

Joensuun vanhusneuvoston vastaukset 25.1.2022

Sosiaali- ja terveysministeriön 11.1.2022 kysely

Ohessa on kysely, joka on tarkoitettu kuntien vanhusneuvostojen vastattavaksi. Kysymyksillä kartoitetaan keinoja edistää iäkkäiden toimintakykyä, joka on olennaista päivittäisessä elämässä toimimisen kannalta. Vastausaikaa on ma 31.1. saakka.

Vastauksia tullaan käyttämään poikkihallinnollisen Ikäohjelman suuntaamisessa ja iäkkäiden laatusuosituksen valmistelussa. Ikäohjelma tähtää siihen, että yhteiskunnassa varaudutaan väestön vanhenemiseen sosiaalisesti ja taloudellisesti kestäväällä tavalla.

Sosiaali- ja terveysministeriö
Yhteisöt ja toimintakyky- osasto
Toimintakyky-yksikkö

KYSELY VANHUSNEUVOSTOILLE IÄKKÄIDEN TOIMINTAKYVYN EDISTÄMISESTÄ

LIIKUNTA

Minkä kouluarvosanan (4-10) antaisit kunnallesi ikääntyneiden liikuntamahdollisuuksien järjestämisestä?

☐ 4 ☐ 5 ☐ 6 ☒ 7 ☐ 8 ☐ 9 ☐ 10

Mitkä olisivat kunnassanne iäkkäiden liikunnan kehittämistarpeet? Valitse neljä tärkeintä.

- ☐ Liikuntaryhmien määrä
- ☒ Toimintakyvyltään heikentyneiden ikäihmisten liikuntaryhmät
- ☐ Voima- ja tasapainoharjoittelu
- ☐ Kuljetukset liikuntapalveluihin
- ☒ Liikuntapaikkojen maksuttomuus
- ☐ Eläkeläisalennukset liikuntapaikkoihin
- ☐ Vapaaehtoisten apu liikuntaan
- ☒ Vertaisohjaajatoiminta
- ☐ Tilojen järjestäminen järjestöille
- ☒ Ulkoiluryhmät ja ulkoiluapu
- ☐ Etäjumppatoiminta
- ☐ Liikunta- ja elintapaneuvonta

Mitkä asiat iäkkäiden liikunnassa toimivat kunnassanne hyvin?

Ulkoilureitit, ladut, polut, ulkokuntoilupaikat ja luistelualueet ovat hyvässä kunnossa ja hyvin hoidetut.

YHDESSÄOLO JA KOHTAAMISET

Mitkä olisivat kunnassanne iäkkäiden yhdessäolon ja kohtaamisten kehittämistarpeet? Valitse kolme tärkeintä.

☒ Tapaamispaikat ja -tilat

☐ Kuljetukset

☒ Ohjatun toiminnan riittävyys

☐ Osallistumisen kohtuuhintaisuus

☒ Iäkkäiden äänen kuuluminen paikallisessa päätöksenteossa

☐ Vapaaehtoistyön vahvistaminen

☐ Vertaisohjaajatoiminta

Minkä kouluarvosanan (4-10) antaisit kunnallesi ikääntyneiden kohtaamismahdollisuuksien järjestämisestä?

☐ 4

☐ 5

☐ 6

☒ 7

☐ 8

☐ 9

☐ 10

Mitkä asiat iäkkäiden yhdessäolossa ja kohtaamisissa toimivat kunnassanne hyvin?

Keskuskaupungin alueella hyvä tila (Rupla), saadaan käyttää ilmaiseksi kunnan tiloja, Joen Severin tietotekniikan koulutus.

123/4000

MUISTIN SÄILYMINEN

Muistin säilymistä iäkkäillä voidaan edistää ja muistisairauksia voidaan ennaltaehkäistä useilla eri keinoilla samanaikaisesti: liikunnalla, hyvällä ravitsemuksella, myönteisillä kohtaamisilla ja uusia asioita oppimalla sekä huolehtimalla verenpaineesta ja veren sokeri- ja rasva-arvoista.

Miten arvioitte seuraavien neljän vaihtoehdon toteutumista kunnassa iäkkäiden muistin säilymisen näkökulmasta (kouluarvosana 4-10)?

	4	5	6	7	8	9	10
Diabeteksen ja sydän- ja verisuonisairauksien ennaltaehkäisy ja hoito	☒	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Elintapaneuvonta (mm. ravitsemus- ja liikuntaneuvonta sekä päihteet)	☐	☒	☐	☐	☐	☐	☐
Uuden oppimisen mahdollisuudet	☐	☐	☐	☒	☐	☐	☐

Miten arvioitte seuraavien neljän vaihtoehdon toteutumista kunnassa iäkkäiden muistin säilymisen näkökulmasta (kouluarvosana 4-10)?

	4	5	6	7	8	9	10
Diabeteksen ja sydän- ja verisuonisairauksien ennaltaehkäisy ja hoito	☒	☐	☐	☐	☐	☐	☐
Elintapaneuvonta (mm. ravitsemus- ja liikuntaneuvonta sekä päihteet)	☐	☒	☐	☐	☐	☐	☐
Uuden oppimisen mahdollisuudet	☐	☐	☐	☒	☐	☐	☐
Harrastustoiminta	☐	☐	☒	☐	☐	☐	☐

Mitkä toiminnot tai ratkaisut tukevat kunnassanne hyvin iäkkäiden mahdollisuuksia ylläpitää muistiaan?

Muisti ry:n toiminta ja eri yhdistysten kerhot. Harrastuspiirit (kuorot ym.).

77/4000

PSYKKINEN TOIMINTAKYKY

Psyykkisellä toimintakyvyllä tarkoitetaan mielen voimavaroja, joiden avulla ihminen kokee elämänhallintaa ja elämän mielekkyyttä ja joiden avulla ihminen kykenee selviytymään arjen haasteista ja kriisitilanteista.

PSYKKINEN TOIMINTAKYKY

Psyykkisellä toimintakyvyllä tarkoitetaan mielen voimavaroja, joiden avulla ihminen kokee elämänhallintaa ja elämän mielekkyyttä ja joiden avulla ihminen kykenee selviytymään arjen haasteista ja kriisitilanteista.

Miten arvioitte seuraavien väittämien toteutumista kunnassanne (kouluarvosana 4-10)?

	4	5	6	7	8	9	10
Kunnassani panostetaan iäkkäiden psyykkiseen toimintakykyyn	☐	☒	☐	☐	☐	☐	☐
Kunnassani tuetaan iäkkäitä heidän elämänsä kriisitilanteissa (esim. läheisen sairastuminen tai menehtyminen)	☐	☒	☐	☐	☐	☐	☐

Minkä kouluarvosanan (4-10) antaisit kunnallesi ikääntyneiden psyykkisen toimintakyvyn tukemisesta?

☐ 4 ☒ 5 ☐ 6 ☐ 7 ☐ 8 ☐ 9 ☐ 10

Mitkä ovat hyviä esimerkkejä siitä, että kunnassanne edistetään iäkkäiden psyykkistä toimintakykyä?

Vertaistukitoiminta: SPR ystäväpalvelutoiminta, seurakuntien ystävätoiminta, eri vapaaehtoistoiminnot, kansalaisopisto ja kulttuuritoiminta.

ASUINYMPÄRISTÖ

Minkälaisen kouluarvosanan (4-10) annat asuin ympäristöjen soveltuvuudesta iäkkäille kunnassasi?

	4	5	6	7	8	9	10
Esteettömien asuntojen riittävyys	☐	☐	☒	☐	☐	☐	☐
Palveluiden saavutettavuus	☐	☐	☐	☒	☐	☐	☐
Liikkumisen esteettömyys	☐	☐	☒	☐	☐	☐	☐
Asuin ympäristöjen kunnossapito	☐	☐	☐	☒	☐	☐	☐
Asuin ympäristöjen turvallisuus ja viihtyisyys	☐	☐	☐	☐	☒	☐	☐
Asuin ympäristöjen monisukupolvisuus ja yhteisöllisyys	☐	☐	☐	☒	☐	☐	☐
Lähi viheralueiden riittävyys	☐	☐	☐	☐	☐	☒	☐
Julkisen liikenteen toimivuus ja esteettömyys	☐	☐	☐	☐	☒	☐	☐

Mitä hyviä esimerkkejä kunnassanne on ikäystävällisistä asuin ympäristöistä?

Keskittetyt palvelutalot ruutukaavan ulkopuolella.

JÄRJESTÖJEN JA VAPAAEHTOISTOIMIJOIDEN ROOLI

Kuinka suuri rooli järjestöillä ja vapaaehtoisilla on kunnassanne toimintakykyä ylläpitävien palvelujen tuottamisessa? Asteikko 4-10; 4=erittäin pieni, 10 = erittäin suuri)

☐ 4 Erittäin pieni ☐ 5 ☐ 6 ☐ 7 ☐ 8 ☐ 9 ☒ 10 Erittäin suuri

Minkä kouluarvosanan (4-10) antaisit kunnallesi yhteistyöstä järjestöjen ja vapaaehtoistoimijoiden kanssa ikääntyneiden toimintakykyä tukevien toimintojen sisältöjen suunnittelussa ja tuottamisessa?

☐ 4 ☐ 5 ☐ 6 ☐ 7 ☐ 8 ☒ 9 ☐ 10

Miten kunnan kannattaisi mielestäsi parantaa yhteistyötä, jotta kunta ja järjestöt/vapaaehtoiset voisivat paremmin yhteisvoimin tuottaa ikääntyneille heidän tarvitsemiaan toimintakykyä ylläpitäviä palveluita? Valitse kaksi tärkeintä.

- ☐ Kutsumalla vanhusneuvostoon mukaan järjestöjen edustajia ja vapaaehtoisia
- ☒ Kutsumalla järjestöjä ja vapaaehtoisia mukaan palveluiden kehittämistyöhön
- ☐ Kutsumalla järjestöjä ja vapaaehtoisia yhteisiin kumppanuuspyyntiin ja yhteistyöhön sen miettimiseksi, miten ikääntyneille voidaan tuottaa heidän tarvitsemiaan palveluita?
- ☒ Tukemalla kansalaistoimijoiden ja vapaaehtoistoimijoiden toimintaedellytyksiä (avustukset, tilojen tarjoaminen, koulutukset, hallinnollinen tuki)

Lopuksi: Terveiset kansallisen ikäohjelman valmisteluun

Tärkeintä olisi saada yksin asuvat ja huonoiten liikkuvat sosiaalisten toimintojen pariin mahdollisimman aikaisin tarvittaessa kuljetuspalvelujen avulla. Ikätarkastukset, terveystarkastukset iäkkäille säännöllisesti / ikäneuvola. Arvostava ote iäkkäisiin palvelujen kehittämisessä. Etsivä vanhustyö hyvä toimintatapa.