

12/11/2023

**Maakunnallisen
ikäverkoston
kokous
Teamsilla 1.12.2023
klo 9-11**

ETELÄ-KARJALAN
hyvinvointialue

Asialista:

1. Kokouksen avaus
2. Edellisen kokouksen muistio
3. Etelä-Karjalaiset hyvän ikääntymisen teesit ja ikääntyneiden kahdeksan voimanlähdeä
4. Alueellisen ikäpoliittisen ohjelman toteutumisen yhteistä arviointia
5. Muut asiat
6. Seuraava kokous



ETELÄ-KARJALAN
hyvinvointialue

3. Etelä-Karjalaiset hyvän ikääntymisen teesit ja ikääntyneiden kahdeksan voimanlähdeä

Miun hyvä ikääntyminen

Eteläkarjalaisten voimanlähteet ja hyvän ikääntymisen teesit.

Kuntien ikäihmisten vaikuttamispäivien
ryhmäkeskustelut, kevät 2023.

Miun hyvän ikääntymisen voimanlähteet



Saan asua ja pärjään omassa kodissa.



Minulla on harrastuksia ja tapaan muita ihmisiä.



Kun palvelut on saavutettavissa, on turvallisempi olo.



Pysyn terveenä ja mahdollisimman hyväkuntoisena.



Pääsen kulkemaan asioille ja harrastuksiin sujuvasti.



Liikunta pitää kropan ja mielen kunnossa.



Tietoa ja tiedotusta on riittävästi.



Nautin Etelä-Karjalan luonnosta, se virkistää ja antaa voimaa

1. Nautin Etelä-Karjalan luonnosta, se virkistää ja antaa voimaa.

Teesit

- Ulkoilureittien ylläpito ja huolto on tärkeää.
- Kevyen liikenteen väylien kunnosta on huolehdittava: auraus ja hiekoitus talvella, suojateille luiskat, myös eri toimintarajoitteisille sopivia reittejä (näkö, kuulo, muisti).
- Riittävästi penkkejä tulisi olla kävelyreittien varrella, taajamissa sekä kyläkeskuksissa.
- Kunnan keskustassa olisi hyvä olla houkuttava luontokohde, (picnic-puisto/aistipuisto), johon myös toimintakyvyltään heikentyneet ikäihmiset pääsevät.



”Luonto on hyvää,
linnunlaulu ja
aamukahvi.”

”Vielä kun pääsisi ensi
kesänä
mustikkametsään.”

2.Saan asua ja pärjään omassa kodissa.

Teesit

- Kodin ja asuinympäristön turvallisuudesta on huolehdittu
 - toimiva koti, jossa mm. kaatumisen ehkäisy otettu huomioon.
- Apua ja tukea tulisi saada ja vastaanottaa oikea-aikaisesti: apuvälineet, siivous, kauppa-apu, auraus, lumenluonti ja nurmikon leikkaus, ateriapalvelu.
- Apua tarvitaan omaisilta, läheisiltä ja kotihoidolta.
- Yhteisöllistä asumista ja viihtyisiä hoitokoteja tarvittaisiin lisää, silloin kun ei enää yksin pärjää.
- Asumisen kustannukset tulisi olla kohtuullisia.



”Asuminen oman halun mukaan mahdollisimman pitkään.”

3. Minulla on mieluisia harrastuksia ja tapaan muita.

Teesit

- Matalan kynnyksen kohtaamispaikkoja ja kerhotiloja tarvitaan ”entisille nuorille”, lähellä kotia.
- Erilaista toimintaa, kerhoja ja ruokailumahdollisuuksia tulisi järjestää yhteisiin kokoontumispaikkoihin.
- Kirjaston palvelut ovat tärkeitä.
- Pidetään huolta naapureista.
- Kulttuuritapahtumia ja muita kaikille avoimia tilaisuuksia kotikulmille ja saavutettaviksi myös eri aistivammalaisille.



”Turvasatama on oma kunta, kun on niin paljon tuttuja.”

”Kuulovammaisetkin huomioitava, kunnollinen äänentoisto.”

4. Pysyn terveenä ja mahdollisimman hyväkuntoisena.



Teesit

- Terveyspalveluita tarvitaan lähelle kotia.
- Pääsy lääkärille, hammashoitoon ja laboratorioon sujuvaksi.
- Omahoitaja hyvinvointiasemalla lisää asiointin helppoutta.
- Huolehditaan oikeasta ravitsemuksesta :
 - ruokapalvelu, yhteiset ruokailut
- Mielen hyvinvoinnista kannattaa pitää huolta:
 - musiikki, perhe ja läheiset, liikunta, lukeminen, harrastukset

”Voisi kuolla mahdollisimman terveenä.”

”Saa apua ajallaan terveydenhuollosta, jos sitä tarvitsee.”

5.Liikunta pitää kropan ja mielen kunnossa.

Teesit

- Tarvitaan riittävät liikuntamahdollisuudet lähellä kotia.
- Monipuolisia liikuntaryhmiä eri kuntoisille, myös sivukylillä.
 - Vesivoimisteluryhmiä tai kuljetus lähikuntaan edullisesti.
 - Ohjattuja ulkoliikuntaryhmiä ja opastusta ulkokuntosalilaitteiden käyttöön.
- Tukea järjestöjen liikuntatoimintaan:
 - liikuntavälineitä, edullisia tai maksuttomia tiloja.
 - koulutusta ja tukea vertaisohjaajille.
- Liikuntakavereita tai ulkoiluystäviä heille, jotka eivät pääse yksin liikkeelle.



”Ulkokuntoilulaitteita
kaivataan.”

”Helppoja ja turvallisia
latuja, jotka soveltuvat
ikäihmisillekin.”

6.Kun palveluita on saatavilla, on turvallisempi olo.

Teesit

- Lähipalvelut kunnissa on säilytettävä: kauppa, apteekki.
- Hyvinvointiasema oltava lähellä, palveluohjaus sujuvaksi ”yhden luukun” periaatteella.
- Omaishoitajien jaksamisesta on huolehdittava.
- Toivotaan ammattilaisten yhteydenottoa yksin asuviin ikäihmisiin.
- Kotiapua tai siivousapua tarvittaessa edullisesti.
- Digitukea tulee olla helposti saatavilla: kirjastossa, kotiopastustakin.
- Tukea talon kunnossapitoon, pihatöihin
 - Kiinteistönhoidon alueellisista palveluista olisi hyvä olla tietoa saatavilla kootusti.



”Mallu-auto saisi kulkea myös kesäisin.”

”Myymäläauto ja kirjastoauto sivukylillekin.”

”Asiakaspalvelua tarvitaan, omatoimikirjaston lisäksi.”

7.Pääsen kulkemaan asioille ja harrastuksiin sujuvasti.



Teesit

- Sivukyliltäkin tulisi päästä asioille ja harrastuksiin, kylätaksit käyttöön.
- Joukkoliikenne maksuttomaksi 75-vuotta täyttäneille.
- Pysäkit lähemmäs kotia alueilla, joissa asuu paljon ikäihmisiä.
- Palvelulinjojen reitit ja aikataulut sopiviksi.

”Kela-taksiin kunnolliset pyörätuolit istuimiksi.”

”Asiointibussin reitti laajemmalle alueelle.”

8.Tietoa ja tiedotusta on riittävästi.

Teesit

- Tiedotteita tulee saada myös paperiversioina, ei ainoastaan verkkosivuilta.
- Aistivammaisetkin tulee huomioida.
- Tärkeiden palveluiden puhelinnumerot selkeästi näkyviin.
- Palveluista tiedottamista pitäisi olla enemmän.
- Tietoa eläkkeistä ja eri tukimuodoista, myös sivukylille.
- Vapaaehtoistoimijat pitäisi koota yhteiseen listaan/tiedostoon, josta tarvitsevan on heitä helppo löytää.



”Ilmoituksiin aina myös puhelinnumero.”

”Mistä saisi tietoa turvalaitteista ja apuvälineistä?”

”Paikallislehti on hyvä kanava.”

Eteläkarjalaisten hyvän ikääntymisen teesit



Toimiva koti, oikea-aikainen apu, yhteisöllistä asumista, viihtyisiä hoitokoteja ja kohtuulliset asumiskustannukset.



Lähipalvelut säilytettävä, apua edullisesti, digitukea ja omaishoitajien jaksamisesta huolehtimista.



Pysäkit lähelle ja aikataulut ja reitit sopiviksi. Joukkoliikenne maksuttomaksi. Kylätaksit.



Palveluista tiedottamista enemmän, myös paperilla. Puhelinnumerot esille ja iso fonttikoko.



Kohtaamispaikkoja, kerhotiloja ja yhteistä tekemistä/toimintaa.



Pääsy terveyspalveluihin, omahoitaja, huomio myös ravitsemukseen ja mielen hyvinvointiin.



Liikuntaryhmät lähelle kotia, liikuntakavereita ja ulkoiluystäviä. Tukea järjestöjen liikuntatoimintaan.



Ulkoilureitit, kevyt liikenne, penkit, picnic/aistipuisto.

4. Alueellisen ikäpoliittisen ohjelman: Visiona Ikäystävällinen Etelä-Karjala 2021-2025 – Toimintakykyisenä kotona, arjessa ja elämässä toteutumisen arviointia:



TOIMINTASUUNNITELMA 2021–2025

Ikäystävällinen asuminen ja elinympäristö

Tavoite	Toimenpide	Vastuutaho	Arviointi	Aikataulu
Ikääntyneille on tarjolla yhteisöllisiä asumisen ratkaisuja, kohtaamispaikkoja sekä perhehoitoa	<ul style="list-style-type: none"> Otetaan ikääntyneiden henkilöiden tarpeet huomioon asumisen palvelujen suunnitelmissa. Lisätään ikäihmisten perhekoteja 	Eksote, kunnat, yksityiset palveluntuottajat	Ikääntyneiden yhteisöllisen asumisen vaihtoehdot kunnittain Pitkäaikaisessa perhehoidossa asuvat ikäihmiset/määrä/vuosi	Valtuustokausittain Vuosittain
Asumisessa on huomioitu turvallisuus ja esteettömyys	<ul style="list-style-type: none"> Suoritetaan turvallisuustarkastus (tarkistuslista) ennaltaehkäisevästi ja mahdollistetaan kodin muutostyöt. Huomioidaan esteettömyys asumisessa ja elinympäristössä. 	Eksote, kunnat, palvelutuottajat	Korjausavustusneuvonta/käyntimäärä/kunta/vuosi Hissiavustukset (ARA)/määrä/kunta/vuosi Sosiaalihuoltolain (1301/2014) mukainen taloudellinen tuki ikäihmisten asumisen muutostöihin päätökset/kunta/vuosi	Vuosittain Vuosittain Vuosittain
Asuinympäristö on ikäystävällinen	<ul style="list-style-type: none"> Vahvistetaan ikääntyneiden osallisuutta palveluja suunnittelu- ja kehittämisvaiheessa. Huomioidaan helppokulkuisuus Varmistetaan palveluihin pääsy. Hyödynnetään Ikäystävällinen asuminen -hanke tuloksia (1.10.2020–31.10.2021) Huomioidaan ikääntyneet joukkoliikenteen ja yhteiskuljetusten kehittämisessä. 	Kunnat, Eksote, palvelutuottajat, järjestöt	Asiakaspalaute/asukaskyselyt Vanhusneuvoston antama palaute ja kehittämisehdotukset ikäystävällisyyden lisäämiseksi Kunnissa tehdyt muutokset ikäystävällisyyden lisäämiseksi Hankkeen tuloksena syntynyt opas ikäystävällisyydestä viedään tiedoksi muihin E-K kuntiin	Vuosittain Vuosittain Vuosittain Hankkeen päätyttyä



4. Alueellisen ikäpoliittisen ohjelman: Visiona Ikäystävällinen Etelä-Karjala 2021-2025 – Toimintakykyisenä kotona, arjessa ja elämässä toteutumisen arviointia:



Terve ja toimintakykyinen ikääntyminen				
Tavoite	Toimenpide	Vastuutaho	Arviointi	Aikataulu
Palvelujen laatu, saatavuus ja joustavuus vastaavat asiakkaiden tarpeisiin	<ul style="list-style-type: none"> Tuetaan asiakasta oman hoidon palveluissa sekä lähi- että verkkopalveluja kehittämällä ja tehostamalla sekä asiakasprosesseja parantamalla. Varmistetaan henkilöstön osaaminen. 	Eksote, kunnat, palvelutuottajat, järjestöt	Asiakaspalaute Asiakas-/Palveluprosessien kehittäminen, laadullinen arviointi Henkilöstökoulutukset/määrä/vuosi	Jatkuva arviointia Vuosittain
Ennaltaehkäisevät toiminnot ovat osa arkea	<ul style="list-style-type: none"> Tuetaan omatoimisuutta ja toimintakykyä yhteistyössä eri toimijoiden kanssa vahvistaen myös sosiaalista kanssakäymistä. Edistetään hyviä elintapoja; riittävä liikunta, päihitteettömyys ja monipuolinen ravitsemus. Ennaltaehkäisevien toimintamallien käyttöönotto. Ikäihmisten vastuu omasta toiminnastaan 	Kunnat, järjestöt, kolmas sektori, Eksote	Tapahtumien, toimijoiden ja osallistujien lukumäärät Sähköisten palvelujen käyttö Uusien ehkäisevien toimintamallien kehittäminen Viestintä	Vuosittain
Toimintakyvyn ylläpito	<ul style="list-style-type: none"> Tuetaan toimintakykyä kotikuntoutusta vahvistaen huomioiden omaisten ja läheisten roolit. 	Eksote, järjestöt	Asiakasmäärä Arviointia ennaltaehkäisevien palvelujen vaikutuksista palvelujen käyttöön	Jatkuva

4. Alueellisen ikäpoliittisen ohjelman: Visiona Ikäystävällinen Etelä-Karjala 2021-2025 – Toimintakykyisenä kotona, arjessa ja elämässä toteutumisen arviointia:



Asiakaslähtöiset palvelut ja prosessit				
Tavoite	Toimenpide	Vastuutaho	Arviointi	Aikataulu
Ikääntyneille on tarjolla riittävästi ja monipuolisesti ennaltaehkäisevää toimintaa sekä tarvittavat sosiaali- ja terveyspalvelut	<ul style="list-style-type: none"> Vahvistetaan ja keskitetään asiakasohjauksen toimeenpanoa samalla kun kehitetään palveluneuvontaa ja ohjausta Iso apu -palvelukeskuksissa sekä avopalveluita. Kehitetään ja lisätään ennaltaehkäisevää työtä (palveluja ja toimintoja), jotka perustuvat tutkittuun tietoon ja näyttöön perustuviin hoito- ja toimintakäytäntöihin. Kehitetään koti-, omais- ja perhehoitoa. 	Eksote, kunnat, järjestöt	<p>Palveluprosessien kehittäminen</p> <p>Kuvaus verkostoyhteistyöstä</p> <p>Asiakastytyväisyyskyselyt</p>	Jatkuvaa
Ikääntyneillä on mahdollisuus osallistua palvelujensa suunnitteluun ja toteutukseen	<ul style="list-style-type: none"> Asiakasta kannustetaan osallistumaan hoitonsa suunnitteluun ja päätöksentekoon. Hoito- ja palvelusuunnitelma laaditaan yhteistyössä ikääntyneen ja hänen läheistensä kanssa. 	Eksote	<p>Asiakastytyväisyyskyselyt</p> <p>Uudet toimintamallit</p>	
Palveluja on tarjolla myös digitaalisesti	<ul style="list-style-type: none"> Huomioidaan monipuolinen lähipalveluiden saatavuus ja saavutettavuus haja-asutusalueilla mukaan lukien kulttuuripalvelut. Kuntalaisia opastetaan käyttämään sähköisiä palveluja. 	Eksote, kunnat	<p>Asukaskyselyt</p> <p>Järjestetyt tilaisuudet alueittain, osallistujamäärä</p>	Vuosittain
Henkilökunta on koulutettu ja osaava	<ul style="list-style-type: none"> Vahvistetaan alueen toimijoiden geriatria ja mielenterveysosaamista. Sairaanhoitajille ja lähihoitajille mahdollistetaan geriatrisen osaamisen vahvistaminen koulutusohjelmalla. 	Eksote, kunnat, järjestöt	<p>Seurantamittarit</p> <p>Koulutukset</p>	Jatkuva

4. Alueellisen ikäpoliittisen ohjelman: Visiona Ikäystävällinen Etelä-Karjala 2021-2025 – Toimintakykyisenä kotona, arjessa ja elämässä toteutumisen arviointia:



Digitalisaatio ja teknologia osana ikääntyneiden hyvinvointia

Tavoite	Toimenpide	Vastuutaho	Arviointi	Aikataulu
Kuntalaiset, ammattilaiset ja asiakkaiden läheiset löytävät helposti tiedon teknologisista vaihtoehdoista läheistensä hoidossa	<ul style="list-style-type: none"> Lisätään Eksoten kotisivuille tietoa teknologisista vaihtoehdoista kotihoidossa ja tukipalveluissa. 	Eksote	Määrät, kyselyt, käyttökokemukset	
Lisätä digitalisaatiota ja teknologiaa ikäihmisten palveluissa	<ul style="list-style-type: none"> Suunnitellaan mobiiliovenavauksen laajentamista esim. ensihoidolle. Hyödynnetään ohjelmistorobotiikkaa ammattilaisten työprosessien sujuvoittamiseksi ja kehitetään tekoälymahdollisuuksia. 	Eksote	Käyttäjämäärät Käyttäjryhmät Uudet sovellukset	
Helpottaa ikäihmisten arkea ja lisätä yhdenvertaisuutta - ikäihmiset osaavat hyödyntää sähköisiä asiointipalveluita	<ul style="list-style-type: none"> Lisätään sähköisiä palveluja ja ikäihmisten valmiuksia hyödyntää ja käyttää niitä turvallisesti 	Eksote, kunnat, järjestöt	Käyttäjämäärät	
Toimiva asiakasohjaus	<ul style="list-style-type: none"> Varmistetaan ikäihmisten tiedon saanti ja osallisuus Vahvistetaan asiakasohjauksen roolia erityisesti ennakoivassa toiminnassa ja paljon palveluja tarvitsevien asiakaspolkujen ohjauksessa 	Eksote	Asiakaspalaute	

5. Muut asiat:

Ikäihmisten vaikuttamispäivät / hyvinvointi-infot
keväällä 2024?

6. Seuraavat kokoukset:

16.2.2024 klo 9-11 Teamsilla

29.4 klo 13-15 Teamsilla



Kiitos!

Sari Hokkanen
Projektipäällikkö
p. 040 683 8962
sari.hokkanen@ekhva.fi

