

# Seniorarbete Vanhustyö

6 • 2011

TEEMA: Malliksi meille ja muille



**Vuoden  
vanhusteko  
palkittiin**

**Lupaavia tuloksia  
muistisairaiden  
liikunnallisesta  
kuntoutuksesta**

**Yli 75-vuotiaat jäävät  
syryään  
tietoyhteiskunnassa**



## Hyvää – ja vielä parempaa!

**S**ananparsi Pohjanmaan suunnalta toteaa siihen tapan, että hyvää yritettiin tehdä, mutta vallan erinomaistahan siitä syntyi. Entä vanhustyössä ja ikäihmisten omassa toiminnassa? Rohkenemmeko ja ”kehtaammeko” tuoda julki sitä hienoa osaamista, jota on niin paljon. Kun suomalaiseen perinteeseen kuuluu olla mieluummin vaatimaton. Tässä Vanhustyö-lehden numerossa kerrotaan malliksi kelpaavista toiminnoista. Otetaan vinkiksi omaan arkityöhön - ja sanotaan myös hyvä sana niin kuin se on.

Hyvät käytännöt on tullut suorastaan jonkinlaiseksi muoti-ilmaukseksi. Parhaat käytännöt samoin. Kuka tai mikä taho sitten on pätevä arvioimaan toimintatapojen, tutkimusten ja mallien hyvyttä ja malliksi kelpaavuutta. Tämä onkin vaikea juttu. Yksi testaus on tietysti asiakkaan, potilaan, ihmisen kohtaaminen. Jos hän on tyytyväinen ja vaivoistaan parantunut, on onnistuttu.

Onko sitten vaikkapa joku toiminnan tulosten mittaustapa toista parempi ja toimivampi – siinäpä pulma. Miten yhdistää tieteellisen tutkimuksen kriteerit ja ihmisten kokema hyvä tai huono olo. Viimeksimainittu kun voi olla palveluiden käytön ja niistä aiheutuvien kustannusten kannalta ratkaisevampaa kuin ns. objektiivinen näyttö.

Paljon puhutaan voimavaralähtöisyydestä. Mitä sillä sitten tarkoitetaan? Oman käsitykseni mukaan ydin on vakaus siitä, että ihmisissä on osaamista ja kykyjä, kunhan ne otetaan kunnolla käyttöön. Oivalliseksi välineeksi tässä on osoittautunut erilaisten taiteeseen liittyvien toimintojen hyödyntäminen. Toinen oivallinen tapa on ikäihmisten mukanaolo tulevien palvelutarpeiden ennakoinnissa esimerkiksi Hämeenlinnan kansalaisraadissa. Ja aivan oma lukunsa on tietokoneen ja internetin käytön laajentuminen, jos-

sa on otettava käyttöön jokaisessa piilevä ikuinen opiskelija.

Tämänsykyisen vanhustenviikon aikana sain itse olla mukana useissa tilaisuuksissa, joissa erityisesti ikäihmisten omat taide-esitykset olivat upeita. Sellaista iloa ja oman osaamisen näyttämistä oli hienoa katsoa. Ylipäättään koko vanhustenviikko toimii monipuolisena ikäihmisten ja vanhustyön ammattiväen osaamisen näyttämönä ja myös vaihtelun tuojana arkeen. Vanhustenviikon aikaisissa tilaisuuksissa puhuttiin paljon myös palveluiden tarpeesta ja niiden saamisen vaikeudesta. Toivottavasti siitä seuraa myös parannuksia.

Kun paljon kokeillaan ja kehitetään, on tietysti paljon myös malliksi kelpaavaa. Vai onko? Osaammeko ottaa oppia toisilta ja soveltuuko jossakin muussa yksikössä tai kunnassa kehitetty toimintatapa juuri meille. Ei ole kahta samanlaista ihmistä, työ- tai järjestöyhteisöä taikka kuntaa. Jokaisella on yksilölliset piirteensä. Toisaalta ei kuitenkaan ole niin tavattoman suuria eroavaisuuksia, että kaikkien pitäisi kokeilla kaikki mahdolliset toiminnot uudestaan. Siihen menee aivan turhan paljon niin henkisiä kuin aineellisia voimavaroja. Jos oppia ei voi ihan siitä naapurista hakea, niin kuitenkin jo muutaman pitäjän takaa. Niin kotoa kuin kauempaakin.

Voi tuntua aika absurdilta, mutta tämä tietokoneistettu, netti-, google-, twitter- yms. maailma myös hämmentää tiedontulvallaan. On kaikenmoisia tietopankkeja ja hakusysteemejä. Miten löytää sieltä juuri se kultajyvä ja ahaa-juttu, jota on pitkään hakenut. Tarvitaan lisäksi niitä inhimillisten kanssakäymisten verkostoja, joissa voi samojen asioiden kanssa puurtavilta kysyä, miten teillä on toimittu. Jaetaan kokemuksia ja tietoja! ●

## Lupaavia tuloksia muistisairaiden liikunnallisesta kuntoutuksesta

Liikunnallisen kuntoutuksen vaikutusta Alzheimer-potilaiden toimintakykyyn on selvitetty Vanhustyön keskusliiton tutkimus- ja kehittämishankkeessa vuosina 2008–2011. Nelivuotisen tutkimuksen päärahoittaja on Kela. Vanhustyön keskusliiton ohella tutkimukseen ovat osallistuneet Helsingin yliopisto, Oulun yliopisto, Suomen Fysiogeriatría, sekä Oulunkylän kuntoutussairaala. Dementiapotilaiden palveluiden osalta yhteistyötä on tehty myös Helsingin, Espoon ja Vantaan kaupunkien kanssa.



Väestötutkimusten mukaan 125 000 suomalaista kärsii jostakin muistisairaudesta. Tavallisin syy on Alzheimerin tauti.

– Muistisairaudet ovat ikääntyneillä henkilöillä merkittävin ja kallein sairausryhmä, joka johtaa toimintakyvyn heikkenemiseen, avuntarpeeseen ja laitoshoitoon. Muistisairaudet yleistyvät väestön vanhenemisen myötä, ja ne koskettavat erityisesti hyvin iäkkäitä, monisairaita ja hauraita ihmisiä, sanoo tutkimushankkeen johtaja, professori **Kaisu Pitkälä**.

## Vanhustenpäivän pääjuhlassa noin 600 vierasta



Vanhustenpäivän valtakunnallista pääjuhlaa vietettiin Joensuussa sunnuntaina 2.10.2011. Juhlan järjestelyistä vastasivat Vanhustyön keskusliitto, Joensuun kaupunki ja Joensuun vanhusneuvosto. Juhlapuhuja, kansanedustaja **Riitta Myller**, nosti esille keskustelun kuntaremontista sekä vanhuspalvelulaista. Hän totesi, että tarpeellisessa kuntauudistuksessa on edettävä ripeästi, mutta keskustellen kuntapäättäjien sekä palveluja tarvitsevien tahojen kanssa.

# Vuoden vanhusteko -tunnustus Etelä-Karjalaan

Etelä-Karjalan koulutuskuntayhtymän kehittämä toimintamalli ”Opiskelijat ikääntyneiden muistiryhmien ja kerhojen ohjaajina sekä omaishoitajien tukena” palkittiin vanhustenpäivän pääjuhlassa Joensuussa Vuoden 2011 vanhustekona. Vanhustyön keskusliiton ja Keskinäinen Eläkevakuutusyhtiö Ilmarisen myöntämä palkinto on suuruudeltaan 5000 euroa ja se jaettiin nyt neljännen kerran. Esityksiä vuoden 2011 vanhusteoksi jätettiin yhteensä 20.

Etelä-Karjalan koulutuskuntayhtymässä kehitettiin malli, jossa lähihoitajaopiskelijat työskentelevät työssäoppimajaksoillaan vanhusten parissa muistiryhmien ja muiden ikääntyneille suunnattujen kerhojen ohjaajina sekä omaishoitajien tukena ja sijaisina kodeissa. Oppilaitos työskentelee tiiviissä yhteistyössä Etelä-Karjalan sosiaali- ja terveystieteiden vanhuspalvelujen kanssa, jonka kautta opiskelijat tavoittavat tukea haluavat omaishoidon asiakkaat ja kerholaiset. Opiskelijat saavat ohjausta työlleen sekä oppilaitokselta että sosiaali- ja terveystieteiden työntekijöiltä.



Etelä-Karjalan koulutuskuntayhtymän kehittämä toimintamalli ”Opiskelijat ikääntyneiden muistiryhmien ja kerhojen ohjaajina sekä omaishoitajien tukena” palkittiin Vuoden 2011 vanhustekona. Kuvassa vasemmalta Vanhustyön keskusliiton toiminnanjohtaja Pirkko Karjalainen, omaishoitaja Olavi Petro, Marja-Leena Petro, markkinointiviestintäpäällikkö Esa Jääskeläinen vakuutusyhtiö Ilmarisesta, lehtorit Kati Minkkinen, Vuokko Arola sekä Margit Kyryä, opiskelijat Teppo Kostainen ja Sara Venäläinen sekä kotihoidon päällikkö Raiii Paajarinen.

## Lehden sisältö

Hyvää – ja vielä parempaa! **Pirkko Karjalainen**

Verkkosivusto suosituksiin, ohjeisiin ja hyviin käytäntöihin Kysy & vastaa **Herttakaisa Kettunen**

Lupaavia tuloksia muistisairaiden liikunnallisesta kuntoutuksesta **Leena Valkonen**

Vanhustenpäivän pääjuhlassa noin 600 vierasta **Leena Valkonen**

Etelä-Karjalan koulutuskuntayhtymälle Vuoden vanhusteko tunnustus **Leena Valkonen**

Yli 75-vuotiaat jäävät syrjään tietoyhteiskunnassa **Marika Nordlund**

Tikusta asiaa – innovatiivista geronteknologiaa Päijät-Hämeessä **Päivi Kuosmanen, Satu Pekkarinen, Antti Karisto**

Uusi mittari tekee kotihoidon vaikutukset näkyviksi **Hanna Moilanen**

SENIORENGAGE-hankkeella edistetään sosiaalista aktiivisuutta **Pirjo Tiikkainen, Tiina Kuukkanen**

Vipinää Kiuruvedellä – talkootyöllä onnistuu **Herttakaisa Kettunen**

Asiakslähtöisyys ei toteudu vanhusten sairaalassa **Pirjo Lääperi**

Keskustelualoitteita: Vapaaehtoistoiminta kansalaisvelvollisuudeksi **Arto Tiihonen**

Muistat sie? Muistelulaukkuja Joensuun kirjastosta **Päivi Raittila**

Sulon suihkeet **Sulo Aho**

Yhteistyö on voimaa Etelä-Suomen Ystäväpiiri-toiminnassa **Tarja Ylimaa**

Ystäväpiiri-toiminta auttaa muistihäiriöisiä yksinäisiä vanhuksia **Heidi Rytty**

Kävelyretkellä 1930-luvun Viipurissa **Herttakaisa Kettunen**

Vanhustyön johtajat: Vanhenemisen kulttuurinen käänne **Pirkko Mattila**

WeDO – Ikäihmisten hyvinvointia ja arvokkuutta edistetään kansainvälisesti **Sari Jokinen**

Sosiaali- ja terveysalan opiskelijoiden käsityksiä vanhustyöstä **Herttakaisa Kettunen**

Karjalahdella karkeloidaan sosiokulttuurisin menetelmin **Merja Jylkkä**

Retki raveihin onnistui yhteistyöllä **Riitta Ahonen**

Opiskelijat ja järjestöt tutuiksi toisilleen **Herttakaisa Kettunen**

Keskusliitto tiedottaa

Ajan virrassa

Bra – och ännu bättre! **Pirkko Karjalainen**

Lovande resultat av minnessjukas motionsrehabilitering **Leena Valkonen**