



ELÄMÄNSÄ SANKARI

OMAISHOITAJIEN KIRKKOPYHÄ 22.11.2009

OMAISHOITAJIEN VALTAKUNNALLINEN VIIKKO 48

Sisältö

1 JOHDANTO	3
2 ELÄMÄNSÄ SANKARI.....	4
3 IDEOITA OMAISHOITAJIEN KIRKKOPYHÄÄN.....	5
4 OMAISHOIDION KYMMENEN TEESIÄ	7
5 MESSUAINEISTOA, JOKA SISÄLTÄÄ EHDOTUKSIA JUMALANPALVELUKSEN SAARNAJUURIKSI	10
6 OMAISHOITOTEEMAAN LIITTYVÄÄ KIRJALLISUUTTA.....	14

1 JOHDANTO

OMAISHOITAJA ELÄMÄNSÄ SANKARI

Vuoden 2010 teema on puhutteleva ja ajatuksia herättävä. Kirkkopyhä aloittaa tulevan vuoden 2010 teeman valmistelun Omaishoitajat ja Läheiset -Liitossa samalla kun Valtakunnallinen Omaishoitajien viikko teemanaan "Omaishoidon monet kasvot" päättää vuoden 2009.

Vuonna 2010 haluamme Omaishoitajat ja Läheiset -Liitossa nostaa omaishoitajien oman arvon tunnetta ja haastaa ihmisiä keskusteluun omaishoitajan jaksamisesta.

Teema Omaishoitaja elämänsä sankari korostaa omaishoitajan asiantuntijuutta elämässään. Hänen asiantuntemuksensa myös omaishoitotilanteeseensa on ohittamaton. Usein omaishoitajalle sanotaan, ettei toisen elämää voi elää. Yhtä tärkeää on arvostaa omaishoitoperheiden ja omaishoitajan näkemyksiä ja valintoja elämäänsä koskevissa asioissa.

Kaikissa omaishoitoperheiden elämää koskevissa sitoumuksissa ja sopimuksessa omaishoitajan (ja myös hoidettavan läheisen aina kun se vain on mahdollista) tulee olla tasavertainen toimija ja yhteistyökumppani. Hän ei ole pyytämässä tai saamassa jotain, vaan myös antamassa oman tärkeän panoksensa.

Omaishoitaja huolehtii itsestään, muistaa oman jaksamisensa rajat, rakastaa läheistään niin paljon, että rakastaa ensin itseään. Se on sankaruutta ja vaatii paljon rohkeutta. Omaishoitaja on avoin näkökulmille, harkitseva ja rakentava, rinnalla kulkeva, luotettava. Elämänsä sankari uskaltaa olla myös heikko, haavoittuva ja pyytää apua ja tukea tarvittaessa.

Omaishoidon monet kasvot

Omaishoitotilanne voi tulla perheeseen eri tavoin. Se voi syntyä vähitellen, lähes huomaamatta. Puoliso auttaa toista joissakin arjen toiminnoissa, kunnes huomaa, että läheinen ei selviydykään ilman tätä apua. Aikuiset lapset voivat huolehtia ikääntyvien vanhempiensa kotona pärjäämisestä, käyvät ehkä kaupassa, siivoamassa ja auttamassa terveydenhuoltoon liittyvissä asioissa. Joskus taas omaishoitotilanne syntyy äkillisesti esim. puolison sairastumisen tai vammautumisen seurauksena tai lapsen synnyntänsä sairauden tai vamman myötä.

Suomessa yli 600.000 henkilöä huolehtii toisella paikkakunnalla asuvista vanhemmistaan. He ovat yleensä vailla yhteiskunnan tukea hoitamiseensa. Myös erittäin suuri osa iäkästä puolisoaan hoitavista omaishoitajista ei saa omaishoitolaian mukaista tukea. Lakisääteistä kuntien myöntämää omaishoidon tukea saavat ovat kuitenkin valtaosin puolisoaan hoitavia naisia.

Omaishoitajien antaman avun ja tuen määrä vaihtelee. Joskus pienikin apu esimerkiksi arkiaskareissa riittää turvaamaan läheisen selviytymisen. Useimmiten avun tarve on lähes ympärivuorokautista, ilman omaishoitajan apua ja tukea hoidettava läheinen joutuisi siirtymään pitkäaikaishoitoon.

Omaishoidossa on yhteensä 60.000 laitospaikkaa henkilöä, joista kunnallista omaishoidon tukea saa 11 600 henkilöä. Pieni osa omaishoitajista (alle 10 %) saa tukea kotikunnaltaan erityisen, omaishoidon tukea koskevan lain nojalla. Omaishoito on kunnalle edullinen hoitomuoto. Sen inhimillistä merkitystä on mahdotonta arvioida rahallisesti.

Kirkkovuoden viimeisen sunnuntain nimi vaihtelee eri kirkoissa. Joissain kirkoissa puhutaan vain viimeisestä sunnuntaista ilman lisämääreitä. Suomessa otettiin vuoden 1958 evankeliumikirjaan Ruotsin esikuvan mukaisesti nimitys *tuomiosunnuntai*. Tästä päivästä käytetään myös nimitystä *Kristuksen kuninkuuden sunnuntai*. Nämä kaksi erilaista aihetta muodostavat kuitenkin kokonaisuuden: kirkkotaiteessakin Kristus viimeisen tuomion toteuttajana on kuvattu maailmankaikkeuden valtiaaksi (*Khristos Pantokrator*).

Päivän evankeliumitekstin mukaan Kristus tulee aikojen lopulla »kirkkaudessaan kaikkien enkeliensä kanssa ja istuu kirkkautensa valtaistuimelle» (Matt. 25: 31). Näin kirkkovuoden viimeinen sunnuntai liittyy samalla seuraavaan sunnuntaihin, adventtiin. Kirkkovuoden alussa ja lopussa - tai lopussa ja alussa - kuuluu sama viesti: Jumala lähestyy meitä Kristuksessa ja asettaa meidät kasvojensa eteen. Ihminen on vastuussa teoistaan ja tekemättä jättämisistään. Viimeisessä tuomiossa Jumalan vanhurskaus toteutuu lopullisesti.

Tuomiosunnuntai on valittu omaishoitajien kirkkopyhäksi, se on samalla avaus alkavalle omaishoitajien viikolle. Tuomiosunnuntain sanoma liittyy Kristuksen toiseen tulemukseen, nyt kuninkaana ja vanhurskaana tuomarina.

2 ELÄMÄNSÄ SANKARI

Mistä voimaantumisessa on kyse?

Voimaantuminen liitetään ihmisen sisäisen voiman tunteen kasvuun. Voimaantuminen on yhteydessä yksilön hyvinvointiin ja omien voimavarojen vaalimiseen ja kääntäen, uupumisen ehkäisyyn.

Voimaantuminen lähtee ihmisestä itsestään. Toinen ei voi toista voimaannuttaa, vaan kysymyksessä on henkilökohtainen ja omaehtoinen prosessi. Tukena ja mahdollistajana voi toisilla ihmisillä kuitenkin olla merkittävä rooli, samoin kuin avoimella, turvallisella, kannustavalla ja luottamukseen perustuvalla toimintaympäristöllä (ks. Siitonen, 1999).

Kaikki persoonaa ja osaamista kehittävä työ tai toiminta on voimaantumisen kannalta arvokasta. Niinpä esimerkiksi

- omaishoitotyössä voi voimaantua
- harrastuksen parissa voi voimaantua
- työssä voi voimaantua
- vuorovaikutuksessa toisten kanssa voi voimaantua
- onnistumiset, vaikka kuinka pienetkin, voimaannuttavat
- omaishoitajan ansiokansion parissa voi voimaantua!

Voimaantumisen kannalta on tärkeää se, miten ihminen näkee itsensä. Arvioimme ja muokkaamme minäkäsitystämme ollessamme vuorovaikutuksessa toisten kanssa. Arvostava ja kannustava palaute muilta ihmisiltä tukee myönteistä minäkäsitystä. Sillä, miten lähestymme ja kohtelemme toisiamme, on siis merkitystä. Myönteisen käsityksen itsestään omaava ihminen suhtautuu optimistisesti tulevaisuuteen ja mahdollisuuksiinsa.

Realistisiin tavoitteisiin pyrkiminen on tärkeää, koska ne on mahdollista saavuttaa. Asetetun tavoitteen, pienenkin, saavuttamista seuraa onnistumisen kokemus, uutta innostuneisuutta ja uusien haasteellisten päämäärien tavoittelua. Toisaalta joskus täytyy uskaltautua irrottautumaan totutusta realismista, jotta voi löytää uudet mahdollisuudet. Joskus voi siis olla aika unelmoida isosti ja toteuttaa rohkeasti.

Huolehdi muutospolkusi päivittäisestä voimavarahuollosta

Tee itsellesi pitkä lista nautinnoista – pienistä ja isoista. Kirjaa listaan asioita, joiden tekemisestä olet elämäsi varrella nauttinut. Asioita, joita olet haaveillut tekeväsi ja asioita, joiden tiedät voimistavan sinua, mutta joita et ole tullut tehneeksi. Laita lista näkyvälle paikalle, ja valitse siitä joka päivä yksi toteutettavaksi.

”Sitä saat, mitä tilaat” – uskalla siis myös unelmoida isosti

Jos paluu työelämään on sitä, mitä tarvitset ja haluat, määritä vetovoimainen työ, jossa viihtyisit. ”Sitä saat, mitä tilaat”, joten ole tarkka tilauksessasi. Kiinnitä huomiotasi mahdollisuuksiin. Anna itsellesi lupa tutkia tilannettasi totutut ajattelutavat päälaelleen kääntäen. Siten voit löytää ratkaisuja, jotka muuttavat kaiken. Suo itsesi ajatella, että tässä sinulla on mahdollisuus uuteen ammatinvalintaan ja unelmatyön saamiseen. Usko, että idea uudeksi työksesi on sisälläsi – ehkä se on ollut siellä jo lapsuudestasi lähtien.

Kysymyksiä mietittäväksi tai ryhmäkeskustelun pohjaksi:

- 1) Onko omaishoito työtä? Perustelee, miksi.
- 2) Mitä työ minulle merkitsee?
- 3) Mikä edistää voimaantumista?
- 4) Mitkä ovat voimaantumisen välttämättömiä edellytyksiä?
- 5) Voiko omaishoitotyössä voimaantua? Millä tavoin?
- 6) Millainen työ voimaannuttaa sinua?
- 7) Mikä syö sisäistä voimaasi?



3 IDEOITA OMAISHOITAJIEN KIRKKOPYHÄÄN

Omaishoitajien kirkkopyhä aloittaa omaishoitajaviikon, jolloin on mahdollista erityisesti huomioida omaishoitajana työskenteleviä. Viikon aikana järjestetään lukuisia erilaisia tilaisuuksia omaishoitajille eri puolilla maata. Valtakunnallinen viikko tarjoaa mahdollisuuden saada omaishoitajien asialle laajalti huomiota. Toivomme, että mahdollisimman monet seurakunnat, omaishoitajien paikallisyhdistykset ja muut tahot yhdessä toteuttaisivat ja osallistuisivat valtakunnallisen viikon tilaisuuksiin ja tapahtumiin.

Vinkkejä omaishoitajien kirkkopyhään:

- Kiinnostuksen ja mahdollisuuksien mukaan paikallisseurakunnat voivat järjestää kirkkopyhän viettoa omalla alueellaan. Kirkkopyhän järjestäminen voi myös olla rovastikunnallinen tehtävä tai yhteistyöprojekti seurakunnan, kunnan ja paikallisen omaishoitajayhdistyksen kanssa.
- Päivä voisi alkaa ehtoollisjumalanpalveluksen vietolla (kirkkoon kuljetus?). Ohjelmaan sopisi myös kirkkokahvit ja/tai tiedollista ja virkistyksestä ohjelmaa sisältävä juhla. Mikäli paikalliseen omaistyöhön tarvitaan varoja, voitaneen neuvotella kirkkoherran kanssa tuomiosunnuntain vapaan kolehdin keräämisestä omaishoitajien hyväksi.
- Konsertti kahvihetken lomaan kirkon jälkeen
- Omaishoitajat mukaan tekemään yhteistä kirkkopyhää: esirukous, tekstien lukeminen, virsien valitseminen ym.
- Omaishoitajat huomioidaan esim. ruusulla tms. juhlan aikana.
- Yhteinen lounas kirkonmenojen jälkeen.
- Pikkujoulujuhla omaishoitajille.
- Oheiset omaishoidon teesit voi jakaa ja esitellä tilaisuudessa, esim. kahvipöytiin monisteina
- Muistathan varmistaa kirkon esteettömyyden ja tarvittavan avun liikuntaesteisille.

Esimerkki Tampereen seurakuntien kirkkopyhästä yhteistyössä Tampereen seudun omaishoitajat ry:n kanssa 23.11.2008

Omaishoitajien kirkkopyhää vietettiin eri puolilla Suomea 23.11.2008. Myös Tampereella seurakunnat järjestivät kirkkopyhän yhteistyössä Tampereen seudun Omaishoitajat ja Läheiset ry:n kanssa. Omaishoitajat toimivat jumalanpalveluksessa tekstin lukijoina. Kirkkokahvilla kansanedustaja Leena Rauhala kertoi omaishoitajan arjesta ja juhlasta. Kahvipöytiin oli jaettu luettavaksi Omaishoidon kymmenen teesiä.

Yleisen kirkkorukouksen yhteydessä seurakuntien omaishoidon ja vammaistyön ohjaaja, entinen omaishoitaja Kyllikki Kautto luki omaishoitajan rukouksen, jonka hän oli koonnut paikallisen omaishoitajaryhmän kirjaamista rukousaiheista.

4 OMAISHOIDON KYMMENEN TEESIÄ

10 teesiä omaishoidosta

(Omaishoitajat ja Läheiset - Liitto ry 2004)

1. Omaishoidolle on annettava sille kuuluva arvo

Yhteiskunnan on estettävä omaishoitajien syrjäytyminen.

- On tunnustettava, että Suomi ei selviydy ilman omaishoitoa.
- Omaishoito ei saa olla pelkästään laitoshoidon vaihtoehto.
- Omaishoitajia on kohdeltava tasa -arvoisesti.

2. Omaishoitotilanteet on tunnistettava

Viranomaisten on oltava herkkiä havaitsemaan omaishoidon rajat ja mahdollisuudet.

- Heti kun hoitosuhde on syntynyt, viranomaisten on tarjottava omaishoitoa tukevia palveluja.
- Kaikkia omaishoitosuhteita varten on tehtävä yksilöllinen hoito - ja palvelusuunnitelma.
- Kun omaishoito käy hoitajalle ylivoimaiseksi, on hoidettavalle järjestettävä hoitopaikka.

10 teesiä omaishoidosta

(Omaishoitajat ja Läheiset - Liitto ry 2004)

3. Jokaiseen omaishoitosuhteeseen on kohdistettava oikeanlaista tukea

Tuen ja palvelujen määrää on kasvatettava hoidon sitovuuden ja vaativuuden mukaan.

- Työssäkäyvien omaishoitajien hoitoa tarvitseville läheisille on tarjottava riittävästi päivähoidon vaihtoehtoja.
- Erityistä hoivaa ja huolenpitoa tarvitsevan lapsen vanhempia on kohdeltava omaishoitajina.
- Iäkkäiden puolisoitten erityistarpeet on otettava huomioon.

4. Omaishoito on osa kotihoidon kokonaisuutta

Hoito- ja palvelusuunnitelmaa on säännöllisin välein tarkistettava.

- Omaishoidon onnistumiseksi on annettava riittävästi apuvälineitä ja hoitotarvikkeita.
- Kotiin on järjestettävä kotihoitoa tukevia palveluja.
- Kuntien on varauduttava lyhyt- ja pitkäaikaishoidon antamiseen hoidettavalle.

10 teesiä omaishoidosta

(Omaishoitajat ja Läheiset - Liitto ry 2004)

5. Omaishoitajille on tarjottava tietoa, koulutusta ja ohjausta *Kuntien, seurakuntien ja järjestöjen tulee toimia yhteistyössä omaishoitajien tukemiseksi.*

- Perheitä on tuettava tunnistamaan, milloin normaali perhesuhde muuttuu omaishoitosuhteeksi.
- Omaishoitajille on tarjottava helposti saatavaa, selkeää tietoa oikeuksista ja palveluista.
- Koulutuksen ja ohjauksen pitää olla yksilöllistä ja kuhunkin omaishoidon vaiheeseen soveltuvaa.

6. Omaishoitajien terveydestä ja toimintakyvystä on huolehdittava *Ammattilaisten tulee aktiivisesti seurata omaishoitosuhteessa elävien henkilöiden terveydentilaa.*

- Omaishoitotilanteiden selvittämiseksi ikääntyvien perheiden tulee saada palveluohjausta.
- Omaishoitajille on järjestettävä säännöllisiä terveystarkastuksia.
- Omaishoitajille on tarjottava mahdollisuus toimintakyvyn ylläpitämiseen ja kuntoutukseen.

10 teesiä omaishoidosta

(Omaishoitajat ja Läheiset - Liitto ry 2004)

7. Omaishoitajilla tulee olla oikeus säännölliseen vapaaseen *Yksilöllisiä tilapäishoidon vaihtoehtoja on kehitettävä.*

- Omaishoitajien jaksaminen on turvattava loman ja vapaan avulla.
- Vapaata on järjestettävä hoitajan yksilöllisten toiveiden ja tarpeiden mukaan.
- Kotona tehtävään tilapäishoittoon on koulutettava sijaishoitajia.

8. Omaishoitajalla on oltava mahdollisuus vertaistukeen *Viranomaisten on kannustettava omaishoitajia osallistumaan paikkakunnalla toimiviin vertaisryhmiin.*

- Omaishoitajat tarvitsevat toisiaan, vaikka heidän hoitosuhteensa ovat erilaisia.
- Omaishoitajan yksilöllisyyttä ja omaa elämäkatsomusta on kunnioitettava.
- Omaishoitajien ”hiljainen tieto” on otettava täydesti käyttöön myös suunnittelussa.

10 teesiä omaishoidosta

(Omaishoitajat ja Läheiset - Liitto ry 2004)

9. Hoitosuhde on ihmissuhde

On tärkeää, että sekä hoitajan että hoidettavan arkielämää ja itsetunnon säilymistä tuetaan.

- Hoitosuhteessa pitää olla tilaa myös ihmissuhteelle.
- Toisistaan huolehtivia iäkkäitä pariskuntia ei saa jättää yksin.
- Vammaisten lasten vanhemmilla on oikeus vanhemmuuteen ja aikuiseen parisuhteeseen.

10. Omaishoitajalla on oikeus omaan elämään

On muistettava, että hyvä omaishoito ei saa olla itsestäänselvyys eikä se edellytä uhrautumista.

Omaishoito on elämäntapa, haaste ja mahdollisuus.

- Hoitaminen ei saa olla omaishoitajan ainoa elämänsisältö.
- Riippuvuussuhteen sitovuutta on lievennettävä tukemalla hoitajan jaksamista.
- Omaishoitajalla on oikeus lepoon, iloon ja hyvään oloon

5 MESSUAINEISTOA, JOKA SISÄLTÄÄ EHDOTUKSIA JUMALANPALVELUKSEN SAARNAJUURIKSI

TUOMIOSUNNUNTAI – KRISTUKSEN KUNINKUUDEN SUNNUNTAI

Omaishoitajien kirkkopyhä 22.11.2009

Ps. 143

Herra, kuule rukoukseni,
ota vastaan pyyntöni!
Sinä uskollinen, sinä vanhurskas,
vastaa minulle!
Älä vaadi palvelijaasi tuomiolle,
sillä sinun edessäsi ei yksikään ole syytön.
Vihamieheni vainooa henkeäni,
hän polkee elämäni jalkoihinsa,
hän suistaa minut pimeyteen,
kauan sitten kuolleitten joukkoon.
Voimani ovat lopussa,
sydämeni jähmettyy.
Minä muistelen menneitä aikoja,
mietin kaikkia tekojasi,
ajattelen sinun kättesi töitä.
Minä kohotan käteni sinun puoleesi,
sieluni janoaa sinua kuin kuivunut maa.
Vastaa minulle, Herra!
Vastaa pian, kauan en enää jaksa!
Älä kätke minulta kasvojasi,
muutoin olen haudan partaalla.
Sinuun minä turvaan -
osoita laupeutesi jo aamuvarhaisesta!
Sinun puoleesi minä käänny -
opeta minulle tie, jota kulkea!
Herra, pelasta minut vihollisteni käsistä!
Sinun luonasi olen turvassa.
Sinä olet minun Jumalani -
opeta minua täyttämään tahtosi!
Sinun hyvä henkesi johdattakoon minua tasaista tietä.



1. lukukappale

Dan. 12: 1-3

Lopun hetkellä astuu esiin Mikael,
suuri enkeliruhtinas,
joka seisoo kansasi suojana.
Ja tulee ahdistuksen aika,
jonka kaltaista ei ole ollut
siitä alkaen, kun kansoja on ollut,
aina tuohon aikaan saakka.
Mutta sinun kansasi pelastuu,
pelastuu jokainen, jonka nimi on kirjoitettu kirjaan.
Monet maan tomussa nukkuvista heräävät,
toiset ikuisen elämään,
toiset häpeään ja ikuisen kauhuun.
Oikeat opettajat loistavat

niin kuin säteilevä taivaankansi,
ja ne, jotka ovat opastaneet monia vanhurskauteen,
loistavat kuin tähdet,
aina ja ikuisesti.

2. lukukappale

Ilm. 20: 11-21: 1

Minä näin suuren valkean valtaistuimen ja sen, joka sillä istuu. Hänen kasvojensa edestä pakenivat maa ja taivas, eikä niistä jäänyt jälkeäkään. Näin myös kuolleet, suuret ja pienet, seisomassa valtaistuimen edessä. Kirjat avattiin, avattiin myös elämän kirja, ja kuolleet tuomittiin sen perusteella, mitä kirjoihin oli merkitty, kukin tekojensa mukaan. Meri antoi kuolleensa, Kuolema ja Tuonela antoivat kuolleensa, ja kaikki heidät tuomittiin tekojensa mukaan. Kuolema ja Tuonela heitettiin tuliseen järveen. Tämä on toinen kuolema: tulinen järvi. Jokainen, jonka nimeä ei löytynyt elämän kirjasta, heitettiin tuohon tuliseen järveen.

Minä näin uuden taivaan ja uuden maan. Ensimmäinen taivas ja ensimmäinen maa olivat kadonneet, eikä merta ollut enää.

Evankeliumi

Matt. 25: 31-46

Jeesus sanoi opetuslapsille:

»Kun Ihmisen Poika tulee kirkkaudessaan kaikkien enkeliensä kanssa, hän istuu kirkkautensa valtaistuimelle. Kaikki kansat kootaan hänen eteensä, ja hän erottaa ihmiset toisistaan, niin kuin paimen erottaa lampaat vuohista. Hän asettaa lampaat oikealle ja vuohet vasemmalle puolelleen. Sitten kuningas sanoo oikealla puolellaan oleville: 'Tulkaa tänne, te Isäni siunaamat. Te saatte nyt periä valtakunnan, joka on ollut valmiina teitä varten maailman luomisesta asti. Minun oli nälkä, ja te annoitte minulle ruokaa. Minun oli jano, ja te annoitte minulle juotavaa. Minä olin koditon, ja te otitte minut luoksenne. Minä olin alasti, ja te vaatetitte minut. Minä olin sairas, ja te kävitte minua katsomassa. Minä olin vankilassa, ja te tulitte minun luokseni.'

Silloin vanhurskaat vastaavat hänelle: 'Herra, milloin me näimme sinut nälissäsi ja annoimme sinulle ruokaa, tai janoissasi ja annoimme sinulle juotavaa? Milloin me näimme sinut kodittomana ja otimme sinut luoksemme, tai alasti ja vaatetimme sinut? Milloin me näimme sinut sairaana tai vankilassa ja kävimme sinun luonasi?' Kuningas vastaa heille: 'Totisesti: kaiken, minkä te olette tehneet yhdelle näistä vähäisimmistä veljistäni, sen te olette tehneet minulle.'

Sitten hän sanoo vasemmalla puolellaan oleville: 'Menkää pois minun luotani, te kirotut, ikuisen tuleen, joka on varattu Saatanalle ja hänen enkeleilleen. Minun oli nälkä, mutta te ette antaneet minulle ruokaa. Minun oli jano, mutta te ette antaneet minulle juotavaa. Minä olin koditon, mutta te ette ottaneet minua luoksenne. Minä olin alasti, mutta te ette vaatettaneet minua. Minä olin sairas ja vankilassa, mutta te ette käyneet minua katsomassa.'

Silloin nämäkin kysyvät: 'Herra, milloin me näimme sinut nälissäsi tai janoissasi, kodittomana tai alasti, tai sairaana tai vankilassa, emmekä auttaneet sinua?' Silloin hän vastaa heille: 'Totisesti: kaiken, minkä te olette jättäneet tekemättä yhdelle näistä vähäisimmistä, sen te olette jättäneet tekemättä minulle.'

Ja niin he lähtevät, toiset iankaikkiseen rangaistukseen, mutta vanhurskaat iankaikkiseen elämään.»

Vaihtoehtoisia saarnatekstejä

Joh. 5: 22-29

Jeesus sanoo:

»Isä itse ei tuomitse ketään, vaan hän on antanut kaiken tuomiovallan Pojalle, jotta kaikki kunnioittaisivat Poikaa niin kuin he kunnioittavat Isää. Se, joka ei kunnioita Poikaa, ei kunnioita myöskään Isää, joka on hänet lähettänyt.

Totisesti, totisesti: se, joka kuulee minun sanani ja uskoo minun lähettäjääni, on saanut ikuisen elämän. Hän ei joudu tuomittavaksi, vaan hän on jo siirtynyt kuolemasta elämään. Totisesti, totisesti: tulee aika - ja se on jo nyt - jolloin kuolleet kuulevat Jumalan Pojan äänen. Ne, jotka sen kuulevat, saavat elää, sillä Isä, elämän lähde, on tehnyt myös Pojasta elämän lähteen. Isä on myös antanut hänelle tuomiovallan, koska hän on Ihmisen Poika. Älkää ihmetelkö tätä! Tulee aika, jolloin kaikki, jotka lepäävät haudoissaan, kuulevat hänen äänensä. He nousevat haudoistaan - hyvää tehneet elämän ylösnousemukseen, paha tehneet tuomion ylösnousemukseen.»

Matt. 13: 47-50

Jeesus sanoi:

»Taivasten valtakunta on kuin nuotta, joka laskettiin mereen ja joka keräsi kaikenlaisia kaloja. Kun se tuli täyteen, kalastajat vetivät sen rantaan, istuutuivat ja lajittelivat hyvät kalat koreihin mutta viskasivat huonot pois. Samoin käy maailman lopussa: enkelit tulevat, erottavat pahat vanhurskaista ja heittävät heidät tuliseen pätsiin. Siellä itketään ja kiristellään hampaita.»

Saarnanjuuria

Tuomiosunnuntain psalmin ajatuksiin on helppo samaistua. Arjen vaatimuksen tuntuvat ylivoimaisilta. Aamusta alkaen tunnen uupumusta. Toiset ihmiset tekevät parhaansa hankaloittaakseen elämäni. – Muistelen menneitä aikoja, muistoissa jo kultaantuneita. Ennen jaksoin paremmin. Silloin Jumala kuuli rukoukseni. Silloin kaikki oli paremmin. Kuinka kauan vielä, ennen kuin joku kuuntelee ja kuulee minua. Ennen kuin Jumala kuulee ja vastaa.

Syvällä sisimmässäni on kuitenkin tieto siitä, että tämä on minun kutsumukseni. Tässä tehtävässä, tällä tiellä toteutan Jumalan tahtoa elämässäni. Tässä minä olen rakentamassa Jumalan valtakuntaa maan päälle. Kuten entinen YK:n pääsihteeri Dag Hammarsköld asian ilmaisi: ”Et sinä valinnut tietä, vaan tie valitsi sinut ja sinun osasi on kiittää.”

* * * * *

Kasteessa sinun otsaasi ja rintaasi piirrettiin Jumalan merkki, Kristuksen risti. Se tarkoittaa, että sinä olet Jumalan oma. Sinun nimesi on kirjoitettu Elämän kirjaan. Sinä olet Jumalan luoma ja Kristuksen lunastama, ja sen tähden kaksinkertaisesti kallisarvoinen ja ainutlaatuinen.

Sinut on kutsuttu elämään Jumalan valtakunnassa ja elämälläsi rakentamaan sitä. Sille tielle sinut on kutsuttu. Siitä otsaasi ja rintaasi piirretty risti muistuttaa.

* * * * *

Uskontunnustuksessa tunnustamme uskovamme Kristukseen, joka on tuleva tuomitsevaan eläviä ja kuolleita. Samoin sanomme uskovamme ruumiin ylösnousemuksen ja iankaikkisen elämän. Tuomiosunnuntai, Kristuksen kuninkuuden sunnuntai, kertoo siitä, että Kristus on tulossa takaisin – tuomitsemaan. Tuomiosunnuntai kertoo siitä, että tämä elämä ja iankaikkisuus ovat yhtä todellisia. Elämme koko ajan kahden maailman kansalaisina.

Millä perusteella meidät tuomitaan? Silläkö, mitä olemme tehneet tai jättäneet tekemättä, sanoneet tai jättäneet sanomatta? Vai sillä, että nimeämme on Elämän kirjassa? – Armahdettujen eli vapauttavan tuomion saaneiden nimet ovat Elämän kirjassa.

* * * * *

Ihmisen kutsumukseen kuuluu se, että elämme yhdessä muiden kanssa. Ihminen kasvaa ihmiseksi vain yhdessä muiden kanssa. Todelliseksi ihmiseksi voi kasvaa vain yhteydessä toisiin ihmisiin ja Jumalaan.

Jos katsomme toisiamme ja maailmaa Kristuksen silmin, näemme toisen ihmisen, apua tarvitsevan, rakkautta kaipaavan. Jos kuljemme Kristuksen askelissa, hidastamme ja sovitamme askeleitamme toisen askeliin ja pysähdymme, kun toinen tarvitsee hetken levähtääkseen. Jos kuuntelemme Kristuksen korvin, herkistymme äänen sävyihin ja äänen painoihin. Kuulemme sydämellä senkin, mille ei ole sanoja. Kristusta seuraten eläessämme teemme Jumalan valtakuntaa todelliseksi.

* * * * *

Kristus, aasilla ratsastava koko maailman kuningas, on tulossa. Tuomiosunnuntain ja adventin läheisyys asettaa meidät näköalapaikalle. Samalla kun ajattelemme uutta taivasta ja uutta maata, jossa ei ole itkua eikä kärsimystä, ei kipua eikä kuolemaa, alamme ajatuksissamme valmistautua pienen lapsen syntymäjuhlaan. Jumala syntyy ihmiseksi, meidän kaltaiseksemme, meidän iloomme ja itkuumme. Jumala tulee ihmiseksi, että meistä voisi tulla ihmisiä toinen toisillemme.

Kun toteutamme omaa ihmisen kutsumustamme, rakennamme Jumalan valtakuntaa maan päälle. Silloin Kristus ei syntynyt turhaan.

Omaishoitajien kirkkopyhään, tapahtumaan soveltuvia lauluja

Toisiamme siunaten. san. säv Jaakko Löytty

Sinua siunata tahdon. san .Matti Nikunen, säv.Matti Nikunen, sov. MP

Käy Herra meitä siunaamaan. san. säv. Jaakko Löytty

Silloin kun en jaks. san Anna-Mari Kaskinen, säv. Petri Laaksonen

Turhaan ette tänne tulleet. san. Pekka Simojoki, säv. Pekka Simojoki

Tuskaan maailman. san. Väinö Simojoki, säv. Pekka Simojoki

Matkahymni. san Pia Perkiö, säv Petri Laaksonen

Omaishoitajan rukous

Taivaallinen Isä!

Kiitos, että olet huolehtinut meistä.

Kiitämme kaikista rakkaista läheisistä ihmisistä. Kiitämme yhteisistä hetkistämme ja niihin liittyvistä muistoista.

Auta meitä elämään tämänhetkistä arkeamme ja luottamaan sinun lohduttavaan läsnäoloosi siinä.

Anna meille voimia ja rohkeutta yön yksinäisiin hetkiin myötäeläessämme läheisemme kipua ja kärsimystä.

Rohkaise meitä, kun olemme vaarassa vaipua epätoivoon, vakuuta meitä siitä, että olet silloinkin läsnä.

Auta meitä jaksamaan. Pyydämme varjelusta terveydellemme.

Kasvata meitä sisäiseen rauhaasi.

Opetä meitä levollisesti elämään tätä hetkeä ja valmista meitä luopumiseen ja suruunkin.

Olet luvannut, ettei meille anneta enempää kuin mitä jaksamme kantaa.

Taivaan Isä , kuule meitä!

Aamen

6 OMAISHOITOTEEMAAN LIITTYVÄÄ KIRJALLISUUTTA

- Enemmän kuin työuoto:** Vapaaehtoistoiminta kirkossa. Kirkkohallituksen julkaisuja.
- Gothóni:** Vanhimmaksi sukupolveksi- kun iäkkäät vanhemmat kuolevat. Kirjapaja OY 2007.
- Heinonen & Kantoluoto & Lehtomäki & Lähdemäki & Paganus & Sandelin & Lonka:**Leijonaemojen tarinat. WSOY 2005.
- Ilenius:** Dementia- Opettajamme, äidin ja tyttären tarina. Kirjapaja Oy 2005.
- Juhela:** Missä on isäsi, kuinka voi äitisi? Sukupolvet ikääntymisen muutoksissa. Kirjapaja. 2006.
- Johansson, Purhonen,**(toim.). Pieniä hetkiä. Runoja ja mietteitä. Omaishoitajat ja Läheiset Liitto ry. 2004.
- Järnstedt, Kaivolainen, Laakso, Salanko-Vuorela :** Omainen hoitajana. Omaishoitajat ja Läheiset Liitto ry. Kirjapaja 2009.
- Lundán:** Viikkoja, kuukausia. WSOY 2006.
- Kaivolainen & Purhonen:** Elämän mukana tunteet. Omaishoitajat ja läheiset –Liitto. 2006.
- Kiuru:** Sairauden sattuessa. EDITA 2005.
- Klemola:** Omasta kodista hoitokotiin. Väitöskirja. Kuopion Yliopisto 2006.
- Koivula & Heimonen:** Dementoituvan omaisena laitoksessa. Ikäinstituutti 2006.
- Mattila:** Arvostava kohtaaminen- arjessa, auttamistyössä ja työyhteisössä. Ps-kustannus 2007.
- Purhonen & Rajala (toim.):** Omaishoitaja arjen ristiaallokossa. Kirjapaja OY 1997.
- Purhonen (toim.):** Elämän pilkkeitä. Omaishoitajat ja läheiset- Liitto. 2002.
- Tallqvist & Simonen:** Kuka vierelles jää- lähihoitajan raportti. Otava 2007.
- Usko, toivo ja rakkaus – voimavaraksi vanhuudessa :** Kirkon vanhustyön strategia
Lisätietoja: www.evl.fi/kkh/hao/julkaisumyynti/
- Wacklin & Malmi (toim.):** Näkymätön vastuu. Omaishoitajat ja läheiset- Liitto.2004.
Lisätietoja : www.omaishoitajat.fi

Omaishoitajan ansiokansio

Omaishoitajan ansiokansio on työväline ja opas omaishoitajille, jotka miettivät mahdollista paluutaan työelämään omaishoidon rinnalla tai sen päätyttyä, tai jotka yksinkertaisesti haluaisivat avata uusia ovia elämässään. Opas sisältää harjoitteita, joiden avulla omia (työ)elämäntavoitteitaan voi työstää eteenpäin. Harjoitteiden tarkoituksena on myös havahduttaa tekijänsä oivaltamaan oma arvonsa niin ihmisenä kuin monipuolisena osaajana, ja sitä kautta voimaantumaa. Lisäksi oppaassa on lyhyesti käsitelty työn hakemiseen liittyviä käytänteitä, kuten ansioluettelon ja työhakemuksen tekemistä.

Omaishoitajan ansiokansio soveltuu niin yksilö- kuin ryhmäpohjaisen työskentelyn pohjaksi. Ansiokansio on tehty Omaishoitajat ja Läheiset -Liiton Voimaantuva omaishoitaja: polkuja takaisin työelämään -projektissa vuonna 2008. Sitä voi tilata liitosta 8 euron hintaan (www.omaishoitajat.fi/tuotteet tai Paula Salmi, p. 020 7806 517).

Suunnitteluryhmä:

Yhteyspäällikkö Maria Malmi, Omaishoitajat ja Läheiset -Liitto ry
Toiminnanjohtaja Merja Salanko-Vuorela, Omaishoitajat ja Läheiset -Liitto ry
Projektivastaava Tuija Kotiranta, Omaisena edelleen ry
Järjestöpäällikkö Merja Purhonen
Diakoniasihteri Irene Nummela, Kirkkohallitus/diakonia ja yhteiskuntatyö