

# Asukasviesti 2

2017

Kalkussa tehdään isoa  
Koti kuntoon -remonttia

## Miian kodista tuli kuin uusi

s. 6–7

sivut  
4–5

Kutsu puutarhuri mukaan  
PIHATALKOISIIN

sivut  
10–11

**LIIKUNTA**  
on hyvä, helppo ja halpa lääke





## Pääkirjoitus

## Hallituskauden 2013–2016 tulokset

Tampereen Vuokratalosäätiö sr:n ja Vilusen Rinne Oy:n hallitusten toimikausi on päättymässä kuluvan toukokuun lopussa. Säätiön hallituskausi on valtuustokauden pituinen, mutta tällä kertaa se oli puoli vuotta normaalia pidempi tulevan sote-uudistuksen takia. Uusi hallitus aloittaa työskentelynsä kesäkuussa.

Säätiön toimintaa on arvioitava sen perusteella, miten hyvin se on onnistunut tarkoituksensa toteuttamisessa ja siihen tarvitaan tavoitteita ja niitä kuvaavia mittareita. Mittareista tärkeimpiä ovat ne, jotka kuvaavat toiminnan vaikuttavuutta.

Hallitus määritteli alussa strategiansa ja asetti konkreettiset toiminnalliset ja taloudelliset tavoitteet, joihin se halusi päästä. Tavoitteita seurattiin kauden aikana ja täydennettiin vielä strategisilla painopisteillä käytännön työn ohjaamiseksi.

## Edulliset vuokrat ovat VTS-kotien valtti

Tärkeimmässä tehtävässään, asunnontarvitsijoiden asuttamisessa asunnon tarpeen perusteella, säätiö onnistui hyvin. Erityisryhmien asuntotilanne parani ja asunnottomuus väheni selvästi Tampereella.

Epäonnistuminen tapahtui asuntotuotannossa, jossa jäätin selvästi tavoitteista jälkeen. Alkukaudesta syy oli rakennuskelpoisten tonttien puute. Loppukaudesta tuli esiin oman rakennuttamiskapasiteetin niukkuus, kun rakennushankkeet olivat tavallista vaikeampia. Tällä hetkellä tulevaisuus näyttää jo helpommalta.

Vuokrien edullisuus kasvoi koko hallituskauden ajan, jonka aikana vuokria korotettiin keskimäärin vain alle kolme prosenttia neljän vuoden aikana. Samaan aikaan vapaarahoitteiset vuokrat nousivat yli kuusi prosenttia Tampereella. Laskentatavasta riippuen VTS-kotien vuokrat ovat tällä hetkellä keskimäärin 12–18 prosenttia edullisempia kuin vapaarahoitteiset vuokrat.



VTS-kodit rakentaa uusia vuokra-asuntoja muun muassa kaupungin keskustaan Satamakadulle. Katso tarkemmin sivulta 15.



## Asukastyytyväisyys parani koko ajan

Asukastyytyväisyys parani koko hallituskauden, mutta saavutti tavoitetason vasta viimeisenä vuotena. Työtyytyväisyys puolestaan pysyi hyvin tasaisena, paitsi että se kävi tavallista korkeammalla vuonna 2014. Koko ajan oltiin kuitenkin yli vertailu- ja tavoitetason. Henkilökunnan osaamista nostettiin täydennyskoulutuksella vuosittain jopa yli tavoitetason.

Korjausvelan kasvu pysyi tavoitteen rajoissa, mutta kuitenkin kasvoi. Korjausvelan vaikeasta määriteltävyydestä ja mittaamisen epätarkkuudesta huolimatta korjausvelka ei voi jatkuvasti kasvaa, vaan sille on

löydyttävä kestävä ja pysyvä tavoitetaso.

Nykyisellä korjausrakentamisen määrällä koko kiinteistökanta ei pysy kunnossa, vaan jokin osa heikoimmasta kiinteistökannasta on vaihdettava käyttökelpoisempiin kiinteistöihin.

## Energiansäästöä päästiin tavoitteisiin

Energiankulutuksessa saavutettiin niin hallituksen kuin valtion asettamat säästötavoitteet.

VTS-kotien energian säästötyö on ollut hidasta, mutta tasaisen varmaa jo 2000-luvun alusta lähtien. Tavoitteet on saavutettu järjestelmän huolellisella hoidolla ja säästöillä. Vasta viime vuosina on alettu käyttämään investointityyppisiä energiansäästötoimia.

Talouden tunnusluvut kehittyivät myönteisesti käyttöaste mukaan lukien. Eniten parani omavaraisuusaste, joka oli talouden tunnusluvuista heikoin suunnitelmakauden alussa. Talouden tunnusluvuista iloisin asia on kuitenkin asukkaiden saama laskennallinen noin 25 miljoonan euron vuokrahyöty vapaarahoitteisiin vuokriin nähden hallituksen toimikautena.

## VTS-kotien talous on kunnossa

Käsitykseni mukaan kesäkuussa valittava säätiön uusi hallitus pääsee aloittamaan työnsä vakaalta pohjalta. VTS-kotien talous on kunnossa, asema markkinoilla on vahva, prosessit toimivat ja ennen kaikkea säätiö on pystynyt toteuttamaan tarkoitustaan menestyksekkäästi tämän strategiakauden aikana.

Kiitos tästä kuuluu erityisesti Tampereen Vuokratalosäätiö sr:n ja Vilusen Rinne Oy:n hallituksille, jotka toiminnallaan ja päätöksillään ovat tämän kaiken mahdollistaneet.

Tampereella, toukokuun 2. päivänä 2017

Ahto Aunela, toiminnanjohtaja

VTS  
kodit

## Edullista asumista VTS-kodissa

VTS-kotien asukkaat maksavat selvästi vähemmän asumistaan kuin vapaarahoitteisissa vuokra-asunnoissa asuvat. Ero on kasvanut vuosi vuodelta.

■ VTS-KOTIEN asukkaiden saama rahallinen vuokrahyöty oli viime vuonna noin kuukauden vuokran suuruinen tiukemmankin laskentakaavan mukaan.

Tilastokeskus jakaa Tampereen postinumeralueiden mukaan kolmeen eri vyöhykkeeseen. Vyöhyke Tampere 1 on keskusta-alueita, jossa on kallein vuokra. Vyöhyke Tampere 3 sisältää edullisimman vuokran alueet.

Jo pelkästään tällä edullisimmalla vyöhykkeellä VTS-kotien asukkailla tulevan vuosittaisen hyöty on 8,8 miljoonaa euroa. Jos mukaan otetaan koko Tampere, niin summa kasvaa 16 miljoonaan euroon.

VTS-kotien vuoden 2016 keskivuokra oli 11,34 e/m<sup>2</sup>/kk sisältäen vesiennakon. Tampereen vapaarahoitteisten asuntojen keskivuokra oli 13,94 e/m<sup>2</sup>/kk.

## VTS-kodit ei tavoittele voittoa

Markkinavuokria selvästi edullisempi vuokrataso johtuu VTS-kotien yleishyödyllisestä liiketoimintaperiaatteesta. Tarkoitus ei ole tuottaa voittoa, vaan vuokrata asuntoja niitä tarvitseville mahdollisimman edullista vuokraa vastaan. Tässä onnistuminen vaatii pitkäjänteistä ja huolellista taloudenpitoa. Myös viime vuosien matala korkotaso on osaltaan auttanut pitämään vuokrankorotukset hyvin maltillisina. Tänä vuonna vuokria ei korotettu lainkaan.

– Lainojen keskiporkko oli alhaisimmillaan 2016 kesän lopulla ja lähtenyt jo loivaan nousuun. Pankit arvioivat, että merkittävämpi muutos tulee viimeistään vuoden, kahden aikavälillä, joten olemme jo tehneet korkosuojausjauksia. Pyrimme varmistamaan, että duraatio eli korkosidonnaisuusaika on riittävän pitkä. Silloin ehdimme valmistautua korkojen nousuihin talousarviomäärityksissämme, VTS-kotien talouspäällikkö **Isto Jortikka** kertoo.



## Mitä tapahtuu ensi vuonna?

■ VTS-KOTIEN vuoden 2016 tilinpäätöksen tunnusluvut olivat hyvällä tasolla. Liikevaihto oli edelleen pienessä kasvussa ja tulostaso on pysynyt vakaana. Omavaraisuusaste on noussut yli 16 prosentin ja asuntojen käyttöaste peräti 98 prosenttiin.

– Ensi vuotta on vielä aikaista ennustaa, mutta todennäköisesti vuokrat tulevat hieman nousemaan korkotason muutosten myötä, Isto Jortikka sanoo.

– Lisäksi VTS-kodeilla on työn alla isoja rakennushankkeita muun muassa Satamakadulla ja Annalassa, ja nekin osaltaan aiheuttavat taloudellisia paineita vuokranmääritykseen.

*Tampereen vuokratason tiedot löytyvät Tilastokeskuksen koostamasta julkaisusta: Suomen virallinen tilasto, Asuntojen vuokrat (verkkojulkaisu), liitetäulukko 1.*

## Asukasviesti

- Tampereen Vuokratalosäätiö sr
  - Vilusen Rinne Oy
  - VTS Kiinteistöpalvelu Oy
- Toukokuu • 2 • 2017

- Painos 9 300 kpl
- Julkaisija Tampereen Vuokratalosäätiö
- Päätoimittaja Ahto Aunela
- Toimitustyö Reijo Jantunen ja Hybridiviestintä Effet Oy
- Taitto Hybridiviestintä Effet Oy

- Paino Hämeen Kirjapaino Oy 2017
- Seuraava lehti ilmestyy syyskuussa 2017
- Aineistojen tulee olla toimituksella viimeistään 14.8.2017



40141-0209  
Painototeutus  
HÄMEEN KIRJAPAINO OY



## Viherpalvelun ammattilaiset tekevät neuvontakäyntejä ja vetävät pihatalkoita



Puutarhuri Hanna Kivioja ja muut Lännen Viherpalvelun ammattilaiset pitävät hyvää huolta VTS-kotien pihapiireistä.

# Kesä kutsuu pihatöihin

Loppukevät ja alkukesä on puuhakasta aikaa pihossa ja puutarhoissa. Kasveja leikataan ja istutetaan siihen tahtiin, että puutarhurit joutuvat jo vähän toppuuttelemaan innokkaimpia asukkaita.

■ KESÄKUKKIEN istuttaminen ei ole vielä tämän hetken hommia, sillä hallanvaara on perinteisesti ohi vasta 10. kesäkuuta. Sen jälkeen viherpalvelu tuo kukat VTS-kotien kiinteistöille. Tänä vuonna teemavärit ovat Suomen sata-vuotisjuhlan kunniaksi sininen ja valkoinen.

– Ihmisillä on tietysti kova palo saada kunnista eikä aina oikein maltettaisi odottaa, vaan halutaan nopeasti istuttaa uutta ja leikata "kuolleet" kasvit ja oksat pois pihaa rumentamasta, Lännen Viherpalveluiden viherpalvelupäällikkö **Kaisa Koskelin** kertoo.

– Toukokuussa eli keväällä jo kuulee huokailuja siitä, että kesä on näin pitkällä eikä kasvissa ole lehtiä. Aina ei tiedetä, että esimerkiksi hahikki tulee hitaasti lehteen. Lisäksi erilaiset talvet ja kevät voivat aiheuttaa kasvun viivästyksiä pitkällekin kesään.

### Ammattilaiset valmiina auttamaan

VTS-kotien asukkailla on onneksi apuna Lännen Viherpalvelun asiantunteva tiimi. Onkin

hyvä idea kutsua puutarhuri neuvontakäynnille ennen kevään ja syksyn talkoita, ja käydä hänen kanssaan läpi kaikki tarvittavat hoitotyöt. Ammattilaisen vinkeillä kasvit voivat hyvin ympäri vuoden.

– Meillä on tarjolla myös ihan uusi palvelu: voimme tulla vetämään talkoot. Tuomme työkalut mukamme ja ohjaamme töitä. Kannattaa ottaa hyvissä ajoin yhteyttä ja kysyä, ehtisinkö minä tai joku tiiminvetäjästämmme talkoopäivänä paikalle, Kaisa Koskelin suosittelee.

### Älä suotta stressaa kasvia

Varsinkin pensaiden leikkaamiseen kannattaa pyytää ohjeet ennen kuin asukkaat tarttuvat puutarhasaksiin.

– Voimme tulla katsomaan miltä korkeudelta pensaat kannattaa leikata ja milloin. Ajankohta on tärkeä, esimerkiksi alasleikkaus pitäisi päästää tekemään ennen kuin silmu puhkeaa. Kasvile on todella stressaavaa, jos se leikataan, kun lehdet ovat jo auenneet, Koskelin tietää.

Viherpalvelun väki antaa talkoissa muitakin hyviä vinkkejä. Esimerkiksi pensaiden leikkaaminen ei yksin riitä, vaan onnistuneeseen lopputulokseen tarvitaan monta muutakin työväihettä.

– Leikkauksen jälkeen juuristoalueen valolosuhteet muuttuvat varjoisesta aurinkoiseksi ja rikkakasvit levittäytyvät nopeasti. Pensaiden alusta pitääkin kitkeä, lannoittaa, kantata ja kattaa, niin pihan ilme pysyy siistinä pitkään.

## VTS-kodit on nyt Avainlippu-yritys

■ VTS-KODEILLE on myönnetty oikeus käyttää sekä Avainlippumerkkiä että Yhteiskunnallinen yritys -merkkiä. Molemmat merkit myöntää Suomalaisen Työn Liitto ja ne kertovat yrityksen toiminnan arvopohjasta.

Avainlippu on tae sille, että tuote tai palvelu on tuotettu Suomessa ja että palveluyrityksellä on merkittävä kotimainen omistusosuus. Avainlipun valitsemalla kuluttaja edistää suomalaista työtä.

Yhteiskunnallinen yritys -merkki puolestaan kertoo, että yrityksen tarkoitus on ratkaista yhteiskunnallisia tai ympäristöongelmia. Sen liiketoiminta on avointa ja läpinäkyvää, ja suurin osa voitosta käytetään yhteiskunnallisen tavoitteen edistämiseen.



### Hallituksen puheenjohtajalta

## Lähiöissä eletään täyttä elämää

Mikään ei ole niin kuin ennen. Talvella pakkaneen paukkui, mittari saattoi valahda reilusti päälle kahdenkymmenen. Koulumatkalla rumat harmaat huopatossut saivat arvonnousun, jalat pysyivät lämpöisenä.

Kulunut talvi oli jälleen leuto. Huhtikuussa ja jopa toukokuun alussa saimme odotella tovin sen kuuluisan termisen kevään alkamista. Pakkasta oli joka yö.

Siiliressut heräsivät laihoina talvihorroksestaan ja sitkeästi tulivat iltahämärissä ruokakupilleen. Samalle kupille pyrkivät myös kylän harakat ja varikset. Yritin päivystää ikkunasta karkottaakseni ahmatit. Aina kohtelias puoliso muisti huomauttaa, että nyt olet parhaimmillasi... Siis linnunpelättimenä. Muutama paidan silitys jäi kyllä väliin!

Vuokratalosäätiön sr:n ja Vilusen Rinteen hallituskausi alkaa lähentyä loppuaan. On aika kiittää asukkaita upeasta työstä, jota he ovat tehneet Vuokratalosäätiön ja Vilusen Rinteen asukkaiden viihtyvyyden, yhteisöllisyyden ja naapurirauhan edistämiseksi. On ollut ilo jo vuosia seurata, kuinka muutaman ihmisen ideat lähtevät elämään, saavat sisällön ja innostavat väkeä talkoisiin. Tästä on hyvä esimerkki Käräjätörmä nelosen pihassa jo kymmenettä kertaa järjestetty talvitapahtuma.



Hallitus ja toimiva johto ovat hyvässä yhteishengessä luotsanneet asioita päätökseen. Hallitus käy kokouksissa aktiivista keskustelua ja johtoryhmän jäsenet käyvät hallituksessa antamassa informaatiota omilta vastuualueiltaan.

Olen ollut pitkään säätiön hallituksessa ja siten saanut seurata kehitystä aitiopaikalta. Kaikki hallitukset ovat omalla toimikaudellaan tavoitelleet samaa: Vakaata talouskehitystä ja

kohtuullista vuokratasoa. On myös haluttu pitää kiinteistöt hyvässä kunnossa.

Pihojen ja yhteisten tilojen viihtyisyys on noussut vuosien saatossa yhä suurempaan arvoon. Kesän koittaessa pihossa savuavat grillit ja kuuluu vohvelirautojen sekä muurinpohjalletujen pihinää. Keinussa keinahtelee mummoja ja pappoja, jotka eivät talvikeleillä niin usein toisiaan ole tavanneet. Lähiöissä eletään täyttä elämää.

Tästä on uuden hallituksen hyvä jatkaa.

Kiitän lämpimästi kaikkia asukkaita, hallitusta ja johtoryhmää saamastani tuesta luottamustehtäväsäni.

**Anneli Kivistö**, hallituksen puheenjohtaja



# Kalkunvuorenkadulla laitetaan kodit kuntoon

Kalkussa tehdään isoa peruskorjausta, jonka lopputuloksena asunnoista tulee kuin uusia.

■ **MIIA KORPELA** muutti tyttärensä **Dian-dran** ja koiriensä Onnin ja Laten kanssa remontin tieltä kolmeksi kuukaudeksi Käräjätörmään.

– Se oli kivaa vaihtelua. VTS-kodit järjesti meille evakkoasunnon talosta, jossa oli kuntosali alakerrassa. Tykkäsin tosi paljon asua siellä, ja Diandran koulumatkakin vain lyheni.

Kotiin oli kuitenkin hienoa palata, sillä asunto oli remontoitu toiveiden mukaan.

– Ehdotin esimerkiksi, että keittiön ja olohuoneen välinen seinä veto-ovineen poistettaisiin. Näin tehtiin ja muutoksen myötä asuntoon tuli yllättävän paljon lisää tilan tuntua. Nyt olohuoneessa mahtuu jumppaamaankin, Miia Korpela iloitsee.

Muutto sujui menen tullen mukavasti, sillä VTS-kotien pestaama muuttofirma hoiti kaiken kantamisen. Asukkaat saivat valita palaavatko kotiinsa vai jäävätkö evakkoasuntoon.

– Suurin osa palasi takaisin. Täällä metsien keskellä on niin rauhallista asua ja asukkaat ovat mukavia, näissä taloissa on hyvä henki.

## Asukkaiden toiveita kuunneltiin tarkasti

Kalkunvuorenkadun Koti kuntoon -remontissa kiinnitetään asumisviihtyvyyteen tavallista enemmän huomiota. Asukkaiden mielipiteitä onkin kuunneltu tarkasti.

– Rempparyhmässä on kaksi asukasedustajaa, joista minä olen toinen. Olemme saaneet hyvin vietyä asukkaiden toiveita eteenpäin, Miia kertoo tyytyväisenä.

Kerhuhuoneella oli esillä eri värisiä pintamateriaaleja: lattiamattoja, keittiötaisoja ja laattoja, joista asukkaat saivat äänestää mieluisimmat. Valinta sujui sulassa sovussa.

– Kaikki materiaalit olivat tosi nättejä, niistä oli kiva valita. Suunnittelija on selvästi miettinyt kokonaisuutta ja lopputulos on oikein onnistunut.

– Asunto on nyt aiempaa valoisampi, kun

tummat ikkunanpokat vaihtuivat valkoisiksi ja kaikki seinä- ja lattiapinnat uusittiin. Innostuin muutoksesta niin, että päällystin sohvan aiempaa vaaleammalla kankaalla ja vaihdoin tumman ruokapöydän valkoiseen.

## Uusi mikro ostettiin VTS-kotien pisteillä

Uusi kylpyhuone on erityisen iso ilonaihe.

– Kylppärin vanhat pinnat olivat huonossa kunnossa, mutta nyt se on niin ihana, että siellä voisi vaikka asua. Miia sanoo iloisesti nauraen.

– Sinne saatiin lattialämmitys, jonka kustannukset menevät vuokranantajan piikkiin.

Miia Korpela hyödynsi remontin yhteydessä myös VTS-kotien Pisteet kotiin -asukasetujärjestelmää, josta voi valita palveluja ja tuotteita kiitokseksi asumisvuosista ja aktiivisesta asukastoiminnasta.

– Minä sain pisteillä astianpesukoneen asennuksen sekä uuden mikroaaltouunin.

## Pihaan rakennetaan komea korttelitalo

Vaikka Miian kotitalo on valmis, niin rakennustyöt jatkuvat naapuritaloissa. Takapihalla on kontteja, kulkuväylät ovat kuraiset ja pihalla saa väistellä työkoneita, melua ja pölyä riittävästi. Kaiken kuitenkin sietää, sillä lopputulos on vaivan arvoinen.

Asuntojen lisäksi myös pihapiirissä tapahtuu paljon muutoksia. Asukaspihoihin rakennettavat rauta-aidat ryhdistävät yleisilmettä.

– Pihaan rakennettavaan korttelitaloon tulee kaksi saunaa, terassi ja hyvät kerhotilat. Siellä on kiva järjestää koko talon yhteisiä tapahtumia tai vaikka asukkaan omat synttärijuhlat, Miia suunnittelee.

## Kalkunvuorenkatu 2–4:n Koti kuntoon -remontti

■ Huoneistot kunnostetaan kokonaisuudessaan (uudet pinnat, koneet, ikkunat, parvekeovet, kylpyhuoneet). Sähkö ja atk-verkot uusitaan.

■ Parvekkeet kunnostetaan ja asennetaan parvekelasit.

■ Julkisivut kunnostetaan ja maalataan, vesikate uusitaan.

■ Pihaan rakennetaan uusi korttelitalo.

■ Pihavalaistusta parannetaan ja jäteposteja uusitaan.

■ Rakennusten saunatilat puretaan ja tilalle rakennetaan varastot, joissa on joka asunnolle oma verkkokoppi.

■ Asuntopihojen aidat uusitaan, leikkipaikkoja muokataan.

■ Vanha kerhuhuone remontoitetaan kuntosalikäyttöön.

■ Parkkipaikalle rakennetaan autokatos 16 autolle ja asfalttipinnat uusitaan.

Asunnoissa tehtävät rakennustyöt valmistuvat marraskuussa 2017. Pihojen osalta rakennusaikaa on keväälle 2018.





## Käräjätörmä kasvaa yhteisökyläksi

■ **KÄRÄJÄTÖRMÄN ALUE** uudistuu tulevaisuudessa asuinalueeksi, jossa korostuu yhteisöllisyys ja sukupolvien välinen vuorovaikutus. Tarkoituksena on tarjota koteja ja turvallinen ympäristö hyvin monenlaisille asukkaille, niin kimppekämpässä asuville opiskelijoille kuin muistisairaille ikäihmisillekin.

Käräjätörmän uudistamiseen tähtäävän arkkitehtuurikilpailun voittivat Uki Arkkitehdit Oy sekä Optiplan Oy. Alueen suunnittelua jatketaan nyt molempien voittajatoimijoiden parhaiden ehdotusten pohjalta.

Tavoitteena on, että vuoden 2020 vaiheilla Käräjätörmään valmistuu palvelukortteli, johon tulee asuntoja, yhteistiloja ja palveluja.

Yhteisökylä laajenee myöhemmin, kun VTS-kodit täydennysrakentaa omia kiinteistöjään. VTS-kotien asukkaille tiedotetaan hyvissä ajoin suunnitelmien etenemisestä, mutta menee kuitenkin vielä useampia vuosia, ennen kuin rakennustyöt alkavat.

Käräjätörmän monisukupolvinen yhteisökylä -arkkitehtuurikilpailun järjestivät ARA, Tampereen kaupunki, Kotipirtti ry ja Tampereen Vuokratulosäätiö sr. Kilpailu oli osa ympäristöministeriön Ikäntyneiden asumisen kehittämisohjelmaa.



Erja Turunen ja Sari Lehtonen kutsuvat kaikki Tesoman alueen asukkaat mukaan Naapurilähiön toimintaan.

## Huomio Tesoma, Tohloppi, Tesoma, Ikuri, Kalkku ja Haukiluoma: Lähde mukaan kehittämään naapuriapua

■ **VTS-KODEISSA** elvytetään vanhaa kunnan naapuriapua. Asialla on maaliskuussa toimintansa aloittanut Naapurilähiö-hanke, jonka työkenttänä ovat VTS-kotien talot Tesomalla, Tohlopissa, Ikurissa, Haukiluomassa ja Kalkkussa.

Hanke tukee naapuriavun vastavuoroista rakentamista asuinyhteisössä yhdessä asukastoimikuntien kanssa. Naapuriapu voi olla esimerkiksi yhteisiä peli-iltoja ja kauppa- tai kävelyreissuja.

– Tulemme mielellämme asukaskokouksiin ja asukastoimikuntien kokouksiin kertomaan mitä me teemme. Asukkaat voivat sen jälkeen

rauhassa miettiä haluavatko olla uuden hankkeen tienraivaajia, hankekoordinaattori **Sari Lehtonen** kertoo.

Naapurilähiö kouluttaa VTS-kotien asukkaista vapaaehtoisia yhteisökoordinaattoreita. Ajatuksena on kehittää taloissa juuri sellaista toimintaa, jota niiden asukkaat haluavat ja tarvitsevat.

– Olemme erittäin innoissamme tästä projektista ja odotamme mukavaa yhteistyötä Tesoman alueen asukastoimikuntien kanssa, hankekoordinaattori **Erja Turunen** sanoo.

Naapurilähiö kehittää myös sosiaalisen median sähköistä työvälinettä yhteistyössä Nappi

Naapuri Yhteismaa ry:n kanssa.

– Tulkaahan Nappi Naapuriin juttelemaan meidän kanssamme! Se on netistä löytyvä naapurustojen sosiaalinen media, jossa voi pyytää naapureilta apua, lähettää yksityisiä viestejä ja käydä julkisia keskusteluja, Sari Lehtonen vinkkaa.

**Sosiaali- ja terveysministeriön rahoittamaa Naapurilähiö-hanketta hallinnoi Totaaliyhdistys ry. Naapurilähiön toimitila on osoitteessa Vironmäntäkatu 5. Lisätietoja: [www.naapurilahio-projekti.fi](http://www.naapurilahio-projekti.fi), [facebook.com/naapurilahio](https://facebook.com/naapurilahio), [twitter.com/Naapurilahio](https://twitter.com/Naapurilahio)**

## Multisillan ja Peltolammin korttelikerhot pyörähtivät käyntiin

# Likioma tuo iloa arkeen

■ **MULTISILLANKADUN VTS-KOTIEN** kerhohuoneelta kantautuu keskellä arkipäivää reipasta rock'n'rollia ja iloista naurua. Twistavia ja sheikkaavia naisia katsoessa ei ihan heti arvaisi, että meneillään on tuolijumppa.

– Tämä onkin tosi monipuolinen jumppa, **Pirkko Virta** kehuu.

– Täällä on aina hyvää musiikkia ja kivaa yhdessäoloa. Kyllä tämmöinen piristää mieltä, **Anna-Liisa Peltola** iloitsee.

Seuraavana päivänä on luvassa hieman hiljempää meininkiä, kun samassa kerhotilassa kokoontuu lukupiiri.

– Sinne aion ostaa meille ihanat pullat, Peltola suunnittelee jumpan vastapainoksi.

### Lähtisitkö ryhmänvetäjäksi?

Sekä jumppa että lukupiiri ovat osa Likioman järjestämää, kaikille avointa korttelikerhotoimintaa. Tampereen Kaupunkilähetys ry:n projekti kehitti korttelikerhojen toimintamallin Härmälässä ja jalkautti sen tänä vuonna Peltolammille ja Multisillan. Toimintaa on pääasiassa VTS-kotien kerhohuoneilla.

Mukaan ovat tervetulleita kaikki alueen ikäihmiset sekä myös heidän kanssaan viihtyvät nuoremmat asukkaat, erityisesti vapaaehtoistoiminnasta kiinnostuneet. Heistä koulutetaan ryhmänohjaajia eli korttelikerholuotseja, jotka jatkavat kerhotoiminnan pyörittämistä, kun Likioman projektirahoitus päättyy.

– Tervetuloa katselemaan ja haistelemaan, olisiko tämä juuri sinulle sopiva juttu, projektipäällikkö **Arja Anttila** kannustaa.

### Maistuisivatko nokipannukahvit?

Likioman toimintaideana on avata kohtaamispaikkoja ja järjestää maksutonta ryhmätoimintaa lähellä asuville ikäihmisille. Tavoitteena on lujittaa osallistujien kuulumista asuinyhteisöön ja tukea heidän hyvinvointiaan.

– Aluksi pohdimme yhdessä VTS-kotien asukastoimikuntien puheenjohtajien ja asukkaiden kanssa minkälaista toimintaa tälle alueelle halutaan. Täältä löytyi heti tosi ihanaa yhteishenkeä, jota nyt tuetaan Likioman toiminnalla, Arja Anttila kertoo.

Korttelikerhoissa on esimerkiksi tehty käsitöitä, suunniteltu pihajuhlia ja luettu runoja.

Kesällä tehdään retkiä lähimaastoon, sillä Likioman projektityöntekijä **Jyri Blomqvist** ja harjoittelija **Juha Ristimäki** ovat innokkaita luontoihmisiä.

**Likioman tuolijumpan osallistajat keuhvat miten helppoa jumppaan lähtö nykyisin on: ei tarvitse kuin kävellä alakertaan tai naapuritaloon, ja treeni voi alkaa.**

– Ajatuksena on tehdä muutama pidempikin retki, nauttia nokipannukahveista ja luonnon voimaannuttavasta vaikutuksesta, Jyri Blomqvist sanoo.



Likioman työntekijät Arja Anttila ja Jyri Blomqvist suunnittelevat kesällä luontoretkiä.



# Liikunta on hyvä lääke

Asukastoimikuntien seminaari järjestettiin tällä kertaa poikkeuksellisesti UKK-instituutissa, sillä Murikkaa remontoidaan. Paikkavalinta näkyi myös päivän ohjelmassa. Osallistujat saivat tuhdin tietopaketin liikkumisen hyödyistä – ja paikalle jämähtämisen haitoista.

■ **UKK-INSTITUUTIN** erikoistutkija, terveystieteiden tohtori **Marjo Rinne** luonnehtii liikuntaa lääkkeeksi, joka sopii kaikille. Se vahvistaa sekä fyysistä että psyykkistä terveyttä ja auttaa moneen vaivaan.

– Liikunta kannattaa miettiä terveyttä ylläpitävänä pillerinä, jonka vaikutukset kestävät 24–48 tuntia. Sitten on aika ottaa taas uusi lääke. Näin liikunnasta tulee jokapäiväinen tapa, Rinne kannustaa.

Kyseessä onkin melkoinen ihme pilleri. Liikunta ja sitä kautta hyvä kunto parantavat muun muassa sydänterveyttä, hengitys- ja verenkiertoelimistön terveyttä, aineenvaihduntaa ja sairauksien vastustuskykyä. Liikkuminen alentaa verenpainetta ja verenpainetta sekä parantaa toimintakykyä.

## Dementiariski pienenee

Fyysinen aktiivisuus näkyy myös aivojen hyvinvoinnissa.

– Moni kokee mielialan paranevan, kun lähtee liikkeelle. Reipas kävely auttaa aivoja toimimaan ja palautumaan stressitilanteista. Liikunta tuottaa rentoutumista ja luovuutta. Toisille tulee liikkumisen aiheuttamasta mielihyvää oikea liikuntahurmos!

– Liikunta on lääke myös mielialan alenemiseen. Se auttaa alakuloon ja lievään masennukseen.

Ehkä huikkein tutkimushavainto on, että liikunta synnyttää uusia aivosoluja.

– Keski-ikässä harrastettu säännöllinen vapaa-ajan liikunta voi pienentää merkittävästi dementian ja alzheimeritautin vaaraa myöhemmällä iällä. Tämä on todella hyvä uutinen. Liikunta on helppo, halpa ja hyvä lääke hoitaa aivojaan.

## Aktiivinen arki liikuttaa riittävästi

Parasta on, ettei liikkuminen maksa kuin vaivan. Kunto nousee ilman salijäsenyyksiäkin.

– Ei kroppa tiedä olemmeko salilla, siivouksella vai puutarhahommilla. Kaikki arkiaskareet ovat hyvää perusliikuntaa. Jokaiseen viikkoon olisi hyvä sisältyä sekä kestävyys- että lihaskuntoharjoittelua.

– Kroppa tarvitsee monipuolista liikettä. Suomalaiset kyllä nostattavat kestävyyskun-

toa kävellen ja pyöräillen, mutta lihasvoiman, tasapainon ja liikkuvuuden eteen ei tehdä tarpeeksi töitä. Esimerkiksi pallopelit, venyttely, tanssi ja jummat ovat tähän hyviä lajeja.

## Unen laatu paranee

Ihan kuten muutkin lääkkeet, niin myös liikuntapilleri on tärkeää annostella oikein. Ohjeet löytyvät oheisesta UKK-instituutin liikuntapiirakasta. Yliannostus ei tee hyvää, sillä lepo ja palautuminen on ihmisen hyvinvoinnille yhtä tärkeää kuin liikunta. Liikunta tosin auttaa lepäämäänkin, sillä kun on suuri merkitys unen laatuun.

– Kohtuutehoinen liikunta tahdistaa elimistön vuorokausirytmiiä. Se nopeuttaa nukahtamista, parantaa unen laatua ja vähentää heräilemistä öiseen aikaan. Vastaavasti seuraavana päivänä on vireystila parempi.

## Hyötyliikunta on hyväksi

- Valitse portaat hissien sijaan
- Kävele tai pyöräile työ- ja kauppamatkat
- Tanssahtele kotona musiikin tahdissa
- Pidä taukojumppaa ja venyttele
- Tee liikuttavia askareita; siivoa, tee pihatöitä
- Mene lasten leikkeihin mukaan ja taatusti hiki virtaa

Asukastoimikuntien aktiivit viettivät mukavan lauontain UKK-instituutissa.



Viikoittainen

# LIIKUNTAPIIRAKKA



**Terveysliikunnan suositus 18–64-vuotiaille**

UKK-instituutti 2009

## Liikkumattomuus tekee sairaaksi

■ **PITKÄAIKAINEN** paikallaan oleminen, oli se sitten sohvilla makailua tai toimistossa istumista, heikentää terveyttä. Liikkumattomuus lisää ylipainon, valtimotautien, kakkostyypin diabeteksen ja lopulta myös ennenaikaisen kuoleman riskiä.

– Tupakointi ja liikkumattomuus ovat ihan yhtä haitallisia terveyden näkökulmasta, Marjo Rinne muistuttaa.

Miksi kaikki eivät sitten liiku?

– Ihminen hakee välitöntä mielihyvää, jota esimerkiksi rasvainen ruoka tuottaa. Sen sijaan liikunnan tuottama mielihyvä tulee jälkijättöisesti ja liikkuminen saattaa etenkin alussa tuottaa lihaskipuja ja rasittuneisuuden tunnetta. Siksi liikuntaan sitoutuminen voi olla hankalaa. Liikuntamo-

tivaatio onneksi vahvistuu, kunhan jaksaa jonkin aikaa jaksaa säännöllisesti liikkua, Rinne tietää. Työssä on usein pakko istua, mutta paikallaan olemista kannattaa tauottaa ja aktivoida lihaksia pienellä jumppalla, jaloittelemalla tai työasentoja vaihtelemalla.

Asukastoimikunnan puheenjohtaja Ritva Koskinen näytti kuinka näppärästi hän pääsee slaavikyökkyyn, laskee takamuksensa lattiaan ja nousee takaisin ylös ilman, että kädet käyvät lattiansa.



Erikoistutkija Marjo Rinne kannustaa ihmisiä liikkeelle.





## KIINTEISTÖNHOITO- PALVELUJEN TUOTTAJAT

huolto siivous

**HH-Kiinteistöpalvelut Oy** x  
Kanjoninkatu 4, 33720 Tampere  
www.hhkp.fi  
info@hhkp.fi  
puh. 010 3950 300  
Faxi. 010 3950 301  
Asiakaspalvelu 24h / 010 3950 395

**ISS-palvelut Oy** x  
Biokatu 12, 33520 Tampere  
www.iss.fi  
puh. 020 515 2200  
fax. 020 515 2161  
päivystys: 020 515 2200

**Kartanon Kiinteistöpalvelut Oy** x  
Juvankatu 10, 33710 Tampere  
www.kartanonkp.fi/  
asiakaspalvelu@kartanonkp.fi  
puh. 010 424 2950  
päivystys: 0500-234 234

**Kartanon Puhtauspalvelut Oy** x  
Juvankatu 10, 33710 Tampere  
http://www.kartanonpp.fi/  
asiakaspalvelu@kartanonpp.fi  
puh. 010 424 2950

**Lännen Kiinteistöpalvelu Oy** x  
Kokkolankatu 4, 33300 Tampere  
www.lkpalvelu.fi  
lkpalvelu@lkpalvelu.fi  
puh. 3142 3400  
fax. 3142 3440  
päivystys: 0500-620 124

**Lännen Siivouspalvelu Oy** x  
Kokkolankatu 4, 33300 Tampere  
www.lkpalvelu.fi  
lkpalvelu@lkpalvelu.fi  
puh. 3142 3400  
fax. 3142 3440  
päivystys: 0500-620 124

**SOL Palvelut Oy** x x  
Tampellan Esplanadi 10, 33100 Tampere  
www.sol.fi  
puh. 0205 700 200  
fax 0205 700 431  
päivystys: 0205 700 200

**Winclean Oy** x  
Lentokentänkatu 9 C, 33900 Tampere  
www.winclean.fi  
etunimi.sukunimi@winclean.fi  
puh. 010 322 5900  
fax. 010 2960 596

**PTH Kiinteistöpalvelut** x  
Takojanankatu 2A, 33540 TAMPERE  
pirkantalo@pirkantalo.fi  
puh. (03) 3750 400  
fax. (03) 3421 610  
päivystys: (03) 3750 400

## Huollon ja siivouksen parhaat palkittiin

■ VTS-KODIT palkitsee vuosittaisilla kiinteistöpäivillään parhaat kiinteistöhoito- ja siivouspalveluyritykset sekä jokaisen yrityksen parhaat huoltomiehet ja siivoajat. Kiinteistöjen hoitoa seurataan tarkasti VTS Kiinteistöpalvelun kehittämällä KIHILA-laadunhallintamenetelmällä. Teknisen tarkastuksen, päivittäisseurannan ja asiakastytyväisyyden yhteispisteet kertovat miten työntekijä ja yritys on hoitanut työnsä.

Vuoden 2016 paras Kiinteistöhuolto-tyhtiö oli HH-kiinteistöpalvelut Oy ja siivouspalveluyritysten ykkönen oli Kartanon Puhtauspalvelut Oy.



Paras siivouspalveluyritys on Kartanon Puhtauspalvelut Oy ja paras siivoaja on saman yrityksen Maija Lahtinen (vas). Hänen kanssaan palkinnon vastaanotti Sari Piispa.

Parhaat VTS-kotien kiinteistöhoitajat olivat **Timo Romppanen** (Lännen Kiinteistöpalvelu Oy), **Hannu Heikkilä** (HH kiinteistöpalvelut Oy), **Heikki Riipinen** (Kartanon Kiinteistöpalvelut Oy) ja **Jari Pohja** (SOL Palvelut Oy).

VTS-kotien parhaat siivoajat olivat **Maija Lahtinen** (Kartanon Puhtauspalvelut Oy), **Sanna-Kaisa Heinonen** (ISS Palvelut Oy), **Annely Vestern** (Winclean Oy), **Sari Järvenpää** (Lännen Siivouspalvelut Oy) ja **Dicky Ditomene** (SOL Palvelut Oy).

## Kiitos laadukkaasta työstä ja onnittelet voittajille!



Myös jokaisen yrityksen paras siivoaja ja huoltomies palkittiin. Wincleanin paras siivoaja 2016 oli Annely Vestern.



HH-kiinteistöpalvelut Oy on voittaja! Kuvassa: Hannu Heikkilä (vas.), Mirja Sundvall, Alexandros Tsegene, toimitusjohtaja Tokke Salonen, Vesa Högstrom, Matti Sormunen, Jarmo Ahonen ja Esko Hepokari.



Tesoman miähet kunnostivat varastoihin hylätyistä polkupyöristä kymmenen korttelipyörää VTS-kotien asukkaiden käyttöön.

## Hyppää pyörän selkään!



### Tesoman miähet -hanke

- Tavoitteena parantaa työelämän ulkopuolella olevien miesten työ- ja toimintakykyä.
- Päätoteuttaja: TAMK. Mukana myös Tampereen kaupunki ja Settlementti Tampere ry.
- Yhteistyökumppani: VTS-kodit.
- ESR:n rahoittama.
- Lisätiedot: tesomanmiähet.fi, tesomanmiähet@tamk.fi, p. 040 7010 565 / Mika Trofast

■ **KEVÄÄN TULLEN** on VTS-kotien pihosta kurvannut liikenteeseen hienoja vihreitä korttelipyöriä. Ei uskoisi, että vielä puoli vuotta sitten ne olivat VTS-kotien varastoihin hylättyjä romufillareita. Niin taitavasti Tesoman miähet ovat niistä kunnostaneet lähes uudenveroisia menopelejä.

– Olemme kokoontuneet joka viikko VTS-kotien Runkokatu 12:n kerhuhuoneella, hörpänneet kahvit ja ryhtyneet hommiin, projektityöntekijä **Heimo Outinen** kertoo.

– Aloitimme purkamalla pyörät, sen jälkeen osat pestiin ja maalattiin. Rikkinäiset osat vaihdettiin uusiin, pyörät kasattiin ja vietiin VTS-kotien kiinteistöille. Miehet saivat halutessaan valita ja korjata pyörän myös itselleen.

**Virva Itäranta** tuli naapurista Runkokatu 3:sta valitsemaan korttelipyörän kotitalolleen.

– Tämä on kiva idea! Nyt meillä on pyörä, jota voi lainata vieraalleen tai sitä voi käyttää asukas itse.

### Kuntoilua, kahvia ja jutustelua

Tesoman miähet on hanke, joka tarjoaa mielekästä tekemistä ja kavereita työelämän ulkopuolella oleville miehille. On kuntosalitreenejä, retkiä, sählyä, saunomista, soppaa sekä paljon

muuta ajanvietettä. Ja kaikki ihan ilmaiseksi. Eikä tarvitse edes asua Tesomalla, vaan mukaan saa tulla kauempaakin.

– Mukavaahan tämä on, kun on kahvia, jutustelua ja monenlaista touhua. Polkupyöriä sai kunnostaa maltilla ajan kanssa ja olemme käyneet myös salilla, pilkillä, retkillä ja kunto-nyrkkeilytreeneissä. Kalkussa asuva **Kai Koskela** kertoo.

### Lähde Tesoman miesten porukkaan

Projektityöntekijät kuuntelevat tarkalla korvalla miesten toiveita ja keskustelevat heidän kanssaan tasavertaisina.

– Kaikki toiminta lähtee siitä mitä miehet haluavat tehdä. Yhteinen tekeminen auttaa mukavasti keskustelun alkuun ja esimerkiksi pyöriä korjattessa tuli juteltua paljon, Heimo Outinen sanoo.

– Olemme tavoittaneet jo paljon miehiä, tustuneet toisimme ja myös saaneet miehet käyttämään heille kuuluvia palveluita, **Jussi Savolainen** jatkaa.

Tärkeintä on kuitenkin yhteinen toiminta. Käy katsomassa viikko-ohjelma Tesoman miesten Facebook-sivuilta ja lähde mukaan mukaan porukkaan!



# Ihanan puhdas koti!

Kaupassa on tyrkyllä hurja valikoima siivoustarvikkeita, mutta muutama edullinen hankinta riittää. Miksi suotta ostaa purkkitolkulla siivousaineita, kun astianpesuaineella tulee puhdasta lähes kaikkialla.

■ VTS KIINTEISTÖPALVELU Oy:n tekninen tarkastaja **Riikka Huhmarkangas** suosittelee kodin siivoukseen tavallista käsiastianpesuainetta (pH 6–8). Sitä kun lorauttaa hieman suihkepulloon ja täyttää pullon vedellä, niin käytössä on riittävä ja tehokas puhdistusaine.

## Näillä koti pysyy siistinä:

- Käsiastianpesuaine
- Yleispuhdistusaine
- Siivousliinat
- Lattiankuivain
- Wc-harja
- Tiskiharja
- Suihkepullo ja sanko
- Imuri
- Ikkunanpesin ja -kuivain
- Hankaussieni



– Käsiastianpesuaineella voi puhdistaa melkein kaikki huoneiston kovat pinnat. Se on turvallista käyttää ja sopii hyvin myös ikkunanpesuun.

Lisäksi siivouskaapissa on hyvä olla neutraalia yleispuhdistusainetta lattioiden nihkeäpöyhintään. Se käy myös kylpyhuoneen ja wc:n puhdistamiseen eli erillinen wc-puhdistusaine ei ole välttämätön.

Moppiakaan ei tarvitse ostaa, sillä varrellinen lattiakuivain on siivouspyyhkeen kanssa hyvä lattiapesuväline. Mikrokuituliina on mainio valinta niin lattioiden kuin muidenkin pintojen pyyhkimiseen.

– Kannattaa käyttää esimerkiksi vihreää liinaa vessan ja keltaista keittiön siivoamisessa. Kun eri tiloille on eri väriset liinat, niin pöpöt eivät mene sekaisin.

## Näin välttyä suursiivoukselta

Säännöllinen siivous helpottaa kummasti arkea. Valmistaa tulee nopeasti eikä suursiivouksia tarvitse tehdä ollenkaan. Kun esimerkiksi liedien pyyhkäisee aina ruuanlaiton jälkeen, ei liika pääse pintaan.

– Säännöllisesti siivotussa kodissa tulee puhdasta ilman voimakkaita puhdistusaineita, mikä on ekologisempaa ja myös itselle turvallisempaa. Kodin pintamateriaalitkin voivat kärsiä, mikäli aineet ovat kovin happamia tai emäksisiä, Riikka Huhmarkangas sanoo.

Hapan puhdistusaine poistaa tehokkaasti kalkkia kylpyhuoneesta ja emäksinen tehoaa pinttyneeseen rasvalikaan, joten niille saattaa silloin tällöin olla tarvetta. Vahvat aineet ovat kuitenkin melkoista myrkyä, joten muista noudattaa pakkauksen käyttöohjeita ja käyttää siivouskäsineitä.

Siivousaineiden pH-arvoista löydät lisätietoja nettisivulta [www.siivousaineet.fi/ph](http://www.siivousaineet.fi/ph).

## Muista ihmiesieni ja ruokasooda

Riikalla on vielä pari hyvää siivousniskää hiassaan.

– Ihmiesienellä saa helposti hangattua pinttyneet liat pois. Sillä olen poistanut esimerkiksi kuulakärkikynätahrat kangastuoleista.

– Ruokasooda on monikäyttöinen, ekologinen, halpa ja yllättävän tehokas puhdistusaine. Käytän sitä muun muassa tiskialtaan kiillottamiseen ja posliinilavaarin valkaisuun. Tai jos kattilaan on palanut ruokaa, niin laitan kattilan lavaariin, lasken vettä päälle, lisään ruokasoodaa, pyöräytän tiskiharjalla ja annan soodan vaikuttaa hetken aikaa. Kannattaa kokeilla!



## Rakentaa ja remontoi

### ■ VALMISTUNEET

#### • Kuurosokeiden palvelukeskus

Hervantaan, Valtaraitin ja Viipulanpolun kulmaan valmistui helmikuussa 2017 Suomen Kuurosokeat ry:lle uusi palvelukiinteistö. Kiinteistössä on vuokra-asuntoja, palveluasuntoja sekä palvelutiloja aistivammisille.

### ■ RAKENNUSVAIHEESSA

#### • Satamakatu 17

VTS-kodit ja Lujatalo Oy voittivat vuonna 2014 järjestetyn Satamakatu 17 tontinluovutuskilpailun. Vanhaan sukatehtaaseen saneerataan 70 palveluasuntoa muistisairaille ikäihmisille sekä tavallisia vuokra-asuntoja. Luja Oy rakentaa myös asunto-osakeyhtiömuotoisia omistusasuntoja omaan hallintasuhteensa. Maantasokerrokseen on tulossa mm. päivittäistavarakauppa. Rakentaminen on aloitettu massiivisilla purkutöillä ja kohteen on tarkoitus valmistua helmikuussa 2019. Palvelukoti on saanut ARA:n 40 prosentin avustuksen muistisairaiden ikäihmisten asumisen parantamiseksi.

#### • Koukkurannankatu 10

Vuoreksessa rakennetaan VTS-kotien ja koko Tampereen ensimmäistä puukerrostalokohdetta. Koukkurannankadulle valmistuu elokuussa 2017 kaksi neljakerroksista pistetaloa. Ne ovat Suomen ensimmäiset kotimaisesta CLT-levystä valmistettavat tilaelementtirakenteiset puukerrostalot. Suurin osa asunnoista on pieniä, mutta kohteessa on myös muutama perheasunto. Pääurakoitsija on Rakennus Mi&Re Oy

#### • Lintuhytinkatu 17

Hervantajärven uudelle kaava-alueelle rakennetaan 20 asunnon kaksikerroksinen rivitalokohde. Asunnot ovat pääosin perheasuntoja. Rakennustyöt on jo aloitettu ja valmistuminen ajoittuu kesälle 2018. Urakoitsijana on Lapti Oy.

#### • Voionmaankatu 32, Piikahaka

Raholan entisen perhetukikeskuksen tontille on rakenteilla kiinteistö, johon tulee 12 asunnon ryhmäkoti nuorille kehitysvammaisille. Lisäksi Piikahaan muiden vuokra-asuntojen yhteyteen tulee kymmenen "satelliittiasuntoa" niille nuorille kehitysvammaisille, jotka saavat tarvittaessa tukea itsenäiseen asumiseensa. Kohteeseen valmistuu kaikkiaan 63 asuntoa. Hankkeelle on saatu ARA:n erityisavustusta. Suunnittelutyö on valmis ja rakennustyöt on aloitettu, valmistua on toukokuussa 2018. Urakoitsijana toimii VRP Länsi-Suomi Oy.

#### • Sarvijaakonkatu 35, Rollikka

Kalevanrinteeseen rakennetaan kuusikerroksinen kerrostalo. Yhteiselle piha-alueelle on rakennettu VTS:n, NCC:n, Pohjola Rakennus Oy:n sekä YH-Kotien käyttöön maanalainen pysäköintihalli. Kiinteistöön tulee yhteensä 52 asuntoa, joiden koot vaihtelevat pienestä tupakeittiöstä neljän huoneen perheasuntoon. Urakkakilpailu on käyty ja rakentaminen alkaa kesäkuussa 2017. Hankkeen on tarkoitus valmistua syyskuulla 2018.

#### • Kolunkatu 1, uudelleenrakentaminen

Annalan II-vaihe aloitetaan Kolunkatu 1:stä. Perusparannusta ei saatu taloudellisesti kannattavaksi, joten vanha kiinteistö puretaan ja tontille rakennetaan aiempaa huomattavasti enemmän asuntoja käsittävä kiinteistö. Kohteeseen tulee 82 uutta asuntoa pienestä tupakeittiöstä viiden huoneen perheasuntoon. Purkamiselle ja rakentamiselle on saatu ARA:n ja kaupungin asuntotoimen hyväksyntä. Kiinteistö on ollut jo jonkin aikaa tyhjänä ja toiminut palokunnan sekä poliisin harjoituskenttänä. Suunnittelijoina jatkavat I-vaiheen suunnittelijat. Suunnittelutyö on valmis ja urakkatarjoukset saatu. Rakentaminen on tarkoitus aloittaa kesäkuun alussa 2017 ja valmistuminen ajoittuu lokakuun loppuun 2018.

#### • Kalkunvuorenkatu 2–4, Koti kuntoon remontti

Kalkunvuorenkadulla tehdään normaalia laajempaa Koti kuntoon -remonttia, koska asumisviihtyvyyteen kiinnitetään erityistä huomiota. Pääsuunnittelijaksi valittu Arsitek Oy on suunnitellut myös aiempia Koti kuntoon -remontteja. Rakentaminen on hyvässä vauhdissa ja remontti valmistuu marraskuussa 2017. Rakentaminen tapahtuu pääosin taloittain ja asukkaat muuttavat evakkoasuntoihin töiden ajaksi.

### ■ SUUNNITTELUSSA OLEVAT UUDISKOHTEET

#### • Riipuksenkatu 2

Riipuksenkadun pysäköintialueelle rakennetaan Vilusen Rinne Oy:lle kaksi pistekerrostaloa, joihin tulee yhteensä 112 asuntoa. Suunnittelijat on valittu ja suunnittelutyö on käynnissä. Rakentaminen päästään aloittamaan loppuvuodesta 2017 ja valmistuminen ajoittuu syksyyn 2019. Tontille tehdään pysäköintilaitos, jossa on autopaikat myös Riipuksenkatu 3:n ja 5:n asukkaille. Väliaikaiset pysäköintipaikat järjestetään Riipuksenkadun lähituntumaan.

**Kuurosokeiden palvelukeskus valmistui Hervantaan.**

#### • Pikku Niememenkatu, Niemenranta

VTS-kotien toinen Niemenrannan kohde on tarkoitus rakentaa Pikku Niememenkujalle. Rakennukseen tulee noin sata asuntoa. Yhteistyökumppanina on Tampereen Seudun Nuorisotasunnot, jonka käyttöön tulee myöhemmin sovittava määrä asuntoja. Niin sanottu ranskalainen urakka aloitetaan vuoden 2017 aikana ja asunnot ovat muuttovalmiita syyskuulla 2019.

#### • Perkiönkatu 73–75, perusparannus- ja täydennysrakentaminen

Perkiönkadun kahden kiinteistön perusparannushankkeen ja täydennysrakentamisen suunnittelu aloitetaan kesän 2017 aikana. Pitkään odotettu uusi kaava on nyt lainvoimainen. Molempien kiinteistöjen vanhat rakennukset perusparannetaan ja lisäksi rakennusten kulmiin rakennetaan kaksi uutta rakennusta. Uusia asuntoja tulee arviolta noin 60. Kohde valmistuu kokonaisuudessaan vuoden 2019 loppuun mennessä.

### ■ SUUNNITTELUSSA OLEVAT REMONTIT

#### • Solkikatu 7, Koti kuntoon -remontti

Solkikatu 7:n koti kuntoon remontin suunnittelu on aloitettu. Pääsuunnittelijana toimii Arsitek Oy. Kiinteistössä tehdään normaali Koti kuntoon -remontin mukainen viihtyvyysskorjaus, jossa pintamateriaalit, kalusteet ja varusteet uusitaan. Julkisivut lisälämmöneristetään ja rapataan. Energiataloutta parannetaan poistoilmalämpöpumpun asennuksella. Työt olisi tarkoitus päästä aloittamaan elokuussa ja valmistuminen ajoittuu huhtikuulle 2018. Asukkaat muuttavat pois remontin ajaksi.





# Pidä muisti hyvässä terässä

VTS-kodit järjesti kevätkaudella kahdeksan koulutusiltaa sekä asukastoimikuntien seminaarin. Tapahtumissa oli yhteensä noin 200 osallistujaa.

■ ASUKASKOULUTUKSET kiinnostavat eikä ihme, sillä ne käsittelevät hyvin laajasti asumista ja elämistä. Tänä keväänä aiheena oli muun muassa muistiongelmien tunnistaminen.

Muistiongelmista ja niiden ehkäisemisestä koulutti LT, geriatrian erikoislääkäri **Lauri Seinelä**. Hän kertoi, että muistiin vaikuttavia tekijöitä ovat muun muassa mieliala- ja uniongelmat, sairaudet ja lääkkeet, nautintoaineet ja stressi.

Harjoita aivojasi muistia ja älyä vaativilla tehtävillä. Aloita vaikka heti täyttämällä viereisen sivun ristikko.

Mikäli vähänkin epäilee muistisairautta, niin kannattaa käydä muistitestissä. Jos muistisairaus todetaan, niin nykyaikaisilla lääkkeillä sairauden etenemistä voidaan huomattavasti hidastaa. Lääkityksen avulla voi saada 10–15 hyvää lisävuotta.

## Viisaan elämän ohjeet:

- Liiku mielellään joka päivä
- Panosta ystäviin ja harrastuksiin
- Harjoita aivojasi ja anna niille myös lepoa ja suojaa iskuilta ja myrkyiltä
- Syö terveellisesti: riittävästi valkuaisaineita ja kasviksia

- Huolehdi verenpaineesta, kolesterolista ja painosta
- Hakeudu tutkimuksiin ja hoitoihin ajoissa

*Näitä ohjeita noudattamalla voit välttää ja hoitaa ikääntymiseen liittyviä ongelmia ja sairauksia.*

# Kylätapahtumassa nautittiin kivasta tunnelmasta

■ KÄRÄJÄTÖRMÄN VTS-KOTIEN kylätapahtumaa vietettiin maaliskuussa jo kymmenettä kertaa. Komeat jätkänkynttilät roihusivat, kun VTS-kotien hallituksen puheenjohtaja **Anneli Kivistö** avasi tapahtuman.

Paikalle saapui jopa yli sata Käräjätörmän ja Tesoman asukasta nauttimaan maukaasta sopasta, räiskäleistä ja hyvästä tunnelmasta. Minttu-kissa leikitti ja laulatti, ja ohjelmassa oli myös ponijelua sekä erilaisia pelejä.

Kiitos kaikille mukana olleille ja Käräjätörmän ahkeralle talkooväelle!

Lisää **Marjukka Lähteenmäen** ottamia kuvia löytyy osoitteesta [vtskodit.kuvat.fi/kuvat/](http://vtskodit.kuvat.fi/kuvat/)



HEI, NÄITÄHÄN LÖYTÄÄ OSOITTEESTA WWW.VTS.FI!

kiihkoja pyjamat KEN-  
ASUU INTIASSA ASUU GAN-  
POH-  
JIA

JAA-  
TÖN

LASSE  
PUUHA

PY-  
SYVÄ

RITARI  
ASSAN  
AUTO

AH-  
VE-  
NET

TONAVAN  
SIVUJOKI  
HARDWICK

PUH-  
DIS-  
TUS

AUT-  
TAA  
TURIS-  
TEJA

SAI-  
KYT

RAJOIT-  
TAVIA  
POLKU

VALVOO SÄTEI-  
LYÄ

HI-  
TAI-  
TA

ASI-  
KAI-  
NEN

AATELINEN  
SUKUNIMI

RAI-  
MO

ELÄIN-  
KASVI-  
VA-  
PAITA

H

Jutula

isoisiä

VAKI-  
NAINEN  
OSTAJA

PUU  
TYV-  
NYT

KOU-  
LUISTA  
SAR-  
KOLA

YÖLLE  
KASVA-  
MISIA

NÄYT-  
TELIJA  
TIINA

-VIL-  
LE

OSAK-  
KEIL-  
LE

ON-  
NIS-  
TAA

PYYTÄ-  
MINEN  
FAIJAT

TÄTEN  
"TOINEN  
K"

RUO-  
ALLE  
ERA

ISÄN  
VELI  
NYKYI-  
SIN

oppi-  
laitos

VI-  
RO

SOIT-  
TAJA  
SUSIKOI-  
RA+T

REU-  
NA

VIL-  
JA-

sävel-  
lettävä

KAN-  
TA

SUURIN  
OSA

NÄYT-  
TAA

VOI  
UNES-  
TA

REU-  
NA

KAR-  
JU-  
JIA

MUMMON  
SISKO

VOI  
....!

www.sanaris.fi/ laadinta Teemu Pallonen, toteutus Heli Kärkkäinen

Ristikon ratkaisu löytyy seuraavalta sivulta.



KIINTEISTOPALVELU



Puutarhakatu 8 A, 4. krs  
Vaihde 0201 277 300  
etunimi.sukunimi@vts.fi

Petri Mäkelä  
toimitusjohtaja

#### Tekniset palvelut

Oskari Ala-Kauppila  
Terhi Herrala  
Riikka Huhmarkangas  
Esa Jalonen  
Jari Kauppinen  
Reijo Korhonen  
Petri Kotomäki  
Rene Kraft  
Hanna Kyrönviita  
Kauko Luhtalo  
Jyrki Läärä  
Jyrki Mälkki  
Kari Paloviita  
Ilkka Pitkänen  
Ari Sandström  
Maija Turpeinen

#### Rakennuttamispalvelut

Sami Ahoranta  
Reijo Huhmarkangas  
Jaakko Lehtinen

## He ovat ehdolla VTS-kotien hallituksen asukasjäseniksi

■ **VILUSEN RINNE** Oy:n puheenjohtajien kokous päätti 17.1.2017 yksimielisesti esittää Vilusen Rinne Oy:n yhtiökokoukselle, että vaaleissa kaksi emiten asukaskokousten esityksiä saanutta ehdokasta, **Kauko Ahmala** ja **Riitta Mäntymäki**, valitaan Vilusen Rinne Oy:n hallitukseen asukkaita edustaviksi jäseniksi kaudelle 2017–2020.

Vaaliryhmän esitys, että tilintarkastus Lamberg Oy:n valittaisiin tilintarkastaja-valvojaksi kaudelle 2017, hyväksyttiin yksimielisesti.

Tampereen Vuokratalosäätiö sr:n vaaliryhmä esittää kaupunginvaltuustolle, että **Taisto Aaltonen** ja **Ari Haanperä** valittaisiin Tampereen Vuokratalosäätiö sr:n hallitukseen asukkaita edustaviksi jäseniksi kaudelle 2017–2020.

Vaaliryhmä myös esittää, että Tilintarkastus-yhteisö Lamberg Oy valitaan Tampereen Vuokratalosäätiö sr:n asukkaita edustavaksi tilintarkastaja-valvojaksi kaudelle 2017.

Päätökset tehdään kesällä.



Ari Haanperä (vas.), Riitta Mäntymäki, Kauko Ahmala ja Taisto Aaltonen.

Edellisen sivun ristikon ratkaisu:

			K	A	A	S	U	S	U	L	A					
			U	L	E	H	T	I	N	E	N					
			V	A	K	I	O	K	I	T	T					
			A	S	U	N	T	O	H	A	K					
			K	U			I	S	A	R						
			K	A	K	S	I	N	U	A						
			A	R	A	T	E	S	T	O	T					
			U	L	A	J	I	T	P							
S	A	A	T	A	V	I	L	L	A	O	L	E	V	A	T	
T	I	M	O		A	L	A	O	S	A	T	R	E	S	U	
U	K	I	T		P	A	L	M	U	O	P	I	T	L		
K	A	N	T	A	A	S	I	A	K	A	S	L	Y	M	I	
V			L	A	K	I	T	U	S		O	Ä				
R	A	A	P	U	T	I	N		K	O	S	I	N	T	A	
A	T	L	A	S		V	A	L	I	O	T		N	A	I	N
K			L	I	E	K	I	T	Y	S		S	E	T	A	T
O	P	I	S	T	O		K	I	T	A	R	I	S	T	I	
A	U		H	E	R	A	T	A		I		Ö				
P	I	A	N	O	T	E	O	S		N	A	K	E	M	Y	S
E	N	I	N		E	S	I	T	T	A		H	A	R	A	
T	O	R	A		E	T	T	A		Ä	R	J	Y	J	A	T
I	S	O	T	A	T	I		Ä	A	N	I		T	A	S	O

## Lähde mukaan AD-ryhmään

### Kiinnostaako sinua kehittää VTS-koteja ja asukastoimintaa?

Asukasdemokratia-ryhmään haetaan tulevana syksynä uusia jäseniä ja varajäseniä, jotka pääsevät vaikuttamaan moneen asiaan. Aktiiviorukka kehittää asukastoimintaa, koulutusta ja tiedotusta sekä ottaa kantaa VTS-kotien toiminnan ja talouden kehittämiseen.

AD-ryhmään kuuluvat Tampereen Vuokratalosäätiö sr:n ja Vilusen Rinteen hallitusten asukasjäsenet ja seitsemän asukastoimikuntien edustajaa. Ryhmässä on myös neljä varajäsentä, asukaiden valitsema tilintarkastaja-valvoja ja asiakaspalvelupäällikkö.

Talojen asukastoimikunnat tekevät jäsenehdotukset syyskuussa 2017.

# Särkänniemi-päivä la 10.6.2017 klo 9-12

Lippujen tilaus ja maksu tapahtuu vain Lyyti-palvelun kautta. Lyyti-palvelun linkki aukeaa 12.5.2017 VTS-kotien kotisivuilla, ajankohtaista osiossa. Lippuja on rajoitettu määrä eikä niitä voi ostaa Särkänniemen portilta!

Liput vaihdetaan ennen sisääntuloa VTS-kotien omaan tunnisteeseen, joka toimii pääsylippuna tilaisuuden ajan. Loppupäivän rannekeita voi ostaa à 20 € Särkänniemen lippupisteistä VTS-kotien tunnistetta vastaan.

#### Lippujen hinnat

Käytössä klo 9-12 huvilaitteet, Akvaario ja Näsinneula (ei Hype, Koiramäki eikä SuperPark).

- asukasliput 5 €
- ystäväliput 10 €
- alle 3-vuotiaat\* 0 €

\*Ilmoita lukumäärä Lyytissä lippuja varten



Välitämme





# ASUKASPALVELUT 2017

## Kiinteistöhuolto

### Vikailmoitukset 24/7

Kaikissa asuntoon ja kiinteistöön liittyvissä teknisissä ongelmissa asukkaan tulee kääntyä ensisijaisesti talon kiinteistöhuoltoyhtiön puoleen. Yhteystiedot löytyvät talon ilmoitustaululta tai ulko-ovesta sekä VTS-kotien nettisivulta.

## Sähköiset palvelut 24/7

VTS-kotien nettisivuilta löydät asumisen ohjeita, lomakkeita, omat tietosi ym.

[www.vts.fi/asuminen](http://www.vts.fi/asuminen)

## VTS-kotien palvelukeskus (Avataan viikolla 3)

### Asuntohakemukset, maksu- ja laajakaista-asiat, autopaikat, Pisteet kotiin, vesilaskutus

Sähköposti: palvelukeskus@vts.fi

Puhelinnumero: 0201 277 277 • puhelinajat: ma–pe 8.00–12.00

Käyntiosoite: Asuntotori, Puutarhakatu 8 A, katutaso

Käyntiajat: ma–to 12.00–15.00, pe 8.00–13.00

Palvelemme myös chatissa

Vuokrauspalvelu: asuntojen, liike- ja toimitilojen sekä varastojen vuokraus.

[vuokrauspalvelu@vts.fi](mailto:vuokrauspalvelu@vts.fi)

Perintäasiat: Haasteet, hädät ja jälkiperintä

## Asukasisännöinti

### Asukasdemokratia, asumishäiriöt, muut asumisviihtyvyyssasiat:

Sovi tapaaminen etukäteen

[palvelukeskus@vts.fi](mailto:palvelukeskus@vts.fi) tai [etunimi.sukunimi@vts.fi](mailto:etunimi.sukunimi@vts.fi)

### Pisteremontit, vikailmoitukset:

Sähköposti: [palveluisannoitsijat@vts.fi](mailto:palveluisannoitsijat@vts.fi), puhelinnumero: 0201 277 277