

VANHUSTENHOITO

ILO ON PARAS PILLERI

PETER ESSAUN ja Evelynin tanssi päättyy sydämelliseen rutistukseen. Belgialaisessa hoivakodissa ei veisata, vaan oleskelutilassa soivat asukkaiden nuoruuden iskelmät.

Iloinen ja reipas mieli on parasta lääkettä vanhuksille. Sen tietävät tanssista nauttiva Evelyn-rouva ja hänen hoitajansa. Meillä olisi paljon opittavaa Belgiasta. Siellä saa syödä ja nukkua oman mielen mukaan, sauna ja laulaa.

SARI SAINIO TEKSTI// JUHA ROININEN KUVAT

Oranssinpunainen aula ottaa tulijan lämpimästi vastaan. Aulan vieressä kampaamossa **Monique** ja **Lisetti** ovat permanenttirullat päässä kam-

paajien hemmoteltavana.

Toisen kerroksen ryhmäkodin oleskelutilasta kuuluu italialainen 1960-luvun iskelmä. **Evelyn** tanssii **Peter Essaun** kanssa ja tanssittaja saa sydämellisen rutistuksen. Hoitoapulaisena työskentelevä **Essau** sanoo, että hänen tärkein tehtävänsä on tuottaa asukkaille iloa. Kaikki muu tulee sen jälkeen.

Hän on mitä ilmeisemmin onnistunut tehtävässään, jos sitä mitataan naurulla.

Hoivakodin arkeen mahtuu myös ikäviä asioita, huonoja päiviä, menetyksiä ja kipua. Sitä koetetaan hoitaa muutenkin kuin lääkkeillä, niin tekee myös **Essau**. Hän koettaa saada ihmisille muuta ajateltavaa ja tekemistä.

Olemme **Essau** ja Evelynin arjessa tutustumassa belgialaisen hoivakodin arkeen. De Zilvermolen on edistyskellinen paikka, joka on selvästi suunnattu parempituloisille ikäihmisille.

Belgialaisiin järjestelmiin tutustumismatkalla olevat Pirkanmaan sote-johtajat miettivät, mitä täältä voisi poimia mukaan suomalaisen vanhustenhoitoon. Mitä Belgiassa on sellaista, mitä meillä ei vielä ole?

KYSYTTÄÄN SITÄ Tampereen yliopiston geriatrian professorilta **Jaakko Valvanne**lta.

Belgialaisen hoivakodin menetelmiä käytetään Suomessakin, mutta valitettavan harvoissa paikoissa.

Hän sanoo, että vielä ollaan kaukana siitä, että kaikkialla keskityttäisiin ilon tuottamiseen. Että päivittäin tanssahdeltaisiin, soitettaisiin ja laulettaisiin iloista musiikkia.

–Meillä on ihan tarpeeksi virren veisuuta ja hartautta. Se ei tee iloista ja reipasta mieltä. Tanssi on ehdoton juttu, se sopii kaikille.

Olennaista on oivaltaa, että vanhainkodissa voidaan elää tavallista elämää.

Tämän allekirjoittaa myös Tyrvään kar-

tanon hoivakodin johtaja **Mervi Marttila**. Kodin asukkaista suurin osa on miehiä. Moni heistä on ollut useammassa paikassa. Tyrvään kartano on Attendon hoivakoti.

Tyrvään kartanossa terassille pääsee vapaasti. Puutarha on asukkaiden käytössä. Asukkaiden avulla on nikkaroitu pihan tupakkakatos, ja makkaranuotio on kesäisin kovassa käytössä. Asukkaat osallistuvat myös halutessaan remontteihin, kun huoneita kunnostetaan uusille tulokkaille. He auttavat askareissa ja tekevät kaikkea sitä, mitä kotonakin tehtäisiin.

–Uskallan väittää, että ympäristöllä on paljon merkitystä. Meillä se on suunniteltu niin, että tarvittaisiin mahdollisimman vähän kieltoja, **Marttila** huomauttaa.

Ketään ei sidota ja liikkumista rajoittavia geriatrisia tuoleja on vain yksi. Se tarvitaan, jotta kaikilla on mahdollisuus ulkoilla.

Tämän kaiken seurauksena rauhoittavien lääkkeiden käyttöä on voitu vähentää.

YMPÄRISTÖN MERKITYS on tiedostettu de Zilvermolenissa. Hoivakodin johtaja **Peter Mornie** on silminnähden ylpeä taloon tehdyistä ratkaisuista. Koti on suunniteltu niin, että tilat, pihat ja toiminta ovat osa hoitoa.

Oranssinpunainen sisäuntuloaula tai oleskelutilaan johtavan käytävän vihreä seinä eivät ole sattumaa. Kylttejä käytetään mahdollisimman vähän. Värit viestittävät, mitä tilassa tapahtuu.

Värit ja kontrastit ovat tärkeitä. Ikääntyessä näkökyky muuttuu, ja maailma näyttää ikään kuin hieman keltaiselta tai sumuiselta. Siksi tarvitaan vahvoja värejä, jotka helpottavat tilan hahmottamista.

–Ympäristön merkitystä on aliarvioitu, arkkitehti ja hoivakodin suunnittelut konsultti **Nathalie Verdonck** painottaa.

Koko hoivakodin ympäristö on suunniteltu niin, että ihmiset liikkuvat ja ovat aktiivisia. Sen lisäksi hoivakodissa työskentelee fysio- ja toimintaterapeutteja, jotka tekevät työtä muiden joukossa osana arkista hoivaa.

Ei puhuttakaan siitä, että joku sidottaisiin sänkyyn. Geriatrisia, ihmisen paikoilleen sitovia tuolejakaan ei näy missään.

→ Jatkuu seuraavalla aukeamalla

"MEILLÄ ON IHAN TARPEEKSI VIRREN VEISUUTA JA HARTAUTTA. SE EI TEE ILOISTA JA REIPASTA MIELTÄ. TANSSI ON EHDOTON JUTTU, SE SOPII KAIKILLE."
JAAKKO VALVANNE

ILO ON PARAS PILLERI

FAKTA

De Zilvermolen



- **Sijaitsee** Gentissä, Flanderin maakunnassa Belgiassa.
- **Paikkoja** 100.
- **Asukkaat** pääosin muistisairaita. Kolme osastoa, joista yksi alle 65-vuotiaille. Lisäksi asuntoja.
- **Aloitti** toimintansa elokuussa 2014.
- **WZC De Foyer** -yrityksen toinen hoivakoti. Tulossa vielä kaksi hoivakotia vuoteen 2018 mennessä.

Flander

- **Suurin** Belgian kolmesta maakunnasta.
- **Asukkaita** noin kuusi miljoonaa, koko Belgiassa noin 11 miljoonaa.
- **Yli 65-vuotiaita** noin miljoona, koko Belgiassa noin 19,5 miljoonaa.
- **Hoivakodeissa** asuu hieman päälle 70 000 ikäihmistä.
- **Maakunnan** politiikka on tukea kotona asumista mahdollisimman pitkään. Kotiin on saatavilla palveluja, kuten Suomesakin.



DE ZILVERMOLENISSA sisääntuloaula on oranssi ja viihtyisä. Aulan läheisyydessä on kampaamo ja pieni kauppa, kahvila on kulman takana.

→ *Jatkuu edelliseltä aukeamalta*

POHJAKERROKSEN kuntosali on käytössä joka päivä. Jokainen asukas käy salilla keskimäärin kerran viikossa. Kuntosalin infra-punalaiteilla voi hoitaa selkäkipua.

Salin vieressä on rentoutumishuone ja kylpyosasto, jossa on myös suomalainen sauna. Sen nurkassa nököttää aito Harvian kiuas.

Kaikki tilat ovat vapaassa käytössä.

Takapihalla korkealle nostetulla kasvialavalla yrtit uhmaavat alkavaa syksyä. Ulos pääsee vapaasti. Kukaan ei karkaa, sillä sisäpihalta ei pääse eksymään kauemmas. Pihaa risteävät polut ja siellä täällä on kuntoilulaitteita.

Kaikella tällä on saatu hämmästyttävää tuloksia.

Toimitusjohtaja **Ronald de Buck** sanoo, että heillä käytetään psyyke- ja kipulääkkeitä kolmasosa siitä, mitä muissa hoivakodeissa Belgiassa.

YMPÄRISTÖN LISÄKSI keskeistä on ajatus kodista ja yksilönvapaudesta.

Kahviossa muiden vinvokkeiden joukossa on Leffeä, luostariolutta. Asukkaat saavat valvoa niin myöhään kuin haluavat ja nuk-

kua pitkään. Ruoka-ajat joustavat; vanhus on kotonaan ja päättää, milloin ja mitä haluaa tehdä, kunhan ei ole häiriöksi muille.

Jokaisen huoneessa on kosketusnäyttö, jolla voi lukita huoneensa niin, että sinne on pääsy vain hoitajilla. Näyttö on myös puhelin, potilastietokansio ja helppo pääsy internetiin, ruokalistoihin ja talon tahtumiin.

Yhdessäolo ja yhdessä tekeminen ovat tärkeitä. Vetäytyviä houkutellaan muiden joukkoon, sillä toisten seura tekee hyvää. Siksi **Ief van Wienendaele** hakee **Florin** huoneestaan muiden joukkoon oleskelutilaan kuuntelemaan musiikkia.

Seitsenkymppinen Flori on asunut hoivakodissa vasta kaksi viikkoa. Hän viihtyy ja on saanut ystäviä. Silti hän vetäytyy mielellään omaan huoneeseensa. Flori kertoo kirjoittavansa ja värittävänsä aikuisten värityskirjoja.

Ief, jos kuka, saa Florin liikkeelle, sillä hoitoapulainen on Florille hoitohenkilökunnan ykkönen.

Joka tapauksessa tärkeintä on oikeus päättää omista rajoistaan ja yksityisyydestään.

– Voin tehdä, mitä haluan, Flori sanoo painokkaasti.



FLORI sanoo kahden viikon kokemuksella viihtyvänsä hoivakodissa hyvin. Huone on suuri ja viihtyisä, vaikkakin sisustaminen on vielä vähän kesken.

JOS ILO, liikkuminen, itsemääräämisoikeus ja ympäristö vaikuttavat näin paljon, miksi niin ei tehdä joka paikassa?

Valvanne sanoo, että Suomessa on yhä turhan paljon paikkoja, jossa luullaan, että kaikki on hyvin.

Hoiva on suunniteltu henkilökunnan näkökulmasta.

– Turvallisuus ja hygieniat maksimoidu ja elämä minimoitu. Turvallisuuden nimissä meillä jopa sidotaan vanhuksia, jota ei pitäisi tehdä ollenkaan.

Mutta miten vanhainkoteihin saadaan iloa?

Periaatteessa kaikki on yksinkertaista: seinä voidaan maalata keltaiseksi, ruoka-ajat voivat joustaa ja hartauden sijaan voidaan tanssia.

Professori Valvanne painottaa, että kaikki on kiinni asenteesta, ammattitaidosta ja johtamisesta.

Hoivakodin johtajan Marttilan ohje ajatusmaailman muutokseen on yksinkertainen.

– Asenteen pitää olla se, että olemme käymässä ihmisten kotona.

Mitä siis tarvitsemme?

Hoivakulttuurin muutoksen. Iloisen valankumouksen.



TAKAPIHAN kasvilavat on nostettu korkealle, jotta niiden hoitaminen on helppoa. Lokakuun lopussa lavoilla kasvoi vielä yrttejä.

Mitä asuminen hoivakodissa maksaa?

De Zilvermolen

Asukas maksaa 145 euron vuorokausihinnasta 62 euroa, eli noin 1890 kuukaudessa. Loput maksaa sairauskassa. Hoivaan kuuluvat myös kodin fyysio- ja toimintaterapeutin palvelut, kuntosali ja niin edelleen. Henkilökohtaiset menot kuten vaatteet lääkkeet ja lääkärin jokinainen maksaa itse.

Flanderin alue, Belgia

Keskimäärin Flanderin alueen hoivakodeissa asukaalle maksama vuorokausihinta on 50–55 euroa vuorokaudessa, 1525–1678 euroa kuukaudessa.

Hoivakotien kokonaisvuorokausihinnoista Flanderin sosiaali- ja terveydenhuoltovirastolla ei ole tilastoa.

Miten Tampereella?

Tehostetussa palveluasumisessa asukas maksaa vuokran ja hoivan erikseen. Hinnat vaihtelevat kunnittain, eikä suoraa vertailukohtaa ole.

Yhteensä Tampereella kaupungin järjestämässä palvelussa koko paketin hinta on asiakkaille 1300 euron tuloilla 962–1092 euroa. Palvelusetelillä ostetussa yksityisessä hoivakodissa asiakas maksaa 957–2082 euroa. Lisäksi tulevat lääkkeet ja muut henkilökohtaiset menot.

Ylläoleva esimerkkilaskelma on tehty 1300 euron tuloilla, jossa mukana on eläkkeensaajan hoitotuki.

Kaupungin järjestämässä asumispalvelussa hoivamaksu on 677 euroa. Vuokra on noin 10–20 euroa neliöltä, ja siten vuokra 35 neliöstä on asumistuen jälkeen 290–420 euroa.

Vanhuksella on mahdollisuus valita myös palveluseteli, jolla ostaa palvelun kaupungin listoilla olevalta yksityiseltä tuottajalta. Setelin arvo on 95 euroa, mistä maksetaan omavastuuosuus tulojen mukaan. Sen lisäksi vanhus maksaa setelin ylittävän osuuden vuorokausihinnasta.

1300 euron tuloilla hoivan hinnaksi tulee 686–1662 euroa, kun hoivakotien vuorokausihinta vaihtelee 95–127 euron välillä. Vuokra on noin 10–20 euroa neliöltä. Vuokra on asumistuen jälkeen 290–420 euroa.

Onko asuminen kallista?

Belgiassa on. Belgialaisten keskimääräinen noin 1200–1300 euron eläke ei riitä maksuihin. Ei, vaikka eläkkeen päälle voi Flanderissa saada 140 euron kuukausiavustuksen. Käytännössä ihmiset käyttävät säästöjään tai heitä avustavat lapset.

Suomessa ympärivuorokautisen, tehostetun palveluasumisen asiakas voi saada asumistukea, joka riippuu tuloista, asunon koosta ja hinnasta. Sen lisäksi asiakas saa usein korkeinta eläkkeensaajan hoitotukea 328,87 euroa kuukaudessa. Tämä lasketaan tuloksi, kun hoivamaksua määritellään.

Suomessa asuminen siis näyttäisi olevan edullisempaa, mutta Belgiassakin on hoivakoteja, joissa vuorokausimaksu on reilusti alle 50 euron. Suomessakaan tulot eivät välttämättä riitä kaikkeen muuhun elämiseen pakollisten maksujen jälkeen, vaan lisäksi täytyy käyttää esimerkiksi säästöjä.

Suomessa tilannetta helpottaa, että erittäin pienituloinen voi anoa maksuallennusta.

Lähteet: Flanderin alueen sosiaali- ja terveysvirasto, de Zilvermolen, Tampereen kaupunki, Kela.