

Hyvinvointia ikääntyneille

Osallisuutta edistäviä rakenteita järjestöjen ja
ikäneuvoloiden yhteistyöhön

Webinaari 30.11. klo 13–15



Kuntoutussäätiö

Ohjelma

- 13.00–13.10** Webinaarin avaus (toiminnanjohtaja Anssi Kemppi, Eläkeliitto)
- 13.10–13.25** Hyvinvointia ikääntyneille – osallisuutta edistäviä rakenteita järjestöjen ja Ikäneuvoloiden yhteistyöhön -hankkeen esittely (projektipäällikkö Anu Korhonen, Eläkeliitto ja erityisasiantuntija Mari Ruuth, Kuntoutussäätiö)
- 13.25–13.50** Eläkeliitto toimintakyvyn edistäjänä (liikuntasuunnittelija Outi Kokko-Ropponen, Eläkeliitto)
- 13.50–13.55** Tauko
- 13.55–14.25** Ikääntyneille ja läheisille suunnattujen kyselyjen alustavia, keskeisimpiä tuloksia (tutkija Timo Ilomäki ja erityisasiantuntija Mari Ruuth, Kuntoutussäätiö)
- 14.25–14.55** Keskustelua ja verkostoitumista
- 14.55–15.00** Loppusanat ja tilaisuuden päätös (projektipäällikkö Anu Korhonen, Eläkeliitto)

Klo 13.00–13.10 Webinaarin avaus

Toiminnanjohtaja Anssi Kemppi, Eläkeliitto

**Klo 13.10–13.25 Hyvinvointia ikääntyneille –
osallisuutta edistäviä rakenteita järjestöjen
ja Ikäneuvoloiden yhteistyöhön -hankkeen
esittely**

Projektipäällikkö Anu Korhonen, Eläkelitto ja
erityisasiantuntija Mari Ruuth, Kuntoutussäätiö

STEAn rahoittama kolmivuotinen hanke

Sosiaali- ja terveysministeriö on Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskuksen (STEA) esityksen pohjalta myöntänyt rahoituksen tälle kolmivuotiselle hankkeelle vuosille 2023–2025.

Hanke toteutetaan Eläkeliiton ja Kuntoutussäätiön yhteistyönä.

Tarkoituksena on järjestöjen ja alueellisten ikäneuvoloiden toiminnallisen yhteistyön kehittäminen.

Kuntoutussäätiö on tehnyt kyselyt ikääntyneille ja ikääntyneiden läheisille. Myöhemmin tehdään haastatteluita alkutilanteen kartoittamiseksi.

Ikäneuvolat



Tavoitteena on pyrkiä huomioimaan ikäihmisten erilaiset palvelutarpeet.

Palveluiden tavoitteena on tukea ikääntyneiden hyvinvointia, terveyttä ja terveellisiä elintapoja sekä ennaltaehkäistä tapaturmia ja sairauksia.



Tarjoavat varhaista tukea ja pyrkivät erilaisten hyvinvoinnin haasteiden ennakoivaan tunnistamiseen

Antavat ohjausta, neuvontaa ja tukea terveyteen, sairauteen ja toimintakykyyn liittyvissä kysymyksissä.



Kaikilla hyvinvointialueilla ei ole Ikäneuvoloita, mutta vastaavaa toimintaa eri nimikkeiden alla löytyy kuitenkin monilta alueilta. Toimintaa kehitetään jatkuvasti, ja palvelut myös toteutuvat eri hyvinvointialueilla eri tavoin.

Hankkeen tarkoituksena on

- Ikäneuvoloiden ja ikääntyneiden järjestöjen yhteistyön kehittäminen
 - Järjestöjen tietoisuus ikäneuvoloiden tarjoamista palveluista lisääntyy.
 - Ikäneuvoloiden tuntemus järjestöjen tarjoamista palveluista lisääntyy.
- Lähtökohtana on ikäihmisten toimintakyvyn tukeminen.
- Tavoitteena on ikäihmisten
 - osallisuus omien palveluidensa kehittämiseen
 - parempi palveluihin ohjautuminen.

Aikataulu

Vuosi 2022

- Alustava hankesuunnittelu
- Rahoitushakemus ja -pätös

Vuosi 2023

- Tarkennettu hankesuunnitelma
- Strukturoitujen kyselyiden suunnittelu, toteutus ja analysointi
- Kyselyn julkistamiswebinaari

Vuosi 2024

- Haastattulut, joiden avulla selvitetään olemassa olevia yhteistyrakenteita
- 2-4 ikäneuvolaa yhteiskehittämiseen paikallisjärjestöjen kanssa (pilotti)

Vuosi 2025 -
kevät 2026

- Vahvistetaan elämänhallintaa ja hyvinvointia lisäävää yhteistyötä
- Pilotissa kehitetyn toimintamallin jalkauttaminen - seminaarit
- Oppaat ym. materiaalit

**Klo 13.25–13.50 Eläkeliitto toimintakyvyn
edistäjänä**

Liikuntasuunnittelija Outi Kokko-Ropponen,
Eläkeliitto

Hyvinvointia ikääntyneille

Eläkeliitto toimintakyvyn edistäjänä

Outi Kokko-Ropponen
Liikuntasuunnittelija

Kansallinen ikäohjelma vuoteen 2030

pyrkii varautumaan väestön ikääntymiseen yli hallinnonalojen.

Tavoitteena on iäkkäiden toimintakyvyn kasvu ja terveyden, turvallisuuden sekä hyvinvoinnin edistäminen. Ohjelma painottaa **terveellisiä elintapoja, aktiivista elämää ja sosiaalisia suhteita.**

Vapaaehtoistoiminta nähdään tärkeänä hyvinvoinnin lähteenä.

Toimintakykyä voidaan ylläpitää monilla tavoilla, kuten terveellisillä elintavoilla, kulttuurilla, liikunnalla ja teknologialla.



Suomi liikkeelle Eläkeliitto

Vahva ja välittävä Suomi

- Kaikenikäisten suomalaisten liikkeen lisääminen
- Jokainen hallinnonala mukana
- Uusien toimintamallien luominen
 - kokeiluja ja ratkaisuja
- Erityishuomio vähän liikkuvissa

Eläkeliitto vahvistamassa terveyttä, yhteisöllisyyttä ja hyvinvointia

- Paikallisyhdistyksissä ympäri Suomea viihdytään, vaikutetaan ja toimitaan yhdessä.
- Tarjolla on monipuolista tekemistä, koulutusta, matkoja ja tapahtumia.

Toimintaa
Yhdessä tekemistä
Osallisuutta
Iloa



Toiminnan keskiössä ovat 392 paikallisyhdistystä 20 piirissä ympäri Suomea.

Eläkeliitto on Suomen suurin ja sitoutumaton eläkeläisjärjestö.

Jäseniä 115 776.

Eläkeliiton



	2019	2020	2021	2022
yhdistyksien toiminnasta vastaavia	12 217	12 411	8 708	10 378*
auttavaan vapaaehtoisto- mintaan osallistuneita	15 906	6 566	3 659	4674

Mitä yhdistystoiminta voi tarjota?



Eläkeläisten vapaaehtoistoiminta

- Paikallisyhdistysten vapaaehtoiset auttavat ja tukevat erilaisissa elämäntilanteissa olevia. Avunsaaja voi olla niin nuori kuin vanhakin.
- Vapaaehtoistoiminnan pääpaino on yhdessäolossa ja yhteisessä tekemisessä, jota voi tehdä tavallisen ihmisen tiedoin ja taidoin.
- Suosituimpia vapaaehtoistoiminnan muotoja ovat kotivierailut, hoitokotivierailut ja puhelinauttaminen.



Eläkeliiton vapaaehtoistoiminta

- Vapaaehtoistoimintaan osallistutaan yli 300 yhdistyksessä ja toiminnassa on mukana tuhansia jäseniä.
- Keskustoimisto ja piirit tarjoavat koulutusta ja tukea vapaaehtoisille.
- Eläkeliiton paikallisyhdistyksissä vapaaehtoistoimintaa koordinoi 389 ja piireissä 28 vapaaehtoistoiminnan vastaavaa.

Yksinäisyyden lieventämistä

- Vapaaehtoistoiminnassa apua tarvitsevan yksinäisyys lieventyy, mutta usein näin käy myös vapaaehtoiselle.
- Vapaaehtoistoiminta lisää kaikkien toimintakykyä ja hyvinvointia.



Tukea
elämänmuutoksiin

Tukea leskeksi
jääneille, eronneille
ja isovanhemmille
auttaa
sopeutumaan
elämänmuutoksiin.



Sopeutumista tukeva toiminta

- Ikääntyvien toimintakykyä ja hyvinvointia tuetaan Eläkeliitossa sopeutumista tukevalla toiminnalla, jota rahoittaa STEA.
- Ensimmäiset sopeutumista tukevat kurssit järjestettiin 1995.
- Toimintaan sisältyy osallistujille maksuttomia kursseja ja vertaisryhmiä +50-vuotiaille, jotka ovat jääneet leskeksi tai kokeneet avo/avioeron.



Sopeutumista tukeva toiminta

- Yhtäkkiä yksin - ja Erosta eheäksi – kurssit
- Tavoitteena on sekä jäsentää omaa elämäntilannetta että saada työkaluja omien tavoitteiden saavuttamiseen.



Kulttuuria, musiikkia ja matkoja

- Esteetön musiikkitoiminta lisää hyvinvointia yhteistyössä eri järjestöjen kanssa.
- Karaokemestari-kilpailut





Eläkeliiton TunneMusikki -toiminta

Eläkeliiton hallinnoimaa STEA:n rahoittamaa, valtakunnallista toimintaa

- Yhteistyökumppaneina mm.
- Näkövammaisten liitto ry
- Kuuloliitto ry
- Muistiliitto ry
- Maaseudun sivistysliitto
- Yliopistot ja ammattikorkeakoulut
- Lämpio alusta verkossa lampio.fi
- soitava.fi
- Mummodisco ry



TunneMusiikki -toiminta

- Tavoitteena on lisätä aisti- ja toimintakyvyltään heikentyneiden sekä muistisairaiden ikäihmisten hyvinvointia musiikkisisältöisen vapaaehtoistoiminnan kautta
- Järjestetään kaikille avoimia peruskursseja, jatkokursseja, musiikkiliikunnan teemakurssi sekä syventäviä kursseja.



TunneMusiikki- toiminnassa musiikki toimii kohtaamisen välineenä “Osallisuus”



Liikettä ja aktiivisuutta

Liikuntaryhmiä

Koulutuksia

Tapahtumia

Kilpailuja



Liikuntaryhmät ja vertaisliikuttajat 2022

Liikuntaryhmät	1145
----------------	------

Liikunnan vertaisohjaajia	907
------------------------------	-----

<https://elakeliitto.fi/tekemista>

Rajaa tapahtumia

- Kaikki - Eläkeliitto Lehmiranta - Kaikki -

Sulje kalenteri ▾

← October November 2023 December →

Mo	Tu	We	Th	Fr	Sa	Su
30	31	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	1	2	3

Tapahtumakalenteri

Tapahtumia ja tekemistä eläkeläisille. Poimi tapahtumakalenterista mieleisesi tapahtuma ja t

Eläkeliiton **kurssit** löydät Eläkeliitto-painikkeen t käyttää myös aiherajausta ja etsiä haluamaasi aih kuten liikuntaa tai musiikkia. Lehmirannan loma tapahtumat näet Lehmiranta-painiketta klikkaam

Murtumatta Mukana –Späns i benen -ohjelma

Tavoitteena on ennaltaehkäistä ikääntyvien sairastumista osteopeniaan ja osteoporoosiin vapaaehtoisuuteen pohjautuvan liikuntatoiminnan (vertaisohjaajat) avulla.

Yhteistyössä: Eläkeliitto, Luustoliitto ja Svenska Pensinärsförbundet ja STEA.



Murtumatta Mukana -koulutukset

- Vertaisliikunnanohjaajan peruskoulutus
- Teemakoulutukset vertaisohjaajille (kuntosali, vesiliikunta, musiikkiliikunta, monilaji)
- Vertaisohjaajien virikepäivät
- Alueelliset koulutuspäivät

- Kaikille avoimia!





Vuodenaikojen liike - ohjelma

- Kutsuu kaikki mukaan liikkeelle oman hyvinvointinsa parhaaksi
- Syksyllä "Liikutaan metsissä ja mättäillä"
- Talvella "Liikutaan lumella ja jäällä"
- Keväällä "Liikutaan kokeillen ja iloiten"
- Kesällä "Liikutaan kesästä nauttien"

Eläkeliitto Oulunsalo / Pohjois-Pohjanmaan piiri

- Monipuolinen toimintatarjotin.
- Näistä kaikista löytyy tietoa Toiminta-sivulta.



Soittokerho

Kerhon soittoharjoitukset ovat keskiviikkoisin klo 13 - 15 Nuorisoseuralla, Neuvoksenkuja 2.

[Lue lisää](#)



EloFolkJam

EloFolkJam on päättynyt, jatketaan kevätkaudella.

[Lue lisää](#)



Tiistaitapaamiset

Kevät- ja syyskaudella parittoman viikon tiistaina klo 13.

[Lue lisää](#)



Kuntosaliryhmä

Ohjattua kuntosaliharjoittelua on torstaisin klo 8.30 - 9.30 Oulunsalon liikuntakeskuksen kuntosalilla, Tuohikuja 6.

[Lue lisää](#)



Tärkeitä verkkopalvelujen osoitteita

Kehittyvät digipalvelut ovat tärkeä osa-alue hyvinvoinnillemme.

[Lue lisää](#)



Toimintakalenteri 6.11. - 3.12.2023

Viikkokalenteri yhdistyksen toiminnasta ja tapahtumista

[Lue lisää](#)



Käsityö- ja askartelukerho

Käsityö- ja askartelukerho kokoontuu keskiviikkoisin klo 10 - 12 Nuorisoseuralla, Neuvoksenkuja 2.

[Lue lisää](#)



Tule mukaan viihtymään ja tekemään

Älä jää yksin - liity jäseneksi!
Tule mukaan, olet todella tervetullut joukkoomme. Toimintamme on avointa, läpinäkyvää ja ennen kaikkea tasa-arvoista ja ihmiskeskeistä.

[Lue lisää jäsenyydestä](#)



Yhdistyksen vapaaehtoistoiminta

Apuset-ryhmä käy perjantaisin ulkoiluttamassa Salonkartanon asukkaita. Vertaisopastajat antavat digiopastusta Digikahvilassa sekä seurakunnan tiloissa.

[Lue lisää](#)



Digiopastus

Digikahvila avaa syyskaudella ovensa kerran kuukaudessa. Digiopastustoimintaan kaivataan lisää vertaisopastajia!

[Lue lisää](#)

Mynämäki

- Wertaisohjatut ryhmät
 - Tuolijumppa ja kuntosali
 - Ohjaus: Eläkeliitto
- [Mynämäki ja eläkeläiset | Vakka-Suomen Sanomat](#)
- [Aikuisten liikunta | Mynämäki \(mynamaki.fi\)](#)



Tuolijumppa

Tuolijumppa alkaa ke 13.9. klo 11.30
Mynämäen urheilukeskuksen
Sporttihadissa

Lue lisää



Boccia


Boccian pelaaminen alkaa ti 5.9. klo 13
Mynämäen urheilukeskuksen
Sporttihadissa.

Lue lisää

Somero

Eläkeliiton Someron yhdistys
12. marraskuu klo 20.01 · 🌐

Uusi viikko on alkamassa. Tässä alkavalle viikolle sopivaa terveellistä tekemistä!
kts myös kommentit!!!



ELAKELIITTO.FI
Boccia maanantaisin klo 15 Monarilla.
Bocciaa pelataan maanantaisin Monarin liikuntasalissa. Tervetuloa mukaan mukavan, liikunnallisen...

ELAKELIITTO.FI
Senioritanssia tiistaisin Nuppulinnessa klo 13-14.45

2 vk Tykkää Vastaa

Eläkeliiton Someron yhdistys
<https://www.elakeliitto.fi/.../kuntosalitoiminta-saastopankin...>

ELAKELIITTO.FI
Kuntosalitoiminta Säästöpankin kuntosalissa jatkuu torstaina 28.9.2023 alkaen. Kaksi ryhmää; klo 10 ja klo 11:15

2 vk Tykkää Vastaa

Tekijä
Eläkeliiton Someron yhdistys
<https://www.elakeliitto.fi/.../tunnemusiikki-anna-musiikin...>

ELAKELIITTO.FI
TunneMusiikki - Anna musiikin viedä klo 13.00

2 vk Tykkää Vastaa

Tekijä
Eläkeliiton Someron yhdistys
<https://www.elakeliitto.fi/.../keilaus-keilahallilla...>

ELAKELIITTO.FI
Keilaus keilahallilla torstaisin klo 14

2 vk Tykkää Vastaa

Tekijä
Eläkeliiton Someron yhdistys
<https://www.elakeliitto.fi/.../naisten-voimistelu...>

ELAKELIITTO.FI
Naisten voimistelu Nuppulinnessa tiistaisin 29.8. klo 10 alkaen.

2 vk Tykkää Vastaa

Tekijä
Eläkeliiton Someron yhdistys
<https://www.elakeliitto.fi/.../tietokilpailut-joka-toinen...>

ELAKELIITTO.FI
Tietokilpailut joka toinen tiistai. Seuraava kerta on 14.11. klo 12.30

2 vk Tykkää Vastaa

Tekijä
Eläkeliiton Someron yhdistys
<https://www.elakeliitto.fi/.../senioritanssia-tiistaisin...>



Kysymyksiä ja ajatuksia ...

Kutsu

- [Tervetuloa mukaan tammikuussa tasapainoilemaan!](#)



A top-down view of a white ceramic coffee cup filled with a light brown latte. The cup is surrounded by several sprigs of purple lavender flowers. The background is dark, making the white cup and purple flowers stand out. The text is centered over the coffee.

Tauko

Jatketaan klo 13.55

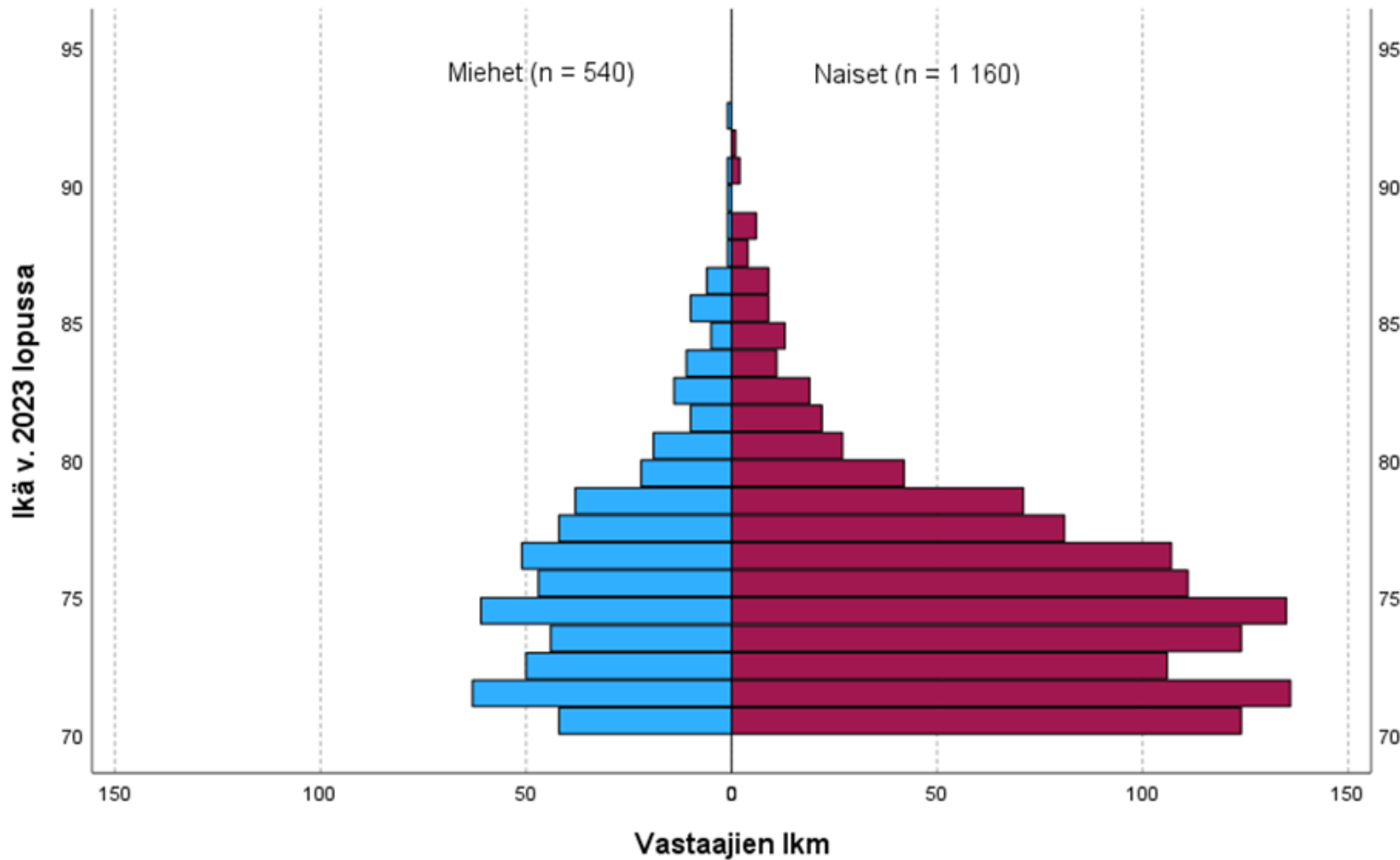
Klo 13.55–14.25 Ikääntyneille ja läheisille suunnattujen kyselyjen alustavia, keskeisimpiä tuloksia

Tutkija Timo Ilomäki ja erityisasiantuntija Mari Ruuth, Kuntoutussäätiö

**Ikääntyneille suunnatun kyselyn (N = 1 744)
keskeisimmät tulokset**



Ikä- ja sukupuolirakenne



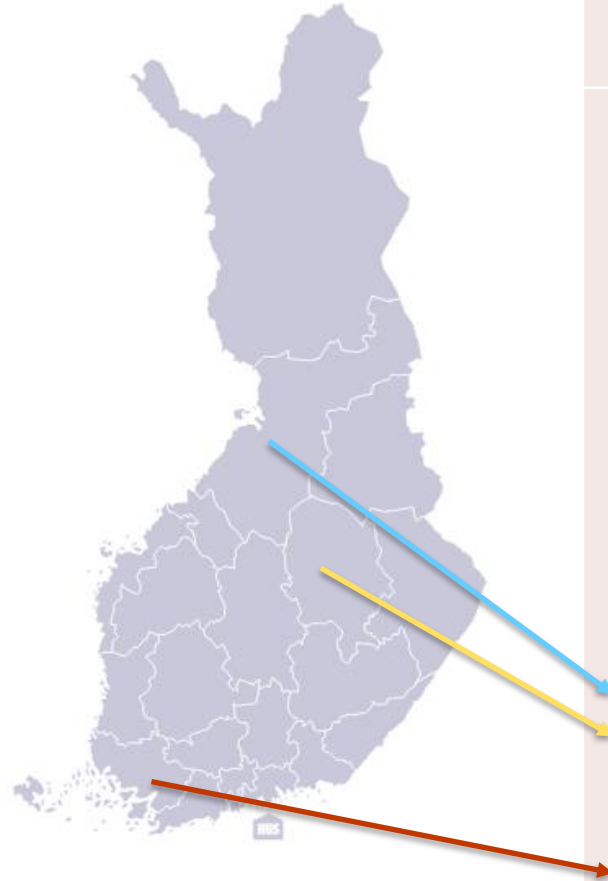
Vastaajien keski-ikä ilmoitetun syntymävuoden perusteella laskettuna on 75 vuotta vuoden 2023 lopussa.

Ikävuosien minimi: 60 v
Maksimi: 92 vuotta.

Kuviossa sukupuoli typistetty binääriseksi, mutta aineistossa myös 20 puuttuvaa arvoa sekä <5 muunsukupuolista tai sellaista henkilöä, jotka eivät halunneet ilmoittaa sukupuoltaan.



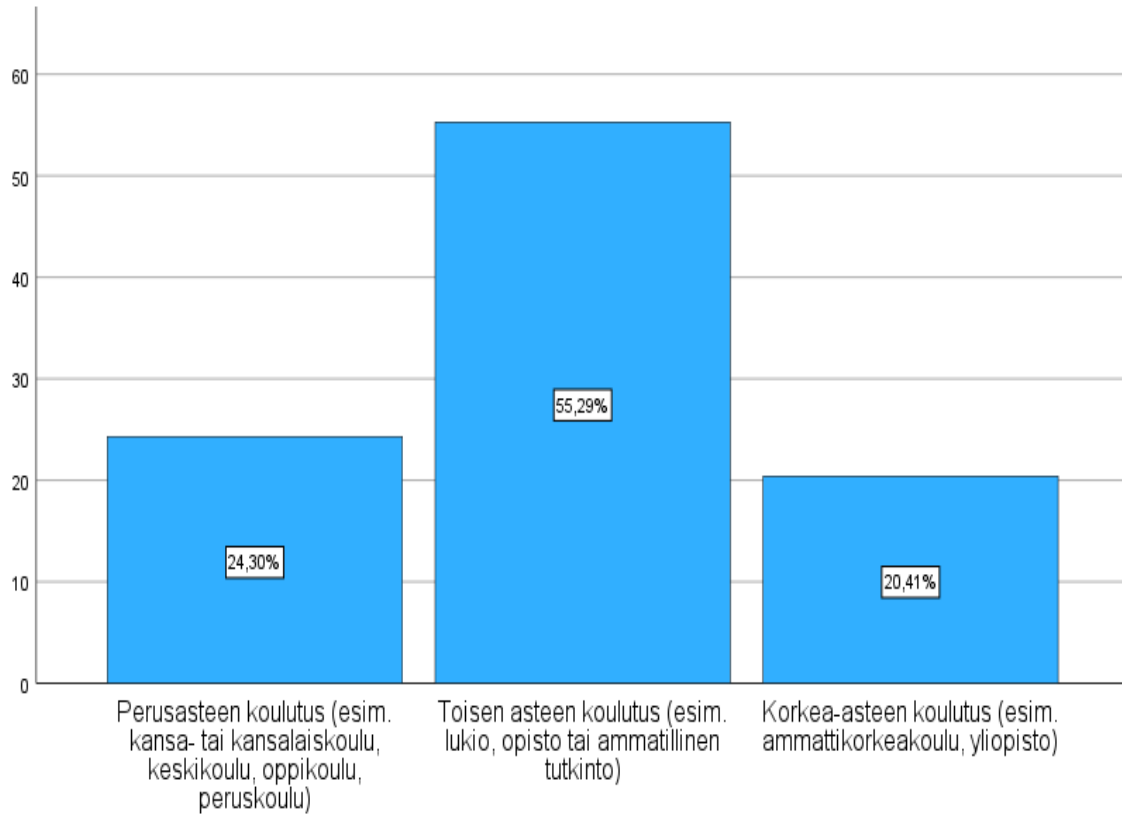
Vastaajat eri hyvinvointialueilla



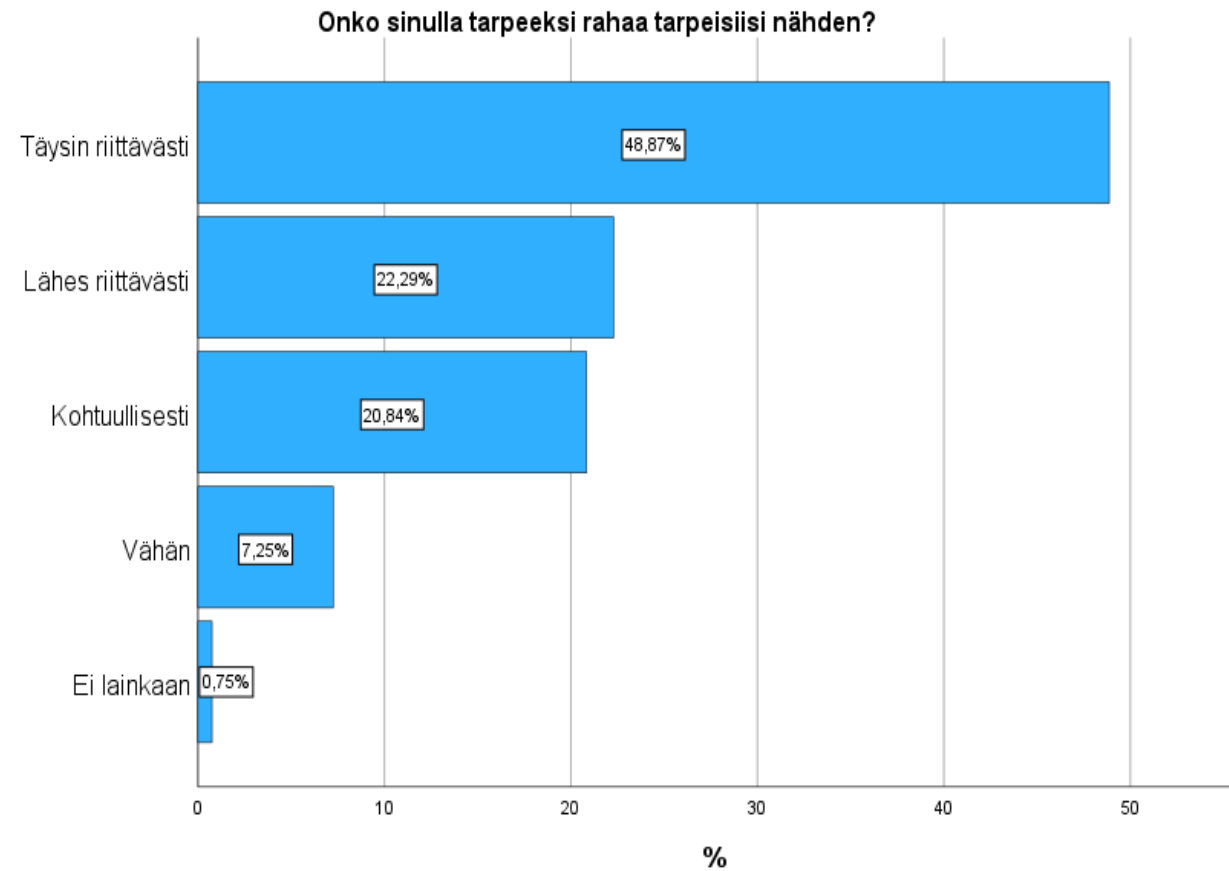
Millä hyvinvointialueella asut?

	n	%
Etelä-Karjala	11	0,6
Etelä-Pohjanmaa	18	1,0
Etelä-Savo	228	13,1
Helsingin kaupunki	13	0,7
Itä-Uusimaa	3	0,2
Kainuu	7	0,4
Kanta-Häme	12	0,7
Keski-Pohjanmaa	6	0,3
Keski-Suomi	19	1,1
Keski-Uusimaa	14	0,8
Kymenlaakso	6	0,3
Lappi	13	0,7
Länsi-Uusimaa	12	0,7
Pirkanmaa	63	3,6
Pohjanmaa	4	0,2
Pohjois-Karjala	91	5,2
Pohjois-Pohjanmaa	318	18,2
Pohjois-Savo	260	14,9
Päijät-Häme	13	0,7
Satakunta	108	6,2
Vantaa ja Kerava	6	0,3
Varsinais-Suomi	478	27,4
Puuttuu	41	2,4
Yhteensä	1744	100,0

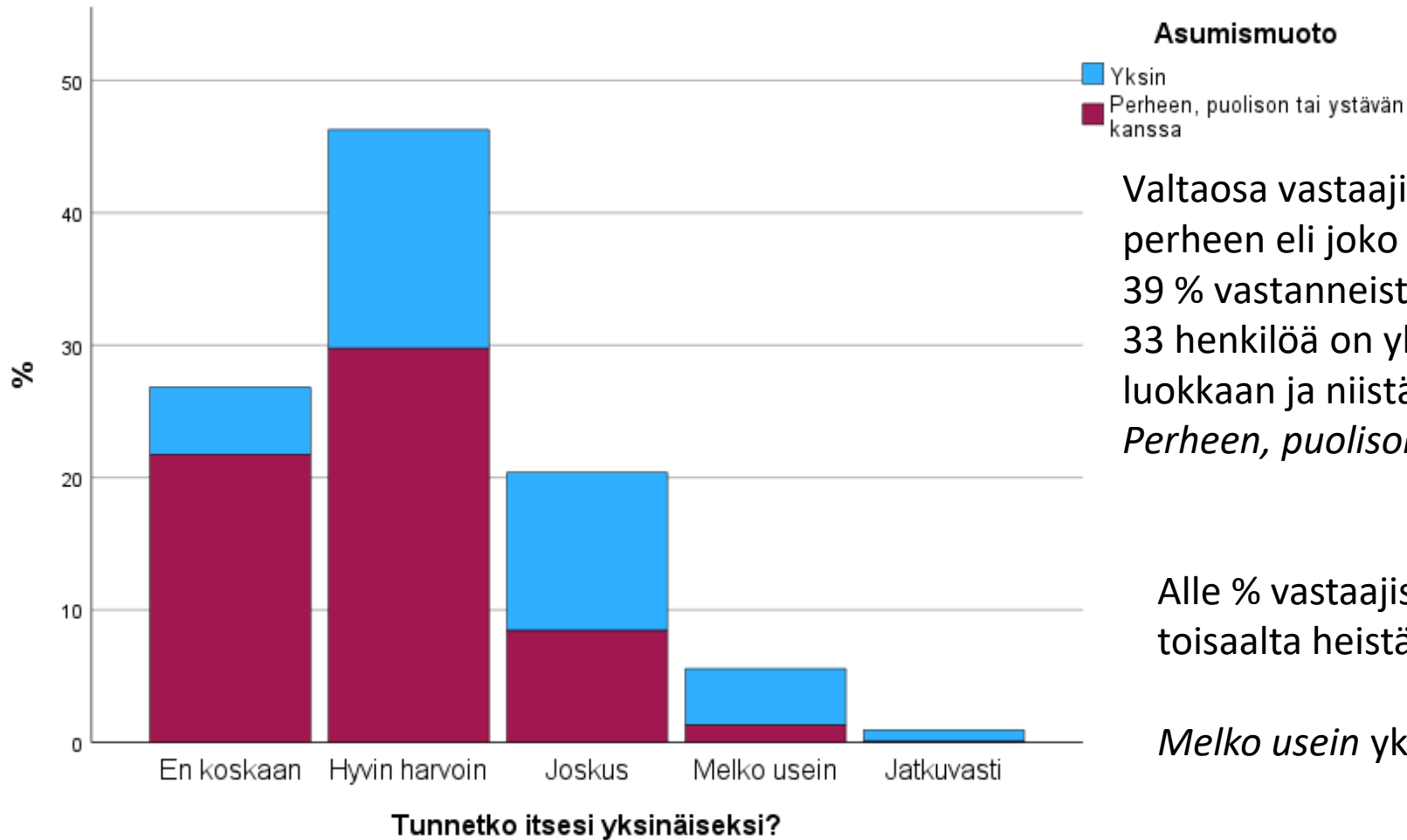
Koulutus ja koettu toimeentulo



Mikä on koulutustaustasi? (valitse korkein suorittamasi koulutus)



Asumismuoto ja yksinäisyys

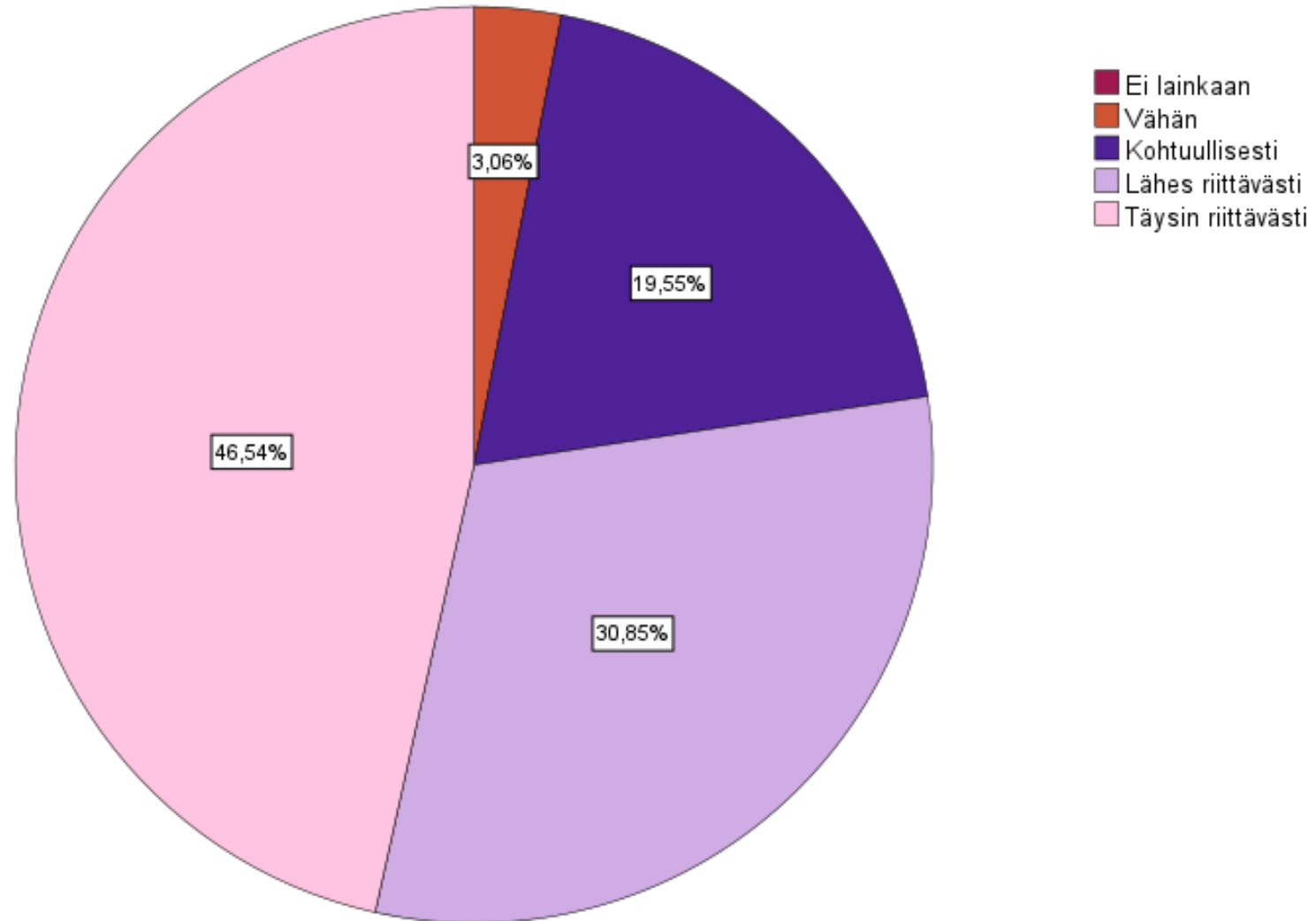


Valtaosa vastaajista (59 %) asuu yhdessä muun perheen eli joko puolison tai lapsen kanssa. Yksin asuu 39 % vastanneista. Kuviossa *ystävän kanssa* asuneet 33 henkilöä on yhdistetty perheen kanssa asuvaan luokkaan ja niistä on muodostettu yhtenäinen *Perheen, puolison tai ystävän kanssa* -luokka.

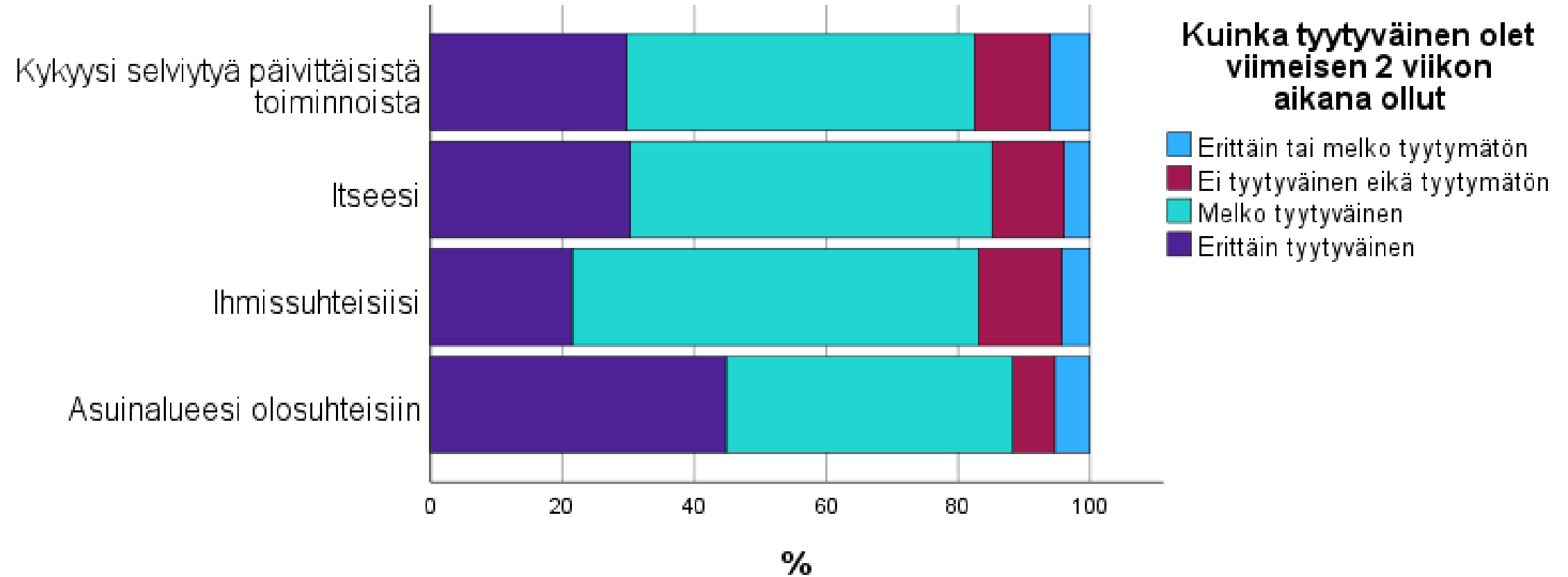
Alle % vastaajista koki itsensä *jatkuvasti* yksinäiseksi – toisaalta heistä lähes kaikki asuivat yksin.

Melko usein yksinäisiä on 5,6 % vastaajista.

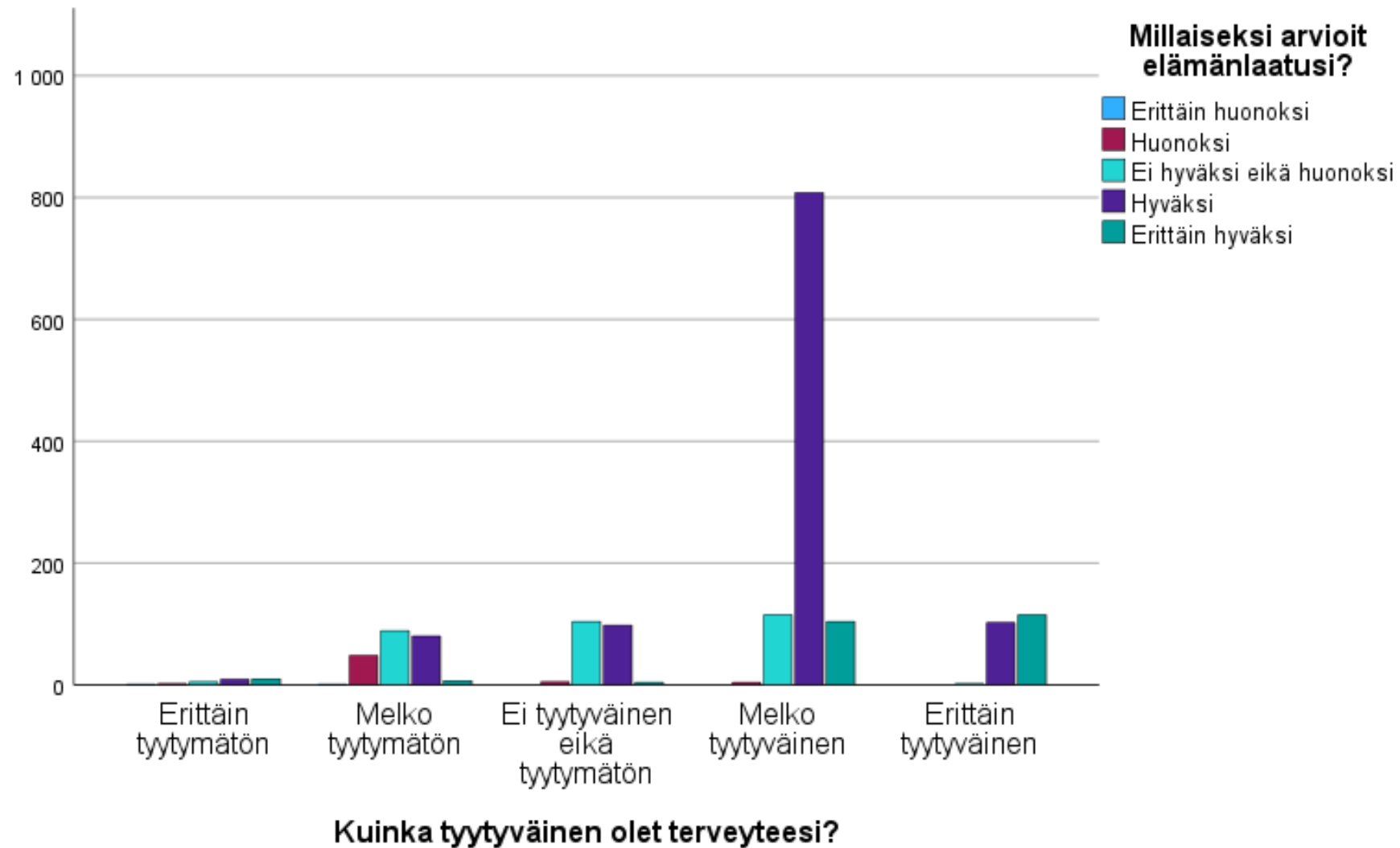
Onko sinulla riittävästi tarmoa arkipäivän elämäsi varten?



Vastaajat melko tai erittäin tyytyväisiä niin kykyihinsä selviytyä päivittäisistä toiminnoista, itseensä, ihmissuhteisiinsa sekä ennen kaikkea asuinalueen olosuhteisiin.

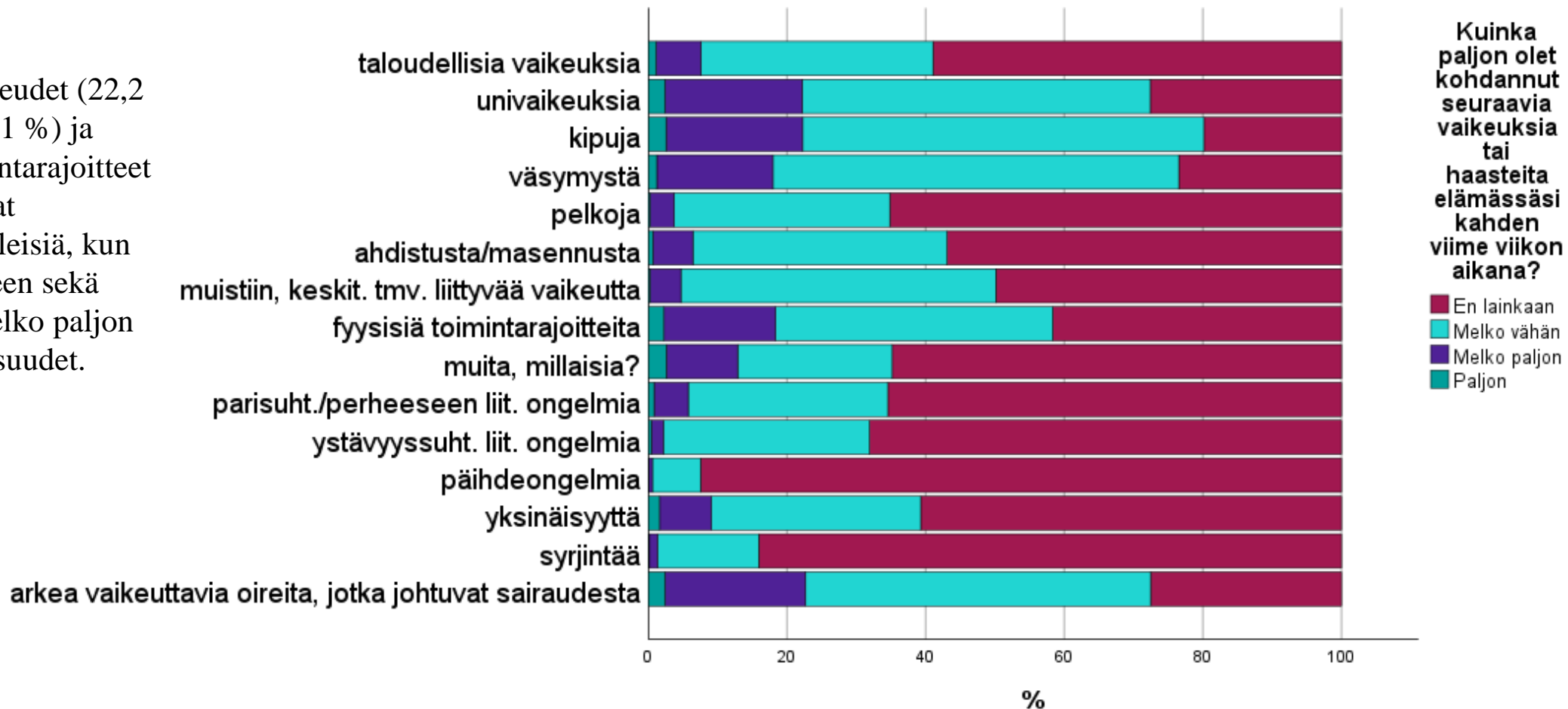


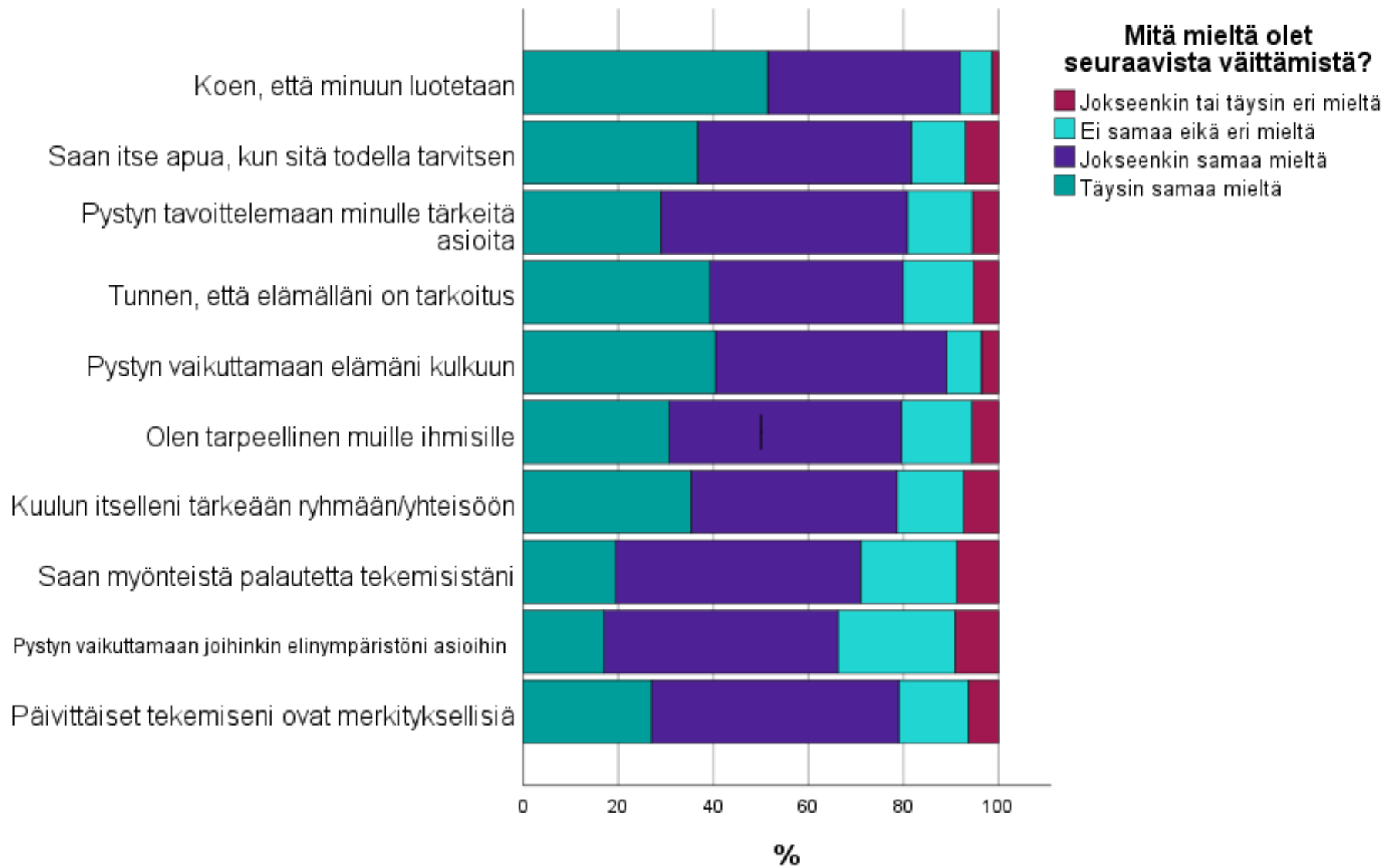
Hyvin harvat tyytymättömiä terveyteensä – suurimman osan elämänlaatu hyvä



Erilaisia haasteita tai vaikeuksia koettu melko vähän, mutta esim. arkea vaikeuttavia tai haittaavia oireita, jotka johtuvat jostain sairaudesta, oli kokenut paljon tai melko paljon, yhteensä 22,6 % kysymykseen vastanneista.

Myös univaikeudet (22,2 %), kivut (22,1 %) ja fyysiset toimintarajoitteet (18,2 %) olivat suhteellisen yleisiä, kun laskettiin yhteen sekä paljon että melko paljon kokeneiden osuudet.

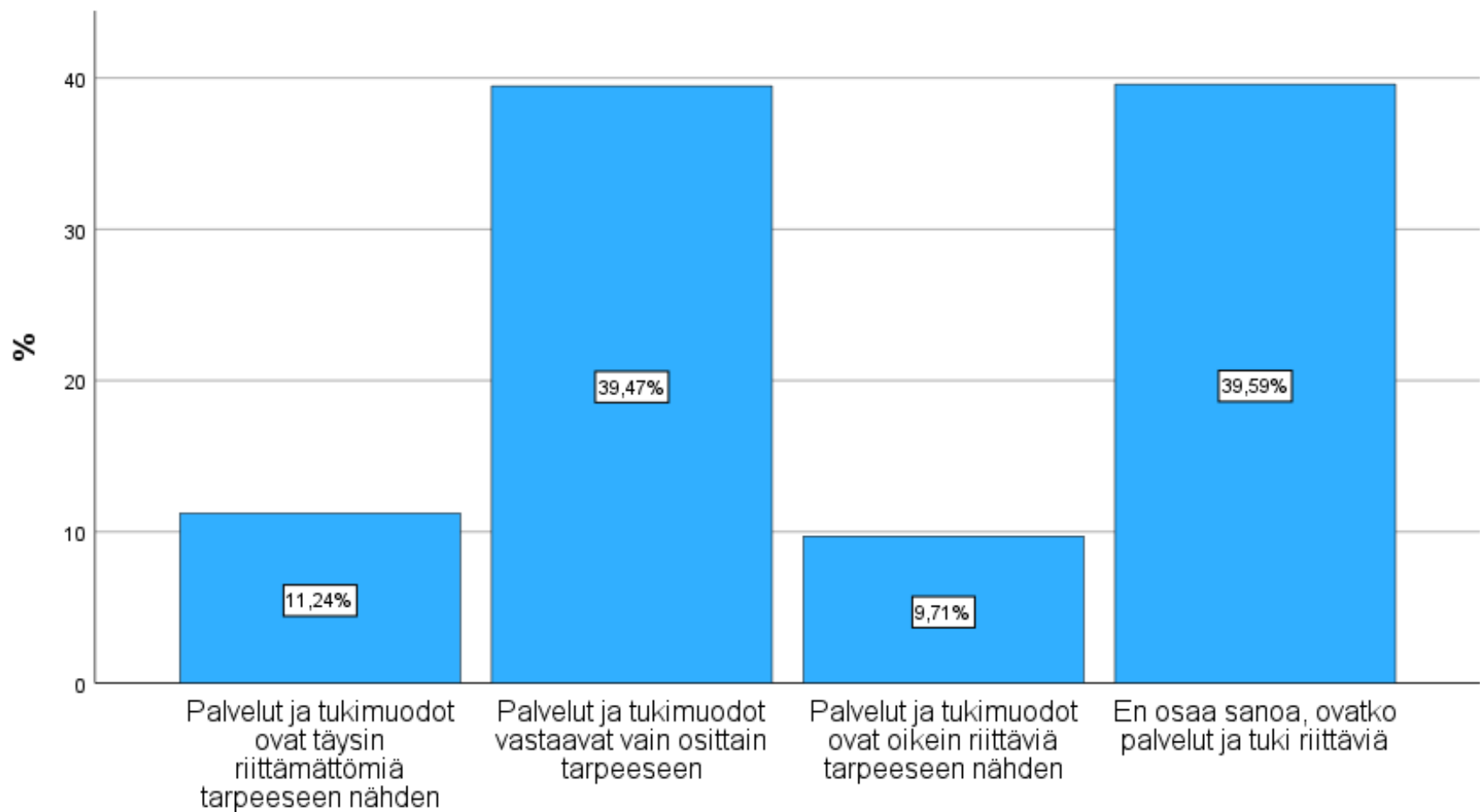




Palvelut julkiselta ja kolmannelta sektorilta

- 1,7 % yli 70-vuotiaista ilmoitti saaneensa "jotakin palvelua tai tukea julkiselta sektorilta (esim. Kotihoito)".
 - Heistä valtaosa (70 %) koki julkiselta sektorilta saamansa palvelun riittäväksi, mutta kyse on kokonaisuudessa hyvin pienestä määrästä
- Kolmannen sektorin palveluita oli hyödyntänyt 56 % vastaajista

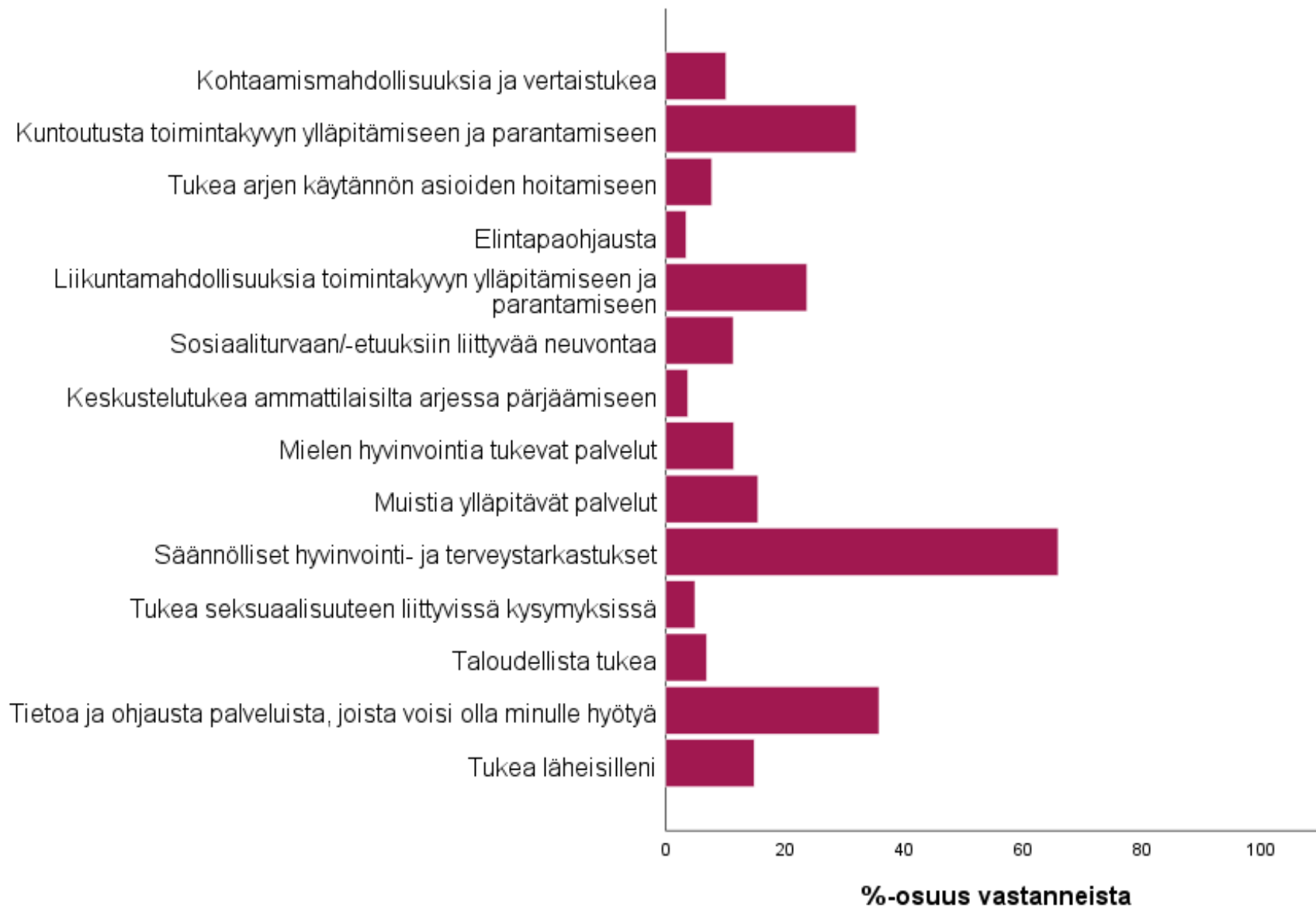




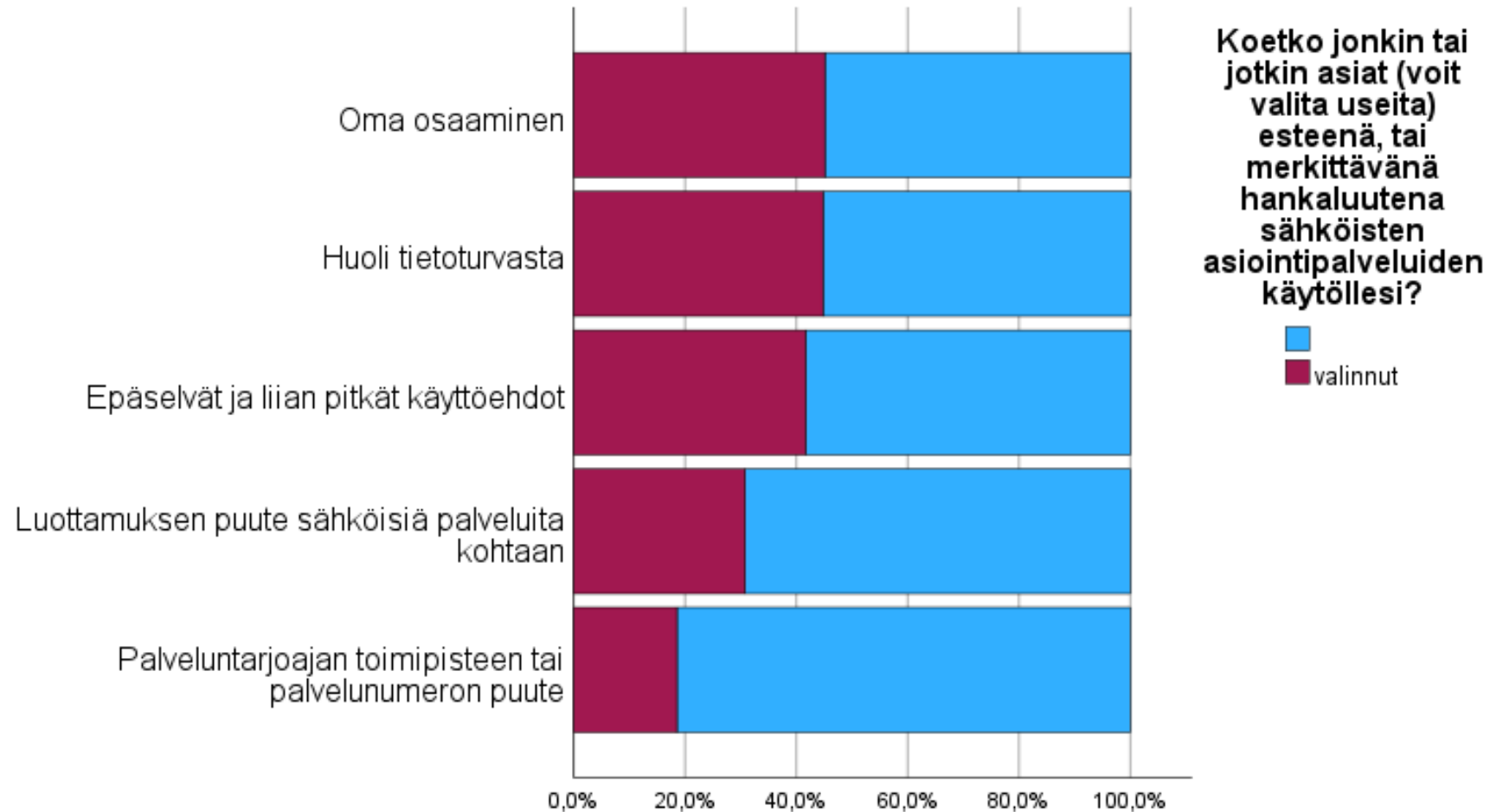
Arvioi yleisesti yli 70-vuotiaille tarjolla olevia palveluita ja tukimuotoja.



Millaisia palveluita tai tukea tarvitsisit tällä hetkellä, mutta et ole saanut riittävästi?



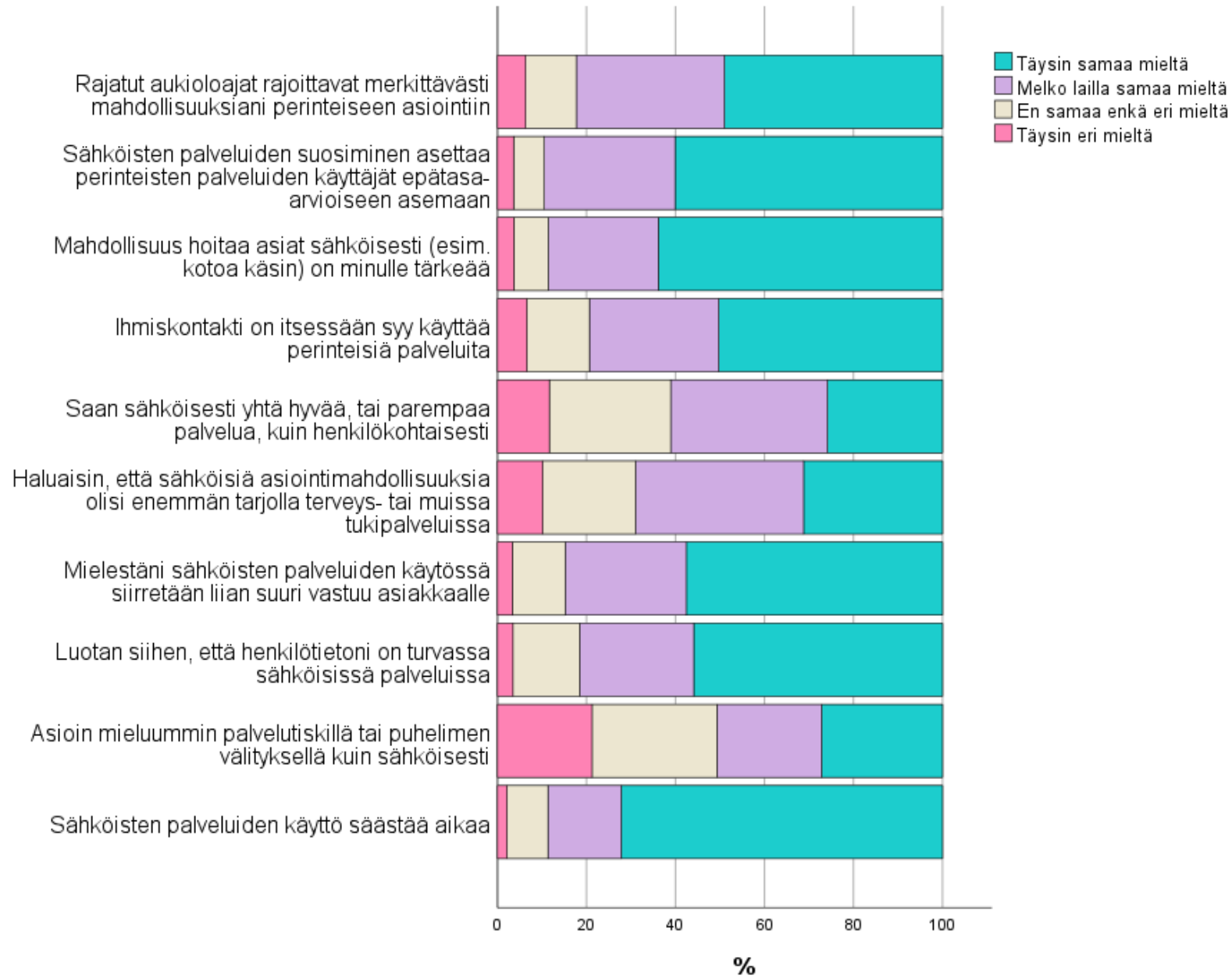
Koetko jonkin tai jotkin asiat (voit valita useita) esteenä, tai merkittävänä hankaluutena sähköisten asiointipalveluiden käytöllesi?



Koetko jonkin tai jotkin asiat (voit valita useita) esteenä, tai merkittävänä hankaluutena sähköisten asiointipalveluiden käytöllesi?

valinnut





**Ikääntyneiden läheisille suunnatun kyselyn (N = 249)
keskeisimmät tulokset**



Taustatietoja ja tuloksia läheisten kyselystä 1/3

- Vastauksia saatiin koskien kaikkia hyvinvointialueita ja Helsingin kaupunkia (N = 244; Millä hyvinvointialueella läheisesi asuu?) Vastauksia saatiin 1–25 kpl/alue.
- **Läheisten kyselyyn vastanneiden sukupuolijakauma** (N = 246): miehiä (12 %) ja naisia (88 %)
- **Läheisten työelämästatus** (voi valita useita vaihtoehtoja; N = 248): työssä (19 %), työtön (2 %); eläke (77 %), osa-aikaeläke (1 %), kuntoutustuki (0,4 %) ja muu (5 %; esim. opiskelija; yrittäjä; omaishoitaja; työkyvyttömyyseläke)
- **Mikä on suhteesi hoidettavaan läheiseesi? Hoidan...** (N = 230): vanhempaani (36 %), appi-vanhempaani (2 %), muuta sukulaistani (42 %) ja ystävääni tai naapuriani (20 %)
- **Toimitko läheisesi omaishoitajana?** (N = 247)
 - Kyllä, toimin virallisena omaishoitajana ja saan palkkion (27 %)
 - Kyllä, toimin kokemuksellisena omaishoitajana, en saa palkkiota (voit valita tämän, jos koet toimivasi omaishoitajana, vaikka sitä ei olisikaan virallistettu) (29 %)
 - En toimi omaishoitajana (44 %)



Taustatietoja ja tuloksia läheisten kyselystä 2/3

- **Asuuko läheisesi nykyisin** (N = 244): yksin (42 %), muun perheen (esim. puolison tai lapsen) kanssa (56 %) ja ystävän kanssa (2 %)
- **Kuinka usein läheisesi tarvitsee apuasi tai tukeasi?** (N = 249): päivittäin (50 %), useita kertoja viikossa (27 %), kerran viikossa (16 %), pari kertaa kuukaudessa (6 %), kerran kuukaudessa (1 %), muutaman kerran vuodessa (0,4 %) ja kerran vuodessa tai harvemmin (0,4 %)
- **Saako läheisesi kotiinsa jotakin palvelua tai tukea julkiselta sektorilta (esim. kotihoito)?** (N = 249): kyllä (25 %), ei (74 %) ja en osaa sanoa (1 %)
- **Onko läheisesi julkiselta sektorilta saama palvelu tai tuki mielestäsi riittävää?** (N = 61): kyllä (44 %), ei (46 %) ja en osaa sanoa (10 %)
- **Onko läheisesi hyödyntänyt kolmannen sektorin palveluita (esim. eläkeläisjärjestöt, potilasjärjestöt)?** (N = 248): kyllä (24 %), ei (69 %) ja en osaa sanoa (7 %)

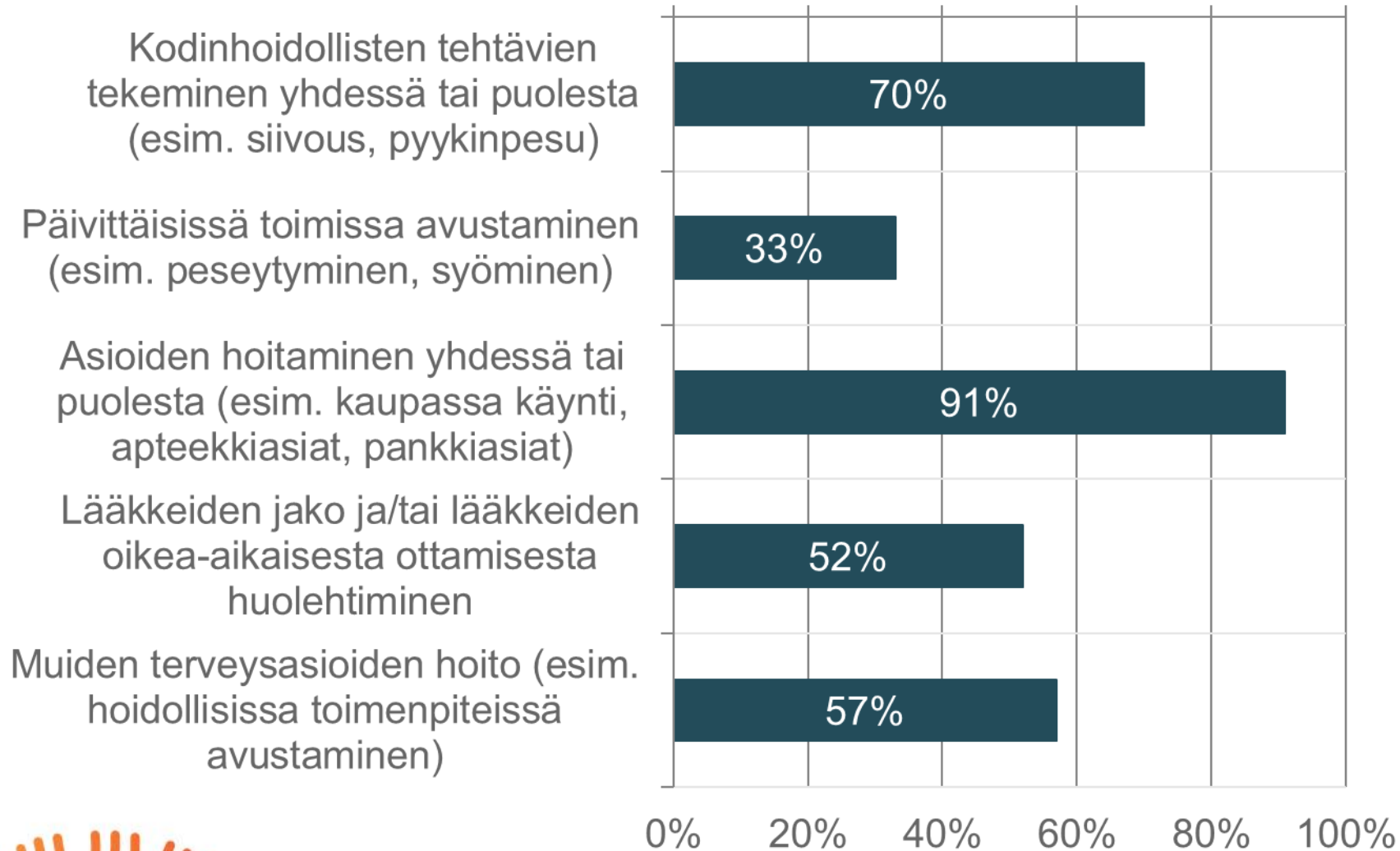


Taustatietoja ja tuloksia läheisten kyselystä 3/3

- **Miten koet voimavarojesi riittävän läheisestäsi huolehtimiseen?** (N = 247): erittäin hyvin (12 %), melko hyvin (65 %), melko huonosti (22 %) ja erittäin huonosti (2 %)
- **Arvioi yleisesti yli 70-vuotiaille tarjolla olevia palveluita ja tukimuotoja.** (N = 248):
 - Palvelut ja tukimuodot ovat täysin riittämättömiä tarpeeseen nähden (29 %)
 - Palvelut ja tukimuodot vastaavat vain osittain tarpeeseen (50 %)
 - Palvelut ja tukimuodot ovat oikein riittäviä tarpeeseen nähden (7 %)
 - En osaa sanoa, ovatko palvelut ja tuki riittäviä (14 %)

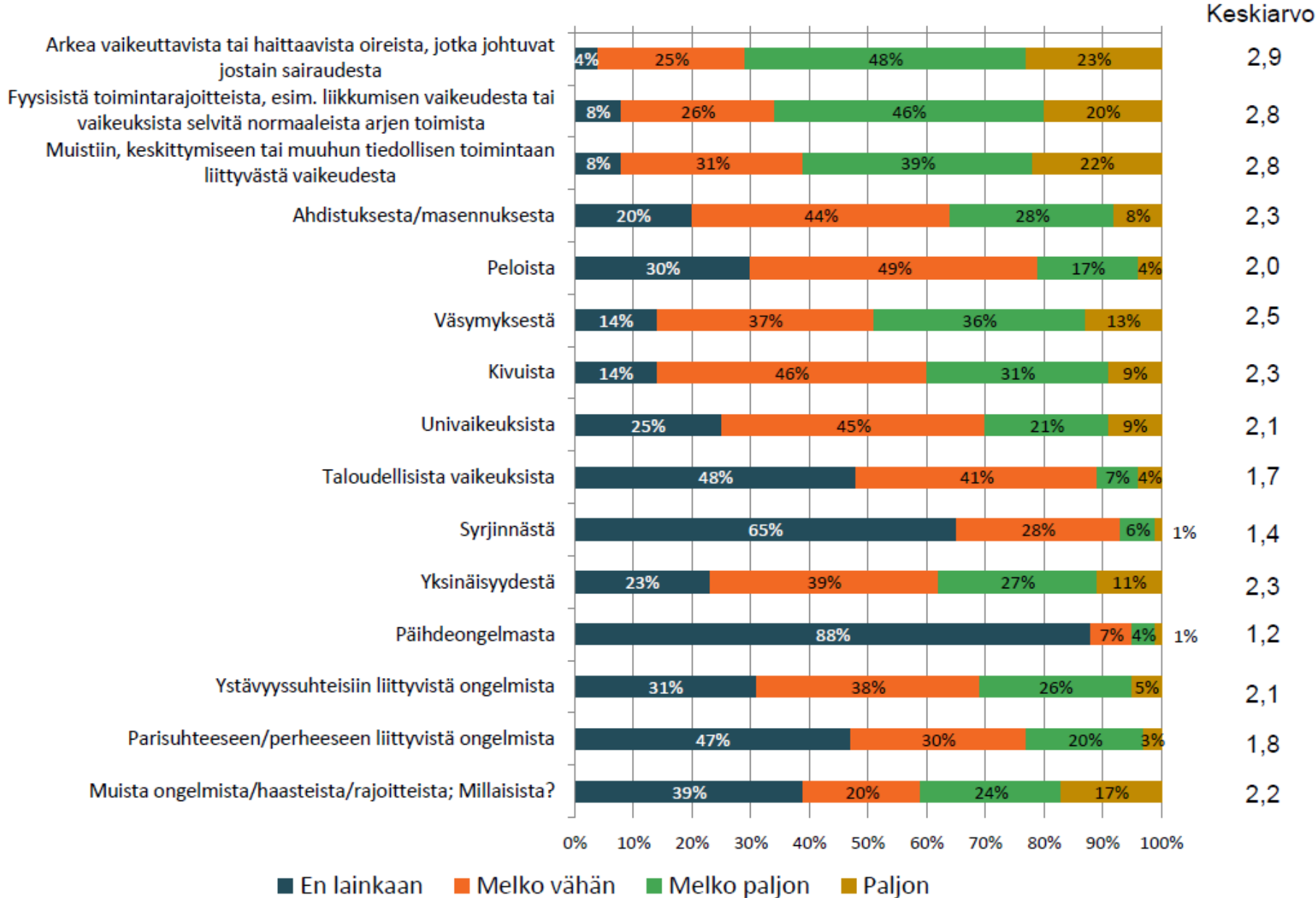


Millaista tukea annat läheisellesi? (N = 246)



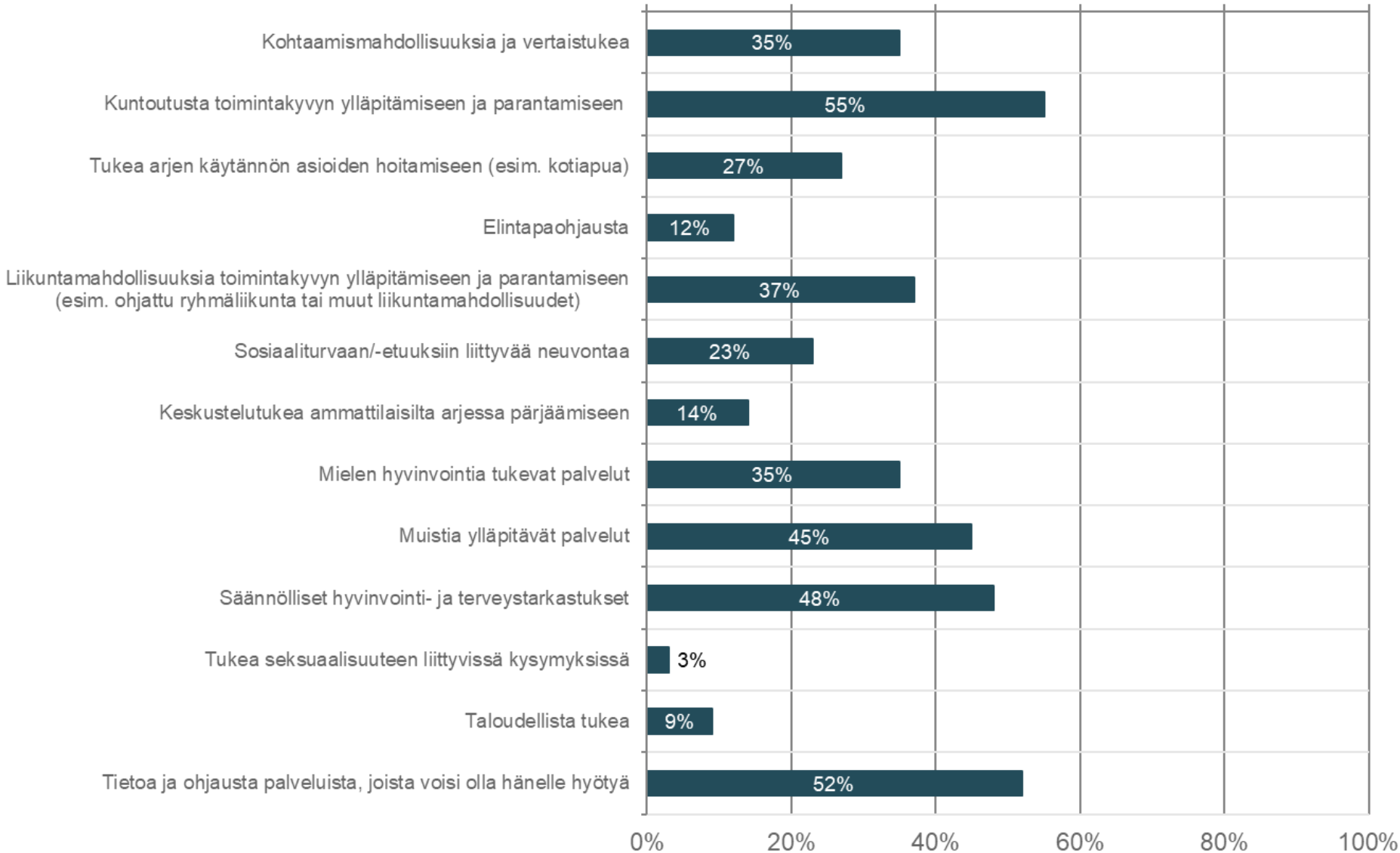
- Tarjotun tuen osalta korostui asioiden hoitaminen yhdessä tai puolesta (esim. kaupassa käynti, apteekkiasiat, pankkiasiat). Tästä kertoi 91 % vastanneista.
- Seuraavaksi eniten (70 %) tehtiin kodinhoidollisia tehtäviä yhdessä tai puolesta (esim. siivous, pyykinpesu).
- Läheisistä 57 % kertoi hoitavansa muita terveysasioita (esim. hoidollisissa toimenpiteissä avustaminen).

Kuinka huolissasi olet ollut seuraavista asioista läheisesi kohdalla kahden viimeisen viikon aikana? (N = 249)



- Keskiarvot huolta aiheuttavista asioista sijoittuivat neliportaisella asteikolla välille 1,2–2,9.
- Eniten huolta aiheuttivat:
 - Ikääntyneen arkea vaikeuttavat tai haittaavat oireet, jotka johtuvat jostain sairaudesta.
 - Fyysiset toimintarajoitteet, esim. liikkumisen vaikeudet tai vaikeudet selvitä normaaleista arjen toimista.
 - Muistiin, keskittymiseen tai muuhun tiedolliseen toimintaan liittyvät vaikeudet.

Millaisia palveluita tai tukea läheisesi tarvitsisi tällä hetkellä, mutta ei ole saanut riittävästi? (voi valita useita) (N = 240)



- Läheiset kokivat ikääntyneiden tarvitsevan eniten:
 - Kuntoutusta toimintakyvyn ylläpitämiseen ja parantamiseen (55 % vastanneista)
 - Tietoa ja ohjausta palveluista, joista voisi olla hänelle hyötyä (52 % vastanneista)
 - Säännöllisiä hyvinvointi- ja terveystarkastuksia (48 % vastanneista).

Klo 14.25–14.55 Keskustelua ja verkostoitumista (pienryhmäkeskustelut hyvinvointialueittain)

- Lyhyt esittelykierros (nimi ja hyvinvointialue, jolta tulee)
- Pienryhmän vetäjä kirjaa keskeisimmät asiat keskustelusta PowerPoint-tiedostoon.
- Tutustutaan diasetin alussa oleviin tilannetietoihin (Mikä on tämänhetkinen tilanne hyvinvointialueilla ikäneuvolan osalta? Löytyykö ikäneuvolaa tai vastaavaa toimintaa?).
- **Kysymykset:**
 1. Tekevätkö järjestöt ja ikäneuvola tällä hetkellä yhteistyötä? Jos tekevät, millaista.
 2. Miten järjestöjen sekä ikäneuvolan verkostoitumista ja yhteistyötä voitaisiin edistää hyvinvointialueella?
 3. Millaista tukea hankkeelta voitaisiin tarvita kehittämistyön tueksi?

Klo 14.55–15.00 Loppusanat ja tilaisuuden päätös

Projektipäällikkö Anu Korhonen, Eläkeliitto

”Kuntoutumisen edistäminen ei ole vain kuntoutuksen ammattilaisten tehtävä. Kuntoutumista edistävät monet muutkin tekijät kuin kuntoutus.”

(Jansson, Granö, Janhunen, Pikkarainen.
Ikääntyneiden kuntoutuminen.
Teoksessa Kuntoutuminen, Duodecim, 2022)



Kiitos!



Kuntoutussäätiö

Anu Korhonen
Projektipäällikkö, Eläkeliiitto
040 725 7561
anu.korhonen@elakeliitto.fi

Mari Ruuth
Erityisasiantuntija, Kuntoutussäätiö
044 781 3181
mari.ruuth@kuntoutussaatio.fi

Mika Ala-Kauhaluoma
Yhteyspäällikkö, Kuntoutussäätiö
044 781 3096
mika.ala-kauhaluoma@kuntoutussaatio.fi