

VANHUSNEUVOSTOT VAPAAEHTOISTYÖN ASIALLA -VINKKIVIIHKO





SISÄLTÖ

| | |
|---|----|
| Vanhusneuvostoilla tärkeä rooli vapaaehtoistoiminnassa | 3 |
| Valtaa vanhuus -verkosto | |
| Ikääntyneiden asumisen kehittämisohjelman tervehdys | 4 |
| ympäristöministeriö | |
| Ikä ei saa olla esteenä vapaaehtoistyölle | 5 |
| Nurmijärven vanhusneuvosto | |
| Hyvää elämää palveluasunnossa | 7 |
| Vanhus- ja lähimmäispalvelun liitto Valli ry | |
| Yhdessä ulos ulkoilupulasta | 8 |
| Ikäinstituutti | |
| Studeringe hjälper seniorer med kvistiga IT-problem | 9 |
| Folkhälsan | |
| Vapaaehtoiset ikääntyneiden arjessa | 10 |
| Setlementtiliitto | |
| Asiointiapua ikätovereilta | 11 |
| Miina Sillanpään säätiö | |
| Vinkkejä vanhusneuvostoille | 12 |
| Esittelyssä Valtaa vanhuus -verkosto | 13 |
| Valtaa vanhuus -teesit | 14 |
| Vapaaehtoistyön verkkosivuja | 16 |

Julkaisija: Valtaa vanhuus -verkosto ympäristöministeriön tuella
Joulukuu 2016.



**VALTAA
VANHUUS**
FI



Ympäristöministeriö
Miljöministeriet
Ministry of the Environment



**IKÄÄNTYNEIDEN ASUMISEN
KEHITTÄMISOHJELMA 2013–2017**

Kannen kuva: Setlementtiliitto/Anna Autio

VANHUSNEUVOSTOILLA TÄRKEÄ ROOLI VAPAAEHTOISTOIMINNASSA

Puoli miljoonaa suomalaista osallistuu sosiaali- ja terveysalan järjestöjen vapaaehtoistoimintaan. Tärkeimmät motiivit ovat halu auttaa muita ja käyttää aikaa johonkin hyödylliseen.

KÄÄNTYNEET ovat aktiivisimpia vapaaehtoistoimijoita erityisesti lähipiirissään. Nuoret ovat puolestaan halukkaimpia auttamaan tuntemattomia. Sukupolvet ylittävä toiminta lisää ymmärrystä eri-ikäisten arjesta.

Vaikka vapaaehtoiset eivät saa toiminnastaan korvausta, toiminnan järjestämiseen tarvitaan resursseja. Kuntien yhdistyksille myöntämä tuki on erittäin tärkeää. Vanhusneuvostoilla on merkittävä rooli alueensa vapaaehtoistoiminnan edistäjinä.

Tämä julkaisu on päivitetty versio Valtaa vanhuus -verkoston vinkkivihosta, jossa esittelemme

vapaaehtoistoiminnan mahdollisuuksia ikääntyneiden asumisen kehittämisessä. Olemme erittäin kiitollisia ympäristöministeriön Ikääntyneiden asumisen kehittämisohjelmalle, jonka ansiosta tämä oli mahdollista.

Haluamme vahvistaa kansalaisyhteiskuntaa, jossa yhteisöllisyys, välittäminen ja osallisuus ovat keskiössä. Vanhusneuvostoilla ja järjestöillä on hyvät mahdollisuudet yhteistoimintaan. Valtaa vanhuus -verkoston jäsenet tekevät mielellään yhteistyötä vanhusneuvostojen kanssa!

Viveca Hagmark

Valtaa vanhuus -verkoston puheenjohtaja 2016



IKÄÄNTYNEIDEN ASUMISEN KEHITTÄMISOHJELMAN TERVEHDYS

Suurin osa ikääntyneistä haluaa asua omassa kodissaan mahdollisimman pitkään. Väestön ikääntyessä myös vapaaehtoistoiminnan merkitys tulee kasvamaan entisestään.

VAPAAEHTOISTOIMINNALLA onkin maasamme vahva perusta ja sen yhteiskunnallisen merkityksen arvioidaan tulevaisuudessa kasvavan. Erityisesti ikääntyneiden väestöryhmä nähdään potentiaalisina vapaaehtoisina. Vapaaehtoistoiminnan roolin vahvistaminen ikääntyneiden kotona asumisen tukemisessa sisältyykin ympäristöministeriön koordinoiman kansallisen Ikääntyneiden asumisen kehittämissuunnitelman 2013–2017 toimenpiteisiin.

Vanhusneuvostoilla on kunnissa tärkeä rooli ikääntyneiden äänen esiintuojana. Tämä tehtävä vahvistui vuoden 2014 alusta, kun vanhusneuvostoista tuli Vanhuspalvelulain myötä lakisääteisiä.

Toivommekin, että vanhusneuvostot saavat tästä vinkkivihkosta apua ja ideoita myös ikääntyneiden kotona asumista tukevan vapaaehtoistoiminnan edistämiseen omassa kunnassaan.

Parhaimmat kiitokset erinomaisesta yhteistyöstä Valtaa vanhuus -verkostolle ja kehittämistyöhön osallistuneille asiantuntijoille sekä Nurmijärven vanhusneuvoston puheenjohtaja Aulis Mäkiselle.

Sari Hosionaho

ohjelmapäällikkö

Ikääntyneiden asumisen kehittämissuunnitelma
2013–2017

ympäristöministeriö

IKÄ EI SAA OLLA ESTEENÄ VAPAAEHTOISTYÖLLE

Kunnilla on velvollisuus asettaa vanhusneuvosto ja luoda sille toimintaedellytykset, kuten laki vanhusneuvostoista edellyttää.

VANHUSNEUVOSTO ei ainoastaan vaikuta ikäihmisiä koskeissa asioissa, vaan se on terveydenhuollon, liikunnan, kulttuurin ja koulutuksen laaja-alainen kokemusasiantuntija.

Nurmijärvellä vanhusneuvoston yhteistyö kunnan kanssa toimii erittäin hyvin. Olemme edistäneet kunnassa lukuisia parannuksia esimerkiksi esteettömyydessä sekä liikenneyhteyksissä ja -turvallisuudessa. Järjestämme tapahtumia ja teemme aktiivista yhteistyötä esimerkiksi vammaisneuvoston, eläkeläisjärjestöjen, paikallisten yritysten, kirjastojen, seurakunnan ja kansalaisopiston kanssa. Lisäksi käymme tutustumassa palvelutalojen ja päiväkeskusten toimintaan.

Kansalaisuus merkitsee aktiivista osallistumista yhteisiin asioihin. Vapaaehtoistoiminta on suomalaisen kansalaistoiminnan ydintä ja kolmannella sektorilla on tulevaisuudessa entistä suurempi merkitys. Vapaaehtoistyö antaa iloa elämään ja ylläpitää aktiivisuutta, eikä ikä saa olla este vapaaehtoistyön tekemiselle. Jotta vapaaehtoisia saadaan antamaan aikaansa, on vapaaehtoisten tunnettava olonsa tarvituiksi ja arvostetuiksi.

Aulis Mäkinen

Nurmijärven vanhusneuvoston puheenjohtaja



KUVA: SETLEMENTTILITTO/ANNA AUTO

HYVÄÄ ELÄMÄÄ

PALVELUASUNNOSSA



VANHUS- JA LÄHIMMÄISPALVELUN LIITTO VALLI RY

”Ihmisillä on varmasti ennakkoluuloja tällaiseen palvelutaloon muuttamisesta. Pohdin muuttoa yhden kesän ajan. Kun ystäväpiirikin alkoi huveta ympäriltä, päätin lähteä. Se muutto oli yksi elämäni parhaista ratkaisuista.”

MONI PALVELUTALOON muuttava ajattelee, että oikea koti on se, josta muutettiin pois. 89-vuotiaana palveluasuntoon muuttanut Eila Viiri sanoo aivan toisin.

”Ensimmäisenä aamuna istuin makuuhuoneen sängyn reunalla ja ajattelin, että tämä on nyt minun koti. Minä tein heti tänne muutettuani itselleni selväksi kolme asiaa. Ensimmäinen oli, etten jää makaamaan sänkyyn, vaan toimin. Toinen asia oli, että olin osallistunut aiemmin erilaiseen yhdistystoimintaan ja päätin, että osallistun edelleen. Kolmanneksi päätin, että osaan luopua.”

95-vuotiaan Eilan koti on kuusi vuotta ollut Metsolan kartanossa. Oululainen Caritas-säätiö vastaa Metsolan kartanon asukkaiden valinnasta ja vuokrauksesta. Kartanossa on muutaman kuu-kauden ajan asunut myös opiskelijoita.

Opiskelijoiden ja ikääntyneiden yhdessä asumisen mallin Caritas on tuonut Hollannista. Opiskelijat

asuvat palvelutalon asunnoissa vuokrasuhteessa ja tekevät palvelutalossa vapaaehtoistyötä. Nuo-ret saavat vanhoilta tarinoita, elämäkokemuksia ja elämänasennetta.

Metsolan kartanossa asuvista opiskelijoista Eila on tutustunut Anneen, jonka kanssa hän käy kävelyllä. Myös sanataide- ja kirjallisuusryhmät kiinnostaisivat runoutta harrastavaa Eilaa. ”Tytöt ovat ihania. On se hyvä ratkaisu ja idea, että nuoria asuu täällä.”

Mikä on Eilan elämänmyönteisyyden ja kiitollisuuden salaisuus?

”Minä elän päivä kerrallaan ja sieltä poimin parhaat palat. Kaikista päivistä voi olla kiitollinen. Tämä on minulle hyvä elämä.”



YHDESSÄ ULOS ULKOILUPULASTA



IKÄINSTITUUTTI

Rauno Kajander on Salli Mynttisen ulkoiluystävä.
He ulkoilevat yhdessä säännöllisesti Kymijoen rannalla.

”**U**LKOILUYSTÄVÄNÄ toimiminen on erittäin antoisaa. Koen, että saan siitä itsekin jotain. Vapaaehtoisia ulkoiluystäviä todella tarvitaan ja heitä saisi olla paljon enemmän”, toivoo Rauno.

lääkäiden ulkona liikkumisen tarve säilyy, vaikka terveyden ja toimintakyvyn heikkenemisen myötä päivittäinen elinpiiri supistuu. Moni iäkäs ei sairauden tai esimerkiksi kaatumisen pelon vuoksi uskalla lähteä yksin ulos.

Tarvitaan ulkoiluystäviä, jotka lähtevät iäkkään kanssa kävelylle tai asioille. Ulkoiluystävän merkitys etenkin yksin asuvalle on tärkeää. Kouvolassa ulkoiluystäviä on koulutettu yhteistyössä muistiyhdistyksen kanssa, joka myös koordinoi toimintaa.

”Se merkitsee ihan kaikkea, mitä yksin asuva ihminen kaipaa. Että on toinen henkilö, jonka kanssa voi puhua ummet ja lammet ja lähteä lenkille”, toteaa Salli.

lääkille on tärkeää, että ulkona on levähdyspaikkoja ja että reitti sopii myös apuvälineillä liikkujille. Voimien mukaan pienikin mäki tarjoaa sopivasti haastetta.



KUVA: IKÄINSTITUUTTI, APOGEE OY

”Mielipaikkani on Kymijoen ranta. Siellä on kiva kävellä, nauttia maisemista ja jutella päivän asioista”, kertoo Salli.

Viherympäristö virkistää ja rauhoittaa mieltä. Kävely ulkona pitää yllä muistitoimintoja ja vaihteleva maasto harjoittaa jalkojen voimia ja haastaa tasapainoa. Tutkimusten mukaan viherympäristön myönteiset vaikutukset hyvinvointiin ja terveyteen ovat iäkkäillä voimakkaampia ja yhtenäisempiä kuin muilla aikuisilla.

STUDERANDE HJÄLPER SENIORER MED KVISTIGA IT-PROBLEM



FOLKHÄLSAN

För många unga är dagens teknik en självklarhet, medan äldre människor inte alltid får den hjälp de behöver. På Folkhälsans Seniorhus erbjuds nu IT-hjälp i samarbete med några Hankenstuderande.

JAG ÄR JU LITE av en stamkund här, förra gången fick vi hjälp med tv:n", berättar Gitta Lönnqvist när förstaårstudenterna från Hanken Ida Andersén, Nina Lindström och Kenneth Mattsson kommer in till biblioteket i Folkhälsans seniorhus i Helsingfors.

Gitta Lönnqvist är en av de nöjda seniorer som utnyttjar IT-stödet som Hankenstudenterna erbjuder. Idén kom ursprungligen från studenternas lärare Maria Gajitos. Hon har själv gjort mycket frivilligarbete runt om i världen och tycker att det är en bra utmaning för studenterna.

Utöver IT-stödet finns det också frivilliga studenter som undervisar i de äldre franska och övriga aktiviteter planeras också.

"Vi vill ordna sådan frivilligverksamhet som de äldre vill ha, men samtidigt ska det vara givande för de frivilliga", säger Kristina Björklund, koordinator för äldre och hälsa på Folkhälsans förbund.

En annan dam kommer in till biblioteket med sin dator. Kenneth Mattsson hjälper henne med att ladda ner några program samt rensa bort onödiga program. Han trivs i expertrollen och delar gärna med sig av sin kunskap.



FOTO: MICHAELA VON KÜGELGEN

"Det här är så lite för oss, men stort för dem. Det känns bra att kunna hjälpa till", säger Lindström.

För Gitta Lönnqvist och övriga seniorer är hjälpen guld värd.

"Det är helt underbart att de kommer. Mina barn och barnbarn ställer också alltid upp, men jag täcks inte alltid be om deras hjälp."

Tjejerna är tålmodiga och svarar lugnt på alla frågor. De låter också Lönnqvist själv testa sig fram och är noga med att inte fixa undan problemen utan att hon förstår hur något fungerar.

"Sedan är det så löjligt enkelt när man förstår", säger Gitta Lönnqvist.



VAPAAEHTOISET

IKÄÄNTYNEIDEN ARJESSA



SETLEMENTTILIITTO

Vapaaehtoisen vierailu voi tuoda avun paitsi yksinäisyyteen, myös konkreettisiin asioihin, kuten kaupassakäyntiin tai pieniin kodin askareisiin.

KÄÄNTYNYT ei välttämättä voi kiivetä tikkaille eikä kotoa löydy tarvittavia työkaluja joka asiaan. Setlementin vapaaehtoiset ovat onneksi osoittautuneet moniosaajiksi. Aina jollakin on osaamista tai tarvittavat työkalut.

Arjessa tulee vastaan niin myötä- kuin vastoin käymisiä. Kun eräs setlementtitoiminnassa mukana ollut seniorirouva jäi leskeksi, hän joutui muuttamaan pois kotoaan, koska omakotitalon ylläpito yksin ei enää olisi onnistunut. Leskeys ja muutto tulivat eteen äkkiä ja pakottivat rouvan katsomaan elämää aivan eri näkökulmasta. Miten pärjään? Miten selviän muutosta ja kaikista järjestelyistä? Huoli oli suuri. Lisäksi oma sairaus rajoitti toimintakykyä.

Ääneen lausutut huolet saivat muut vapaaehtoiset toimimaan. Yhdessä koottiin kaappeja, kiinnitettiin valaisimia ja naulattiin taulupidikkeitä seiniin. Kaikki kävikin lopulta yllättävän helposti ja leppoisasti. Jaettu huoli pärjäämisestä ei tuntunutkaan enää niin suurelta. Sai itkeä ja nauraa toisten kanssa ja uusi kotikin alkoi tuntua ja näyttää enemmän kodilta. Ystävien vierailut jättivät lämpimän tunnelman ja turvallisuuden tunteen.



KUVA: SETLEMENTTILIITTO/ANNA AUTIO

Setlementissä vapaaehtoiset eivät pääsääntöisesti tee asioita ikääntyneen puolesta, vaan yhdessä hänen kanssaan. Käytännön askareisiinkin liittyvät vierailut ovat aina myös sosiaalisia tilanteita.

"Kun sinua kohdellaan rakkaudella, älä vaan omi sitä, vaan laita eteenpäin. Muuttaessani lähemmäs keskustaa pääsin vapaaehtois- ja vertaistoiminnan koulutukseen ja sitä kautta tiiviimmin toimintaan mukaan. Nyt kun saan olla mukana hyvin monenlaisessa toiminnassa, on maailmani avartunut ja olen löytänyt paikkani Setlementissä. Se on pelastanut minut elämään." (Tuulikki)

ASIOINTIAPUA IKÄTOVEREILTA



MIINA SILLANPÄÄN SÄÄTIÖ

83-vuotias Irma asuu yksin kolmen huoneen ja keittiön asunnossaan helsinkiläisessä senioritalossa. Hän muutti toisen kerran elämässään Kainuusta pääkaupunkiin jäätyään kuusi vuotta sitten leskeksi. Muuttopäätös oli helppo, sillä Irma halusi asumaan tyttäriensä lähelle.

VANHA KOTIKAUPUNKI oli muuttunut valtavasti 25 Kuhmossa vietetyn vuoden jälkeen ja Irma kaipasi ikätoveria, joka olisi tutustuttanut hänet kaupunkiin ja sen elämänrytmiin uudelleen. Pelkkä bussikortin leimaaminen ja kaupungissa suunnistaminen toivat unettomia öitä.

Irma viihtyy hyvin senioritalossa, jonka asukkaista hän on löytynyt uusia ystäviä. Esteetön talo on rakennettu 2005 ja arkiselviytymistä helpottavina teknologioina olivat valmiina automaattiovet ja liesivahti.

Irmalla ei ole omaa tietokonetta, joten hän on asiointiin ja taloudenhoitoon liittyvissä tehtävissä riippuvainen tyttäristään. Irma ei ole kiinnostunut teknologiasta ja hän kokee, että siirtyminen kauppojen maksuautomaattien käyttöön oli jo työn takana. Voisikohan kaupoissa olla luotettavia vapaaehtoisia, jotka avustaisivat maksuissa ja tavaroiden pakkaamisessa? Eihän sitä tarvitsisi kuin rauhassa kertoa mitä milloinkin pitäisi tehdä.

Irma on kokeillut tyttärensä tablet-tietokonetta ja mielessä on käynyt oman tietokoneen tai tabletin hankkiminen. Oman tietokoneen myötä Irma



KUVA: SETLEMENTTILIITTO/ANNA AUTIO

voisi hoitaa tärkeitä asioita, kuten pankkiasioita, junalippujen ja muiden matkalippujen hankinnan, lääkäriaikojen varaukset ja kiinnostavien tietojen hakemisen. Tähän hän toivoisi ikäistään vapaaehtoiskaveria, joka opastaisi kiireettömästi kotona kädestä pitäen tietokoneen käyttöä. Ohjauksen pitäisi olla myös pitkäkestoista, ei vain yhden kerran perehdytys.

Ratkaisu voisi löytyä naapuriavusta. Suomessa ja maailmalla on hyviä toimintamalleja, jotka perustuvat sosiaali- ja terveysalan opiskelijoiden sekä järjestöjen vapaaehtoisten naapuriapuun. Naapuriavun toteutusta voitaisiin Suomessakin suunnitella oppilaitosten ja järjestöjen yhteistyönä.



VINKKEJÄ VANHUSNEUVOSTOILLE

01

YHDESSÄOLO

Vanhojen ja nuorten yhdessä asumisesta ja vapaaehtoistoiminnasta palvelutaloissa on hyviä kokemuksia ja toimintamalleja. Eri sukupolvia yhdistävät asumisratkaisut vähentävät sekä vanhusten että nuorten yksinäisyyttä.

02

VIE VANHUS ULOS

Haasta kuntanne päättäjät, virkamiehet ja järjestöt mukaan Vie vanhus ulos -kampanjaan, jossa kannustetaan vapaaehtoisia tukea tarvitsevien iäkkäiden ulkoiluystäviksi.

Lisätietoa: www.vievanhusulos.fi.

03

IT KUNNANDE

It kunnande gör att omvärlden är mer hanterbar. Här finns utrymme för initiativ för samarbete mellan olika utbildningsinstitutioner och äldreboenden eller servicecentraler. Verksamheten kan vidareutvecklas så att generationer möts.

04

APUNA KOTITÖISSÄ

Jokainen seniori ja ikäihminen on potentiaalinen toimija. Settlementtiliiton Yhdessä mukana -projektissa on toteutettu omaehtoista vertaistoimintaa, jossa toiminnan määrittelevät seniorit ja ikäihmiset itse. Toimijuuden mahdollistaminen tekee ihmisille hyvää.

05

ASIOINTIAPU

Maailmalla on hyviä toimintamalleja, jotka perustuvat sosiaali- ja terveysalan opiskelijoiden sekä järjestöjen vapaaehtoisten naapuriapuun. Asiointiapu voi sisältää muun muassa kuljetus- ja seuralaisapua. Naapurit voivat auttaa toisiaan myös silloin, kun asiointi tapahtuu sähköisesti.

VALTAA VANHUUS -VERKOSTO

Valtaa Vanhuus -verkosto on kuuden vanhusalan järjestön luoma kansalaisliike hyvän ikääntymisen puolesta. Haastamme kansalaiset ja päättäjät toimimaan rohkeasti hyvän vanhuuden puolesta, näkemään vanhuuden uudella tavalla. Vanheneminen ei ole sairaus eikä ongelma, vaan luonnollinen osa elämää. Vanheneminen ei ole vain sosiaali- ja terveydenhuollon asia, vaan koskettaa asumista, liikennettä, kauppaa ja palveluja, esteettömyyttä, kulttuuria ja tietotekniikkaa.



www.valtaavanhuus.fi

Valtaa vanhuus -järjestöt



Folkhälsans Förbund rf
www.folkhalsan.fi



Ikäinstituutti

Ikäinstituutti
www.ikainstituutti.fi



MIINA
SILLANPÄÄN
SÄÄTIÖ

Miina Sillanpään Säätiö
www.miinasillanpaa.fi/

SUOMEN SENIORILIKE

OIKEUS HYVÄÄN ELÄMÄÄN. MEILLE KAIKILLE.

Suomen Senioriliike ry
<https://www.senioriliike.fi/>

Setlementti

ROHKEASTI IHMISEN PUOLELLA

Suomen Setlementtiliitto ry
<https://setlementti-fi.directo.fi/>



Vanhus- ja
lähimmäispalvelun liitto ry
www.valli.fi



VALTAA VANHUUS -TEESIT

VANHENEMINEN on luonnollinen osa elämää. Se ei ole sairaus eikä ongelma. Ikääntyminen on yksi maailman megatrendeistä. Rakennetaan Suomessa hyvä esimerkki. Haastamme kaikki kuntalaiset ja kuntapäätäjät toimimaan rohkeasti. Nähdään vanhuus uudella tavalla!

VANHENEMINEN koskettaa asumista, liikennettä, kauppaa ja palveluja, esteettömyyttä, kulttuuria ja tietotekniikkaa. Se ei ole vain sosiaali- ja terveysasia. Tämän päivän palvelumalleilla ja asenteella ei pärjätä tulevaisuudessa. Tarvitaan suuri muutos, ja se tarvitaan nyt. Vanhuuden asiat kuuluvat jokaiselle kuntalaiselle ja kunnan päätäjälle. Riittääkö rohkeutesi sekoittaa pakka ja rakentaa kuvio uusiksi?

SUKUPOLVET tarvitsevat toinen toisiaan. Sukupolvien välillä on jo paljon solidaarisuutta. Tehdään se näkyväksi. Muutetaan puheet toiminnaksi.

HYVÄ ELÄMÄ on otettava omaan elämäntilanteeseen. Se on osallisuutta lähiyhteisöihin ja yhteiskuntaan. Hyvä vanheneminen vaatii muutosta asenteisiin. Pois pelko ja häpeä, pois mielikuva suuresta harmaasta massasta. Vanhoilla ihmisillä on voimavaroja, vireyttä ja kokemusta muillekin jakaa. Siksi ikäihmisillä on myös oma vastuunsa hyvän vanhuuden tekemisessä. Vanhuus on vallattava kaikille, myös sinulle itsellesi.



OIKEUS OMAN NÄKÖISEEN VANHUUTEEN

Jokainen vanhenee omalla tavallaan. Vanha on yksilö. Siksi yksi ja sama malli ei vastaa kaikkien tarpeisiin. Vanhat ihmiset ovat keskenään erilaisempia kuin ihmiset missään muussa ikävaiheessa. Hyvässä kunnassa on tilaa olla oma itsensä myös vanhana ja elää itselleen mielekästä elämää.

Onko kuntasi kartoittanut, mitä vanhat ihmiset tekevät yksin ja yhdessä? Onko vanhoille tarjolla monipuolisia toiminnan mahdollisuuksia? Onko kunnassasi huomattu, että esteettömyys hyödyttää kaikkia? Haluaako kuntasi edistää liikuntaa ja vähentää laitoshoidon tarvetta? Onko kuntasi tunnistanut palvelujen muutoksen tarpeen?



RAHALLA JA ASEENTEELLA

Kaikki kuntalaiset käyttävät palveluja. Rahaa tarvitaan. Nykyisillä resursseilla pystytään silti tekemään paljon uudella tavalla suuntaamalla niitä hyvinvoinnin edistämiseen kaiken ikäisten ihmisten hyväksi. Hyvä kunta uskaltaa ajatella palvelut uusiksi.

Onko sinun kuntasi määritellyt, mihin vanhustyön varoja pitäisi pääasiassa suunnata? Paljonko varoja käytetään hyvinvointiin, esteettömyyteen, elinympäristöön? Kannustaa-ko kuntasi niitä, jotka haluavat toimia uudella tavalla? Onko kuntasi riittävän moderni näkemään vanhat voimavarana?

3

KOKEMUSPÄÄOMAA JA NUORTA INTOA

Hyvän kunnan rakentaminen on joukkuepeliä. Vanhat ovat osaajia ja tekijöitä. Hyvässä kunnassa vanhojen ihmisten kokemukset ovat käytössä. Se on sosiaalista kestävyyttä. Kaikenikäisten yhteistyö ja vuoropuhelu vievät kehitystä eteenpäin. Iäkkäiden näkökulma tarvitaan kaikkeen koulutukseen.

Kuulevatko kuntasi nuoret vanhoja? Tietävätkö vanhat ihmiset mikä nuorille on tärkeää? Mitä työikäiset odottavat vanhuudeltaan? Onko kunnassasi foorumeita eri-ikäisten yhteiselle keskustelulle?

4

KYSY, ÄLÄ OLETA!

Edistä kuulemisen kulttuuria. Päätäjän tehtävä on varmistaa, että vanhoja ihmisiä kuullaan. Älä kuvittele, älä luule, vaan kysy vanhalta! Kysy vanhojen eri ikäryhmiltä, älä katso yli 65-vuotiaista väestöä yhtenäisenä joukkona. Vanhoja on Suomessa yli miljoona, eikä yksi mielipide kata koko joukkoa.

Tiedätkö, mitä kuntasi 75-vuotiaat ajattelevat, mitä 85-vuotiaat toivovat tai miten 95-vuotiaat toimivat? Onko kuntasi ottanut vanhusneuvoston työn todesta? Onko kuntasi kysellyt vanhoilta heidän arjen tarpeitaan? Saavatko palvelujen käyttäjät äänensä kuuluville vai kuullaanko vain asiantuntijoita?

5

JOUKKUEPELIÄ KOKO KENTÄLLÄ

Hyvän kunnan rakentaminen on joukkuepeliä. Kunta on paikka, jossa ihminen elää ja toimii. Hyvässä kunnassa ikääntymisen arvostus näkyy kaikessa politiikassa. Vanhuus voi olla myös hauskaa. Hyvinvoivat kuntalaiset ovat kuntasi kilpailuvaltti.

Tietääkö kuntasi, miten paljon vanhat ihmiset kuluttavat ja millaisia he ovat kuluttajina? Miten kävisi kulttuurille ja matkailulle ilman vanhoja ihmisiä? Tiedätkö, kuinka paljon vanhat ihmiset tekevät vapaaehtoistyötä? Vanhat ihmiset lisäävät paikallista elinvoimaa.

6

HYVÄN ELÄMÄN INNOVAATIOIT

Yrityksillä on vastuu hyvien ja laadukkaiden tuotteiden ja palveluiden kehittämistä vanhoille ihmisille. Vanhat ihmiset ovat suuri kuluttajaryhmä. Kunnat tarvitsevat vanhoille asukkailleen uusia tuotteita, palveluita ja teknologioita, joissa käytettävyys on huomioitu.

Miten kannustaisit sosiaalisia innovaatioita yhteydenpitoon, vuorovaikutukseen tai turvallisuuden tunteen lisäämiseen? Hyvä elämä edellyttää laadukkaita, kestäviä ja kauniita tuotteita. Miten kannustat yrityksiä kehittämään tuotteita vanhojen tarpeisiin?

VALTAKUNNALLISTA VAPAAEHTOISTYÖTÄ

— IDEOITA SENIORI-IKÄISTEN VAPAAEHTOISTYÖHÖN —



Vapaaehtoiseksiseniorille.fi

Verkkoportaali esittelee erilaisia vapaaehtoistyön tapoja kotona asuvan iäkkään avuksi. Sivulla on linkityksiä vanhus- ja lähimmäistyön, eläkeläisjärjestöjen, sosiaali- ja terveysjärjestöjen, seurakuntien ja kuntien vapaaehtoistyösivustoille. Seniori-ikäisille löytyy ideoita vapaaehtoisena toimimiseen.

— LISÄÄ VAPAAEHTOISTYÖN MAHDOLLISUUKSIA —

ToimintaSuomi.fi

Autta löytämään kootusti hyvinvointia ja terveyttä edistävien järjestöjen toiminnan ja vertaistuen ja palvelee myös vapaaehtoistoiminnan ilmoitusportaalina.

Vapaaehtoistyö.fi

Yleishyödyllinen, ei-kaupallinen ja voittoa tavoittelematon vapaaehtoistyötä kokoava sivusto, josta löytyy erityisesti seurakuntien tarjoamat vapaaehtoistehtävät mutta monilla paikkakunnilla myös muita vapaaehtoistehtäviä.

Kansalaisareena.fi

Kansalaisareena on kaikkien vapaaehtoistoimijoiden edunvalvoja Suomessa.