

OPAS

ASUMISEN
ENNAKOINTIIN

Miten 55+ ikäinen voi suunnitella



itselleen **TOIMIVAN**
ASUMISRATKAISUN
tulevaisuuttaan silmällä pitäen

SAA ennakoida!
Suomen Asumisen Apu ry

Julkaistu Espoossa 11/2022
Copyright Suomen Asumisen Apu ry

SISÄLLYSLUETTELO

TAUSTAA.....5

ESIPUHE: Kenelle opas on tarkoitettu?.....7

1. IKÄÄNTYVIEN ASUMISRATKAISUT.....8

Elinkaari ja asuminen

Uusi valinnan paikka: koti ikääntyneenä

Tarve, kyky ja halu

Asuinpaikan merkitys

Tiedon ja tuen merkitys

2. ASUMISEN ENNAKOINTI ON PROSESSI.....13

Ennakoinnin vaiheet

Kohderyhmäläiset kehittäjinä

SAAennakoida-konseptin välineet

Kuka ennakoinnista vastaa?

Motivoinnin merkitys

Kysymys asumisen toimivuudesta

Neuvonnan ja palveluntarjoajien rooli

Voimavarojen merkitys

Toiveista tavoitteisiin ja toimenpiteisiin

3. VINKKEJÄ ENNAKOINNISTA VIESTIMISEEN.....21

Terminologiasta

Miten tavoittaa ikääntyneitä

Millaisia 55+ ikäiset ovat

Läheiset kuuluvat kohderyhmään

Kuntien ja järjestöjen yhteistä viestintää päivitettävä

Ikääntyvien asumisneuvontaa kannattaa lisätä

4. APUA TILAISUUKSIEN JÄRJESTÄMISEEN.....25



”

Oikea aika ennakoida
hyvää tulevaisuuden
asumista on nyt,
kun on vielä hyvissä
voimissa.

SAA ennakoida!

TAUSTAA

Neuvontaa ja tukea asumisen pulmiin

Suomen Asumisen Apu ry on vuonna 2017 perustettu yleishyödyllinen yhdistys, jonka päämääränä on ikääntyvien itsenäisen asumisen tukeminen. Vaikka yhdistyksen resurssit ovat asumisen neuvonnan ja tuen suhteen suuntautuneet Espoon alueelle, tavoitteena on alusta lähtien ollut ratkaisujen kehittäminen Suomen koko väestön ikääntymisestä johtuviin asumisen haasteisiin.

Pulmien ratkomisesta ennakkoinnin edistämiseen

Melko nopeasti toiminnan käynnistyttyä syntyi näkemys, että omaehtoinen asumisen muutosten ennakkointi säästäisi monessa tapauksessa ikääntyvää todella hankalilta pulmilta. Tämän huomion seurauksena lähdettiin kehittämään asumistilannetta kartoittavaa asumisen pikatestiä sekä ennakkointikurssia, joiden kautta haluttiin tavoittaa aiempaa nuorempia ikäluokkia. Kehittämistyötä tehtiin yhdessä 55+ ikäisten vapaaehtoisten kanssa. Lopputulemana syntyi polku, jonka kautta omaehtoinen ennakkointi onnistuu. Polun päätteeksi tehtävä asumissuunnitelma helpottaa omaa ikäasumista koskevien päätösten tekemistä hyvissä ajoin.

Digitalisointi ennakkoinnin välineiden laajemman levittämisen apuna

Yhteiskunnan digitalisoitumisen edetessä luontevin tapa tarjota omaehtoista asumisen ennakkointia tukevia välineitä on verkkoratkaisu, jolloin välineet ovat saatavilla koko maassa. Suomen Asumisen Avun kehittämät välineet ovatkin vähitellen levinneet eri puolelle Suomea. Saadakseen lisää näkyvyyttä ennakkoinnin asialle, yhdistys on tehnyt verkostomaista yhteistyötä eri toimijoiden kanssa. Viestinnällisesti on selkeytynyt, että asumisen ennakkoinnista puhuttaessa keskiössä on hyvän asuminen edistäminen, ei niinkään ikääntymisen korostaminen, mikä aiheuttaa monille torjuntaa ja päätösten lykkäämistä.

Ennakkoinnin ja asumisneuvonnan tarvetta tutkittu

Vuonna 2022 Suomen Asumisen Apu teetti koko Suomen kattavan väestötutkimuksen, joka odotuksista poiketen paljasti, että peräti 74 % tutkimuksen kohderyhmästä eli 55+ ikäisistä ei ole tehnyt mitään käytännön toimenpiteitä asumisensa ennakkoinnin suhteen. Tarve ikääntyvien asumisneuvonnalle on ilmeinen ja kasvava. On tehtävä pitkäjänteisesti työtä sen eteen, että neuvontaa ja tukea saadaan lisää, ja yhteistyö eri toimijoiden kesken tehostuu.

Ennakkoinnin edistäminen vähentää julkisen sektorin haasteita

Ikäasumiseen soveltumaton asunto liikuntakyvyn heiketessä voi aiheuttaa mm. ylimääräistä kotipalveluiden tarvetta. Riittävän aikaisessa vaiheessa tehdyllä asumisen ennakkoinnilla voitaisiin näitä ongelmia vähentää. Monessa tapauksessa myös hissien lisäämisellä vanhoihin kerrostaloihin voitaisiin tilannetta helpottaa, mutta nykyisillä kannustimilla hissihankkeita on tarpeeseen verrattuna aivan liian vähän. Ikäasumiseen sopivia asuntoja tarvitaan lähivuosikymmeninä huomattavasti enemmän kuin mitä nykyisellä uudisrakentamisella pystytään tuottamaan. Myös vanhojen asuntojen korjaaminen on ensiarvoisen tärkeää ikäasumiseen sopivien asuntojen määrän lisäämisessä.

Ari Nikkola

toiminnanjohtaja
Suomen Asumisen Apu ry



”

Kun tulevaisuudessa
asuntoasiasi
olisivat hyvin,
miten ne olisivat?

SAA ennakoida!

ESIPUHE: Kenelle opas on tarkoitettu

Opas on tarkoitettu 55+ ikäisille ja heidän läheisilleen sekä tahoille, jotka haluavat tarjota heille neuvontaa, välineitä ja tukea tulevaisuuden asumisen suunnitteluun.

Ympäristöministeriö on kannustanut ennen kaikkea kuntia varautumaan ikääntyvien kansalaisten oman asumisen ennakkoinnin tarpeisiin. Vuonna 2022 on ollut vuorossa ikääntyvien kannustaminen omaehtoiseen ennakointiin myös järjestöjen tuella.

Opas ja sen sisältö soveltuvat hyvin mm. kaikille järjestöille, joiden toiminnan piirissä on 55+ ikäisiä. Näitä ovat esimerkiksi eläkeläisjärjestöt sekä vapaaehtois- ja harrastustoimintaa ikääntyneiden parissa koordinoivat järjestöt.

Opas voi tarjota näkökulmia myös kansalaisopistoille ja kuntoutus-, asumis-, korjaus- ja kiinteistöalan toimijoille. Suosittelemme sitä kaikille ikääntyvien hyväksi toimiville palveluntarjoajille ja ammattilaisille kuten toiminta- ja fysioterapeutit, isännöitsijät, vuokranantajat ja kiinteistövälittäjät.

Oppaassa avataan, mitä olemme oppineet omassa asiakas- ja verkostotyössämme 55+ ikäisten asumisen tarpeista ja toiveista. Kerromme käyttäjälähtöisestä SAAennakoida-konseptista, jonka välineillä ennakointia voi tehdä omaehtoisesti. Oppaassa on myös testattuja vinkkejä viestintään.

Pyrimme siihen, että 55+ ikäisten asumisen muutosten ennakointi lisääntyy ja heidän asumisratkaisunsa paranevat. Kun koti vastaa tulevia tarpeita, myöhemmät asumisen pulmat vähenevät. Tehdään se yhdessä mahdolliseksi – koti kodilta!

Espoossa marraskuussa 2022

Päivi Rekalu

kehittäjä, arkkitehti
Suomen Asumisen Apu ry

AsumisenApu-hanke 2017-2020

SAAennakoida! -hanke 2020-2022

Ympäristöministeriön järjestöhanke 2022

1. IKÄÄNTYVIEN ASUMISRATKAISUT



Lapsuus >12 Nuoruus >18 Aikuisuus >30+ Keski

-ikä 50+ "Kolmas ikä" 65+ "Neljäs ikä"

Lapsuudenkoti > Sinkkukoti > Oman perheen kodit > Keski

-iän asuminen > Toimiva koti ikääntyvänä > (Mahd. hoivaasuminen)

Ennakoimalla enemmän
vaihtoehtoja > vähemmän pulmia

AsumisenApu

SAA ennakoida!

Elinkaari ja asuminen

Ihmiset tekevät luonnostaan muutoksia asumiseensa sosiaalisten suhteiden ja työelämän käännteissä. Keski-iässä asuminen saattaa olla jo varsin vakiintunutta. Itse rakennetussa tai rempatussa talossa on asuttu pitkään – tuntuma voi olla "Mihinkä sitä kotoaan muuttaisi?". Ikääntyessä turvalliset puitteet voivat hidastaa muutoksiin ryhtymistä.

Tosiasia on, että vaikka itse viihtyisi tutussa sohvannurkassa, olosuhteet ovat jatkuvassa muutoksessa. Näin käy etenkin suurissa kaupungeissa ja keskusta-alueilla. Asuinympäristöillä on oma elinkaarensa: puut kasvavat, talot tulevat peruskorjausikään, naapurit muuttavat ja sukupolvet vaihtuvat. Lisäksi liikennesuunnittelu ja kaavoitus etenee ja palvelut liikkuvat. Kaikkea tätä tapahtuu, ilman että pohdimme muutoksia omassa toimintakyvyssämme. Voi käydä niin, että yhtäkkiä koti ympäristöineen ei olekaan enää omiin tarpeisiin sopiva.

Uusi valinnan paikka: koti ikääntyneenä

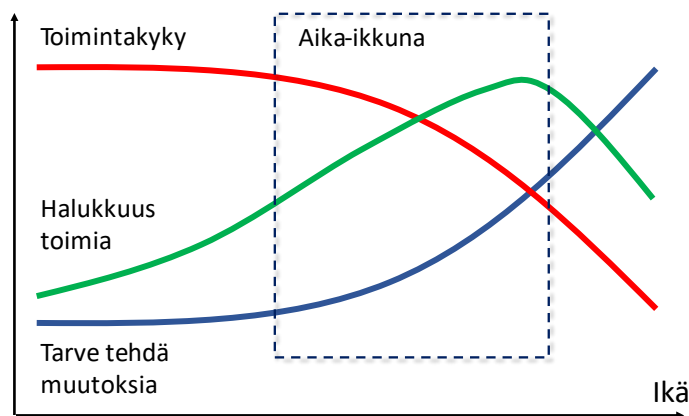
Oman ikäasumisen suunnittelu kannattaa aloittaa ajoissa kysymällä itseltään: vastaako nykyinen kotini ympäristöineen asumisen tarpeitani 5-15 vuoden kuluttua? Tätä tulevaa asumistilannetta voisi kutsua vaikkapa nimellä "Koti ikääntyneenä" tai "Toimiva koti myöhäiskeski-iässä". Puhumme siis tulevasta ajasta, jolloin asutaan edelleen omassa kodissa, mutta arjen jatkumiseen toimivana on tavalla tai toisella varauduttu.

Esimerkki: Leskirouva R asui kerrostalossa pienen taajaman liepeillä Kotkassa. Hän oli ahkera käymään lenkillä ja ostoksilla ystäviensä kanssa ja olisi pärjännyt hissittömässä ja muutenkin esteellisessä rakennuksessa suhteellisen hyvin, ellei hänellä olisi todettu Alzheimerin tautia, joka alkoi vaikeuttaa itsenäistä palvelujen käyttämistä. Diagnoosin myötä rouva R muutti vuokra-asuntoon Espooseen lastensa huolenpidon ulottuville. Asumista omassa kodissa oli tässä tapauksessa mahdollista pidentää omaisten tuella.

Aina ei tarvitse muuttaa. Ennakoiminen voi tarkoittaa myös jotain korjaustoimenpidettä, joka helpottaa arjen sujumista toimintakyvyn heikentyessä. Esimerkiksi kylpyammeen vaihtaminen suihkuun ennen kuin ammeesta nouseminen hankaloituu liikaa.

Tarve, kyky ja halu

Pyrimme vaikuttamaan yksilön haluun
(motivaatioon) toimia



Asumisen ennakkointiin vaikuttaa 3 eri tekijää: tarve tehdä muutoksia, toimintakyky sekä halukkuus toimia. Toimintakyvyn muutokset ja niistä seuraavat asumisen tarpeet ovat yksilöllisiä. Toimintakyvyn laskiessa myös halukkuus ennakkointiin oletettavasti lopulta vähenee.

Paras aika toimia on silloin, kun on vielä hyvissä voimin. Normaalisti isot muutokset elämässä olisi hyvä tehdä ennen kuin täyttää 80 vuotta. Ajoissa tehty ikäasumisen suunnittelu ei kiihdytä vanhenemista eikä merkitse sitä, etteikö suunnitelmia voisi tarvittaessa myös muuttaa. On helpompaa, että on olemassa omien toiveiden mukaisia suunnitelmia, joita voi muuttaa sen sijaan, että ajaudutaan pulmiin ilman mitään varautumista.

Englannista löytyy hyväntekeväisyysjärjestö nimeltä Elderly Accommodation Counsel, joka on tarjonnut jo 14 vuoden ajan neuvontapalveluita ikääntyville. Tarkoituksena on, että ikääntyvät asiakkaat voivat neuvonnan avulla tehdä onnistuneita valintoja asumisen ja hoivapalveluiden suhteen (Lisätietoa <https://eac.org.uk> ja kyselytyökalu <https://hoop.eac.org.uk/hooptool/>)

Englantilaisjärjestön kokemusten mukaan halukkuutta asumisen muutoksiin löytyy, kun tukea on saatavilla. Myös Suomen Asumisen Apu on todennut saman omassa toiminnassaan.

Tilastotietoa halukkuudesta ennakointiin: Suomen Asumisen Avun pikatestiin vastattiin 1.1.-28.11.2022 välillä 3696 kertaa. Testin lopussa palautekysymykseen ”Halukkuuteni ennakointiin jatkossa kasvoi” vastanneista 81,7 % vastasi ”kyllä”, 15,82 % ”ei” ja 2,48 % ”eos.”.

Asuinpaikan merkitys

Asuminen on monen tekijän summa ja valinnat yksilöllisiä. Paikkakunnat ovat väestön sijoittumisen, asuinympäristön ja asumisratkaisujen saatavuuden suhteen hyvin erilaisia. Ikääntyvä väestö asuu joillakin paikkakunnilla enimmäkseen omakotitaloissa keskustaajamien ulkopuolella. Asuminen on väljää, mutta palveluihin on matkaa paikallista, mistä voi tulla iän myötä ongelma. Kaupunkialueilla on taas toisenlaisia haasteita. Esimerkiksi Turussa moni kotihoidon asiakas asuu kaupungin keskustassa palvelujen keskellä, mutta talossa, joka on huonokuntoinen. Asuminen ei ole toimivaa ja asunnon arvo laskee. Ajoissa tapahtuva tulevien muutosten ennakointi on avainasia pulmien välttämiseksi.

Useimmin toistuvat pulmat, joihin Suomen Asumisen Avun espoolaiset asiakkaat ovat hakeneet neuvonta-apua, ovat väliaikaisten asuntojen tarve remonttien aikana, kootun tiedon saaminen palvelutaloista tms., sopivan vuokra-asunnon löytäminen ja asumisratkaisun valinta yleensä. Asumisneuvonta, jolla pyritään tarjoamaan ikääntyville vaihtoehtoja asumisratkaisujen tueksi, edellyttää paikallista asuntotilanteen ja eri palveluntarjoajien tuntemusta. Pienemmillä paikkakunnilla olemassa olevat vaihtoehdot ja tiedot löytyvät yleensä helposti. Isommilla paikkakunnilla tietoa ei useinkaan ole helposti saatavilla. Asumisneuvontatyö vaatii jatkuvaa perehtymistä ja ajantasaisen tiedon kokoamista.

Tiedon ja tuen merkitys

Ympäristöministeriön tuella käynnistyi vuoden 2022 ikääntyneiden asumisen ennakkoinnin ja varautumisen järjestöhanke, johon kuuluivat Ikäinstituutti, Miina Sillanpään Säätiö, Muistiliitto, Suomen Asumisen Apu, Suomen muistiasiantuntijat ja Vanhustyön keskusliitto. Suomen Asumisen Apu teetti hankkeen rahoituksen turvin väestötason kyselytutkimuksen siitä,

miten yli 55-vuotiaat suomalaiset ennakoivat omaa asumistaan ikääntyessään. Tutkimuksen yhteenveto: <https://www.asumisenapu.fi/wp-content/uploads/2022/09/Asumisen-Apu-Vaestotutkimus-2022-yhteenveto.pdf>

Tutkimustulokset yllättivät. Suomen Asumien Apu on kohdannut toimintavuosinaan 2017-2022 tuhansia ikääntyviä espoolaisia, minkä pohjalta oli muodostunut käsitys, että suurin osa ikääntyvistä olisi ennakoinut asumistaan tavalla tai toisella. Tutkimus osoitti kuitenkin, että 74 % ei ollut tehnyt muutoksia asumiseensa tulevaisuutta ajatellen!

Mikä olisi sinulle mieluisin tapa hankkia apua ja lisätietoa asumisen muutosten suunnittelussa ja ennakoinnissa?

Yhteensä (n=609)



Tehdyn kyselytutkimuksen avulla selvittiin myös, mikä olisi mieluisin tapa hankkia apua ja lisätietoa asumisen muutosten suunnitteluun ja ennakointiin ja miltä tahoilta tukea odotetaan. Tutkimuksesta kävi ilmi, että ikääntyvät kaipaavat tukea ja neuvontaa ensisijaisesti kunnilta ja hyvinvointialueilta.

Esimerkki: Hyvä esimerkki tuesta oman asumisen ennakointiin on Jyväskylän kaupungin sivusto: <https://www.jyvaskyla.fi/asuminen-ja-ymparisto/asuminen/asunnot/ennakoi-asumistarpeesi>



”

Mikä sinulle
tekee
kodista kodin?

SAA ennakoida!

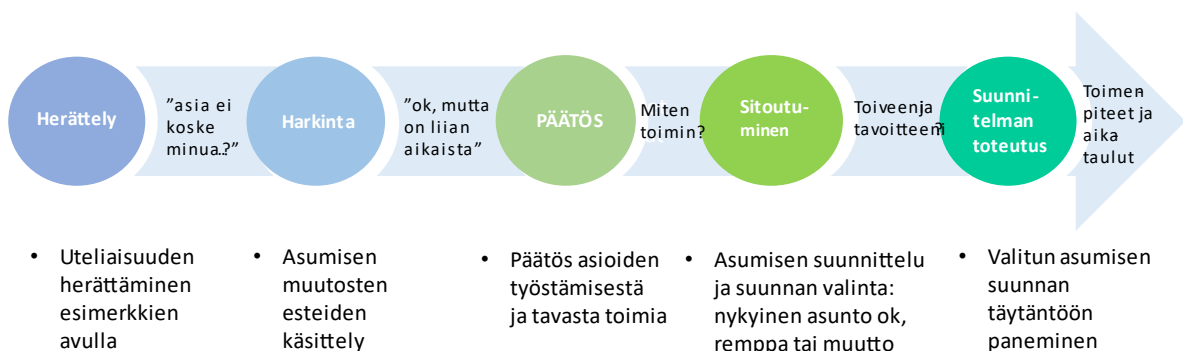
2. ASUMISEN ENNAKOINTI ON PROSESSI

Tulevaisuuden asumisratkaisun löytyminen ei ole kiinni pelkästään tiedosta. Tietoa tarpeista ja ratkaisuista pitää saada esille, mutta vain harvoin pelkkä tieto johtaa toimintaan. Omassa asumisessa ei tapahdu muutoksia, ellei käynnistä suunnittelua. Ajoitus on tärkeä. Jokainen elämäntilanne ja siihen liittyvä asumisratkaisu on omanlaisensa – patenttiratkaisuja ei ole.

Edellisen pohjalta voi todeta, että asumisen ennakointi muistuttaa elämäntapamuutosta, joka on verrattavissa esimerkiksi kuntoilun aloittamiseen. Ennakointi on jokaiselle oma yksilöllinen prosessi, johon sitoudutaan vaihe vaiheelta.

Neuvontatyössä ei voi etukäteen tietää, mikä vaihe asiakkaalla on meneillään suhteessa oman asumisensa suunnitteluun. Suomen Asumisen Avussa on opittu tunnistamaan, miten asiakkaat eri vaiheissa asennoituvat heille kohdistettuun viestintään ja mitä sisältöjä heille kannattaa silloin tarjota.

Ennakoinnin vaiheet



SAA ennakoida!

1. Herääminen/herättely

Alussa ikääntyvä ei vielä näe tarpeellisena suunnitella asumistaan ennakolta. Tyypillinen kommentti on: ”Ennakointi - ei koske minua” tai ”Kunta hoitaa sitten kun...”. Muutoksista puhuminen mielletään liittyvän ajatukseen itsenäisyyden menetyksestä, liittyen esimerkiksi hoivapalveluasumiseen. Näkemyksen haastaminen voi aiheuttaa torjuntaa.

Hyviä keinoja herättelyyn ovat mm. ennakointia tehneiden esimerkit mediassa ja hyviä foorumeja asumisen ajankohtaisia teemoja neutraalisti käsittelevät seminaarit ja webinaarit. Viestinnällisesti on hyvä painottaa ikääntymisen sijaan hyvän asumisen edellytyksiä.

2. Harkinta

Harkintavaiheessa henkilö on tunnistanut omassa asumisessaan potentiaalisia ongelmia, joihin hänellä on mahdollisuus vaikuttaa. Henkilö pohtii tulevaisuuden asumistaan ja muutostarpeita, mutta ei vielä aloita suunnitelmien tekemistä ajatellen, että "on liian aikaista miettiä" tai että "pärijään vielä".

Tässä vaiheessa ennakkoinnin edistämiseksi olisi hyvä käydä läpi ennakkoinnin esteitä. Myös ennakointiin kannustava video voi rohkaista:

Esimerkki: Miina Sillanpään säätöön video ”Ennakoi ajoissa- asuminen ikääntyneenä”
<https://www.youtube.com/watch?v=CgikOdvCZHM> (n. 2 min)

3. Päätös

Henkilö kokee ikäasumisen suunnittelun tarpeelliseksi ja päättää etsiä tietoa eri vaihtoehtoista ja siitä, mistä voisi saada tukea ja neuvontaa.

4. Sitoutuminen

Henkilö varaa aikaa asumisasioidensa työstämiselle tavalla tai toisella. Sitoutuminen ilmenee esimerkiksi Asumissuunnitelman täyttämällä netissä (saaennakoida.fi), joka auttaa ratkaisemaan, onko nykyinen asunto perustellusti ok, pitääkö tehdä remonttia vai onko syytä muuttaa.

5. Toteutus

Kun asumisratkaisun suunta on valittu, sen käytäntöön paneminen voi alkaa. Asioiden lykkääminen sen varjolla, ettei oikein tiedä, mitä pitäisi tehdä, on vaikeampaa. Asumisen suunnan valinnan jälkeen myös läheisille hahmottuu, mihin ikääntyvä haluaa sitoutua.

Kohderyhmäläiset kehittäjinä

Suomen Asumisen Avun kehittämistyöhön osallistui ikääntyneiden avuksi suunnatun Keikka-apu-toiminnan vapaaehtoisia. He kuuluivat itse kohderyhmään 55+ ja olivat nähneet asiakkaiden luona käydessään hankaliakin asumistilanteita. Keikka-apulaisten kanssa pohdittiin, mikä motivoisi ikääntyviä ennakoimaan asumistaan ajoissa, ettei vastaavia pulmatilanteita syntyisi. Keskustelujen pohjalta ryhdyttiin hahmottelemaan Asumisen valmennuskurssia. Sisältöjä jatkokehitettiin pilottikurssien aikana osallistujien toiveiden ja palautteiden mukaan.

Kursseja alettiin sittemmin järjestää yhteistyössä Espoon työväenopisto Omnian kanssa SAAennakoida-konseptin nimikkeellä. Kurssin päämääräksi muodostui määrämuotoisen asumissuunnitelman tekeminen, jossa ennakoija valitsee asumisratkaisun suunnan.

Asumissuunnitelman sähköisesti täytettävissä oleva versio löytyy osoitteesta <https://www.asumisenapu.fi/saaennakoida/asumissuunnitelma/>

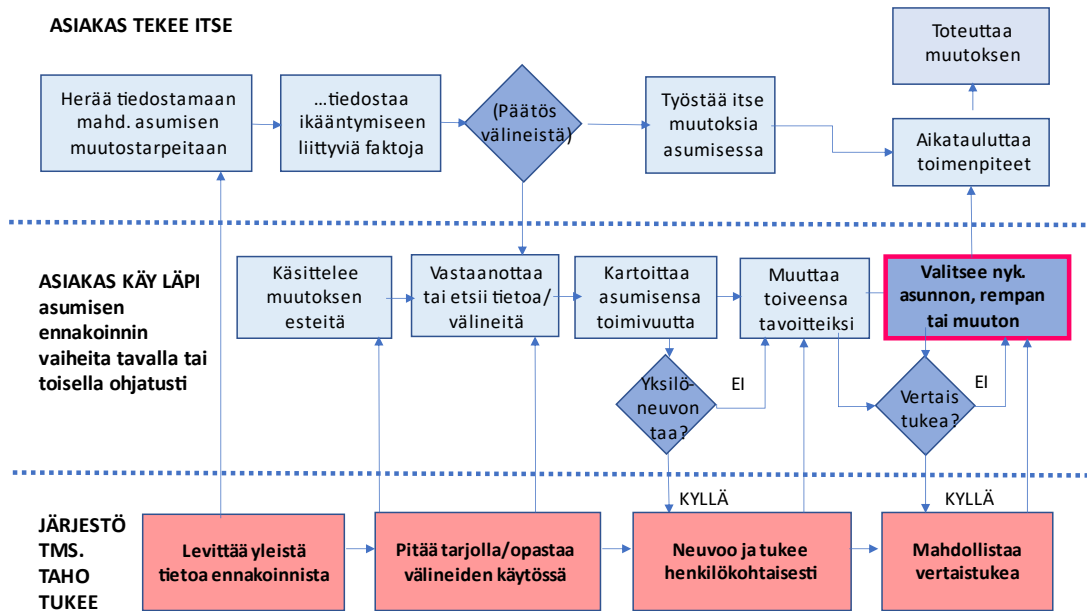


SAAennakoida-konseptin välineet

- 1. Asumisen pikatesti:** Miten nykyinen asuntosi vastaa tulevia tarpeitasi? Vastaamalla saa vinkkejä jatkotoimiin.
- 2. Asumissuunnitelma:** Seitsemän tehtäväkokonaisuutta ja lopussa yhteenveto, jossa päätetään asumisratkaisun suunta. Jokainen tehtävä sisältää lyhyen tietoiskun, muutaman helpon harjoituksen, vertaistarinan ja mahdollisia lisätietolinkkejä. Asumissuunnitelman voi täyttää käsin tulosteelle tai sähköisesti. Asumissuunnitelma toimii myös kurssimateriaalina.
- 3. Blogitarinat:** Lisätietoa usein kysytyistä kysymyksistä (UKK).

Kuka ennakkoinnista vastaa?

Eräs pilottikurssilainen kysyi: mikä osuus ennakkoinnista on minun vastuullani ja mikä kurssin vetäjien? Hänelle vastattiin alla olevalla kuvalla Ennakoinnin pedagoginen polku. Kuvassa on hahmoteltu eri toimijoiden mahdollisuuksia toimia ennakkoinnin tukena.



Vinkki kurssien järjestäjille: Useat järjestöt tarjoavat eläkkeelle jääville ja iäkkäämmille erilaisia kursseja elämänmuutosten käsittelyyn. Kurssiin olisi hyvä sisältyä myös asumisen teemoja. Kursseilla voi tarjota tietoa, valmennusta, vertaistukea ja välineitä muutosten työstämiseen. Fyysisesti toteutettavien kurssien ja tilaisuuksien ehdoton valtti on keskustelun ja vertaistuen mahdollistaminen.



Motivoinnin merkitys



Koska ikääntyminen vähentää turvallisuuden tunnetta ja muutoshalukkuutta, tarvitaan muutosten tueksi valmennusta. Ihmiset motivoituvat eri tavoin. Motivoituakseen joku pyrkii pois haasteista, toinen taas suuntaa kohti unelmia. On hyvä tiedostaa, millaisia hyviä ja huonoja asumiskokemuksia omasta taustasta löytyy. Ennakoinnin esteistä voi keskustella yhdessä esimerkiksi yllä olevan kaavion esimerkkien pohjalta.

*Katso vastaavat tehtävät: saaennakoida.fi/Asumissuunnitelma
Asumissuunnitelman tehtävä 1 [Muutokset ovat mahdollisuus](#)
Asumissuunnitelman tehtävä 2 [Asunutilanteeni ennen ja nyt](#)*

Kysymys asumisen toimivuudesta

Eri asumisratkaisujen toimivuutta arvioitaessa on hyvä käydä läpi Asumisen pikatestistä löytyvät kolme pääluokkaa eli 1) Asunnon ja asuinalueen esteettömyys, 2) Asuinalueen sopivuus ja 3) Asunnosta huolehtiminen.

Vaikka esteettömyyden tärkeys tiedostetaan ikääntyessä, harvemmat ennakoivat oman toimintakyvyn heikkenemistä esimerkiksi muuttamalla esteettömään asuntoon. Myös uuden asunnon esteettömyys on syytä varmistaa, vaikka se pääsääntöisesti on nykyisin jo huomioitu suunnitteluvaiheessa. Esimerkkinä tapaus, jossa ikävänä yllätyksenä kellaritiloissa sijaitsevaan parkkihalliin ei asukas päässytkään korkeiden palo-ovikynnysten takia. Joillekin haasteita tuovat liukas tai jyrkkä lähimaasto tai riittämätön valaistus näön heikentyessä.



Asumisen pikatestin <https://www.asumisenapu.fi/saaennakoida/asumisen-pikatesti/tilastotiedoista> 28.11.2022 näkyi, että 51,8 % kaikista 4 691 vastaajasta totesi oman asuintalon sisääntulon esteettömyyden kohdalla olevan puutteita. Sisääntulon korjaustarvetta esteettömäksi ei riittävästi tiedosteta varsinkaan kerrostaloyhtiöissä.

Entä miten ymmärretään esteettömyysasiat pientaloissa? Useat haastatellut pientaloasujat ovat kertoneet esteettömyyden olevan kotonaan ihan ok, kunnes keskustelussa tulee esille, että asunto on esimerkiksi kaksikerroksinen. Esteettömyys koetaan subjektiivisena asiana, joka on riippuvainen omasta toimintakyvystä, ei rakenteista. Tämä huomio lisää oikean informaation jakamisen tärkeyttä ikääntyville.

Katso Asumissuunnitelman tehtävä 3 Asumisen toimivuus.

Tehtävässä on lisätietona Invalidiliiton Esteettömän asumisen tarkistuslista.

Neuvonnan ja palveluntarjoajien rooli

Asumisen ennakkoinnin päämääränä on tulevaisuuden kannalta toimiva asumisratkaisu. Siihen pääsemiseksi on tehtävä perusteltu valinta muuton, remontin tai nykyiseen asuntoon jäämisen välillä.

Kaikki rakennukset tarvitsevat ylläpitoa ja korjaamista. Tarvetta asunnon muutos- ja korjaustöihin voi tulla ikääntyessä myös esteettömyyden tai toiminnallisten syiden takia. Jos puutteet ovat korjattavissa, voi asumista tutussa asunnossa jatkaa. Esimerkiksi liikkumista hankaloittavan pienen tasoeron voi korjata asentamalla luiskan ja kylpyammeen voi vaihtaa suihkutilaksi, kunhan huolehtii myös lain edellyttämistä vesieristyksistä.

Yli 65-vuotiaille löytyy apua asunnon korjausten suunnitteluun alueellisilta Vanhustyön keskusliiton korjausneuvojilta. Heiltä saa apua myös urakoitsijoiden ja suunnittelijoiden kanssa toimimiseen. Korjausneuvonta on maksutonta. Energia-asioista saa maksutta tietoa Motiva Oy:n energianeuvojilta. Omakotiliitosta saa neuvontaa asumiseen liittyvistä aiheista jäsenmaksua vastaan. Opastusta rakennuslupiin löytyy kunnista.

Katso Asumissuunnitelman tehtävä 4 [Asunnon korjaamisesta](#).

Jos itselle sopiva asumisratkaisu vaatii muuttoa, tarvitaan muita palveluja, kuten kiinteistövälittäjää. Jos on esimerkiksi asunut viimeiset 30 vuotta itse rakennetussa omakotitalossa, ajatus kodin myymisestä voi tuntua isolta ja herättää paljon kysymyksiä ja tunteita. Aihepiiri on ollut Asumisen valmennuskursseilla suosittu asiantuntijaluennon aihe.

Katso Asumissuunnitelman tehtävä 5 [Asuntomarkkinoista](#) sekä tehtävän yhteydessä oleva Suomen Kiinteistövälittäjät ry:n toimitusjohtaja Jussi Mannerbergin haastattelu [”Mitä ikääntyneen tulisi tietää kiinteistövälityksestä”](#) (linkki ohjaa YouTubeen)

Voimavarojen merkitys

Asumisen ennakkointi on prosessi, johon tarvitaan muun muassa taloudellisia, terveydellisiä ja henkisiä voimavaroja. Mahdolliset asumisen muutokset kannattaa toteuttaa tilanteessa, jolloin ei samaan aikaan ole menossa muita voimavaroja vieviä asioita, kuten esimerkiksi putkiremontti tai omaishoitajaksi ryhtyminen.

Taloudellisten voimavarojen riittävyys askarruttaa monia. Mikä asumisessa maksaa? Kiinteistöjen hoitamatta jättäminen tulee kalliiksi korjausvelan lisääntymisen ja arvонmenetyksen myötä. Hukkaneliöt tai vähän käytetyt neliöt sitovat varoja ja huonosti harkitut asumisratkaisut, kuten esimerkiksi hissittömän asuintalon valinta, voivat aiheuttaa

kuluja myöhemmin, jos kotoa on vaikea päästä liikkeelle. Toimintakyvyn muutosten huomioiminen ajoissa ja asunnon ahkera kunnossapito edesauttavat parempaa asumisen kustannusten hallintaa.

Katso Asumissuunnitelman tehtävä 6 Asuminen ja voimavarani

Lisätietoa Finanssialan julkaisusta Suunnittele itse elämäsi – talousasiat hoitoon huolella

Toiveista tavoitteisiin ja toimenpiteisiin

Ikäasumisen suunnittelemisessa on hyvä keskittyä uhkakuvien sijasta toiveisiin ja unelmiin. Eläkeyhtiö Ilmarinen julkaisi v. 2017 tutkimuksen vastikään eläköityneiden asumistoiveista. Vastaajista 35 % kiinnosti mm. yhteisöllinen asuminen.



Toiveiden toteuttamiseen löytyy yleensä monenlaisia ratkaisuja. Esimerkiksi toive luonnonläheisyydestä voi toiselle merkitä sitä, että kotiovelta pääsee lenkkipolulle, toiselle taas sitä, että voisi kasvattaa yrttejä omalla parvekkeella, jos sellainen olisi. Muodostamalla toiveista tavoitteita omat valinnat selkiytyvät. Toteuttamiskelpoiset tavoitteet ovat helpoimmat saavuttaa.

Kun on ajatuksen kanssa käynyt läpi Asumissuunnitelman tehtävät 1-7, pystyy kohtuullisella todennäköisyydellä päättämään, onko tulevaisuuden asumisratkaisu nykyisessä, remontoitussa tai uudessa asunnossa. Sen jälkeen voi keskittyä nykyisen ratkaisun ylläpitoon tai uuden ratkaisun toteuttamistoimiin.

*Katso Asumissuunnitelman tehtävä 7 Asumistoiveeni
sekä Asumissuunnitelman yhteenveto*

3. VINKKEJÄ ENNAKOIMISESTA VIESTIMISEEN

Suomessa väestö ikääntyy kolmanneksi eniten maailmassa. Ikäihmisten suhteellinen ja määrällinen osuus väestöstä kasvaa parhaillaan voimakkaasti. Elämme aikaisempaa pidempään. Toimiva asuminen ja asumisen vaihtoehdot kiinnostavat monia. Silti muutosten ennakointia lykätään, koska ajatukseen ikääntymisestä liittyy paljon torjuntaa. Jotta yhä useampi tarttuisi ennakointiin, miten asiasta pitäisi viestiä?

Terminologiasta

Ennakointi on vähemmän käytetty sana arkielämässä. Usein puhutaan varautumisesta. Molemmat sisältävät ajatuksen aktiivisesta tulevaisuuden suunnittelusta. Kiteytettynä omaehtoisessa asumisen ennakoinnissa on kyse

- asumisen toimivuudesta myös tulevaisuudessa, kun ikää tulee lisää
- yksilöllisestä muutosprosessista, joka alkaa heräämisestä tuleviin tarpeisiin
- asumistoiveista ja kyvystä niiden toteuttamiseen

Asumisen asiat kiinnostavat ikääntyviä ihmisiä, mutta he eivät useinkaan tiedä tarvitsevansa juuri asumisen ennakointia. Tarve tulee esille jälkikäteen. Tämä on näkynyt Suomen Asumisen Avun neuvontapalvelussa, kun asiakkaalla on jo suuria pulmia nykyisen asuntonsa kanssa. Olisiko siis parempi puhua suurelle yleisölle ymmärrettävällä tavalla ennakkoinnin sijaan asumisen suunnittelusta, asumisratkaisun valinnasta, asumisen vaihtoehdoista tai toimivasta asumisesta tulevaisuudessa iän karttuessa?

***Esimerkki:** Espoon työväenopisto lähettää tiuhaan uutiskirjeitä n. 8 000 postituslistalle ilmoittautuneelle. Heille on tarjottu Asumisen infoluentoa ja Asumisen valmennuskurssia lisämääreellä ”mahdollisuuksia ja ratkaisuja 55+ vuotiaille”. Otsikoinnilla on merkitystä. Ratkaisuesimerkit rohkaisevat miettimään omalla kohdalla vaihtoehtoja, joita ei ole aiemmin ehkä tullut ajatelleeksi.*

Miten tavoittaa ikääntyneitä

Parhaassa ennakointi-iässä olevat ovat 55–70-vuotiaita. Kohderyhmään kuuluvia on hyvä lähestyä siellä, missä he liikkuvat – esimerkiksi työväen- tai kansalaisopiston kautta tai eri messuilla. Harkitulla viestintäympäristöllä ja -tavoilla on suuri merkitys niiden ikääntyvien tavoittamisessa, jotka eivät asumisen muutoksia muuten tulisi ajatelleeksi.

***Esimerkki:** Iltalehden printtimedian lukijakunnasta valtaosa on ennakointi-ikäisiä. Iltalehden toimittaja etsi heitä koskevia juttuaiheita Habitare-messuilla 2022. Suomen Asumisen Avun kehittäjä luennoi messuilla ennakoinnista ja toimittaja teki luennosta haastattelun, jonka*

perusteella julkaistiin artikkeli Yli 55-vuotiaat eivät ole varautuneet asumisen muutoksiin – 3 yleisintä ongelmaa kotona. Moni lukija löysi artikkelin verkkoversiossa mainitun Asumisen pikatestin linkin ja testin tekijöiden määrä lähti välittömästi jyrkkään nousuun.

Millaisia 55+ ikäiset ovat

Kilpailu ihmisten mielenkiinnosta, ajankäytöstä ja rahoista on kova. Kuinka moni tiedottaja on selvillä siitä, mistä ikääntyneet ovat kiinnostuneita?



Kaupan liitto julkaisi tammikuussa 2019 tutkimuksia yli 55-vuotiaista kuluttajina. Kaupan ketjut ja erikoisliikkeet ovat havainneet, että tähän kohderyhmään kannattaa panostaa. Ryhmä ei ole homogeeninen. Heillä myös piirteitä ja kiinnostuksen kohteita, jotka poikkeavat muista ikäryhmistä (he esimerkiksi arvostavat palvelua). Ikääntyvät eivät ole passiivinen, muiden määrittelemiä ratkaisuja vastaanottava kohde – osa on tulevaisuuden tekijöitä, jotka haluavat vaikuttaa omassa asiassaan!

Esimerkki: Kesällä 2019 järjestettiin Finlandia-talolla kansainvälinen konferenssi, jonka teemana oli Silver Age, varmaankin viitaten ohimoilla näkyvään harmaaseen. Keskusteluja johtamassa oli mm. entinen pääministeri Esko Aho, joka on syntynyt vuonna 1954. Puhujina oli ulkomaisia vaikuttajia korkealta tasolta, kuten YK:sta. Silver Age -kokouksen ilmapiiri oli toisenlainen kuin monissa muissa ikääntyneiden asioita käsittelevissä tapahtumissa. Ikääntymisen ilmiön maailmanlaajuudessa nähtiin uhkan sijaan mahdollisuuksia esimerkiksi työelämän ja asumisen kehittämiseen.

Suomessa on jo osaajapulaa monilla aloilla. Tilanne tulee vaikeutumaan, kun seuraavan 10 vuoden aikana niin kunnista kuin valtiolta joka kolmas jää eläkkeelle. Jos työ ja tekijät kohtaavat, osa-aikatyö eläkkeellä antaa liikkumavaraa myös asumismenojen kattamiseen.

Läheiset kuuluvat kohderyhmään

Keskustelua asumisen vaihtoehtoista on hyvä käydä yhdessä läheisten kanssa. Mahdollisia tulevia muutoksia kannattaa valmistella niin, että kaikilla osapuolilla ja sukupolvilla on aikaa sopeutumiseen. Aina lähiomaisia ei haluta vaivata. Tämä on johtanut joidenkin kohdalla siihen, että omien aikuisten lasten takia on tehty taloudellisesti kestävämpiä ratkaisuja. Ei ole tavatonta, että leski myy asuntonsa antaakseen ennakoperintöä ja muuttaa itse kalliiseen vuokra-asuntoon, jota ei kohta pystykään eläketuloillaan ylläpitämään. Tällaiset valinnat ajautuvat helposti umpikujaan.

Hyvä ei ole sekään tilanne, jossa ikääntyvät eivät tee ajoissa tarpeellisia omia ratkaisujaan. Toiveena on, että joku muu, kuten omat lapset, ottaisi vastuun päätöksistä. Kun ennakkoinnin aikaikkuna on lopullisesti ohitettu, yhteisen päätöksen synnyttäminen vanhempien asumisen suhteen ei välttämättä ole helppoa jälkikasvulle. He voivat ottaa oppia ennakoimisen tärkeydestä enää vain omassa elämässään.



Vinkki: Kun halutaan tavoittaa ikääntyvän omaisia ennakkointiasialla, nuoremman sukupolven elämäntilanne kiireineen on haaste. Asiaan tulisi paneutua, mutta aika on ns. kortilla. Yksi ratkaisu voisi olla markkinoida omaisille ja omaishoitajille suunnattuja lyhyitä asumisen ennakoimisen tilaisuuksia tai webinaareja nimenomaan mahdollisuutena saada ajansäästöä, helpotusta ja välineitä oman läheisensä asioiden hyvään hoitamiseen.

Kuntien ja järjestöjen yhteistä viestintää päivitettävä

Julkinen sektori satsaa hyvinvoinnin ja terveyden edistämisessä yhä enenevässä määrin digitaalisiin ratkaisuihin. Niiden avulla on mahdollisuus tavoittaa tehokkaalla tavalla suuri määrä ihmisiä. Uusille ratkaisuille on kuitenkin saatava ensin näkyvyyttä ja tunnettua. Tämä tarkoittaa käyttäjien osalta omatoimisuutta ja riittäviä digitaitoja.

Tällä hetkellä soteuudistuksen tilanne näyttää siltä, että päävastuu ennaltaehkäisevästä tiedottamisesta ja neuvonnasta tulee olemaan kunnilla. Järjestöjen ennaltaehkäisevä työ etenkin alle 65-vuotiaiden keskuudessa täydentää kuntien toimintaa. Järjestöt tarvitsevat kuntien isompia viestinnän resursseja, kunnat taas järjestöjen ketteryyttä. On vain löydettävä yhteinen tapa toimia. Tiedottamisessa ja neuvonnassa on julkiselle sektorille ja järjestöille jatkuvaa yhteistä työskentelyä.

Esimerkki: *Espoossa liikuntatoimi on tehnyt loistavaa ennaltaehkäisevää työtä yhdessä kunnan ikääntyneiden palveluiden, järjestöjen ja liikelaitosten kanssa. Asukkailla tarjotaan yhteisiä kokemuksia ja tietoa heidän ehdoillaan. Lähes joka tilaisuudessa, jossa puheena ovat asiat koskevat iäkkäitä, vedetään muun ohjelman lomassa liikuntapalveluiden vetämä lyhyt jumppa. Tämä sopii hyvin iäkkäämmille 70–80-vuotiaille osallistujille. Vaikeammin tavoitettavia aktiivisia 65–70-vuotiaita on taas saatu mukaan mm. järjestämällä urheilupaikoissa testitilaisuuksia, joissa on mahdollista arvioida omaa fyysistä kuntoa ja vertailla tuloksia. Testivuoroa odotellessa on voinut tutustua järjestöjen tarjontaan ja mm. asumisen ennakointiin. Testitilaisuudet ovat olleet hyvin suosittuja.*

Ikääntyvien asumisneuvontaa kannattaa lisätä

Kunnille ja hyvinvointialueille ikääntyvien toimimattoman asumisen haasteet aiheuttavat palveluohjauksen tarvetta, palveluiden kysyntää sekä välillisiä kustannuksia. Soveltumaton asunto toimintakyvyn heikentyessä on usein syynä esimerkiksi kotipalveluiden tarpeeseen. Edellä mainittuja kustannuksia voitaisiin vähentää muun muassa kannustamalla asukkaita omaehtoiseen ennakointiin ja hissien rakentamiseen hissittömiin taloihin.

Huolimatta edellä mainituista tiedoista, kunnat eivät tutkitusti ole juurikaan varautuneet ikääntyvien asumisneuvontaan. Ympäristöministeriö on ollut viime vuosina herättelemässä kuntia ikääntyvien omaehtoisen ennakoinnin tukemiseen. Tähtäimessä on ikääntyvien asumisneuvonnan lisääminen.

Esimerkki: *ARA myönsi Tuusulan kunnalle määräraikaisen erityisryhmävastuksen ikääntyneiden asumisneuvojan palkkaamisen vuodelle 2022. Myös Jyväskylässä kehitetään paraikaa (loppuvuonna 2022) asumisneuvontaa. Kunnat tekevät yhteistyötä. ”Pyörää ei kannata keksiä uudelleen!”*

Suomen Asumisen Apu ry on pyynnöstä jakanut molempien kuntien kehittäjille kokemuksiaan vuosilta 2017–2022 ikääntyneiden asumisneuvonnasta ja 55+ ikäisten asumisen ennakoinnin digitaalisesta toimintamallista. Toimintatavat ovat vapaasti sovellettavissa.

4. APUA TILAISUUKSIEN JÄRJESTÄMISEEN

Alla kaksi sisältöesimerkkiä tilaisuuksista, joissa voi esitellä asumisen ennakointia.

HUOM. Hyödynnä tilaisuuksien järjestämisessä eri järjestöjen aineistopankkeja, joista löytyy tietoa, materiaaleja, testejä ja videoita. Esim.

<https://www.asumisenapu.fi/saaennakoida/ennakoimisen-vinkit-ja-linkit/>



Esimerkki 1. Järjestöilta 55+ ikäisten asumisesta, kesto 1 h 30 min

Sisältö:

1. Kahvit ja kuulumisten vaihtoa (30 min)
2. Tervetulotoivotus, järjestäjän ajankohtaiset ilmoitukset (10 min)
3. Alustus illan teemaan (5 min)
4. Teemaan virittelyä:
Asumisen pikatesti – miten nykyinen asuntosi vastaa tulevia tarpeitasi (10 min)
Tehdään testi vetäjän esimerkin mukaan yhteisesti älykännyköillä paikan päällä osoitteessa [saaennakoida.fi](https://www.saaennakoida.fi) (varmistaa paikan nettiyhteyden toimivuus)
5. Omannäköinen ja mielekäs asuminen eläkkeellä ollessani
Jyväskylän kaupungin julkaisema video (10 min)
6. Keskustelua ryhmissä (15 min)
7. Illan päätössanat (10 min)



Esimerkki 2. Webinaari ”Paikkakunta x - mitä uutta tarjolla 55+ ikäisille asumisen suhteen?”, kesto noin 2 h

Sisältö:

1. Ilmoittautuneiden osallistujien kirjautuminen sisään etukäteen (15 min.)
2. Aloitus – juontaja kertoo agendasta ja esittelee ensimmäiset vieraat (5 min)
3. Kunnan tai hyvinvointialueen edustaja kertoo otsikon mukaisesti tavoiteohjelmista, ikääntyvien asumisratkaisuksista, kaavoitustilanteesta, palveluista tms. (10 min)
4. Jokin ajankohtainen/paikallinen teema/case-esimerkki asumiseen liittyen (10 min)
5. Tauko /osallistujat voivat tehdä älypuhelimellaan Asumisen pikatestin (10-15 min)
6. Tilaisuuden vetäjä kertoo omaehtoisesta asumisen ennakkoinnista ja esittelee seuraavat asiantuntijat (5 min)
7. Tarkista kotisi toimivuus – Esteettömyysasiantuntijan kommentit (15 min)
8. Korjaten kotona – Korjausneuvojan tietoisuus (15 min)
9. Vanhasta uuteen kotiin? (15 min), vaihtoehtoisina alateemoina esim. joku seuraavista:
 - a. Asuminen ja talous: mahdoton yhtälö? Asiantuntijapuheenvuoro
 - b. Mitä ikääntyvän on hyvä tietää kiinteistövälityksestä, asiantuntijavideo (n. 9 min)
<https://www.youtube.com/watch?v=Hl9y2low72o>
 - c. Miten pääsen eroon liioista tavaroistani? Järjestelyammattilainen kertoo
10. Kysymyksiä ja vastauksia (10 min)
11. Yhteenveto ja palaute (5 min)



”

Asumisen ennakointi
on yhtä aikaa
vakuutustoimintaa ja
unelmointia
- varaudut pahimpaan ja
uskallat suunnitella ja
toteuttaa parasta.

SAA ennakoida!

