

Hyvän mielen koti

sevasmaailma

Sevas Kodit Oy:n asukaslehti 2/2022



Talousarvio
vuodelle 2022



Seinäjoki muutti
Emmin elämän

VASTAA JA
VOITA
palkintoja!

Asukkaiden
luottomies

Sevas Kodit Oy on onnistunut hyvin kustannusten noustessa rajusti

Sevas Kodit Oy:n talousarvio vuodelle 2023 on valmistunut, ja se on hyväksytty yhtiön hallituksessa 13.10.2022. Talousarvion laatiminen on aina iso savotta, mutta taloustiimimme Anita Pihlajaniemen johdolla suoriutuu siitä urakasta joka vuosi mallikkaasti. Talousarvion lopputuloksena päätetään jokaisen asukkaan elämään vaikuttavista asioista, kuten 2023 vuokrien määristä ja eri käyttökorvauksista.

Tänä vuonna talousarvion laatiminen oli erityisen haasteellista hankalan yleisen taloustilanteen takia. Normaalista hankalamman taloustilanteesta tekee se, että sitä on nyt erittäin vaikea ennakoita. Jos se nyt helppoa on koskaan. Esimerkiksi elokuussa Suomen inflaatio oli 7,6 % ja euroalueen 9,1 %. Ekonomisten ennusteet lykkäävät inflaation taittumista koko ajan kauemmaksi tulevaisuuteen. Tätä kirjoitettaessa inflaation odotetaan olevan ensi vuonna 4 %, ja vuonna 2024 päästäisiin tavoitteen mukaiseen kahteen prosenttiin. Ei ole pitkä aika, kun kahden prosentin inflaatiota odotettiin jo ensi vuodelle.

Vaikeasta ennakoinnista hyvänä esimerkkinä on sähkön hinnan kehittyminen. Syksyn aikana Suomessa on nähty ennen kokemattomia sähkön hinnan korotuksia, kun puhutaan kymmenien prosenttien muutoksista. Sähkön hintaan vaikuttaa moni tekijä,

eikä kaikkein vähiten Venäjän hyökkäyssota Ukrainassa. Hintoja saattavat vielä heiluttaa mahdolliset uudet iskut eurooppalaiseen energiainfrastruktuuriin ja toisaalta taas tulevan talven sää. Toivokaamme alkavasta talvesta normaalia eikä siis erityisen pitkää ja kylmää.

Inflaatio on Sevaksen kannalta hyvin merkittävä. Iso osa hintojen noususta kohdistuu juuri sellaisiin hyödykkeisiin, jotka ovat Sevaksella isossa roolissa. Käytämme esimerkiksi erilaisiin korjauksiin vuosittain rahaa yli neljä miljoonaa euroa, ja rakennustarvikkeiden hinnat ovat nousseet inflaatiota nopeammin. Huhtikuussa rakennuskustannusten muutos vuoden takaiseen oli 9,4 %. Yksittäisten tuotteiden muutokset ovat vielä rajumpia, kun esimerkiksi kakkosnelosen hinta nousi keskimäärin peräti 115 %. Paljon käyttämämme vinyylilankku nousi "vain" 11 %. Onneksi rakennuskustannukset ovat tästä kuitenkin laskeneet.

Ennakolta olisi voinut ajatella, että yleinen hintojen nousu nostaa Sevaksen vuokria ennennäkemättömän paljon. Voidaan onneksi todeta, että toisin kuitenkin kävi. Vaikka tavoitteenamme on, ettei vuokria tarvitsisi korottaa ollenkaan, ovat ensi vuoden korotukset vähintäänkin iso torjuntavoitto. Vuokratotien vuokrankorotukset ovat keskimäärin 1,5 % ja opiskelijakotien 1,01 %. Pidän näitä erittäin maltillisina talouden olosuhteet huomioiden.

Pääsimme maltillisiin korotuksiin monestakin erisyistä. Isoimpana tekijänä on Sevaksen pitkäjänteinen työ vuokrausasteen nostamiseksi. Korkeampi vuokrausaste tarkoittaa isompaa tulovirtaa yhtiön kassaan kuluja kattamaan. Kokonaisvuokrausasteemme oli lokakuun alussa 97,52 %, jota voidaan pitää erinomaisena. Muina tekijöinä ovat tarkka taloudenpito ja tehokkaat toimintatavat.

Sanotaan, että jokaisella pilvellä on hopeareunus. Olkoon Sevaksen maltilliset vuokrankorotukset yhdenlainen hopeareunus tässä pilvessä, jonka haastava maailmantilanne on päällemme kuljettanut.

Toivotan hyvää loppuvuotta kaikille asukkaillemme, yhteistyökumppaneille ja sidosryhmillemme.



Sami Siikala
toimitusjohtaja

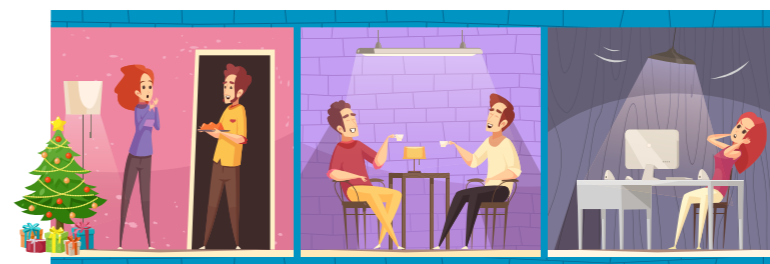
Kuva: Henri Rantala

Hyväväittä



Järjestyssäännöt ja asumisrauha

Noudata järjestyssääntöjä ja kiinnitä huomiota siihen, että muutkin noudattavat järjestyssääntöjä. Näin vaikutat omaan ja naapureiden viihtyvyyteen. Asumisrauhan säilyttäminen on yhteinen asia. Jokaisen tulee saada tuntee turvallisuutta kodissaan.



Varovaisesti ulkotulien kanssa

Ulkotulia ei saa polttaa sisällä eikä edes parvekkeella, kuistilla tai katoksen alla. Ulkotulien etäisyyden tulee olla tulen koosta riippuen 3-10 metriä asuinrakennuksesta.

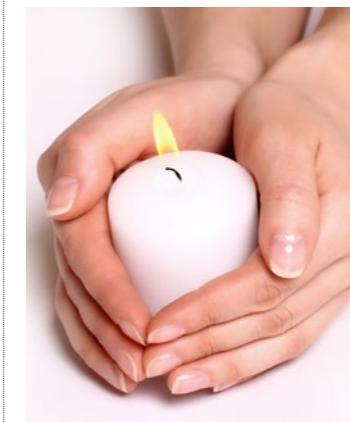
Ulkoroihu tulee sijoittaa vähintään kolmen metrin päähän kulkutiestä, jotta tuli ei pääse tarttumaan ohikulkijoiden vaatteisiin.

Sijoita ulkotulet palamattomaan astiaan tai telineeseen. Voit asetella tulen myös tukevasti lumihankeen. Älä polta ulkotulia sateessa roiskevaaran vuoksi. Kerää käytetyt ulkotulet niille kuuluvaan roska-astiaan.



ParkkiPate valvoo

ParkkiPate valvoo Sevaksen kaikkien asuinalueiden pysäköintiä ja pitää huolta asukkaiden turvallisuudesta. Tarkoitus on, että pelastustiet saadaan pysymään esteettöminä, kulkeminen piha-alueella on turvallista ja parkkipaikat pysyvät asianmukaisessa käytössä.



Vahdi kynttilää

Älä jätä kynttilää palamaan yksin.

Jätä liekin yläpuolelle ja sivuille riittävästi tilaa. Sijoita kynttilä palamattomalle ja kuumentumattomalle alustalle.

Vältä palovaara parvekkeella ja ulkotiloissa.

– En olisi uskonut, että huoltomiehen työ on näin sosiaalinen ala, Jyrki Sippola toteaa. Hän vaihtoi kirvesmiehen työt viisi vuotta sitten kiinteistöhuollon tehtäviin.

Asukkaiden luottomies

Jyrki Sippolalla on vastuullaan kaksi opiskelijakohdetta.

Lassila & Tikanojan palveluksessa toimiva Jyrki Sippola hoitaa useiden Sevas Kotien asuinkehojen huoltotehtäviä. Samalla hän pitää huolta monin tavoin asukkaistakin. Huoltomiehen työ on myös ihmissuhdeammatti.

Teksti: Iina Äman, kuvat: Tanja Korpela

Huoltomies Jyrki Sippolan vastuulla on kaikkiaan 11 Sevas Kotien asuinkehoa. Sippola aloittaa työpäivänsä joka aamu kello 7 huoltokohteiden aamukierroksella. Ensimmäiseksi hän tarkistaa talon sydämen eli lämmönjakohuoneen.

– Ennakointi on erittäin tärkeä osa tätä työtä, Sippola painottaa.

– Katson onko kaikki ehjää, ovatko kaikki verkostopaineet kohdallaan ja että pumput eivät vuoda. Jos en ole vakuuttunut, että kaikki on kunnossa, soitan heti isännöitsijälle.

Aamun mittaan asukkaat alkavat ottaa yhteyttä huoltomieheen.

– Ohjeistan heitä yleensä tekemään huoltopyynnön. Vakavammassa tilanteessa menen heti katsomaan, että vahinko ei kasva. Pikku korjauksia voimme tehdä itse, mutta muista huolehtii rakennusliike. Isännöitsijä päättää mitä tehdään, ja hän vastaa hankinnoista. Teen itse vain pieniä tarvehankintoja.

Huoltomiehille kuuluvat tietyt kuukausi- ja vuosityöt. Kausitöihin kuuluvat esimerkiksi loppusyksyn lehdenkeruut.

– Yhteistyö huoltomiesten ja isännöitsijöiden välillä toimii todella hyvin. Tosin yhteisiä palavereita soisin pidettävän nykyistä useammin, koska ideoita on varmasti puolin ja toisin. Tärkeintä olisi, että asukastyytyväisyys paranisi aina vain, Jyrki Sippola toivoo.

Luottamuksen luomista

Jyrki Sippola kantaa huolta varsinkin iäkkäiden asukkaiden palvelutarpeista. Jyrki Sippolan hoidossa on Sevaksen seniorikohde Kanteleenkatu 3:ssa.

– Kun ei ole netinkäyttötaitoa, huoltokutsun jättäminen ei ole helppoa. Kun he sitten näkevät pihassa L&T:n auton, he kysyvät voinko tulla auttamaan. Meidän huoltomiehillämme on kaikilla se ajatus, että ▶

– On todella hyvä, että asukkaat kantavat yhteisvastuuta. Monesti on saatu torjutuksi vahinko, kun asukas on ottanut yhteyttä jostakin huolenaiheesta, vaikkapa pitkään avoimeksi unohtuneesta ikkunasta, Sippola kiittää.



HUOLTOMIEHEN OHJEITA ASUKKAILLE

Pienennä sähkölaskua

Kun tuuletat asuntoa, käännä ensin patterit nolliille ja sitten takaisin, kun olet tuuletanut. Eniten sähköä vievät saunan kiukaat. Käännä kiuas heti pois päältä, kun olet saunonut. Hellan kuumentaminen kuluttaa energiaa. Keitä samalla kuumennuskerralla useampiakin kattilallisia. Pese astianpesukoneessa ja pyykinpesukoneessa täysinä koneellisia.

Vältä iso lasku – älä tuki viemäriä

Kinkun rasvat kuuluvat jätteisiin, eivät viemäriin. Kerää rasva ja vie jäteastiaan. **Kissanhiekkä** ei kuulu vessanpyttyyn, sillä se kovettuu viemäriin. Kun otetaan loka-auto ja viemäri kuvataan, asukas valitettavasti joutuu maksamaan remontin, ja se on kallista.

Korjaa lemmikkisi jätökset

Eläimen pito on aina omistajan vastuulla. Koirat eivät saa tehdä tarpeitaan piha-alueelle.

Roskaaminen on rikos

Roskat kuten tupakantumpit tai pikaruokaketjujen paperit saa heittää vain roska-astioihin.

Muuttaja: älä jätä jälkeesi hylättyjä tavaroita

Kierrätä tai vie kaatopaikalle tavarat, joita et vie uuteen kotiin.

Ilmoita heti rikkiäisestä lukosta

Tee turvallisuussyistä heti huoltopyyntö, jos huomaat että lukossa on vikaa.

Puutu järjestyshäiriöihin

Älä ota riskiä äläkä sekaannu itse, vaan soita 112 tai ota yhteys Sevakseeseen. Jokaisella on oikeus turvalliseen asumiseen.

Osallistu ja elä kuin omassasi

Puutarhan ja ympäristön hoitaminen ei maksa mitään, mutta siitä saa hyvän mielen ja raitista ilmaa. Viihtyisä ympäristö on kaikkien etu. Talkoo-hengessä on voimaa. Hienointa on, kun asukkaat pitävät asuintalooaan kuin omanaan.



► asukkaiden huoli on numero yksi, ja siihen tartutaan heti. Toissijaiset asiat voivat vähän odottaa.

– Meillä on sellaiset sinunkaupat, että ikäihmiset uskaltavat kääntyä puoleen, ja se on kaikkien etu. Luottamussuhde huoltomieheen helpottaa asukkaita ja säästää Sevaksen työtä, kun toimistolle ei tule niin paljon soittoja.

– Vanhemmat ihmiset eivät kaipaa koko päiväksi tekemistä, mutta kanssakäyminen toisten kanssa antaa elämäniloa. Saatan käydessäni jäädä juttelemaan asukkaan kanssa muutamaksi minuutiksi. Tiedän että se ylimääräinen pari minuuttia on heille tärkeä sosiaalinen tapahtuma. Uusille asukkaille kerron, että talossa asuu tosi mukavaa porukkaa ja että kannattaa mennä tekemään tuttavuutta heidän kanssaan.

Monenlaisia kohtaamisia

Jyrki Sippola kohtaa työssään monenlaisia ihmisiä erilaisista lähtökohdista. Hänen ajatuksensa on, että kaikkien kanssa pärjää.

Sippolan huoltokohteissa asuu joitakin kehitysvammaisia henkilöitä.

– Heillä on omat tukiverkostonsa, mutta siihen tukiverkostoon kuuluu myös tuttu huoltomies. Tarvitaan omaakin herkkyyttä kohdata herkkiä ihmisiä, jotka elävät vamman, sairauden tai vaativan elämäntilanteen kanssa. Joskus pitää löytyä kannustavaa ja lohdun sanaa.

Oma ryhmänsä ovat opiskelijat. Sippolalla on kaksi opiskelijakohdetta huollettavanaan.

– Olen ollut nuorison kanssa paljon tekemisissä elämäni aikana. Itselläni on neljä 22–30-vuotiaista lasta.

– Monet opiskelijoista voivat olla ensimmäistä kertaa elämässään kaukana kotoa. Se on erittäin suuri elämänmuutos. Heille huoltomies voi olla yksi turvallinen aikuinen uudessa elämäntilanteessa.

Omasta neljän lapsen hoitokokemuksesta on syntynyt joskus yllättävää työniloa. Sippola on saanut normaalilla huoltokäynnillä hyssytellä sylivauvaa, kun äidin huomiota on tarvittu hetkeksi toisaalla.

– Jotkut asiakkaat voivat olla vain kahdenkin kuukauden ikäisiä, Sippolaa hymyilyttää.

Vaikeita paikkoja

Ihmiset ottavat joskus huoltomiehen kanssa puheeksi asioita, jotka painavat heidän mieltään. Tällä hetkellä ihmiset miettivät, miten pystyisivät auttamaan itse itseään, kun kaikki hinnat nousevat.

– On hyvä että kysytään; hyvät neuvot ja säästäminen ovat meidän kaikkien asia.

Huoltomies voi kohdata tehtävässään myös omat rajansa. Kun on ensin auttanut ja rauhoittanut hätää kärsivää, voi itsekkin tarvita tukea palautumiseen.

– Olen katsonut sairaustapauksia ja joskus kuolemaakin silmästä silmään, ja sellaiset ovat pysäyttäviä hetkiä. Meillä työnjohto ottaa heti yhteyttä, kun kohtaamme raskaita asioita. Siinä saa heti keskustelumahdollisuuden ja apua asian käsittelyyn, Jyrki Sippola toteaa.

– Olen kiitollinen työnantajastani ja erittäin hyvistä työkavereista. Me olemme hyvä tiimi, puhallamme yhteen hiileen ja tuemme toisiamme aina kun apua tarvitaan.

– Ilot ja surut: kaikki jaetaan yhdessä. ■



Tarkka taloudenpito säästää kovilta korotuksilta

Sevas Kodit Oy:n hallitus on hyväksynyt ensi vuoden talousarvion. Huolimatta siitä, että yleiskustannukset ovat nousseet rajusti, Sevas-asukkaiden vuokriin on tiedossa hyvin maltillisia korotuksia.

Teksti: Iina Aman, kuva: Shutterstock

Asumiskustannukset ovat nousseet koko maassa nopeasti ja voimakkaasti. Inflaatio toteutuu joka rintamalla; sähkö, kaukolämpö ja kaikki kustannukset ovat nousseet. Remontointi- ja rakennusmateriaalien kustannukset ovat kohonneet huomasti.

– Meilläkin kulut ovat nousseet jopa yli 10 %. Tarkalla taloudenpidolla olemme päässeet kuitenkin siihen tilanteeseen, että vuokrankorotuspaineet eivät ole niin suuria kuin etukäteen odotimme, toimitusjohtaja **Sami Siikala** toteaa.

Vuokratotien vuokrat nousevat ensi vuonna 1,5 % ja opiskelijakotien 1,01 %.

Syitä näin kohtuullisiin korotuksiin on useampia.

Yhtiön lainat ovat lyhentyneet ja pääomakustannukset samalla vähentyneet. Lisäksi huoneistojen tyhjäkäyttöaste on huomattavasti pienentynyt. Kun asuntoja ei ole tyhjillään, hyvä käyttöaste vaikuttaa yhtiön tulovirtaan merkittävästi.

– Tyhjäkäyttöaste oli elokuun lopun asti ulottuvassa raportissa vain 3,85 %. Lokakuun lopulle tultaessa asuntojen käyttöaste on noussut vielä entisestään peräti 97,52 prosenttiin, Siikala sanoo.

– Olemme seuranneet tiiviisti kustannusten nousua ja nostaneet niiden myötä vuokria maltillisesti jo aiemmin. Nyt korotukset eivät lähedä kerralla eteen, kun korotuspaineet ovat näin merkittäviä.

– Kulupuolella ei ole odotettavissa piikkejä, ja uskonkin että pysymme budjetissa. Mitä lähempänä

”TARKALLA TALOUDENPIDOLLA OLEMME PÄÄSSEET TILANTEeseen, ETTÄ VUOKRANKOROTUSPAINHEET EIVÄT OLE NIIN SUURIA KUIN ETUKÄTEEN ODOTIMME.”

tuloksemme on nollaa, sitä parempi on tulos, koska tavoitteemme on olla kohtuuhintainen, Siikala muistuttaa.

Kuluvan vuoden budjetti oli 21 902 905 euroa. Vuoden 2023 kokonaisbudjetti on 22 780 925 euroa.

Käyttökorvauksiin 2–5 euron korotuksia

Vesilaskun ennakkomaksu vuodelle 2023 korotettiin 20 euroon/henkilö, jolloin asukkaat välttyvät ylisuurilta tasauslaskuilta. Valtaosa Sevaksen huoneistoista on kuitenkin kulutuksen mukaisessa laskutuksessa, sillä niissä on huoneistokohtaiset mittarit. Vesi- ja sähkölaskujen taksat noudattavat Seinäjoki Energian hintoja eivätkä sisällä lisälaskutusta.

Autopaikkojen hintoja korotettiin ensi vuoden alusta 10 eurosta 12 euroon kuukaudessa. Katospaikan hinta on 18 €, lämpimän autotallin 35 € ja kylmän 25 €.

Kalustetuissa opiskelijahuoneistoissa kalustemaksu on 20 euroa kuukaudessa.

Suurempia remontteja harkiten

Vuonna 2021 Sevas Kodit toteutti huoneistoremontteja 2,16 miljoonaa eurolla. Vuoden 2023 talousarviossa



huoneistokorjauksiin on budjetoitu 2 239 233 euroa. Kaikkiaan korjauksiin käytetään yli 4,1 miljoonaa euroa.

Suurempiin kiinteistöjen remontteihin, esimerkiksi kattoremontteihin tai lämmitysjärjestelmän muutoksiin, Sevas Kodit Oy hakee rahoitusta erikseen. Tällaiset remontit nostavat kiinteistön arvoa ja merkitään yhtiön taseeseen.

– Meillä on myös jonkin verran kohteita, jotka olisivat korjauksen tarpeessa, mutta niiden takapainotteinen rahoitusrakenne hankaloittaa sitä. Tämä nostaisi asukkaiden kannalta vuokraa liian korkeaksi.

– Onneksi olemme hankkineet lainoille korkosuojaukset hyvään aikaan. Korkosuojaus ja valtion korkotuki suojaavat meitä korkojen nousulta pitkälle tulevaisuuteen, Sami Siikala toteaa. ■

YHTEYDENPITO VUOKRANMAKSU-ASIOISSA

Sevas Kodit Oy:n taloustiimin tavoittaa vuokranmaksuasioissa:

- » sähköpostilla vuokranmaksut@sevas.fi
 - » puhelimella 06 420 33 11
- Voit tarkastaa maksutilanteesi ajasta tai paikasta riippumatta OmaSevakselta. OmaSevas-linkki löytyy nettisivujemme yläreunassa olevasta palkista. Palveluun rekisteröidytään pankkitunnuksilla.



Asunnottomuus uhkaa kasvaa kasvukeskusten ulkopuolella

Olemme huolestuneena seuranneet kohtuuhintaisen asumisen alasajoa kasvukeskusten ulkopuolella ja pelkäämme sen johtavan asunnottomuuden huomattavaan kasvuun tulevina vuosikymmeninä.

Kohtuuhintaisten asuntojen rakentaminen ja peruskorjaaminen on kaikessa hiljaisuudessa lopahtanut viime vuosina kasvukeskusten ulkopuolella. Taustalla ei suinkaan ole asuntojen tarpeen väheneminen vaan valtioneuvoston vuonna 2019 tekemä rahoituslinjaus. Sen vuoksi valtion avustukset ja korkotukilainat kohtuuhintaisten asuntojen rakentamiseen tai peruskorjaukseen ohjataan seitsemään kasvukeskukseen eli ns. MAL-alueille.

Kasvukeskusten ulkopuolella sijaitsee 245 kuntaa, joissa asuu lähes puolet suomalaisista. Näissä on arviolta yli 100 000 valtion tuella rakennettua kohtuuhintaista vuokra- ja asumisoikeusasuntoa, joissa asuu arviolta 200 000 asukasta. Kasvukeskusten ulkopuolella ei ole pelkkää kuittuvaa maaseutua vaan siellä on myös eläviä ja kasvavia kuntakeskuksia ja maakuntakeskuksia kuten Hämeenlinna, Kouvola, Mikkeli, Joensuu, Lappeenranta, Pori, Seinäjoki, Vaasa, Rovaniemi.

Vaikka väki vähenisi kunnassa, voi keskustajama ja asuntojen kysyntä siellä kasvaa voimakkaasti. Nykylinjauksen mukaan sinne ei kuitenkaan saada rahoitusta kohtuuhintaisten asuntojen rakentamiselle tai korjaa-

miselle. Rahoitusvaikeudet koskettavat myös asunto-osakeyhtiöitä näillä alueilla. Taloyhtiöiden kurjistuminen vaikuttaa koko taloyhtiöasumisen maineeseen, joten uhkakuvat huolestuttavat laajasti koko alaa.

Jos rahoitusta rakentamiseen tai perusparannuksiin ei ole saatavilla, niin taloudellisesti terveenkin ara-vuokrataloyhtiön talous ja sen mukana kiinteistöt ränsistyvät vähitellen. Pelkäämme tämän johtavan huutavaan asuntopulaan ja asunnottomuuden voimakkaaseen kasvuun kasvukeskusten ulkopuolella.

Väestön ikääntyessä esteettömien asuntojen tarve kasvaa koko ajan. Jo nyt on kuultu hyvinvointialueilta linjauksia, joissa ikääntyvien hoivaa tullaan tekemään enenevässä määrin kotihoidon ja kotisairaanhoidon sekä yhteisöllisen asumisen toimin. Hyvinvointialueet eivät tule saavuttamaan valtion edellyttämiä kustannussäästöjä, ellei ole olemassa koteja, joissa ikääntyvää väestöä voidaan hoitaa.

Paitsi että asunnottomuus on yksilölle äärimmäisen raskas tilanne, tulevat sen aiheuttamat ongelmat kalliiksi kunnille, hyvinvointialueille, valtiolle ja siten meille veronmaksajille. Siksi kehitykseen on puututtava pikaisesti. Asunnottomuuden kasvun estämiseksi rahoitus kohtuuhintaiseen asumiseen pitää turvata kaikkiin niihin kuntiin, taajamiin ja kirkonkyläin, joissa on pitkäaikaista tarvetta asunnoille.

Kohtuuhintainen, turvallinen ja terveellinen asuminen on ollut hyvin-

vointiyhteiskuntamme kivijalka yli 70 vuotta. Jotta se ei rapaudu, on välttämätöntä jatkossakin rakentaa ja korjata kohtuuhintaisia asuntoja myös kasvukeskusten ulkopuolella. ■

”ON VÄLTTÄMÄTÖNTÄ JATKOSSAKIN RAKENTAA JA KORJATA KOHTUUHINTAISIA ASUNTOJA MYÖS KASVUKESKUSTEN ULKOPUOLELLA.”

Tämä mielipidekirjoitus on lähetetty medially lokakuussa 2022. Mielipidekirjoituksen ovat allekirjoittaneet kymmenet pienten ja keski suurten kuntien vuokrataloyhtiöiden toimitusjohtajat, mukaan lukien Sevas Kodit Oy:n toimitusjohtaja Sami Siikala.

Seinäjäjoki muutti Emmiin elämän

Emmi asuu poikaystävänsä kanssa Sevaksen opiskelijakodissa.

Hän kertoo, millaisia kokemuksia hänellä on Seinäjoesta opiskelijakaupunkina.

Teksti: Anouk Vetoniemi ja Emmi, kuvat: Timo Aalto ja Emmin oma kuva-arkisto

Sevaksen opiskelijakodissa Luomanrannassa asuva **Emmi** sanoo olevansa onnellinen siitä, että hän sai poikaystävänsä kanssa Sevas Kodeilta asunnon. Luomanrannan kiinteistö sijaitsee Ruukintien varrella lähellä rautatieasemaa.

Helsingissä opiskellessaan Emmi asui soluasunnossa toisen tytön kanssa, ja yhteinen tila oli kovin pieni. Nyt pariskunnalla on mukava kaksio. Erillisessä makuuhuoneessa on oma nukkumisrauha. Olohuoneen puolella Emmi opiskelee, kun hän tekee opintojaan välillä etänä. Emmi lähtee kuitenkin mielellään kampukselle, missä saa nähdä ystäviä.

Vapaa-aika kuluu kotona sarjoja ja elokuvia katsellessa. Emmiin poikaystävän tehdessä yövuoroa pariskunnan kahdenkeskinen aika on kortilla. Viikonloppuisin he tykkäävät käydä yhdessä salilla tai rauhallisilla kävelylenkeillä. Joskus he käyvät ulkona syömässä.

Kulttuurituottajaksi Seinäjoella

”Valmistuin keväällä 2021 Kouvolan ammattikoulusta mediapalveluiden tuottajaksi. Hain Seinäjoen ammattikorkeakouluun opiskelemaan kulttuurituottajaksi ja sain opiskelupaikan. Hain myös Helsinkiin mutta en päässyt, ja toki Seinäjäjoki oli minulla ykkösvaihtoehtona. Alkuun meidän luokallamme aloitti noin viisikymmentä kulttuurituotannon opiskelijaa. Muutama on ensimmäisen vuoden jälkeen pudonnut pois matkasta. Aika iso luokka meillä kuitenkin yhä on.”

Seinäjäjoki uusin silmin

”Kaipaen ajoittain Kouvolan harjuja ja järviä. Seinäjoella on hieman liian tasaista maastoa, eikä järviäkään hirveästi ole. Seinäjäjoki on opiskelijakaupunkina hyvin aktiivinen, ja opiskelijoille on tarjolla paljon toimintaa. Täällä on mahdollisuus harrastaa erilaisia urheilulajeja. SeAMK, Seinäjoen ammattikorkeakoulun opiskelijakunta SAMO ja eri alojen opiskelijayhdistykset järjestävät erilaisia tapahtumia ja kaikenlaista toimintaa opiskelijoille.”

”Seinäjoen keskustan on suhteellisen tiivis, ja kouluun ja harrastuksiin on lyhyt matka. Meillä on auto, mutta emme käytä sitä juuri lainkaan. Mielelläni täällä kyllä asun, mutta en välttämättä halua kuitenkaan perustaa elämäni tänne. Vaikka eihän sitä koskaan tiedä. Olen aikaisemmin asunut Helsingissä ja siihen

tottunut, vaikka ei kaikki ollutkaan niin helppoa kuin Seinäjoella.”

”Luomanrannan huoltomies **Jyrki Sippola** on aivan ihana. Meillä on ollut suihkun kanssa välillä ongelmia, ja hän on käynyt saman päivän aikana korjaamassa sen. Olen hämmästynyt, koska Helsingin opiskelija-asunnoissa asuessani homma ei oikein toiminut. Tämä on ollut todella mukava yllätys. Sevaksella on ihmisläheinen meininki ja helppo asioida. Yleisesti ottaen olen ollut todella tyytyväinen Sevas Kotien asiakaspalveluun.”

Työmahdollisuudet ratkaisevat

”Seinäjoella on tarjolla töitä, reilustikin. Omalla suuntautumisalallani ei välttämättä ole töitä, ja se harmittaa. Olen tehnyt töitä elokuva-alalla. Täällä ei ole ihan samanlaisia mahdollisuuksia kuin Helsingissä ja Tampereella. Seinäjoella on kuitenkin paljon tapahtumia ja kulttuurikeskuksia. Niistä löytyisi kyllä töitä, mikäli olisi rohkeutta niihin hakea. Monihan on jäänyt Seinäjoelle työharjoitteluun, mutta osa on lähtenyt muualle, eri puolille Suomea.”

– Kasvit ovat minulle kaikki kaikessa. Löysin Facebookin kautta rottinkihyllyn, ja siitä on tullut minun aarteeni, Emmi iloitsee.



Kesä Seinäjoella

”Olen ollut viime kesän töissä, ensi kesästä en osaa vielä sanoa. Tein paljon töitä, mutta olisi ollut kiva tehdä muutakin. Seinäjäjoki on todella hieno kaupunki, ja täällä on paljon tutkittavaa. Mutta onneksi tässä on vielä aikaa seikkailla ja ihmetellä.”

Rottinkihylly

”Kasvit ovat minulle kaikki kaikessa. Löysin Facebookin kautta rottinkihyllyn, ja siitä on tullut minun aarteeni. Poikakaverini mielestä meillä on kuulemma liikaa kasveja, vaikei niitä edes ole paljon. Lisää ei kuitenkaan saisi kuulemma tulla. Toki, joku iso puu vielä kyllä puuttuu. Sellaisen voisinkin vielä hankkia tänne.”

Elämää opiskelijabudjetilla

”Opiskelijabudjetti on huono. En oikein voi edes lisätä tähän mitään. Kela myöntää yleensä 250 €/kk opintotukea, eikä se tietystikään riitä mihinkään. Olen joutunut nostamaan opintolainaa ja pitänyt sitä hätävarana. Toistia olen saanut rahaa, ja kesällä kun teki täyttä viikkoa, sain siitä säästöön kyllä jotain. Saimme alkuun asumistukeakin, mutta koska käymme molemmat töissä opintojen ohella, asumistukemme lakkautettiin. Vuokra on juuri sopiva, koska sähkö ja vesi kuuluu siihen ja tämä helpottaa paljon. Meidän asuntomme on todella iso ja siinä on erillinen makuuhuone, joten mielellämme maksammekin siitä käypää vuokraa.”

Joulun viettoon

”Ajattelin lähteä kotiin jouluksi. En osaa vielä sanoa tuleeko poikaystävä mukaan vai jääkö hän Seinäjoelle sukulaistensa luokse. Ajatus joulusta on kiva, mutta todellisuudessa se on aika rankkaa aikaa. Ihmiset ovat ajoittain kireitä ja jopa

Emmi asuu mukavassa kaksiossa Luomanrannassa.

”SEINÄJOKI ON OPISKELIJAKAUPUNKINA HYVIN AKTIIVINEN, JA OPISKELIJOILLE ON TARJOLLA PALJON TOIMINTAA.”

hieman kiukkuisia siitä stressin määrästä, kun pitää järjestää yhtä sun toista. Pitää hankkia paljon lahjoja, vaikka ei niille olisi välttämättä tarvetta. Nyt kun asun näin kaukana vanhemmistani, jouluna parasta on se, kun voimme perheenä kokoontua kaikki yhteen. Näemme yleensä koko porukka vain kerran vuodessa.”

Missä viiden vuoden kuluttua?

”Toivoisin olevani oman alan töissä. Voi olla, että asumme vielä Seinäjoella. Tai sitten jossain muualla. Unelmieni työpaikka olisi elokuva- tai televisioalalla, videotuotannon parissa.” ■



KOTILOITAJA

Aukeaman kokosivat: Vuokko Ala-Iikka ja Iina Aman, kuvat: Shutterstock

Samettisen hyvä kaurapuuro



Kaurapuuro on säilyttänyt asemansa suomalaisten luottopuurona aikakaudesta toiseen. Eikä ihme. Kaura on terveellistä, edullista ja gluteenittomana se sopii myös keliakikoille. Kaurapuuro sopii myös vegaaniseen ruokavalioon.

Voit valmistaa kaurapuuron oman makusi mukaan veteen, kauramaitoon tai maitoon.

Saat aamupuuroosi samettisuutta yksinkertaisella keinolla. Mittaa neste ja hiutaleet kattilaan jo edellisenä iltana ja jätä kattila yöksi jääkaappiin odottamaan aamua.

Näin valmistat kaurapuuron

6 dl maitoa, kauramaitoa tai vettä
2–2,5 dl kaurahiutaleita tai
gluteenittomia kaurahiutaleita
½ tl suolaa
1 rkl voita tai kolesterolia alentavaa rasvaa

Mittaa hiutaleet ja neste kattilaan. Jätä yöksi tekeytymään kelmun tai kannen alla jääkaappiin.

Nosta kattila aamulla hellalle. Lisää suola. Kuumenna sitä kohtuullisen miedolla lämmöllä muutaman minuutin ajan. Sekoittele kuumennuksen aikana, että puuro ei pala pohjaan. Kun puuro on sopivan sakeaa, lisää voinkare ja sekoita.

Näin puurosi maistuu pehmeältä ja pitkään hautuneelta. Puuroannoksen voit kruunata hillolla, marjoilla, hedelmillä tai vaikka mantelilastuilla. Jotkut lisäävät aamupuuron ruokaisuutta raejuustolla. Annoksesta riittää kahdelle. Terveellinen kaurapuuro sopii hyvin myös iltapalaksi.

Herkimpien kannattaa käyttää gluteenittomia kaurahiutaleita.

Miksi kaura on terveellistä?

1 Kaura alentaa kolesterolia

Kauran beetaglukaani estää kolesterolin imeytymistä elimistöön. Korkea kolesterolitaso nostaa sydän- ja verisuonitautien riskiä.

2 Kaura tasoittaa verensokeria

Kauran beetaglukaani hidastaa ravintoaineiden imeytymistä ja veren sokeritaso pysyy kohtuullisen tasaisena aterian yhteydessä. Verensokerin nopeat nousut ja laskut vaikuttavat vireyteen ja väsyttävät. Verensokeripiikit rasittavat elimistöä.

3 Kauran kuitu auttaa suolistoa

Kauran kuitu parantaa vatsan toimintaa, mikä tukee suoliston hyvinvointia. Suolistolle lempeä kaura sopii myös herkkävatsaisille, jolle muut viljat aiheuttavat oireita.

4 Kaura tukee painonhallinnassa

Kauran beetaglukaani ansiosta tasaisempi verensokeri pitää yllä kylläisyydentunnetta helpommin kuin nopeasti nousevat ja laskevat veren sokeritasot.

Valoa joulun aikaan

Epävarman sähkön aikoina paras joululahja voi olla valo: kaunis kynttilä ja tulitikkurasia, taskulamppu, otsalamppu tai vain vähän sähköä kuluttava led-valonauha.

Jos ostat paketillisen kruunukynttilöitä, saat niistä useamman lahjan. Kierrä yhden tai useamman kynttilän ympärille kaunis nauha. Askartele tulitikkurasiaan jouluinen etiketti.



Askartelua

Mitäpä jos lähtisit etsimään ideoita ja tarvikkeita kirpputoreilta ja kierrätyskeskuksesta. Heti tulee mieleen pari asiaa, joita on yleensä runsaasti tarjolla: virkatut pitsiliinat sekä lastentavaroista muoviset eläimet.

Pitsiliinoista, pienistä tai vähän isommista, voit sommitella verhon ikkunaan tai liinan pöydälle. Jos liinoiden väri-erot eivät haittaa silmääsi, anna mennä sellaisenaan. Mutta yhtä hyvin voit värjätä liinat ennen kuin yhdistät ne. Värit eivät paljon maksa, ja saat sisustukseesi toimivaa. Ompele liinat toisiinsa sopivista kohdista. Valmis!



KYLLÄ
Vuokko
TIETÄÄ



koko perheelle!

Eläimistä voit rakentaa pieneen laatikkoon asetelman eli dioraaman. Tee hevoselle talli tarvikkeineen, lehmälle navetta tai laidun, lemmikille peti ja leluja, villieläimille niille sopiva ympäristö. Rautakaupasta saa pieniä laudanpätkiä kehyksiksi jopa ilmaiseksi, pala kova-levyä taustaksi. Ota lapset ja nuoret mukaan tekemiseen, heillä on tuoreita ajatuksia.

Voit myös maalata eläimet mieleisellä värillä ja tehdä niistä avaimenperiä vaikka joululahjoiksi. Isompaan eläimeen voit tehdä aukon mehikasville. Kaulakoruunkin eläimet sopivat ketjujen ja erikokoisten puuhelmien kanssa. Kuusenkoristeita eläimistä saat maalaamalla ne kullan- tai hopeanvärisiksi ja kiinnittämällä niihin ripustusnauhan.

Nyt vain keksimään mitä haluat toteuttaa!

Sevas-asukkaana vuodesta 1985

Sarin ja hänen perheensä asumishistoria Sevaksella on pitkä. Vuokranantaja on pysynyt samana, mutta kodit ovat vaihtuneet elämäntilanteiden mukaan.

Teksti ja kuvat: Anouk Vetoniemi

Vuonna 1985 Sari meni naimisiin ja odotti ensimmäistä lastaan. Pari muutti Kasperiin Tapiolantielle. Asuttuaan reilu kuusi vuotta Tapiolantiella Sari muutti perheensä kanssa Suvi- viidalle, missä he asuivat vuoden verran.

Kun lasten koulut alkoivat Kivistössä, perhe halusi muuttaa lähemmäksi. Uusi koti löytyi Kielokujalta.

– Asuimme välillä myös Närelenkillä. Siitä kodista tykkäsimme kyllä eniten, Sari kertoo.

Nuorimman lapsen muutettua pois kotoa Sarin kotimatka jatkui Heleenkadulta Tapiolantielle.

Nyt Sari on asunut Ylisentiellä viimeiset kahdeksan vuotta. Sari kertoo, että Ylisentiellä on hyvä asua.

– Meitä kun asuu muutama muukin mummo tässä.

Rauhallista rinnakkaiseloa

Sarin ikkunasta näkyy Sevas Kotien opiskelijakohde, Koulukatu 35. Kuuluuko opiskelijaelämä naapuriin asti?

– Normaaleja elämisen ääniä on välillä toki kuulunut, mutta on ollut kyllä todella rauhallista. Ei ole haitannut yhtään, Sari vakuuttaa.

Useimmilla on varmasti oma lempipaikkansa kotona. Sellainen löytyy Sariltakin.

– Silloin kun en ole töissä tai en tapaa lapsiani, tykkään makoilla sohvalla ja olla vain ja nauttia.

Risuja ja ruusuja?

– Sevas Kodeille paljon ruusuja. Talossa on rauhallista asua ja meillä on hyvät välit naapureiden kanssa. Asunto tuntuu kodilta. Tässä on iso parveke, iso vaatehuone ja hyvä sauna, vaikka sitä harvemmin käytänkin. Tykkään siitä, että puisto on ihan vieressä.

Kotia kaunistava jättimäinen huonekasvi on kulkenut Sarin mukana Kielokujalta saakka.

– Mullat olen vaihtanut siihen vain kerran, mutta hyvin se on hengissä pysynyt.

Sarin kodin sisustuksessa on lämmin ja kodikas tunnelma.

Kotoinen tonttu istuskelee olohuoneen hyllyllä. Tonttu tuo mieleen jo lähestyvän joulun. Nyt Sari aikoo viettää joulua eri tavoin kuin hänellä on ollut tapana.

– Olen aina ollut jouluisin töissä, mutta tänä jouluna olen ajatellut pyytää vapaata ja viettää sen perheeni kanssa. ■

”SEVAS KODEILLE PALJON RUUSUJA. TALOSSA ON RAUHALLISTA ASUA JA MEILLÄ ON HYVÄT VÄLIT NAAPUREIDEN KANSSA.”



– Olen aina ollut jouluisin töissä, mutta tänä jouluna olen ajatellut pyytää vapaata ja viettää sen perheeni kanssa, Sari suunnittelee.



Tilaa kaikelle hyvälle

IKÄÄNTYVIEN ASUMISEN HANKE SELVITTÄÄ UUSIA ASUMISEN MALLEJA

Seinäjoen kaupunki selvittää parhaillaan ikääntyvien kaupunkilaisten asumisen mahdollisuuksia. Tavoitteena on saada aikaan ikäihmisten hyvän asumisen kehittämissuunnitelma.

Teksti ja kuva: Iina Aman

Seinäjoella on käynnissä Ikääntyvien asumisen hanke, jonka tarkoituksena on selvittää ikääntyvien ihmisten asumisen mahdollisuuksia Seinäjoen alueella. Työn tuloksena on tarkoitus saada aikaan ikäihmisten hyvän asumisen kehittämissuunnitelma. Hanke liittyy ympäristöministeriön johtamaan Ikääntyneiden asumisen toimenpideohjelmaan 2020–2022.

– Väestöennusteiden mukaan ikääntyvän väestön määrä kasvaa sekä maakunnassa että Seinäjoen kaupungin sisällä. Tarvitsemme uusia asumisen vaihtoehtoja, hankkeen projektipäällikkö **Katja Kankaanpää** toteaa.

Selvitystyössä on mukana useita yhteistyötahoja. Hankkeen aikana Kankaanpää ja palvelukoordinaattori **Kaija Göös** kokoavat yhteen tietoa kaupungin nykyisestä asuntokannasta, kiinteistömarkkinoiden ja palvelujen tarjoajien näkemyksistä sekä ikääntyvien asukkaiden huolenaiheista ja asumistoiveista.

– Teemme selvitystä yhteistyössä kaupungin asuntopoliittisen työryhmän kanssa. Hyvän asumisen ja asuinymäristön kehittämissuunnitelma on tarkoitus saada valmiiksi vuoteen 2024 mennessä.

Suunnitelman teemme Seinäjoen kaupungin näkökulmasta. Toivomme että saamme aikaan konkreettisia toimia, joita voidaan mallintaa myös koko hyvinvointialueella, Katja Kankaanpää toteaa.

Asuminen ajatteluttaa ikääntyviä

Tiivistähtinen selvitystyön vaihe alkoi hankkeessa kesäkuun alussa ja jatkuu huhtikuulle 2023.

– Olemme järjestäneet 28 asukastilaisuutta eri puolilla Seinäjoeta. Sovittuja tilaisuuksia on tiedossa jo yhdeksän lisää. Olemme tavoittaneet reippaasti yli 500 ihmistä näissä tilaisuuksissa, Katja Kankaanpää laskee.

– Asukastilaisuuksien suosio on yllättänyt meidät. Tämä asia ajatteluttaa ja puhuttaa ihmisiä. Olemme huomanneet, että kaupungin keskustan ja reunamien asukkailla on erilaisia näkökulmia, tarpeita ja toiveita. Esimerkiksi keskusta-alueen asukkaiden toiveissa on kulttuuripalveluiden saatavuus ydinkeskustassa. Sivummalla toivotaan, että kulttuuri tulisi lähelle

YMPÄRISTÖMINISTERIÖN IKÄÄNTYNEIDEN ASUMISEN TOIMENPIDEOHJELMA 2020–2022

Ennusteiden mukaan kymmenen vuoden päästä yli neljäsosa suomalaisista on yli 65-vuotiaita. Yli 85-vuotiaiden määrä kaksinkertaistuu seuraavien 20 vuoden aikana. Ikääntyneille sopivia asuntoja ja asuin-ympäristöjä tarvitaan jatkossa yhä enemmän.

OHJELMAN TAVOITTEET

- » Parantaa ikääntyneiden asuinoloja ja edistää asumisvaihtoehtojen tarjontaa
- » Tukea sekä ikääntyneiden että kuntien ennakointia ja varautumista asumisasioissa
- » Tukea ikäystävällisten asuin-ympäristöjen kehittämistä

OHJELMAN PAINOPISTEET JA TOIMENPITEET

Ennakointi ja varautuminen

- » Tuetaan ikääntyneiden kansalaisten omaa asumista koskevaa ennakointia
- » Tuetaan kuntien ennakointia ja varautumista ikääntyneiden asumistarpeisiin

Asuntojen korjaaminen ja uustuotannon ratkaisut

- » Edistetään hissien rakentamista olemassa olevaan asuntokantaan
- » Edistetään iäkkäiden ja vammaisten asuntojen korjaus- ja esteettömyysavustuksen käyttöä
- » Kehitetään ja tuotetaan tarpeita vastaavia asumisratkaisuja
- » Parannetaan tehostetun palveluasumisen ratkaisuja

Asuinympäristöt

- » Kehitetään asuinympäristöjä ikä- ja muistiystävällisiksi
- » Tuetaan ikääntyneiden yhteisöllisyyttä asuinalueilla



SEURAA HANKETTA SOMESSA:

Facebook

[https://www.facebook.com/ikääntyvien-asumisen-hanke-
seinäjoki-100429562778113](https://www.facebook.com/ikääntyvien-asumisen-hanke-seinäjoki-100429562778113)

Instagram

@ikääntyvien_asumisen_hanke

Haluatko tuoda esiin ajatuksia, ideoita tai toiveita ikääntyvien asumisesta?

Ota yhteys Ikääntyvien asumisen hankkeen työntekijöihin:

- » Katja Kankaanpää **040 626 7719**
katja.kankaanpaa@seinajoki.fi
- » Kaija Göös **040 661 6980**
kaija.goos@seinajoki.fi

Kaija Göös ja Katja Kankaanpää selvittävät, millainen olisi ikääntyneelle hyvä, viihtyisä asuinympäristö.

myös Ylistaroon, Peräseinäjoelle ja muihin kaupungin-osiin, Kaija Göös kertoo.

– Monia yhdistää toive siitä, että iän karttuessa olisi tarjolla ruokailumahdollisuus. Mahdolliseen asuin-yhteisöön toivotaan työntekijää, joka toimisi tarvittaessa käytännön apuna. Ihmiset pelkäävät yksinäisyyttä tai kokevat sitä jo. Tämä aika on varmastikin lisännyt kaipausta toisten ihmisten tuomaan turvaan, Kankaanpää arvioi.

Raha huolettaa

Asukastilaisuuksissa on noussut esiin huoli ruoan hinnasta ja matkustamisen kallistumisesta. Erityistä huolta kannetaan asumiskustannusten noususta.

– Tämä huoli korostuu etenkin omakotitaloissa asuvilla. Kohtuuhintaiselle asumiselle tulee varmasti lisääntyvää tarvetta, Kaija Göös sanoo.

– Asuntopoliittikkaan tarvitaan nyt käytännön ratkaisuja. Seinäjoelta puuttuvat kohtuuhintaiset välimuotoiset asumismahdollisuudet, kuten mahdollisuus asumisoikeusasumiseen. Olisi ihanteellista, jos Seinäjoen keskusta saisi asumisoikeusasumiseen tarkoitettua asuin-kohteen, Göös toteaa.

– Kaikilla ei tosin ole mahdollisuutta asumisoikeusasuntojen hintatasoon. Monipuolisia ratkaisuja etsittäessä Sevas Kodit nousee jo oman tehtävänsä kautta kärkitoimijaksi, Kaija Göös pohtii.

Rohkaisevia esimerkkejä

Millainen olisi ikääntyneelle ihmiselle hyvä, turvallinen ja viihtyisä asuin-ympäristö?

Katja Kankaanpää ja Kaija Göös pitävät Sevas Kotien Kototie 26:tta erinomaisena esimerkkinä ikääntyneiden asumismuodosta. Kyseessä on tavallinen kerrostalo, jossa jokainen asuu omassa kodissaan. Taloon on rakennettu kahdesta huoneistosta yhteinen Kotokammari, jonne Toimintojen Talo tuo arkipäivisin lounasruoan.

– Olemme haastatelleet Kotokammarissa kävijöitä. Heistä on mukavaa, kun he saavat ruokaila yhdessä ja tavata samalla muita asukkaita. Osa heistä tapaa jäädä hetkeksi seurustelemaan ja nauttimaan mukavasta yhteisestä toiminnasta. Monille jo tämä riittää turvallisuudentunteen lisääjäksi ja yksinäisyyden karkottajaksi. Kototien Sevas-asukkaat ovat etuoikeutettuja siinä asuintalossaan, Katja Kankaanpää sanoo.

Kasperin kaupunginosan Toimintojen Talo tarjoaa jo nyt eri-ikäisille palveluja. Katja Kankaanpää kertoo, että tästä on tarkoitus muokata jatkohankkeessa Elinkaarikampus Kasperin, jossa luodaan uudenlainen kaupunginosamalli jo olemassa olevien palveluiden ympärille.

– Tulevaisuutta rakennetaan nyt. Jokaisen kannattaa miettiä hyvissä ajoin, mistä asioista unelmoi ikääntyessään omassa asumisessaan ja asuin-ympäristössään, Katja Kankaanpää kehottaa. ■

Seinäjäjoki

Ikäkeskus

Ikäihmisten asiakasohjausyksikkö

Ikäkeskus palvelee joka arkipäivä



Ikäihmisten asiakasohjausyksikkö Ikäkeskuksen palvelut on tarkoitettu ensisijaisesti ikääntyville ja heidän läheisilleen. Palvelua voi saada myös aikuinen, joka tarvitsee sairauden tai vammautumisen vuoksi apua kotona pärjäämiseen. Ikäkeskuksen palvelut ulottuvat koko Seinäjoen alueelle.

Teksti ja kuva: Iina Aman

Ikäkeskus edistää ikääntyvien hyvinvointia ja tukee itsenäistä kotona asumista. Kotiin on mahdollista saada apua päivittäisiin toimintoihin. Apua voi tarvita vaikkapa pukeutumiseen ja päivittäisen hygienian hoitoon, ruokailun varmistamiseen ja lääkehoidon toteuttamiseen.

Ikäkeskuksesta voi löytyä keinoja myös yksinäisyyden karkottamiseen ja hyvinvoinnin ylläpitämiseen.

Kysyimme asiakasohjausyksikön vs. johtaja **Sari Lehtolalta**, mitä palveluja Seinäjoen kaupungin ikäkeskus kaupunkilaisille tarjoaa.

Kenelle Ikäkeskuksen palvelut on tarkoitettu?

Ikäkeskuksen puoleen voi kääntyä aina, jos kokee että ikä tai sairaus on tuonut haasteita kotona pärjäämiseen. Pääpaino meillä on ikäihmisten neuvonnassa ja ohjauksessa, mutta kotihoidon palveluja tarvitsevat muutkin kuin ikääntyneet henkilöt.

Selvitämme kotihoidon palvelutarvetta, jos henkilön toimintakyky on alentunut sairauden tai vaikkapa leikkauksen vuoksi. Järjestämme tällöin apua esimerkiksi lääkehoidosta huolehtimiseen.

Kuka vain voi olla meihin yhteydessä myös silloin, jos ikääntyneen na-

purin tilanne mietityttää. Tällöinkin meille voi soittaa, tulla käymään tai täyttää sähköisesti huolilomakkeen, jonka voi jättää myös postilaatikkoomme.

Miten voi päästä Ikäkeskuksen asiakkaaksi?

Jos asiakkaalla on haasteita kotona pärjäämisessä, hän tai joku muu hänen puolestaan voi ottaa yhteyttä Ikäkeskuksen ikäihmisten asiakasohjausyksikköön.

Neuvontaa ja ohjausta saa ilman ajanvarausta tai sovitussa tapaamisessa. Asiakas voi ottaa tapaamiseen mukaan läheisiään. Asiakasohjaajat

”MEILTÄ SAA AINA KYSYÄ NEUVOA, ME KYLLÄ YRITÄMME OHJATA ETEENPÄIN”, SARI LEHTOLA SEINÄJOEN IKÄKESKUKSESTA LUPAA.

neuvovat asiakasta ja hänen läheisiään, ohjaavat tarvittavien palveluiden piiriin ja tekevät tarvittaessa kotikäyntejä.

Mitä asiakasohjauksessa tapahtuu?

Asiakasohjauksessa pyritään siihen, että asiakas saisi yhdellä yhteydenotolla asiansa vireille ja eteenpäin.

Haluamme olla matalan kynnyksen paikka, jonne voi aukioloaikoina poiketa kysymään neuvoa pienemmissäkin ikäihmisten palveluita koskevissa asioissa.

Kaikki Ikäkeskuksen kautta myönnetyt palvelut perustuvat asiakkaalle tehtyyn palvelutarpeen selvitykseen sekä hoito- ja palvelusuunnitelmaan. Otamme asiakkaan mielipiteen huomioon. Selvitämme aina yksilöllisesti hänen tilanteensa ja tarpeensa. Käymme asiakkaan kanssa läpi hänen voimavaransa sekä toimintakykyä alentavat asiat. Tämän jälkeen pohdimme yhdessä, miten asiakasta voidaan tukea ja mitä palveluita hän tarvitsisi kotiin.

Millaisia kotipalveluja Seinäjoella asuvat voivat saada?

Toimintakyvyn alentuessa kotiin on mahdollista saada kotihoidon tuki- palveluita kuten ateriapalvelua ja kauppapalvelua. Asiakkaalle voidaan myöntää kotihoidon hoitajien käyntejä. Tarvittaessa he voivat tehdä useampiakin käyntejä päivän aikana.

Kotihoito voi varmistaa päivittäisen lääkehoidon tai ohjata ruokailua myös asiakkaan kanssa etäyhteydessä kuvapuhelun avulla.

Mitä muita palveluja Ikäkeskuksesta voi saada

Ikäihmiset voivat saada meidän kauttamme vireille kuntouttavan päivätoiminnan, lyhytaikashoidon sekä tehostetun palveluasumisen palveluita. Ikäkeskuksen kautta voi hakea myös omaishoidon tukea.

Erittäin tärkeää ikäihmisille on elämänlaadun ylläpitäminen. Ohjaamme asiakkaita esimerkiksi tuki- ja apu-

välineiden hankinnassa tai muistisairauden alkuvaiheessa vertaistuen piiriin. Meiltä saa myös tietoa ja vinkkejä, joiden avulla voi torjua yksinäisyyttä ja löytää virkistystä elämään.

Voiko käydä niin, että ei saakaan palveluita?

Voi olla, että Ikäkeskuksen sijaan asiakas tarvitsee muita palveluita. Ohjaamme asiakkaan aina hänelle parhaiten sopivien palveluiden pariin. Niitä voivat olla muun muassa aikuis-sosiaalityö, mielenterveyspalvelut ja vammaispalvelut. Teemme paljon yhteistyötä heidän kanssaan asiakkaiden palvelutarvetta selvitellessä.

Joskus Ikäkeskuksen kautta aloitettavien palveluiden myöntämisperusteet eivät täyty. Tällöinkään ei tarvitse jäädä ilman apua. Kodin piiriin arjen toimiin, esimerkiksi siivousavuksi, voi saada tukea muuta kautta: kolmannen sektorin eli erilaisten yhdistysten tai yksityisten palveluntuottajien tarjoamina palveluina. Ikäkeskuksesta voi saada tietoa palvelujen tarjoajista. Jos kotihoidon myöntämisperusteet täyttyvät, palvelua varten on mahdollista saada Ikäkeskuksesta palveluseteli. Palveluseteli kattaa osan kustannuksista, kun asiakas ostaa palvelun yksityiseltä palveluntuottajalta.

Muuttuuko jokin, kun siirrytään hyvinvointialueelle?

Haluamme edelleenkin tarjota ikääntyville laadukkaita palveluita, jokainen ikääntynyt asukas yksilöllisesti huomioiden.

Ikääntyvien palveluihin voi tulla pieniä muutoksia, kun kotihoidon ja kotona asumista tukevien tuki- palveluiden myöntämisperusteet ja toimintatavat yhtenäistetään hyvinvointialueelle siirryttäessä.

Ikäkeskuksen asiakasohjausyksikön nykyiset yhteystiedot ja puhelinnumerot säilyvät ennallaan. Ikääntyneen tai hänen läheisensä on yhtä helppo ottaa meihin yhteyttä kuin tähänkin asti. ■

IKÄKESKUS

Neuvonta- ja ohjauspalvelu

Avoinna

ma-pe klo 9-14

Puhelinaika

ma-pe klo 9-11 ja klo 12-14

06 416 6606

ikakeskus@seinajoki.fi

Valtionkatu 1,

60100 Seinäjoki

IKÄKESKUKSEN TUKEA JA APUA

- » Asiakasohjaus
- » Vireyttä tukevat palvelut
- » Asunnon muutostyöt
- » Ateriapalvelu
- » Kauppapalvelu
- » Peseytymispalvelu
- » Vaatehuoltopalvelu
- » Turvapalvelu
- » Kuljetuspalvelut
- » Kuntouttava päivätoiminta
- » Omaishoito
- » Ikäihmisten perhehoito
- » Kotihoito
- » Lyhytaikainen asuminen
- » Seinoriasuminen
- » Tehostettu ympärivuorokautinen palveluasuminen
- » Palveluseteli

IKÄKESKUKSESSA ASIAKKAITA PALVELEVAT

- » Neuvonta- ja ohjauspisteen asiakasohjaajat
- » Omaishoidon asiakasohjaajat
- » Kotihoidon asiakasohjaajat
- » Kuntouttavan lyhytaikashoidon asiakasohjaajat
- » Tehostetun palveluasumisen asiakasohjaajat
- » Sosiaaliohjaaja
- » Kotihoidon fysioterapeutit
- » Muistikoordinaattori

ASUKAS-
NEUVOSTO
KUTSUU
IDEOIMAAN



MILLAISEN ASUKASTAPAHTUMAN HALUAISIT JÄRJESTÄÄ SEVAKSEN ASUKKAILLE?

Tule ideoimaan Sevas Kodit Oy:n
asukastapahtumaa vuodelle 2023

keskiviikkona 18.1. klo 17.00–19.00
Sevas Kodit Oy, Matti Visannin kuja 10

Ilmoittaudu ideatapaamiseen viimeis-
tään 30.12.2022 Maarit Pitkäkankaalle:
maarit.pitkakangas@sevas.fi

UUSI ASUKASNEUVOSTO VALITAAN VUONNA 2023

Haluaisitko vaikuttaa Sevas Kotien asukas- neuvostossa ja yhtiön hallituksessa?

Teksti: Iina Aman, kuvat: Shutterstock

Vuokratalojen asukkailla on oikeus vaikuttaa omaa asumistaan koskeviin asioihin.

Asukasneuvoston toiminnan tavoitteena on asumisen mielekkäisyys sekä asumisrauha. Neuvosto määrittää puitteita hyvälle asuinyhteisölle.

Asukasneuvosto tekee yhteistyötä Sevaksen asuinkehteissa toimivien asukkaiden ja asukastoimikuntien kanssa.

Virkistys- ja viriketoiminta ovat osa asumisviihtyvyyttä sekä avointa kanssakäymistä.

Sevas Kodit Oy:n hallituksessa on tällä hetkellä kaksi asukasjäsentä.

Hallitustyöskentely on vastuullista, mielenkiintoista ja arvostettua. Hallituksessa toimit päätöksenteon ytimessä. Jos olet nuori, tämä voi olla sinulle näköalapaikka, jota arvostetaan myös työelämässä. Jos olet jo vanhempi asukas, voit tarjota kokemustasi yhteiseksi hyväksi.

Asukasneuvoston puheenjohtaja on Mauri Ahonen, Törnäväntie 10, puh. 040 584 2964.

Kun olet kiinnostunut toimimisesta asukasneuvostossa, ota yhteys Maarit Pitkäkankaaseen: maarit.pitkakangas@sevas.fi

Oman talon asioita hoitamaan

Asukkaiden yhteistyössä on vipuvoimaa. Asukkaiden ja asukastoimikuntien kokouksessa talojen asukkailla on oikeus antaa lausuntoja Sevas Kodit Oy:n talousarvioesityksestä, vuokranmääritysesityksestä, talousarvioon sisällytettävistä korjaustoimenpiteistä, pitkän ajan korjaussuunnitelmista ja huoltosopimuksen sisällöstä. Asukkailla on lisäksi oikeus valvoa hoito- ja huoltoperiaatteiden toteutumista, yhteisten

autopaikkojen, saunojen, pesutupien ja vastaavien tilojen vuokraus- ja jakamisperiaatteiden toteutumista sekä askartelu- ja kerhohuoneiden ja vastaavien tilojen asianmukaista käyttöä.

Asukkaat käyttävät päätösvaltaa oman asuinkehteensä asukkaiden kokouksessa. Äänioikeutettuja ovat kaikki talossa vakinaisesti asuvat 18 vuotta täyttäneet henkilöt.

Sevas toimittaa talousarvion niihin asuintaloihin, jotka ovat ilmoittaneet asuinkehteensä joko asukastoimikunnan puheenjohtajan, yhteys- tai luottamushenkilön tiedot.

Asukkaiden kokouksen kutsuu koolle asukastoimikunta. Jos sitä ei ole, koolle kutsuja voi olla asukkaiden halutessa vuokranantaja.

Asukkaiden kokouksella on oikeus valita oman asuinkehteen asukastoimikunta.

Asukkaiden kokous voi halutessaan päättää, että tehtävät jaetaan asukkaiden kokouksen, asukastoimikunnan tai luottamushenkilöiden kesken. Järjestelmä on joustava, jotta yhteishallintolaki toimisi asukkaiden toivomusten ja tarpeiden mukaisesti. ■



Jos kiinnostuit, ota yhteys:
✉ maarit.pitkakangas@sevas.fi

Sevas Kodit Oy:n asukasneuvoston puheenjohtajan Mauri Ahosen opastuksella rakenneltiin hyönteishotelli.

VASTAA JA
VOITA
50 euron
lahjakortti

Millaisia asukastapahtumia
sinä toivoisit Sevaksen
asukasneuvoston järjestävän?

VASTAA JA VOITA

S-ryhmän lahjakortti 50 €

Kuva: Iina Aman

VASTAA KOLMEEN KYSYMYKSEEN:

1. Haluaisitko osallistua Sevaksen asukkaille järjestettyyn toimintaan?
2. Millaisia asukastoimintaa toivoisit Sevas-asukkaille?
3. Haluaisitko olla mukana kehittämässä toimintaa?

Rakentavien vastausten kesken arvomme S-ryhmän 50 euron lahjakortin.

Lähetä vastauksesi niin, että se on perillä viimeistään 10.1.2023. Vastaa joko sähköpostilla maarit.pitkakangas@sevas.fi tai osoitteeseen Sevas Kodit Oy, Maarit Pitkäkangas, Matti Visannin kuja 10, 60100 Seinäjoki.

Liitä vastaukseen nimesi, kotiosoitteesi sekä puhelinnumerosi ja mahdollinen sähköpostiosoitteesi. Ilmoitamme tiedon television voittajalle henkilökohtaisesti.



ETSI
JOULUKUUSSET
VOITA
50 euron
lahjakortti

FIND
CHRISTMAS TREES
WIN
50 € gift
certificate



ASUKASKILPAILU ETSI 10 JOULUKUUSTA

Etsi lehdestä kymmenen joulukuusta ja voita 50 €:n lahjakortti Päivölän Citymarketiin.

Kirjoita vastaukseen, millä sivuilla kuuset sijaitsevat ja lähetä vastauksesi niin, että se on perillä viimeistään 10.1.2023.

Vastaa joko sähköpostilla maarit.pitkakangas@sevas.fi tai osoitteeseen Sevas Kodit Oy, Maarit Pitkäkangas, Matti Visannin kuja 10, 60100 Seinäjoki.

Liitä vastaukseen nimesi, kotiosoitteesi sekä puhelinnumerosi ja mahdollinen sähköpostiosoitteesi. Ilmoitamme tiedon lahjakortin voittajalle henkilökohtaisesti.

COMPETITION FOR TENANTS FIND 10 CHRISTMAS TREES

Find 10 christmas trees from this magazine and win a 50 € gift certificate to spend at Päivölä Citymarket.

List the page numbers where you found the trees in your answer. Send your answer by January 10th 2023, either via email to maarit.pitkakangas@sevas.fi or by post to Sevas Kodit Oy, Maarit Pitkäkangas, Matti Visannin kuja 10, 60100 Seinäjoki.

Please include your name, address and phone number and possible email address. The winner will be notified personally.



Hyvä Elämä

Iina Åman

Sain haastatella tähän lehteen henkilöä, joka huoltaa työkseen Sevas Kotien asuintaloja. Olin kuullut, että hän saa asukkailta erityisen paljon kiitosta. Kun häntä tarvitaan, hän tulee apuun mahdollisimman pian ja hoitaa huolellisesti työnsä. Mutta ei siinä kaikki.

Jo tapaamiseen mennessäni mietin, että teetpä mitä työtä hyvänsä, tärkeintä ei ole se mitä teet, vaan *miten* teet. Ja kuitenkin **Jyrki Sippola** pääsi yllättämään minut: Kun pyysin häntä kertomaan työstään, hän puhui ensimmäisen tunnin ajan ihmisistä.

Hän puhui siitä, miten tärkeää on, että asukas voi luottaa saavansa apua, kun sitä tarvitsee. Että vanhan ihmisen ei tarvitse kivuta tuolille lamppua vaihtamaan. Että hänen ei tarvitse tehdä sähköistä huoltokutsua, kun huoltomies voi auttaa siinä hetkessä ja paikan päällä. Ja että huoltomieheltä liikenee lisäksi pariminuuttinen ihan vain yksinäisen päivän juttuseuraksi.

Perheenäiti voi luottaa huoltomiehen käsivarsille pienen vauvansa, kun vähän isompi tarvitsee äitiä kesken kodin huoltotoiden. Opiskelija saa huoltoapua ja kohtaa samalla hyväksyvän, ymmärtävän aikuisen.

Asukkaan sairaus, hauraus ja kärsimys iskevät kipeästi huoltomiehen sydämeen, koska hän välittää.

Oikeastaan emme puhuneet niinkään ihmisistä, vaan ihmisyydestä.

Huoltomies kunnioittaa ihmistä, omaa ja työkavereiden työtä, työnantajaa. Arkiset valinnat tekevät näkyväksi sen, keitä varten ja minkä hyväksi hän työtään tekee.

Kun ihminen sisäistää, minkä ja keiden vuoksi hän toimii, hänen tekemisellään on mieltä ja merkitystä. Eikä vain hänelle itselleen, vaan kaikille, joiden hyväksi hän toimii. Tällainen asenne omiin pieniin ja suuriin velvollisuuksiin heijastuu ihmisestä häneen itseensä ja hänestä ulospäin. Hän tuottaa ympärilleen hyvää ja saa itsekin kokea iloa tuottamastaan hyvästä. Tarkoitus tuo valoa mukanaan.

Olisipa maailmassa enemmän tällaista valoa, me niin tarvitsemme sitä.

**TARCOITUS
TUO VALOA
MUKANAAN.**

YHTEISKÄYTTÖAUTO huristelee kaupungilla

Sevas Kodit Oy tarjoaa Nurmikadun ja Manttaalikadun asukkaiden käyttöön yhteiskäyttöauton. Auton on tarkoitus helpottaa liikkumista ja lisätä näin asumismukavuutta. Yhteiskäyttöauto on yksi askel kohti kestävämpää autoilukulttuuria.

Auto on nyt ollut asukkaiden käytössä runsaan vuoden, ja sen käyttö on yleistynyt jatkuvasti. Tilastojen mukaan autoa käytettiin esimerkiksi syyskuussa 90 kertaa.

Jos kokemukset ovat edelleen hyviä, yhteiskäyttöautoa voidaan tarjota muidenkin asuinkehtien asukkailla.

Auton käyttäminen maksaa 7 euroa/tunti.



Sevas Kodit kysyi asukkailta, miten he ovat käyttäneet autoa.

“

”Yhteiskäyttöauto on ollut käytössä ja on ollut todella hyödyllinen! Helppo käyttää!”

Vuokralainen

“

”On ollut käytössä, helppo käyttää ja ohjeet ovat selkeät.”

Vuokralainen

“

”Ei ole meillä ollut käytössä mutta olemme nähneet että on muilla paljon käytössä. Kaikki ovat kehuneet sitä!”

Vuokralainen

“

”Ei ole ollut käytössä koska koulu ja kauppa ovat niin lähellä.”

Vuokralainen



**Pidetään
yhteyttä!**

www.sevas.fi
www.omasevas.fi
-palvelu 24/7



VUOKRAUSPALVELU

puhelinpalvelu 06 420 3311 arkisin 9–15.30
sähköposti: vuokraus@sevas.fi
asiakaspalvelu avoinna arkisin 10–15

KIINTEISTÖASIAT

puhelinpalvelu 06 420 3311 arkisin 9–15.30
sähköposti kiinteistohallinto@sevas.fi
asiakaspalvelu avoinna arkisin 10–15

HUOLTOPALVELUT

huoltokutsut asuincohteen huoltoyhtiöön
www.sevas.fi

VUOKRANMAKSUASIAT

puhelimitse 06 420 3311 arkisin 9–15.30
sähköpostitse vuokranmaksut@sevas.fi

Facebook:  | [SevasKodit](https://www.facebook.com/SevasKodit)

Instagram:  @[@sevaskodit](https://www.instagram.com/sevaskodit)

TikTok:  | [SevasKodit](https://www.tiktok.com/@SevasKodit)

Asiakaspalvelupäällikkö

Asko Heikkilä
06 420 3360
asko.heikkila@sevas.fi

Kiinteistöjohtaja

Ville Viitala
06 420 3329
ville.viitala@sevas.fi

Talouspäällikkö

Anita Pihlajaniemi
06 420 3324
anita.pihlajaniemi@sevas.fi

Sidosryhmäyhteistyö

Yhteispäällikkö
Maarit Pitkäkangas
06 420 3350
maarit.pitkakangas@sevas.fi

Toimitusjohtaja

Sami Siikala
06 420 3300
sami.siikala@sevas.fi

Avoinna ma–pe klo 10–15
Puhelinpalvelu ma–pe klo 9–15.30
Asiakaspalvelu 06 420 3311

SEVAS
KODIT



Matti Visannin kuja 10
60100 Seinäjoki
www.sevas.fi | www.omasevas.fi

Toimituskunta: Sami Siikala, Maarit Pitkäkangas, Ville Viitala, Anita Pihlajaniemi, Asko Heikkilä, Iina Åman, Anouk Vetoniemi

Toimitus: Iina Åman, Viestintätoimisto Tenho Ulkoasu ja taitto: Tanja Mäki-Jussila, Semio Oy

Kannen kuva: Tanja Korpela **Julkaisija:** Sevas Kodit Oy

Painopaikka ja painosmäärä: KTMP Group Oy, 3700 kpl **Lähetä palautetta ja juttuvinkki:** iina.aman@tenho.fi, puh. 0400 656 188

Jos et halua saada tätä lehteä, voit ilmoittaa siitä meille kirjeitse tai sähköpostilla:

Sevas Kodit Oy, Maarit Pitkäkangas, Matti Visannin kuja 10, 60100 Seinäjoki tai maarit.pitkakangas@sevas.fi. Muista mainita nimesi ja osoitteesi!