

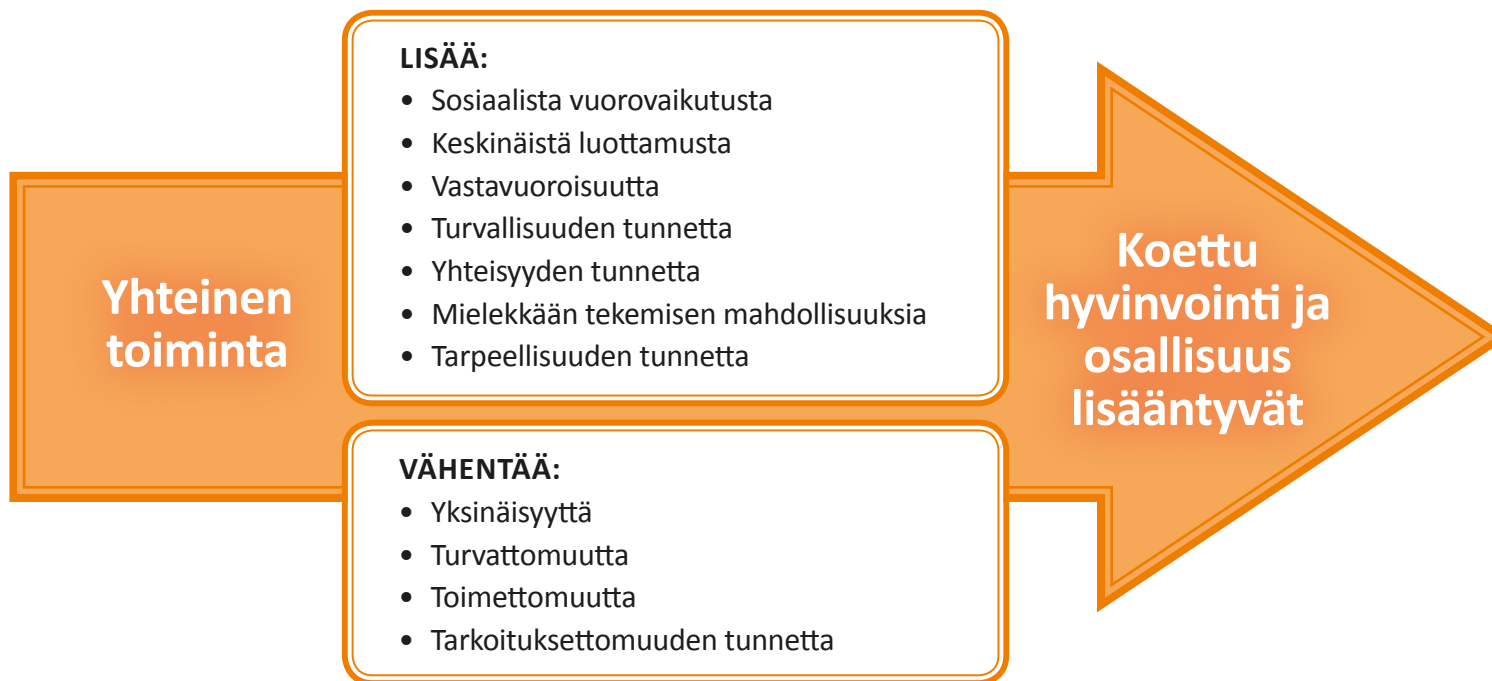
Yhteisöllisyyttä asuinalueille ja asumiseen



Yhteisöllisyydestä mielekästä tekemistä, turvaa ja hyvinvointia vanhetessa

Yhteisöllisyys asumisessa ja asuinalueilla yhdistää parhaimmillaan asumisen, yhdessäolon, harrastukset, palvelut ja hoivan toimivaksi ja viihtyisäksi arjeksi. Asukkaiden keskinäinen kanssakäyminen, vastavuoroinen

tuki ja apu, osallistumisen mahdollistava ympäristö ja eri toimijoiden tarjoamat palvelut lähellä kotia tukevat hyvää elämää omassa kodissa.



Kuvio: Yhteisöllisyyden koetut hyvinvointivaikutukset

Näe yhteisöllisyyden mahdollisuudet omalla asuinalueellasi

Meistä jokainen kaipaa muita ihmisiä arkeensa – mukavaa yhdessäoloa, keskustelukumppaneita ja mielekästä yhdessä tekemistä. Kaikilla on mahdollisuus osallistua asuinalueiden yhteisöllisyyden rakentamiseen. Hyvin toimiva ja kestävä yhteisöllinen toiminta lähtee kansalaisten ja alueiden asukkaiden toiveista ja tarpeista.

Yhteisöllisen toiminnan järjestämisessä kannattaa tehdä yhteistyötä asukkaiden, kunnan luottamushenkilöiden ja virkamiesten, yritysten ja järjestöjen kanssa. Esimerkiksi taloyhtiöiden sekä kylä- ja palvelutalojen kerhotiloja ja pihoja voisi entisestään kehittää oleskelu- ja harrastepaikoiksi kaikenikäisille asukkaille ja lähialueen toimijoille. Näin saataisiin lisää mahdollisuuksia kohtaamiseen ja yhdessäoloon.

Huomaa omat helpot mahdollisuudet arjessasi

- **Ideoi ja järjestä tapahtumia**

Pihatalkoiden lisäksi ideoi muita tapoja olla yhdessä naapureiden kanssa. Millä tavalla voidaan parantaa alueen viihtyisyyttä? Millaista toimintaa alueelle halutaan ja tarvitaan?

- **Ohjaa yhteistä toimintaa**

[Hämeenlinnassa jumpataan](#) viikoittain vertaisohjaajan voimin ja [Tampereen Likioma-hankkeessa](#) on kehitetty korttelikerhoja kerrostalojen kerhohuoneisiin. Millaista toimintaa sinä voisit tarjota naapureillesi ja mihin sinä voisit mennä mukaan?

- **Pyydä naapuri kävelylle**

Kävelykaveri rohkaisee ja antaa hyvän syyn lähteä ulos. Lahdessa toimii [Pysäkkilenkit](#).



Tunnista yhteisöllisyyden vauhdittajat

Yhdessä tekeminen Vastuunottaminen
Erilaisuuden hyväksyminen

Yhteiset tavoitteet

Keskustelu ja toisten **Yhteinen toiminta**
kuunteleminen **Uteliaisuus** Yhteinen tahtotila

Ennakkoluuloton asenne

Joustavuus Halu oppia ja ymmärtää

Avun pyytäminen **Avoim mieli**

Kiinnostus ja kunnioitus muita ihmisiä kohtaan



Ikäystävällinen asuinympäristö tarkoittaa ympäristöä, jossa on huomioitu vanhempien ihmisten tarpeet ja toiveet. Ikäystävällinen ympäristö on esteetön ja turvallinen, ja palvelut ovat helposti saavutettavissa. Ikäystävällinen ympäristö on hyvä kaiken ikäisille ja tarjoaa asukkaille tasapuolisesti osallistumismahdollisuuksia.

Kiinnostaako yhteisöllinen asuminen?

Suomessa on muutamia varsinaisia senioreiden asumisyhteisöjä. Asumisyhteisöihin kuuluu yleensä myös velvoitteita kuten hallinnollisten tehtävien ja talon yhteistilojen huolto- ja ylläpito. Yhteisöllinen asuminen eroaa asumisyhteisöistä siten, että osallistuminen yhteiseen toimintaan on vapaaehtoista. Asukkaat päättävät itse millaiseen toimintaan osallistuvat ja kuinka usein. Näitä kahta asumismuotoa yhdistää yhteinen tekeminen asukkaiden kesken, yhteiset tilat sekä yhteisöllisyyden vaaliminen.



Tutustu yhteisöllisiin asumisratkaisuihin

- Jyväskylän [Ilona-talot](#) ovat yhteisöllisiä asuinkerrostaloja, joissa asukkaat järjestävät itse tai osa-aikaisen toiminnanohjaajan avulla erilaista yhteistä toimintaa. Toiminta perustuu asukkaiden toiveisiin ja tarpeisiin ja sisältää esimerkiksi päiväkahvit arkipäivisin, liikuntaryhmiä, teatteriretkiä, pihapelejä.
- Helsingin [Loppukiri](#) ja [Kotisatama](#) ovat asumisyhteisöjä, joissa asukkaat hallinnoivat taloa ja järjestävät monenlaista yhteistä toimintaa kuten arkipäivisin päivällinen, juhlat ja harrastusryhmät.
- Saarijärven [Omatoimi](#) on yhteisöasumisen kohde, jossa huolehditaan yhdessä talon ja ympäristön siisteydestä sekä järjestetään yhteistä harrastustoimintaa

Mitä yhteisöllisyys tuo asukkaille?

- sosiaalisia verkostoja ja uusia ystäviä
- aktiivista arkea ja uusia harrastuksia
- naapuriapua ja keskinäistä huolenpitoa
- turvallisuutta
- säästöjä palvelujen ostoissa (esim. siivous tai kotiapu)



Yhteisöllinen asuminen tarkoittaa asumismuotoa, jossa asukkaat ovat keskeisiä toiminnan suunnittelijoita ja toteuttajia. Asukkaat suunnittelevat ja toteuttavat asuintalon ja sen toiminnan yhteistyössä, ja heillä on myös päätöksentekovaltaa asuintalon asioissa. Toimintamuotoja ovat mm. erilaiset harrastusryhmät ja tapahtumat. Rahoitus, rakennuttaminen ja asukkaiden hankinta on joko asukkaiden itsensä perustaman yhdistyksen tai jo olemassa olevan yhdistyksen vastuulla. Rakennuttajien on tärkeää olla varhaisessa vaiheessa yhteydessä alue- ja kaupunkisuunnittelusta vastaaviin tahoihin.



Yhteisöllisen asumisen rakennuspalikat

1. Tilat

Asukkailla on oman asunnon lisäksi erilaisia viihtyisiä tiloja yhteiskäytössä. Asukkaat osallistuvat tilojen ja niiden käytön suunnitteluun. Yhteiset sisä- ja ulkotilat tarjoavat mahdollisuuden järjestetyille ja satunnaisille kohtaamisille, keskusteluille ja tekemiselle.

Yhteisiä tiloja voivat olla mm. harrastus- ja vapaa-ajan tilat (esim. kirjasto, kuntosali, oleskelutila/olohuone), arjen toimintaan liittyvät tilat (esim. keittiö, sauna, pyykkitupa), piha-alue ja puutarha tai vuokrattava majoitustila.

2. Toiminta

Yhdessä tekeminen lisää yhteenkuuluvuuden tunnetta. Erilaiset arjen askareet, peli- ja harrastuskerhot, juhlat ja retket tuovat (samanhenkisiä) asukkaita yhteen ja tarjoavat mahdollisuuden tutustua toinen toisiinsa ja sisältää arkeen. Toiminnan ei tarvitse olla aina suunniteltua ja etukäteen järjestettyä.

3. Pelisäännöt

Yhteisöllisyys tarvitsee toimiakseen selkeät pelisäännöt. On tärkeää määrittellä, mitä oikeuksia ja velvoitteita asukkailla on ja pohjautuuko toiminnan järjestäminen kokonaan vapaaehtoisuuteen. Tärkeintä on sopia ennakkoon, miten yhteisistä asioista päätetään ja miten ratkaistaan mahdolliset ongelmatilanteet ja ristiriidat. Säännölliset asukastapaamiset isommissa ja pienemmissä ryhmissä ovat hyödyllisiä, jotta kaikki saavat äänensä kuuluviin. Toiminnan periaatteista ja säännöistä voidaan sopia myös esimerkiksi asukassopimuksessa.

Yhteistyöllä toimivampi arki lähelle

Toimintakyvyn heikentyessä sujuva yhteistyö iäkkäiden, läheisten, vapaaehtoisten ja hoivapalvelujen ammattilaisten kanssa rakentaa turvallista ja mielekästä asumista. Oppilaitos- ja järjestöyhteistyö tuo uusia ihmisiä mukaan, uudenlaisia kohtaamisia ja ideoita sekä väriä elämään. Vapaaehtoiset ovat tärkeitä yhteisöllisessä toiminnassa toiminnan ideoijina, vetäjinä ja toisten auttajina. Vapaaehtoisten toiminnan jatkuvuuden kannalta on hyvä, jos jokin taho koordinoi toimintaa eikä vapaaehtoisia kuormiteta liikaa ja huolehditaan heidän jaksamisestaan.

Muistiystävällisessä yhteisössä muistisairaita ihmisiä ja heidän läheisiään tuetaan monin eri tavoin. Muistisairaiden ihmisten yhdenvertaisuus muiden kanssa korostuu. Ympäristö on esteetön, viihtyisä, helposti hahmotettavissa ja virkistää kaikkia aisteja eri tavoin.

- **Palvelut kävelymatkan päässä**

[Tampereen lähitorit](#) ovat alueellisia kohtaamispaikkoja, joissa on tarjolla monenlaista toimintaa alueiden asukkaille sekä palveluohjausta ja neuvontaa. [Oulun Kumppanuuskeskus](#) tuo 40 sosiaali- ja terveysjärjestöä saman katon alle, ja tarjoaa myös tavallisille kaupunkilaisille matalan kynnyksen neuvontapalveluja sekä tietoa vapaaehtoistoiminnasta. Kahvila Kamu toimii tiloissa opiskelijavoimin. Helsingin monipuolisissa palvelukeskuksissa voi ruokailla ja kahvitella sekä osallistua mieltä ja kehoa virkistävään toimintaan.

- **Toimintaa virka-aikojen ulkopuolella**

[Oulun ikäihmisten olohuoneessa](#) voi pelata, kuunnella musiikkia ja viettää aikaa viikonloppuisin ja pyhänä suurilta osin vapaaehtoisten voimin.

- **Läheiset ja vapaaehtoiset toimintakumppaneina**

[Sipoossa](#) muistisairaiden läheiset ja vapaaehtoiset ovat mukana palveluiden suunnittelussa ja toteutuksessa.

- **Muistiystävällinen ympäristö**

[Espoon Villa Tapiolassa](#) tilojen suunnittelussa hyödynnetään tutkimustietoa. Esteetön ja helposti hahmotettava piha mahdollistaa muistisairaiden päivittäisen ulkoilun. [Juuassa](#) ollaan yhdessä luonnossa joka päivä vuoden ympäri.

Valtioneuvoston kanslian rahoittama Asumisen uudet vaihtoehdot ja hyvä vanhuus (ASUVA) -selvityshanke kartoitti kotimaisia ja kansainvälisiä hyviä toimintamalleja yhteisöllisyyden edistämiseksi asuinalueilla ja yhteisöllisyyttä painottavia asumisratkaisuja.

Selvityshanketta johti Tampereen yliopisto ja hankekumppaneita olivat Tutkimus- ja kehittämiskeskus GeroCenter, Ikäinstituutti sekä Jyväskylän yliopisto. Hanke toteutettiin osana ympäristöministeriön koordinoimaa [Ikääntyneiden asumisen kehittämisohjelmaa](#).

Lisätietoa

- [Asumisen yhteisöllisyys ja hyvä vanhuus -julkaisu](#), Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisusarja 47/2017
- [Asumisen yhteisöllisyydestä hyvinvointia iäkkäälle](#), Policy Brief 9/2017

