

# Me-hengen mahti

Vanhusten yksinäisyys Suomessa puhuttaa, arviolta 300.000 yli 70-vuotiasta kärsii yksinäisyydestä usein tai jatkuvasti. Yhdysvaltalaisen tutkimuksen mukaan yksinäisyys heikentää merkittävästi terveyttä. Se lisää kuolemanriskiä enemmän kuin ylipaino eli ihan pienestä haitasta ei siis ole kyse.

Suomessa ei enää ole samanlaista talkoohenkeä kuin aikaisemmin. Kuuluisa ”talvisodan henki” elää vain veteraaniemme muistoissa, vaikka juuri se keskinäinen luottamus ja kyky tehdä yhteistyötä pelastivat Suomen itsenäisyyden. Onko Suomen vanhusten yksinäisyys ja syrjäytyneisyys seurausta yhteisöllisyyden jäämisestä taloudellisen pääoman tavoittelun jalkoihin? Olemmeko me suomalaiset liian individualistisia kollektiivisuudelle ja sen hyödyille?

Espanjan suomalaisten keskuudessa pääsin todistamaan me-hengen ja keskinäisen luottamuksen voimaa; apua pyydetään ja sitä myös annetaan. Ainakin seurakunnan vapaaehtoiset työntekijät ovat aktiivista väkeä, osalla on monissa yhteisöissä erilaisia rooleja. Vapaaehtoistyö tuo arkeen merkityksellisyyttä ja ympärille samanhenkisistä ihmisistä koostuvan yhteisön.

Maailman pitkäikäisimpiä ja terveimpiä kansoja yhdistäviksi tekijöiksi on löydetty kaksi asiaa: kasviksiin perustuva ruokavalio ja yhteisöllisyys. Aurinkorannikolla ikääntyvillä suomalaisilla on siis halutessaan käsissään kaksi valttikorttia. Toivoa sopii, että yhteiskunnan rahapussin nyörien kiristyminen heilauttaisi yhteisöllisyyden uuteen kasvuun ja nostaisi sen arvossaan sille kuuluvalla paikalla muuallakin kuin Fuengirolassa. Eikä yhdenkään vanhuksen tarvitsisi olla enää yksinäinen.



Heidi Oilimo