

Vanhus- ja vammaisneuvoston aloite Paltamon kunnalle 8.9.2023

VANHIMPIEN IKÄLUOKKIEN KOKONAISVALTAISEN HYVINVOINNIN EDISTÄMINEN PALTAMOSSA

Onnistunut vanheneminen koostuu useista tekijöistä. Ikääntymisen tutkimuksissa on käytetty monenlaisia onnistuneeseen vanhenemiseen liittyviä termejä, kuten aktiivinen vanheneminen, terve vanheneminen ja tuottava vanheneminen. Hyvinvointia tarkasteltaessa pohditaan, kuinka voidaan lisätä terveitä ja toimintakykyisiä elinvuosia elämänsä loppuun saakka. Väestöpolitiikan tasolla onnistunutta ikääntymistä tarkastellaan erityisesti toimintakyvyn säilymisen ja vähäisemmän palvelutarpeen näkökulmasta. Yksilön kohdalla onnistunut vanheneminen on ennen kaikkea elämänlaatua, toimintakykyä ja osallisuutta.

Vanhenemiseen pitäisi varautua hyvissä ajoin. Ennakointi ja varautuminen ovatkin nykyisin kaikessa hyvinvoinnin edistämisessä esillä. Asumisessa esteettömyys ja yhteisöllisyys ovat avainasioita. Asunnon muutostyöt tulisi tehdä jo hyvissä ajoin vanhenemiseen varautuen. Fyysisten puitteiden lisäksi asumiseen liittyvät tarvittavat palvelut tulisi olla sujuvasti saatavilla.

Omien asuinolojen arviointi ja tarpeellisten muutosten tekeminen tukevat iäkkään kotona pärjäämistä. Yksilölliset tarpeet ja elämäntilanne vaikuttavat siihen, mikä kullekin on sopiva asumisympäristö. Viime vuosikymmeninä on korostettu vanhusten asumisessa paikallaan vanhenemista. Tavoitteeksi on asetettu kotona asuminen mahdollisimman pitkään. Tulevaisuudessa ikäihmiset tullevat asumaan kaupunkimaisissa ympäristöissä. Niissä korostuvat yhteisöasuminen ja monisukupolvinen asuminen. Toisaalta myös palvelut ovat paremmin saavutettavissa.

Ympäristöministeriö toteutti Ikääntyneiden asumisen toimenpideohjelman 2020–2022. Siinä painopisteiksi otettiin ennakointi ja varautuminen asumisen muutostarpeisiin kansalaisten toimesta ja myös kuntien toimesta. Ohjelmassa edistettiin asuntojen esteettömyys- ja korjausavustusten käyttöä ja kehitettiin tarpeita vastaavia asumisen käytäntöjä. Tehostetun palveluasumisen ratkaisuja parannettiin.

Paltamon Vanhusneuvosto teki vuosia sitten aloitteen yhteisöllisen palveluasumisen rakentamisesta, mutta hanke ei ole edennyt. Tämänkin asian edistämiseksi tarvitaan tarkempaa tarveselvitystä. Selvitystyössä tärkeässä roolissa ovat ikääntyvät itse. Jokaisen kansalaisen tulisi tehdä oma suunnitelma elämän loppuajan varalle asumisen ja palveluiden suhteen.

Hyvään vanhenemiseen liittyy myös toimintakyvyn säilyminen. Liikuntakyvyn säilyminen edistää mahdollisuutta ylläpitää sosiaalisia suhteita ja osallisuutta. Yksinäisyyden on todettu olevan yleistä vanhimpien ikäluokkien keskuudessa juuri sen vuoksi, että oma toimintakyky on alentunut tai ei ole liikenneyhteyksiä, jotka mahdollistaisivat osallistumasta kodin ulkopuoliseen toimintaan.

Digitalisaation tulee edelleen laajenemaan palveluiden tuottamisessa. Vanhimmissa ikäluokissa on vielä henkilöitä, jotka eivät osaa näitä palveluja käyttää.

Paltamon kunnan hyvinvointikertomuksessa ja -suunnitelmassa vuosille 2022–2025 ilmenee, että ikäihmisiltä on kysytty mielipiteitä hyvinvoinnin edistämisestä esim. HELLÄ-hankkeen puitteissa. Ikäihmiset kokevat, että terveys ja toimintakyky ovat kaiken perusta. Huolta arjessa selviytymisestä on etenkin syrjäseuduilla. Liikunta- ja harrastusmahdollisuuksista on annettu kiitosta.

Vanhimpien ikäluokkien osuus väestöstä kasvaa vielä tulevina vuosina, jolloin todennäköisesti myös kotona asumista tukevien palveluiden tarve kasvaa. Kunnassa tulee varautua vanhimpien ikäluokkien kasvuun ja ennakoida palvelutarpeet hyvissä ajoin. Tähän tarvitaan laajasti tietoa paitsi ikääntyneiden määristä myös olosuhteista, joissa he elävät. Tehtävässä tulee huomioida myös vanhenevien vammaisten henkilöiden

erityistarpeet. Terveysten edistäminen on pitkäjänteistä työtä, jonka tulokset näkyvät vasta vuosien päästä.

Kunnat ovat päävastuussa asukkaiden hyvinvoinnin ja terveyden edistämisestä. Hyvinvointijohtamisen perustana on asukkaiden hyvinvointia ja terveyttä koskevan tiedon tuottaminen, seuranta ja hyödyntäminen päätöksenteossa (hyvinvointikertomus).

Vanhus- ja vammaisneuvosto esittää, että ikäihmisten kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin edistäminen nostetaan kärkihankkeeksi Paltamossa. Esitämme, että kunnassamme järjestetään valtuustoseminaari teemalla ”Ikäihmisten kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin edistäminen Paltamossa”. Sopiva ajankohta olisi vanhusten viikko 3.-10.10.2023, jonka teema on ”Tehdään iästä numero.” Seminaariin kutsutaan tarvittavat asiantuntijat ja yhteistyökumppanit. Hyvinvoinnin edellytykset selvitetään ja ryhdytään tarpeellisiin toimenpiteisiin.

Paltamon kunnan vanhus- ja vammaisneuvoston puolesta

Paltamossa 8.9.2023

Terttu Karjalainen, puheenjohtaja