

# Eteenpäin elämässä

## eli kuinka selviydyin homekotikriisistä

Vastoinkäymiset koettelevat ihmisiä eri tavoin. Joku sisuuntuu siinä, missä toinen lannistuu. Homekotikriisissä asioita selvitetään ja korjataan yleensä pitkään ja joskus kaikki ei aina suju kuten pitäisi. Kaikesta voi kuitenkin selvitä elämässä eteenpäin.

Viestintä- ja markkinointialan yrittäjä Susanna Makaroff kuuluu sisuuntujiin joukkoon. Hänen kirjansa ”Homeäidin päiväkirja” julkaistiin syksyllä 2017. Kirja kertoo Makaroffin perheen selviytymistarinan, jossa on sijansa niin terveydellisillä ongelmilla kuin taloudellisillakin huolilla, kun unelmien koti osoittautuikin home- ja kosteusvaurioiseksi rakennukseksi. Kävimme tapaamassa Susanna Makaroffia ja kysyimme, mitä perheelle kuuluu nyt, kriisin ja kirjan ilmestymisen jälkeen.

– Kiitos, meille kuuluu ihan hyvää. Olemme saaneet homekodin oikeusriidasta lainvoimaisen kaupanpurkutuoimion ja odotamme sen täytäntöönpanon toteutumista. Vaikka elämme taloudellisesti edelleen ns. löysässä hirressä, kunnes saamme oikeuden määräämät korvaukset, iso henkinen paine onpoissa. Helpotusta tuo myös se, ettei meidän tarvitse enää asioida taloyhtiön kanssa.



## Millaista palautetta olet saanut kirjastasi?

- Homeäidin päiväkirja on saanut hyvän vastaanoton. Esimerkiksi kirjastoissa se on ollut suosittu ja varattu. Saan viikoittain henkilökohtaisia yhteydenottoja, joissa ihmiset antavat myönteistä palautetta. Osa vastaavalaisten homekotikriisin läpikäyneistä kohtalotovereista sanoo, että kirja on ollut heille tueksi. Osa vertaisista taas sanoo, etteivät ole omakohtaisten voimakkaiden kokemustensa vuoksi kyenneet lukemaan kirjaa.
- Kirjoitin kirjan voidakseni auttaa muita ja jakaa tietoa. Kirjassa olevasta erillisestä selviytymisoppaasta olisin toivonut enemmän nostoja mediassa.

## Vaikuttaako sisäilmasta oireilu perheesi arkeen edelleen?

- Kyllä se vaikuttaa monella tapaa. Kun kriisi ja oikeusprosessi olivat kesken, ei tullut mieleenkään kyseenalaistaa omaa jaksamista. Näin jälkepäin keholla on ollut mahdollisuus reagoida pitkäaikaiseen stressiin. Kaikesta toipuminen vie aikaa.
- Koko perheemme saa edelleen välittömästi oireita tiloissa, joissa on huono sisäilma. Saamme pääasiassa silmä- ja hengitystieoireita. Itselleni jäi ainakin toistaiseksi pysyvästi ruoka-aineallergioita ja ongelmia arkojen silmien kanssa.

## Pystyttekö käyttämään erilaisia arkisia kemikaaleja?

- Nyt kun olemme asuneet puhtaassa asunnossa reilun vuoden verran, kestän kemikaaleja paremmin. Ennen homekotia meilläkin oli kaapit täynnä tuoksuvia kodin puhdistus- ja pyykinpesuaineita, hygienia- ja kosmetiikkatuotteita, mutta nyt pärjätään vähemmällä ja pääasiassa ilman hajusteita.

## Onnistuit huolehtimaan perheesi henkisesti hyvinvoinnista vuosikausien mylläkän keskellä. Mitkä keinot auttoivat sinua oman mielesi hyvinvoinnin ylläpitämisessä?

- Meidän pelastuksemme oli kynsin hampain perheen normaalista arkirytmistä kiinnipitäminen. Pakotin itseni myös keskittymään asioihin, joihin saatoin itse vaikuttaa.
- Kiinnitin tietoisesti huomiota asioihin, jotka olivat elämässämme hyvin, kaikesta huolimatta. Meillä oli rakastava perhe, hyvät läheiset ihmissuhteet, mielekkäät työt, mahdollisuus liikkua ja ulkoilla luonnossa. Homekoti ja katastrofaalinen taloustilanne eivät olleet koko elämämme.
- Lisäksi pidimme huolta hyvinvoinnistamme: söimme terveellisesti, liikuimme, ulkoilimme ja huolehdimme parhaamme mukaan riittävästä unesta. Itseäni auttoi pitkäaikainen jooga-harrastukseni, meditoin ja tein hengitysharjoituksia. Ne auttoivat rauhoittamaan mieltä.
- Päätimme mieheni kanssa, ettemme luovuta kokemamme vääryyden edessä. Huumori auttoi ja usko siihen, että tunnelin päässä odottaa valoa. Vastoinkäymiset eivät voi jatkua ikuisesti.
- Sain myös paljon voimaa siitä, että ihmiset jotka tiesivät tilanteestamme, olivat hengessä mukana. Ystävien rohkaisut ”tulette vielä saamaan oikeutta” olivat tärkeitä.

## Mainitset kirjassasi kiitollisuuspäiväkirjan. Mistä siinä oli kyse?

- Kriisin keskellä otin tavakseni kirjata joka ilta ylös muutaman itselleni tärkeän asian, joista juuri sinä päivänä olin ollut erityisen kiitollinen. Päiväkirjaan tuli kirjattua arkisia ilon hetkiä mukavasta puhelinkeskustelusta ystävän kanssa, tyytyväisyyttä, jos ei ollut tarvinnut olla yhteydessä ikävään ihmiseen, huojennusta, jos posti ei tuonut laskuja.
- Tietysti on ne suuremmatkin kiitollisuuden tunteet. Olin ja olen onnellinen ja kiitollinen ihanista lapsistani, hyväkuntoisista vanhemmistani, rakkaasta puoliosistani, siitä että pystyn liikkumaan ja tekemään töitä.
- Kriisikokemuksissa elämän kulutuskeskeisyys ja turhista valittaminen karsiutuvat pois. Kävelylenkki merenrannalla lemmikin kanssa ja kaunis luonto rauhoittavat ja tuovat hyvän mielen.

## Nyt näillä kokemuksilla varustettuna, mitä olet oppinut?

- Asunnon ostotilanteessa olisin vielä varovaisempi. Käyttäisin rakennusterveysasiantuntijaa, joka voisi arvioida kiinnostavan kohteen riskirakenteet ja teknisen kunnan pintoja syvemmillä ennen ostopäätöksen tekoa. Yrittäisin myös saada taloyhtiöstä kaiken mahdollisen tiedon.
- Aina kannattaa pysyä asiallisena ja huolehtia, että kaikki kommunikaatio tapahtuu kirjallisesti. Lähetän aina puhelinkeskusteluissa sovituista asioista vielä perään vahvistusmeilin.
- Riitatilanteessa ei kannata tehdä mitään omin päin. Ulkopuolista asiantuntijaa, oli hän sitten juristi tai sisäilma-asiantuntija, on järkevää käyttää jo varhaisessa vaiheessa asioita vasta selvitellessä.
- Vanha sananlasku pitää paikkansa: laiha sopu on parempi kuin lihava riita. Eli aina kannattaa yrittää viimeiseen asti sopia riita. Siinä säästää aikaa, rahaa ja energiaa. Valitettavasti sopu ei toteutunut meidän kohdallamme, sillä yksin ei voi kukaan sopia.

## Hyödynsitkö Hengityслиiton palveluja, kun etsit tietoa home- ja kosteusvaurioista?

- Kävin useamman kerran Hometalkoot.fi sivustolla. Kävin myös katsomassa, mitä aiheesta oli Hengityслиiton verkkosivuilla kirjoitettu. Sisäilmaan liittyvää opastakin hyödynsin. Vertaistukea etsin aluksi sosiaalisesta mediasta. Itselleni sopiva vertaistuki löytyi kuitenkin tuttujen kautta muuta reittiä.

## Mitä terveisiä lähettäisit virkamiehille, jotka osallistuvat asioiden selvittelyyn?

- Suhtautukaa vakavasti homekotikriisissä elävien ihmisten ahdinkoon. Ongelmat ovat usein monialaisia, ja tiedot hajanaisesti ja hankalasti saatavilla. Joskus törmää vielä vanhanaikaisiin asenteisiin. Välillä tuntuu, että kiinnostus herää vasta, kun homeongelma osuu omalle kohdalle. Vasta silloin homeongelmasta, sisäilmasta oireilusta ja sairastelusta tulee asia, joka on todellisuutta.

## Miten elämä jatkuu nyt, vuonna 2018?

- Kaiken tämän jälkeen haluan kääntää lehteä elämässä, keskittyä töihini ja käyttää energiaani elämän myönteisiin asioihin. Rakastan kirjoittamista ja haluan antaa sillekin nyt enemmän aikaa. Selviytymistarini uusi luku on Lydia Sibakoff -blogini, jossa kirjoittelen fiiliksiäni, huomioistani ja hetkistäni pilke silmäkulmassa. Huomiseen suhtaudun luottavaisin ja positiivisin mielin.

### Kirja-arvio:

### Homeäidin päiväkirja

347s., Avain-kustantamo 2017.

Homeäidin päiväkirja on suorapuheinen ja kaudenisteleminen selviytymiskertomus. Havahtuminen kosteus- ja homevaurioiden olemassaoloon tapahtuu sairastelukierteen kautta allevuodessa. Ongelmien tunnistaminen kestää. Rakennusteknisissä korjausratkaisuissa menee vikaan kaikki, mikä vaan voi mennä. Ja kaiken päälle on riideltävä asuntokaupanpurusta.

Makaroff kuvaa yksityiskohtaisesti, minkälaiset prosessit lähtevät liikkeelle, kun unelmien koti osoittautuu terveyden vaarantavaksi rakennukseksi: kuinka asioita selvitetään asunto-osakeyhtiön, viranomaisten ja asianajajien kesken lopulta eri oikeusasteissa, kuinka rakennusta korjataan yhä uudelleen sekä mitä tarkoittaa arki erilaisissa sijaisasunnoissa rahahuolien kestäessä.

Tapahtumien yksityiskohtainen kuvaaminen viikko viikolta luo jännitteen, joka kestää kirjan loppuun saakka. Lukijan on saatava tietää, miten tämä kaikki päättyy. Hyvien ja huonojen hetkien ja tunteiden kirjaaminen tekee kirjasta inhimillisen lukukokemuksen. Joku on kokenut tämän kaiken ja selvinnyt siitä.

Kirjan loppuosasta löytyy selviytymisopas: vinkkejä kirjallisista lähteistä ja verkkosivustoista. Kirjan tavoitteena on toimia tukena ihmisille, jotka kamppailevat homekotiongelmien kanssa. Perspektiiviä, lohtuaja toivoa omaan elämään se tuottanee myös muille lukijoille.