

Miten haluaisin vanhana asua

Hyvän elämän ja asumisen edellytykset

Kuntien tulee varautua vanhusväestön lisääntymiseen suunnittelemalla asuinalueita monipuolisesti. Pitää olla tarjolla edullisia pieniä vuokra-asuntoja, mitkä ovat esteettömiä ja sijaitsevat hyvin joukkoliikenneyhteyksien varrella. Alueella pitää asua eri-ikäisiä ihmisiä, tällöin taataan yhteisöllisen asumisen mahdollisuus.

Kun olen 75 -vuotias:

Haluan asua kotona.

Haluan, että asuntooni tehdään korjauksia, että voin asua siellä mahdollisimman pitkään.

Asuntoini ympäristöä tulee korjata esteettömäksi, jotta voin päivittäin turvallisesti ulkoilla.

Joukkoliikenteen tulee toimia, sillä yksityisautolla ajaminen voi loppu piankin.

Harrastukset ja ystävien tapaaminen ovat elämäni suola.

Halua myös, että asuinalueellani järjestetään kunnan toimesta tapahtumia, missä voin tutustua naapureihini. Mukavaa olisi, jos löytyisi läheltä joku ystäväperhe, joka voisi toimia tukenani vaikeuksien alkaessa. Minä voisin taas toimia lähipappana tai mummina, jos omat isovanhemmat asuvat kaukana.

Kun olen yli 80 vuotta:

Ystäväni alkavat sairastella ja koen yksinäisyyttä. Lapsillani on työt ja lapsenlapset hoidettavana. Mietin muuttoa. Tarvitsen tietoa ja haluan tutustua esimerkiksi senioritaloihin ja muihin esteettömiin ratkaisuihin lähellä palveluja. Paras olisi asumisratkaisu, joka toimisi kaikkina tulevina, vaikeinakin vuosina.

Edelleen kotona asuminen tuntuu oikealta, mutta nyt tarvitsen jo turvakseni palveluja. Haluan, että joku katsoo rahavarani ja keskustelee mahdollisuuksistani rahoittaa itse tuleva asumiseni. En halua tehdä väliaikaisia ratkaisuja. En myöskään halua, että lapseni joutuvat rahoittamaan vanhuuttani.

Haluan, että minulle laaditaan yksiohlinen palvelusuunnitelma, vaikka en sitä juuri nyt tarvitse. Haluan tietää, mitä apua voin saada ja mihin soitan. Jonkun on keskusteltava kanssani turvallisuudestani ja yksinäisyydestä. Tunne, että viranomaiset välittävät minusta, on tärkeää. Hoitotestamentista pitää kertoa ja toivoa sen laatimista.

Avuntarpeeni lisääntyy...

Palveluasuminen tulee ajankohtaiseksi.

Haluan muuttaa suunnitellusti asuntoon, minne voin viedä osan elämäni tärkeistä tavaroista. Tärkeää olisi, että yksikkö olisi niin pieni, että opin tuntemaan sen asukkaat. Uudet ystävät ovat tervetulleita.

Asunnon tulee sijaita hyvien kulkuyhteyksien varrella, jotta ystäväni voivat siellä vieraila.

Ympäristön tulee olla esteetön, jotta voin ulkoilla joskus heikkokuntoistenkin ystäväni kanssa. Piha-alueen tulisi olla rauhallinen ja siellä pitäisi olla puutarha ja penkkejä, missä voi levätä.

Haluan, että voin jatkaa harrastuksiani. On huolehdittava, että saan kuljetuksen järjestettyä.

Tarvitsen ammattitaitoista hoitohenkilökuntaa lisääntyvien sairauksien takia. Jotta tuntisin oloni turvallisiksi, haluan, että minulle nimetään omahoitaja, jonka nimi, kuva ja yhteystiedot annetaan omaisilleni.

Haluaisin, että minun kanssani rakennettaisiin "Elämän kansio". Tässä kansiossa olisi valokuvia ja tarinoita elämästäni. Näitä asioita olisi sitten mukava kerrata, kun muistini ja toimintakykyni joskus heikkenevät.

Hoitotestamentin laatiminen on nyt ajankohtaista.

Kun olen täysin autettava...

Hoiva-asuminen on nyt oikea paikka. Parasta olisi, jos sitä voisi saada samassa yksikössä, missä palveluasuminen on tapahtunut. Uusien ympäristöjen ja ihmisten opetteleminen ei ole enää mielekäästä.

Haluan, että itsemääräämisoikeuteni säilyy loppuun asti. Voi olla, että vaikutan muistisairaalta ja ulkopuoliselta, mutta loukkaannun syvästi, jos minua ei kuulla.

Minulle tulee puhua kunnioittavasti, vaikka en kykenisi osallistumaan keskusteluun.

Olen elämässäni pystynyt säilyttämään intimitteen ja haluan, että sitä kunnioitetaan edelleen täydellisesti kaikissa hoitotoimenpiteissäni. Mikäli pidätyskykyäni heikkenee, vaippoihin siirtyminen on äärimmäinen toimenpide, kun kaikki muu apu on tehty.

Haluan joka päivä nousta ylös sängystä ja mennä toisten seuraan.

Haluan tuntea tuulen ja auringon kasvoillani.

Haluan, että minua hoitavat tutut ja turvalliset hoitajat, jotka tietävät tapani ja tottumukseni.

Huoneeni tulee olla valoisa ja tilava. Sukulaisteni ja ystävieni vieraillessa tarvitsen apua, haluan, että he kokevat olevansa tervetulleita, vaikka itse en sitä kykenisi osoittamaan.