän ja edistävän toiminnan, ateriat, vaatehuollon, siivouksen sekä osallisuutta ja sosiaalista kanssakäymistä edistävän toiminnan. Palveluasumista on toteutettava niin, että henkilön yksityisyyttä kunnioitetaan ja hänen osallisuuttaan tuetaan. Lisäksi on huolehdittava, että henkilöllä on mahdollisuus saada tarvitsemansa lääkinnällinen kuntoutus ja muut terveydenhuollon palvelut.
 - Ympäri vuorokautista palveluasumista järjestetään henkilölle, joka tarvitsee päivittäin vuorokaudenajasta riippumatta jatkuvaa hoitoa ja huolenpitoa tai vaativaa ammatillista hoitoa, joiden järjestäminen kotihoitona, omaishoitona, perhehoitona tai muulla tavalla ei ole mahdollista tai asiakkaan edun mukaista.
 - Ympäri vuorokautista palveluasumista järjestetään henkilön tarpeen mukaan pitkäaikaisesti tai lyhytaikaisesti. Lyhytaikainen palveluasuminen voi olla tilapäistä tai säännöllisesti toistuvaa.

Lähde: Jurmu, Niemi

Asumispalvelut

Sosiaalihuoltolaki (1301/2014)/(790/2022)

- Laitospalvelut 22 §
 - Sosiaalihuollon laitospalveluilla tarkoitetaan hoidon, huolenpidon ja kuntoutuksen järjestämistä muussa kuin 21 c §:ssä tarkoitetussa jatkuvaa hoitoa ja huolenpitoa antavassa sosiaalihuollon toimintayksikössä. Laitospalveluja voidaan järjestää lyhytaikaisesti tai pitkäaikaisesti, päivisin, öisin tai ympärivuorokautisesti. Pitkäaikainen hoito ja huolenpito voidaan toteuttaa laitoksessa vain, jos se on henkilön terveyden tai turvallisuuden kannalta perusteltua, taikka siihen on muu laissa erikseen säädetty peruste.
 - Laitospalveluja toteutettaessa henkilölle on järjestettävä hänen yksilöllisten tarpeidensa mukainen kuntoutus, hoito ja huolenpito. Hänelle on lisäksi pyrittävä järjestämään turvallinen, kodinomainen ja virikkeitä antava elinympäristö, joka antaa mahdollisuuden yksityisyyteen ja edistää kuntoutumista, omatoimisuutta ja toimintakykyä.

Lähde: Jurmu, Niemi

Ikääntyneet tarvitsevat esteettömiä asuntoja ja sopivia asuinympäristöjä

- Lähes 80 % ikääntyneiden asunnoista on omistusasuntoja.
- Maamme asunnoista esteettömiä on noin 23 %, ~ 700 000. Asuntojen esteettömyyskorjausten lisäksi ikääntyneet tarvitsevat sopivia uustuotannon asumisratkaisuja ml. palveluasumista ja yhteisöllistä asumista.
- Yksin asuminen on yleistä, 75-täyttäneistä puolet asuu yksin. Hyvien asuinolojen lisäksi asuinympäristöjen ikäystävällisyys ja yhteisöllisyys tukevat hyvinvointia ja itsenäistä elämää.

Lähde: Hynynen

Asuminen ja tuettu asuminen hyvinvointialueuudistuksen jälkeen

Sosiaalihuoltolaki (1301/2014)/(790/2022)

- Yhteisöllinen asuminen ja ympärivuorokautinen palveluasuminen samassa rakennuskokonaisuudessa
- Yhteisöllistä asumista ja ympärivuorokautista palveluasumista voidaan toteuttaa samaan rakennuskokonaisuuteen kuuluvissa tiloissa.
- Edellä 1 momentissa tarkoitettuun rakennuskokonaisuuteen voi kuulua myös asuntoja, jotka ovat muiden henkilöiden kuin yhteisöllisen asumisen tai ympärivuorokautisen palveluasumisen asiakkaiden käytössä.
- Jos asukkaan olosuhteet muuttuvat niin, että hänen on perusteltua siirtyä yhteisöllisestä asumisesta tai 2 momentissa tarkoitettusta asumisesta ympärivuorokautiseen palveluasumiseen, muutos on mahdollisuuksien mukaan toteutettava niin, ettei hänen tarvitse siirtyä toiseen asuntoon saadakseen tarvitsemansa palvelut.

Lähde: Hynynen

Ikääntyneiden asumistilanne: 75-vuotta täyttäneistä vuoden 2023 lopussa

- Asui kotona = tavallisissa asunnoissa 93,0 % ↑ (kasvava trendi) -> (pääosin omistusasunnoissa)
- Yhteisöllinen asuminen 0,6 % ↑
- Ympäri vuorokautisessa (ent. tehostetussa palveluasumisessa) 6,4 % ↓
- Vanhainkodeissa tai terveyskeskusten pitkäaikaispaikoilla (=laitospalvelut) (n. 0,5 % *2021) ↓

*) tästä ei ole tietoa 2023, vuoden 2021 luku

Lähde: THL, Sotkanet 2024

Lähde: Hynynen luennot

Ikääntyneiden asuminen ja asumispalvelut toimintaympäristön muutoksessa

- **Vanhuspalvelulain** 5 § (suunnitelma) § ja 12 § (neuvonta)->asuminen on vahvemmin.

5 §

- Kunnan on laadittava suunnitelma toimenpiteistään ikääntyneen väestön tukemiseksi osana hyvinvointikertomusta ja -suunnitelmaa.
- Hyvinvointialueen on laadittava suunnitelma toimenpiteistään ikääntyneen väestön tukemiseksi...
- Suunnitelmiin on sisällytettävä **ikäntyneen väestön asumista koskevien tarpeiden ennakointi sekä niitä vastaavan asumisen kehittäminen.**

12 §

- Neuvonnassa on kannustettava ikääntynyttä väestöä oman **asumisensa ennakointiin ja itsenäistä asumista tukevien ratkaisujen toteuttamiseen.**

Lähde: Hynynen

Laatusuositus aktiivisen ja toimintakykyisen ikääntymisen ja kestävien palvelujen turvaamiseksi 2024–2027 (Hynynen)

Asumisen suosituksia

- Tuetaan ikääntyneiden omaa ennakkointia ja varautumista asumisen tarpeiden muutoksiin sekä kannustetaan itsenäistä asumista tukevien ratkaisujen toteuttamisen. Vahvistetaan asumisen neuvontaa ml. asuntojen korjauksiin liittyvää viestintää.
- Edistetään kunnan poikkihallinnollisella ja ikääntyneitä osallistavalla yhteistyöllä ikäystävällisten asuinympäristöjen ja -alueiden kehittämistä.
- Kunnat ja hyvinvointialueet luovat yhteistyörakenteen ja laativat suunnitelman yhteistyössä vanhusneuvostojen kanssa ikääntyneiden asumisen tarpeiden ennakoimiseksi ja asumisen kehittämiseksi osana suunnitelmaa ikääntyneen väestön tukemiseksi.
- Kehitetään monimuotoisia sosiaalihuoltolain yhteisöllisen asumisen ratkaisuja vastaamaan ikääntyneiden tarpeisiin erilaisilla alueilla. Otetaan muistisairaiden henkilöiden asumisen erityispiirteet huomioon asumispalveluissa, kotona asumisessa sekä asuinympäristöissä.

Ikääntyneiden asumistarpeista

- **Ikääntyneet** muiden asukasryhmien tavoin **monimuotoinen joukko**: jokaisella on omat tarpeet ja asumismieltymykset
- Asumisen tarpeet ja toiveet vaihtelevat mm. toimintakyvyn, varallisuuden sekä turvaverkon mukaan
- Ikääntyessä **palvelujen saatavuus, asuntojen esteettömyys ja tutun asuinympäristön** merkitys korostuvat
- Osan toive on **asua lähellä sukulaisia tai ystäviä** -> yhteisöllisyys on tärkeää
- Toiveena **monipuolisia asumisen ratkaisuja ja vaihtoehtoja**
- Heikoimmassa asemassa ovat pienituloiset ja ne, **joilla ei ole realisoitavaa varallisuutta**:
 - Haja-asutusalueilla elävät
 - Lähiöissä asuvat
- Vuokralla asuvien helpompi vaihtaa asuntoa.
- Vanhojen kerrostalojen omistusasunnossa asuvien tilanne haasteellinen kalliiden korjausten takia

(Jalava et al. 2017, YM:n raportti)

Lähde: Hynynen luennot

Tutussa ympäristössä vanheneminen

- Luodaan ratkaisuja, joilla tuetaan ikääntyneiden mahdollisuuksia asua asunnoissa tutussa elinympäristössä.
- Ratkaisut mahdollistavat sen, ettei ikääntyneen tarvitse muuttaa palvelutarpeiden muuttuessa, ainakaan pois asuinalueelta.
- Asumisen ympärille muodostetaan erilaisia palvelu- ja hoivajärjestelyjä ja monenlaista toimintaa. Osallisuutta ja yhteisöllisyyttä vahvistetaan.
- Kyse on olemassa olevan asuntokannan ja asuinympäristöjen parantamisesta sekä erilaisista uustuotannon ratkaisuista.

Lähde: Hynynen



Muisti ja ikäystävällisyys asuinympäristössä

- Huomioidaan iäkkäiden ja muistisairaiden ihmisten tarpeet ja voimavarat niin, että asuinympäristö tukee heidän taitojaan ja toimintakykyään.
- Huomio fyysisen ympäristön lisäksi siihen, kuinka ympäristö havaitaan ja koetaan sekä sosiaaliseen ja kulttuuriseen ympäristöön.
- Muisti- ja ikäystävällinen asuinalue on helposti hahmotettava ja esteetön, asukkaat tuntevat kuuluvansa yhteisöön, palveluja on saatavilla.
- Asuinympäristö palvelee kaikenikäisiä, vaikka fokus on myös ikääntyneissä ja muistisairaissa.

Lähde: Hynynen

DILA; Tammipuiston senioriasuminen

- Tammipuiston senioriasuntojen konsepti ja sen kehittäminen.
 - Tukimuodot ja palvelut saatavilla ja lähellä, esteettömyys -> meidän sijainti on hyvä
 - Yksinäisyys ja syrjäytyminen -> tartumme yhteiskunnan haasteeseen
 - Haluamme tarjota vuorovaikutusta, osallisuutta ja yhteisöllisyyttä -> Dilakorttelin tarjoamat mahdollisuudet



Asunnoista

- Asunnot ovat kooltaan 20,5-41,5 m². Yhteensä 26, joista kolme on tilaispäisasuntoja.
- Asunnot ovat neljässä kerroksessa ja jokaisessa kerroksessa on yhteiset jäteastiat ja pyykinpesukone ja kuivausrumpu.
- Vuokraan kuuluu 1.4.2025 alkaen (neliövuokra 30€ m²)
 - Siivous x 2/kk
 - Lämpö, vesi, sähkö
 - Nettiyhteys
 - Saunavuoro x1/vko



Asuminen

- Lounas joka päivä ravintola Kivessä (maksavat tämän)
- Asukkaat maksavat yhteisömaksun 95€/kk (1.4.alkaen)
 - Kortteliohjaajan palvelut (40% työntekijä)-> rekry aloitetaan alkuvuodesta
 - Asukasyhteyshenkilön palvelut
 - Kuntosalin käyttö
 - Dilakorttelin palvelut ja tapahtumat (erilaiset musiikkitapahtumat, juhlat, viikoittainen liikuntatuokio jne)
 - Maksulla katetaan myös yhteisten tilojen sisältämien laitteiden ja välineiden käyttö



Tulevaisuus

- Ensi vuonna remontoidaan lisää senioriasuntoja kahdeksan. Kaksi kaksiota ja kuusi yksiötä.
- Tullaan remontoimaan myös yksiöitä ns. ainoastaan vuokralle + yhteisömaksu
 - Vuokraan ei kuulu siivous, lämpö, vesi, sähkö, saunavuoro eikä nettiyhteys). Asukas maksaa pienempää vuokraa.
 - Yhteisömaksulla saa työntekijöiden palvelut ja Dilakorttelin tapahtumat.
- Kortteliohjaajan tehtäväkuva
 - Tapaa uuden asukkaan ja käy lävitse palvelupaketin sisällön ja ohjaa asukasta sen käytössä.
 - Avustaa asukasta asumiseen liittyvissä kysymyksissä tai ongelmatilanteissa.
 - Asukaskerhojen ja muun asukkaille suunnatun ohjelman koordinointi.



Senora -hanke

- Senioriasumisen yhteisöllinen tulevaisuus (SENORA) -hankkeessa tutkitaan yhteisöllisen senioriasumisen tilannetta Suomessa.
- Hankkeen tavoitteina on
 - 1) Kartoittaa Suomessa toteutettuja yhteisöllisen senioriasumisen malleja
 - 2) Tutkia asukkaiden kokemuksia yhteisöllisestä senioriasumisesta, hyvin toimivista malleista ja kehittämisen kohteista
 - 3) Kerätä tietoa seniorijärjestöjen, rakennuttajien, kuntien ja hyvinvointialueiden edustajien näkemyksistä yhteisöllisen senioriasumisen tarpeesta, rakentamisen edellytyksistä ja esteistä, sekä tulevaisuuden suunnista

Senora -hanke

Rahoitus

Hanketta rahoittavat Suomen Ympäristöministeriö, Ikääntymisen ja hoivan tutkimuksen huippuyksikkö (CoE AgeCare) Tampereen yliopisto, sekä Jyväskylän Sotainvalidien Asuntosäätiö sr.

Lisätietoja:

Hankkeen johtaja: Outi Jolanki, dosentti, tutkimuspäällikkö, Ikääntymisen ja hoivan tutkimuksen huippuyksikkö (CoE AgeCare), Tampereen yliopisto, outi.jolanki@tuni.fi /+358 40 1901660.

Lähteet

- Kotihoidossa toimiminen.2022. Hovilainen-Kilpinen, T., Niskanen, T., Räisänen, R. & Kari, O. SanomaPro Oy, Helsinki.
- Yksinäisyys ja syrjäytyminen vanhuuden elämänvaiheessa. Tiilikainen E, apulaisprofessori. Itä-Suomen yliopisto ja Seppänen M, professori, Helsingin yliopisto. Luento ilmiöpöytä 21.11.2024, Lahti.
- Hyvä asuminen toimintakyvyn ja toimijuuden tukena. Hynynen R, asuntoneuvos, rakennetun ympäristön osasto, Ympäristöministeriö. Luento Yhdyspinnat muutoksessa –seminaari 7.11.2024, Lahti.
- Kuntien ja hyvinvointialueiden yhdyspinnat, asuminen. Jurmu L, Niemi S. Luento Yhdyspinnat muutoksessa –seminaari 7.11.2024, Lahti.
- Aineistoa ikääntyneiden asumisesta <https://ym.fi/ikaantyneiden-asuminen>. Luettu 2.12.2024
- <https://paijat-sote.fi/apua-ja-tukea-arkeen/ikaantyneille-siirto/ikaantyneiden-asiakasohjaus/> Luettu 3.12.2024
- [Ikääntyneiden palvelujen myöntämisperusteet ja asiakasmaksut](#)

KIITOS

kati.lampen@dila.fi
puh 044-726 2116