

“Omat ennakkoluulot ovat pahin este”

Turkulainen Irmeli Rytkönen, 75, ja kaarinalainen Allan Niemi, 75, vakuuttavat, että seniorit pelkäävät turhaan käyttää älylaitteita. Vain tietotekniikan oudot termit ärsyttävät heitä mutta eivät saa luovuttamaan yrittämästä.

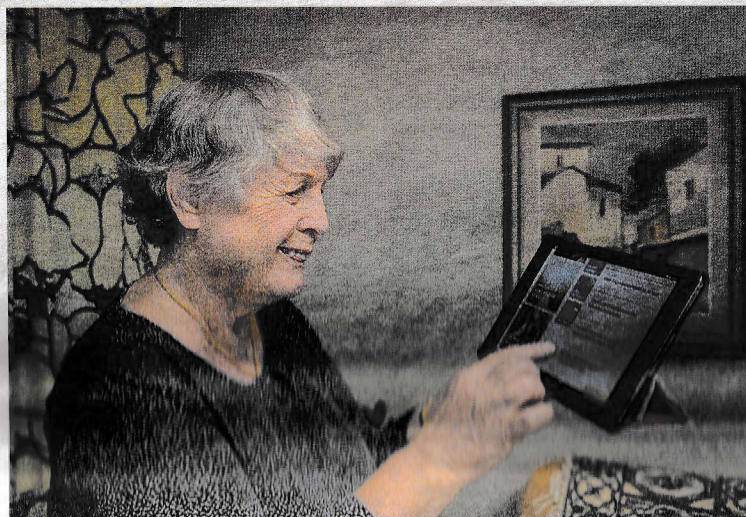
Mervi Luotonen teksti // Riitta Salmi kuvat

Irmeli Rytköselle ja Allan Niemelle tietokoneet ovat tuttuja jo työelämävuosilta. Rytkönen teki uransa röntgenhoitajana, Niemi kiinteistöhoitajana ja yrittäjänä. Molemmat ovat olleet eläkkeellä jo vuosikymmenen.

Rytkönen käyttää nykyisin älypuhelimiaan ja tablettiaan päivittäin.

– Whatsupissa meillä on sukuryhmä, ja toinen ryhmä minulla on kahden tyttäreni kanssa. Toinen hoitaa asuu ikotilanteissa, toinen Helsingissä. Kun lapset ovat kaukana, mummin pääsee lastenlasten leikkeihin mukaan videopuhelujen kautta, Rytkönen iloitsee.

Tabletiltaan hän katsoo muun muassa aina aamu uutiset ja



Irmeli Rytkönen sanoo, että esimerkiksi pankkiasioiden hoito tabletin kanssa on yksinkertaista. Tietotekniisiin ongelmiinsa hän kokee saaneensa vertaisohjaajilta parasta apua ja tukea. – Näiltä voi kysyä asioita henkilökohtaisesti. Silloin oppii eniten.

tietokonekursseilla ja on niistä saanut paljon oppia.

– Ikäihmiset turhaan arastelevat älylaitteita. Tämän juontuu ehkä jo siitä, että meille on pienestä asti sanottu, että ”ei saa koskea, jos menee rikki”. Omat ennakkoluulot ovat pahin este tarttua tietokoneeseen, Rytkönen miettii.

Samaa sanoo Allan Niemi, jolla on ollut tietokone vuodesta 1995. Nykyisin hän käyttää päivittäin älypuhelimiaan ja läppäriään.

– En aina ymmärrä tietokone-termejä, ne ovat vaikeita. Mutta lapset ja tuttavat auttavat, ja olen myös ostanut tietokoneliikkeestä palveluja. Konetta pelätään ihan liikaa.

Niemi on Eläkeläisten Kaari-

elämätarinaani, Niemi listaa.

Älykännykästään hän lukee päivittäin esimerkiksi ilta- ja aamulehdet. – Haen juoruja, hän naurahtaa.

Allan Niemi oli vuosi sitten ideoimassa eläkeyhdistyksensä kanssa tietokonekurssia Kaarinan kansalaisopistoon.

– Aloite tuli meiltä. Kaarinan kansalaisopistolla suunnittelija-opettaja Juha Nummelin räätelsi kurssin meille seniori-ikäisille hyvin soveltuvaksi. Se kesti 12 kertaa kolme tuntia kerrallaan. Toiteutuksen kustannuksista vastasi opetushallitus, koska opisto oli mukana senioreiden tietotekniikan taitojen edistämiseen tähtäävässä hankkeessa. Kurssin parasta antia oli saada paljon perustietoa ja niksejä, Niemi tiivistää.

muassa aina aamu-uutiset ja televisiosta katsomatta jääneet ohjelmat. Samoin pankkiasiat sekä juna- ja bussilippujen ostohoituvat taulutietokoneella. Jopa vanhan ystävän hän löysi netin kautta Uudesta-Seelannista.

– Panin vaan hänen nimensä hakuun ja sieltä vastattiin.

henkilökohtaisesti. Silloin oppii eniten.

Aina välillä eteen tulee ongelmia.

– Kun asuu yksin, ei ole lähellä ketään, keneltä kysyä apua. Onneksi Turussa on vielä pieniä

korjaamoja, joissa jumiin mennyt kone on saatu kuntoon. Joskus auttaa ihan se, että ottaa itse virran hetkeksi pois.

Rytkönen on käynyt seniorien

Niemi on Eläkeliiton Kaarinan yhdistyksen puheenjohtaja, ja tämän tehtävän myötä hän on opetellut esimerkiksi sähköpostikäytännöt.

– Parhaiten pärjään valokuvausohjelman kanssa. Myös pankkiasiat hoidan koneella. Parhaillaan kirjoitan Word-ohjelman avulla

ja niksejä, Niemi tiivistää.

Jatkuu seuraavalla sivulla →→



Allan Niemelle (vas.) ja Juha Nummelinille ovat tuttuja ikäihmisten pelot käyttää tietokonetta. – Monet uskovat, että omilla toimillaan tuhoavat koko koneen käyttökelpottomaksi. Maailmalta myös luetaan ja kuullaan uhkakuvia, miten se kuuluisa ”joku” oli niin ja näin tehnyt koneella ja mitä kauheaa sitten tapahtuikaan. Pelätään esimerkiksi pankkipalveluissa virheitä ja niiden seurauksena rahojen hukkaamista, Nummelin tiivistää.

Seniöri, toimi näin

■ **Ole rohkea** ja uskalias koneen käyttäjä.

■ **Sinä olet** tietokoneesi isäntä. Kone ei sinua hallitse eikä aseta aika- tai muita rajoituksia. Kirjoittamiseen ja hiiren käyttöön on aina riittävästi aikaa.

■ **Käytä** konetta ainakin kerran viikossa, mieluummin päivittäin. Näin eivät jo opitut asiat pääse unohtumaan. Koneella pelaaminen on hyvää hiiri- ja näppäimistöharjoittelua sekä ajankulua.

■ **Selvennä** kaikki tietotekniset termit. Alkuun esimerkiksi WiFi, Wlan ja langaton verkko ovat ihan nörttikieltä, vaikka kaikki on yhtä ja samaa tarkoittavaa.

■ **Harjoittele** rauhalliseen tahtiin perustaitoja.

■ **Tutki** ja tutustu uusiin asioihin koneessa ja internetissä. Jokin niistä voi olla juuri sinulle tarpeellinen.

■ **Uskalla kysyä** apua. Apua löytyy niin suoraan verkossa kuin vaikka kirjastosi ja lähiopistosi kautta. Ei ole olemassa ”tyhmää kysymystä”.

■ **Muista:** kone ei mene rikki, kun sitä käyttää.

Vinkit antoi Kaarinan kansalaisopiston tietotekniikan suunnittelijaopettaja Juha Nummelin

→→ Jatkoa edelliseltä sivulta

Digiloikka estää syrjäytymistä

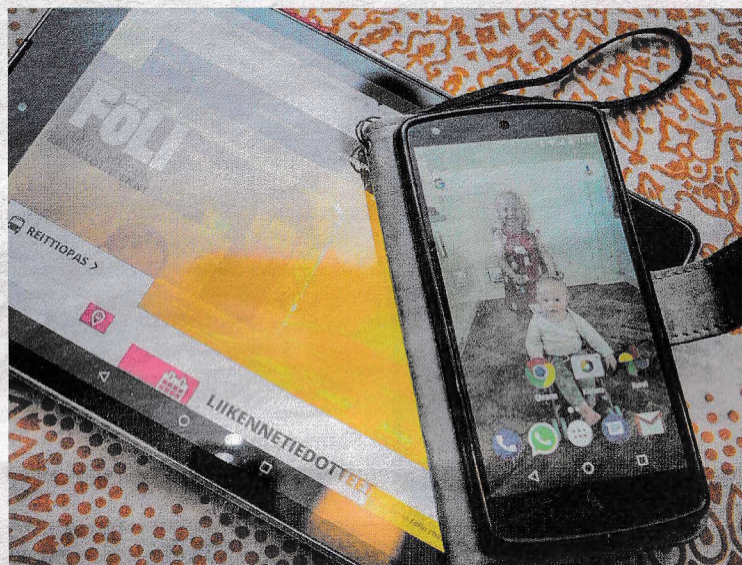
Digitalisoitunut yhteiskunta vaatii tietokoneen käytön osaamista myös ikäihmisiltä. Netistä löytyvät televisio-ohjelmat, lehtien uutisotsikot ja ajantasaiset uutislähetyskset. Siellä hoituvat pankkiasiat, ruokaostokset ja videopuhelut. Pasianssit, sanaristikot ja tietovisatkin ovat siellä. Ja useimmiten kaikki maksutta.

Tietokonekauppa.fi:n AD ja graafinen suunnittelija **Satu Linden** vakuuttaa, että kaikki seniorit oppivat tietokoneen käytön.

– Ei ole yhtään ihmistä ollut, joka ei sitä oppisi. Välillä uskallus puuttuu lähteä uusiin asioihin, mutta 90-vuotiaakaan ei ole vielä liian vanha oppimaan tietokoneen, tablettien tai älypuhelimien käyttöä.

Lindenin kokemuksen mukaan tyypillisimmät tietokonemurheet liittyvät siihen, miten nettiin kytkeydytään esimerkiksi hotellissa lomamatkalla.

– Lisäksi monella pienetkin muutokset, kuten Windows 7 -käyttöjärjestelmästä muutos Windows 10 -käyttöjärjestelmään aiheuttaa päänvaivaa, kun tutut



Turkulainen Irmeli Rytkönen, 75, iloitsee siitä, että mummo pääsee lastenlasten leikkeihin mukaan videopuheluiden avulla. Bussilippujenkin

pilvipalvelujen hyödyntäminen, sähköposti ja nettiyhteydet yleensä: mitä tarkoittavat mobiilidata ja WiFi. Monilla on taloyhtiössä laajakaista, mutta senioreilla ei ole tietoa tai ei ole kerrottu, miten siihen liitytään.

Sarvirannalla on myös kirpeää palautetta annettavanaan:

– Kaikki operaattorit eivät kohtele senioreita oikein. Esimerkiksi, jos seniori ostaa tabletin, operaattorit myyvät mielellään myös sim-kortin, jota ei tarvitse, taloyhtiössä on laajakaista ja älypuhelimessa on rajaton netti. Älypuhelimta voi käyttää tukiasemana. Välillä tuntuu, että operaattorit haluavat rahastaa senioreita.

– Samoin pankkiasioissa tahtuu sitä, että pankit välillä kohtelevat senioreita väärin, kun riittävää opastusta ja tukea ei anneta, Sarviranta miettii.

Kaarinan kaupungin kansalaisopiston suunnittelijaopettaja **Juha Nummelin** on opastanut senioreita tietotekniikan saloihin vuosia. Hänkin on huomannut, että senioreiden tietotekniikan

Verkosta virtaa Turussa

■ Tarvitsetko opastusta tietokoneiden, mobiililaitteiden ja sähköisten palvelujen käytössä?
 ■ Verkosta virtaa -vertaisohjaajat tarjoavat maksutonta opastusta ikäihmisille.

OPASTUSTA ON SAATAVILLA:

- Lehmusvalkaman hyvinvointikeskus, Karviaiskatu 7, tiistaisin 3.11., 17.11. ja 1.12. klo 10–12.
- Ruusukorttelin ATK-luokka, Puistokatu 11, maanantaina 16.11. klo 10–12.
- TurunES Taimi II, Puutarhakatu 21 (sisäpiha) maanantaisin 9.11. ja 23.11. klo 11–13.
- Järjestäjät muistuttavat, että paikalle ei saa tulla sairaana ja että opastuksessa käytetään omaa tai järjestäjien antamaa maskia.
- Yhteyttä voi myös ottaa puhelimitse: Lehmusvalkama 02–2625020 ja Ruusukortteli 02–2626000.
- Palvelu suunnattu senioreille (65+).
- Maksutonta apua digitaalisten palvelujen ja laitteiden käyttöön tarjoavat myös useat kansalais- ja työväenopistot sekä esimerkiksi TSL Turku, kesäyliopiston Geronethanke, SenioriJelppi ja seniorsurf.fi

Älylaitteiden käyttö

-käyttöjärjestelmästä muutos Windows 10 -käyttöjärjestelmään aiheuttaa päänvaivaa, kun tutut kuvakkeet eivät ole tutussa järjestyksessä työpöydällä.

Linden muistuttaa, että jos seniori tyystin kieltäytyy tietokoneen käytöstä, hän on aina riippuvainen muista ihmisistä.

- Jokaisella tulisi olla tabletti/älypuhelin ja tietokone sekä pankkitunnukset. Pankkiasioita ei voi hoitaa ilman tietokonetta, ja uusien hankintojen tai palveluiden käyttäminen vaatii tietokoneen/tabletin/älypuhelimien käytön osaamista. Pankkitunnuksia tarvitsee tunnistautumiseen ja verkkokaupasta tilaamiseen, kuten ruokaostoksiin. Jopa omat terveystiedot ja lääkeresepit löytyvät Omakannasta, joka on internetissä oleva palvelu.

Linden vakuuttaa, että tietokone ei mene rikki, jos painaa väärää nappulaa.

- Se ei mene sekaisin siitä. Rohkeasti vain käyttämään. Ja käyttöön saa aina apua. Mekin olemme opettaneet senioreita henkilökohtaisesti tai pienryhmässä.

Turkulainen Irmeli Rytkönen, 75, iloitsee siitä, että mummo pääsee lastenlasten leikkeihin mukaan videopuheluiden avulla. Bussilippujenkin osto onnistuu älylaitteella.

Linden kuitenkin varoittaa huolettomasta nettikäyttäytymisestä.

- Kannattaa muistaa, että internetissä liikkua pitää olla tietoturva-asiat kunnossa tietokoneella. On tärkeää tietää, että ketään ei koskaan kysele tietokoneesta puhelimitse eikä tietokoneelle pidä päästää tuntematonta soittajaa tai ladata sovelluksia, joiden alkuperä ei ole taattu. Sosiaalisen median toiminnan ymmärtäminen ja erilaisten vaarojen välttäminen ovat suurimpia haasteita. Esimerkiksi kalasteluviestit ovat uhka, sillä ne on usein muotoiltu niin ovelasti, että niihin helposti voi mennä. Toinen vaara ovat koheet ja kauniit auervaat, jotka houkuttelevat tarinoillaan senioreita lemmentoukkuun.

Valtion Eläkkeensaajat VES-TURKU ry:n Verkosta virtaa -opastaja

Matti Sarviranta kannustaa senioreja digiloikkaan.

- Muuten seniori tippuu yhteiskunnan vauhdista ulos ja syrjäytymisen vaara on suuri. Tärkeiden asioiden hoitaminen vaikeutuu ja tulee kalliimmaksi. Monia asioita ei voi hoitaa kuin netissä. Myöskin sosiaalinen kanssakäyminen vaikeutuu. Tämä on tullut esille erityisesti korona-aikana.

Eläkkeellä oleva Sarviranta vertaisopastaa digitaatioita ikäihmisille Lehmusvalkaman hyvinvointikeskuksessa Turussa.

Hän on huomannut, että tyyppisin ongelma liittyy tietokoneen, tabletin ja älypuhelimien hankintaan.

- Usein ikäihmisillä on liian vanha laite, ja uuden hankinta on vaikeaa. Vaikeuksia tuottavat myös valokuvien tallentaminen ja siirtäminen eri paikkoihin,

senioreita tietotekniikan saloihin vuosia. Hänkin on huomannut, että senioreiden tietotekniikan murheet tulevat yhteiskunnan muutoksesta.

- Hyvin useat asiat ovat siirtyneet ihmisten itsensä hoidettavaksi verkossa. Näistä yleisimpiä ovat pankkiasiointi, terveydenhuollon asiat ("varaa lääkäri- tai laboratorioaika") sekä viranomaisten kanssa asiointi, kuten Kela ja verohallinto. Jos et ole työelämäsi aikana käyttänyt tietokonetta, täysin uuden opettelu tuntuu isolta ja pelottavalta asialta. Sähköposti on suuri mörkö usealle.

Nummelin varoittaa, että jos tietokonetta tai älypuhelimia ei osaa käyttää, henkilö on vaarassa pudota tietämättömyyden kuiluun.

- Olet ulkopuolella toimivasta nykyisestä yhteiskunnasta. Pelkästään tv:n uutisia seuraamalla et saa kiinni maailman sekä lähialueen tapahtumista. Ikäihmisille on erittäin ärsyttävää kuulla uutisista, että "lue lisää verkkosivuiltamme".

Älylaitteiden käyttö

INTERNET

65-74-vuotiaat:

■ Viimeisten 3 kk aikana 80 % on käyttänyt (eli 20% ei käytä nettiä = 141000 ihmistä). Lähes päivittäin käyttää 66 %.

75-89-vuotiaat:

■ Viimeisen 3 kk aikana 41 % on käyttänyt (59% ei ole käyttänyt lainkaan = noin 278000 ihmistä)
■ Lisäksi on 54000 ihmistä, joita ei tilastoida korkean iän (yli 89 vuotta) vuoksi. Pieni osa heistä käyttää nettiä.

■ Tämän mukaan voidaan olettaa, että vähintään 450000-460000 yli 65-vuotiaista ei käytä internetiä.

OMASSA KÄYTÖSSÄ OLEVA ÄLYPUHELIN

65-74-vuotiaat : 63%

74-89-vuotiaista, joita Suomessa on liki 472000, 27 %:lla on älypuhelin omassa käytössään.

SENIORIKOTI AURAHOVI ON VALMISTUNUT LIEDON KESKUSTAAN



Seniorikoti Liedon Aurahovi:

- Valmistui Liedon keskustaani syyskuussa
- Uusia ja esteettömiä vuokra-asuntoja
- Yhteisiä tiloja ja tekemistä, ystäviä
- Tukea ja apua arkeen tarpeiden mukaan
- Kuntoilutilat ja saunaosasto
- Hyvää kotimaista ruokaa

VARAA OMA HENKILÖKOHTAINEN ESITTELYAIKASI:

Anja Aaltonen, Aurahovi p. 040 163 4881 / anja.aaltonen@aurahovi.fi

Aurahovi - Koti tuen ja palveluiden äärellä

www.aurahovi.fi