

## **Yhteenveto: Pohjanmaan kuntien vanhusneuvostojen työpaja 1.11.2018**

### **OSA I Maakunnan vanhusneuvoston asettaminen**

#### **Neuvoston kokoonpano:**

- Maakunnan vanhusneuvoston jäsenillä on hyvä olla yhteys kuntien vanhusneuvostoihin tai aktiivisia kuntapolitiikassa. Ennen kaikkea edustajien tulee olla motivoituneita osallistumaan maakunnan vanhusneuvostoon.
- Sukupuolijakauman tulee olla tasainen (60–40 %), samoin kielijakauman. Jäsenet ovat ikääntyneitä, 65+. Kunnilla voi olla 1-3 edustajaa (1 varsinainen jäsen + 1 varajäsen tai 2 varsinaista jäsentä + 1 varajäsen). Ryhmästä ei kuitenkaan saa tulla liian suurta.
- Vaasan paikkaluvusta ei syntynyt yksimielisyyttä. Yhdessä ryhmässä ehdotettiin Vaasalle 4 paikkaa. Muissa ryhmissä nähtiin paremmaksi, että Vaasalla on sama paikkamäärä kuin muillakin. Kuntien edustajat voidaan nimetä myös väkiluvun tai ikääntyneen väestön osuuden perusteella.
- Mikäli jokaisesta kunnasta on vain yksi edustaja, muodostuu suomenkielisten osuus liian pieneksi. Jokaisesta kunnasta voisi olla kaksi edustajaa, yksi ruotsin- ja yksi suomenkielinen per kunta.
- Maakunnan vanhusneuvostolla tulee olla valmisteleva virkamies.
- Kokouksissa on hyvä sopia valmiiksi seuraavan kokouksen asiat, jolloin asioihin on aikaa valmistautua ja niistä voi keskustella kunnan vanhusneuvostossa.
- Neuvosto voisi kokoontua 2-4 kertaa vuodessa ja toimikausi voisi olla 4 vuotta. Alussa voi olla kokouksia enemmänkin ja peruuttaa niitä sitten, jos ei ole tarpeen kokoontua.
- Kuntien vanhusneuvostojen olisi hyvä kokoontua keskustelemaan yhdessä, vaikka uudistusta ei tulisikaan, esim. kuntien palvelutasosta ja hyvistä käytännöistä.

#### **Neuvoston tehtävät:**

- Neuvosto voi jakautua pienempiin vastuualueisiin. Erilaiset järjestöt voisivat olla mukana neuvostossa, esim. eläkeläisjärjestöt, Martta-liitto, Punainen risti. Maakunnan ja kuntien vanhusneuvostojen välillä on hyvä ylläpitää aktiivista vuoropuhelua.
- On tärkeää tarkastella koko maakuntaa. Neuvosto voi toimia kansallisena vaikutuskanavana. Tärkeitä teemoja ovat esim. keskussairaalan palvelu + kuljetukset, lähipalvelu ja hyvät yhteydet, yleiset linjaukset, KELA-taksi, kunnalliset kriteerit ja terminaalihoito.
- Neuvoston tehtävänä on tuoda esiin tärkeimpiä kysymyksiä, mutta kuinka saada äänensä kuuluviin parhaalla mahdollisella tavalla? Millä toimintatavoilla ja rakenteilla varmistamme ikääntyneiden osallisuuden ja vaikutusmahdollisuudet?
- Maakunnan ja kuntien vanhusneuvostojen välinen yhteistyö: tärkeimpien ongelmien esiin tuominen, osallisuus, edunvalvonta, kannanottoja hallituksille ja lautakunnille, osallistuminen valmisteluun esim. maakuntastrategia. Pitää olla mahdollisuus osallistua suunnitteluun hyvissä ajoin.

## **DEL II Ikäihmisten palvelut**

### **1. Minkälaisia digipalveluja ikäihmiset tarvitsevat?**

- Digitaaliset palvelut ovat hyvin hyödyllisiä. Niiden ikääntyneiden, jotka eivät osaa/uskalla käyttää digitaalisia palveluita, pitäisi saada henkilökohtaista digitukea kotiin. Digitaaliset palvelut ovat monesti haaste erityisesti sellaisille henkilöille, jotka eivät ole käyttäneet tietokonetta työelämässä.
- Oleellista on oppia käyttämään niitä työkaluja, joita tarvitsee, kaikkea ei tarvitse oppia.
- Myös muistiongelmallisille henkilöille pitäisi kehittää sellaisia digitaalisia ratkaisuja, joita he osaavat käyttää. Ohjeiden ja muotoilujen on oltava yksinkertaisia.
- Kristiinankaupungissa on käynnissä ruoka-automaatteihin liittyvä projekti (Kotona paras). Koehenkilöt olivat tyytyväisiä, vaikka myös kritiikkiä ilmeni.

#### **Tuki ja koulutus:**

- Koulutusta ja neuvontaa tarvitaan, myös henkilökohtaista ohjausta. Olisi hyvä, jos ohjaaja olisi itsekin ikääntynyt.
- Käytännön koulutustarpeita: verkkopankki, pankkitunnukset, roskapostin ja huijausviestien tunnistaminen sekä mitä tehdä, jos henkilö tulee epävarmaksi tekniikkaan liittyen.
- Eläkeläisyhdistyksillä on suuri rooli digivalmiuksien parantamisessa. Kotipalvelulla voisi myös olla IT-tukena toimivaa henkilöstöä.
- Tekniikka: Näppäinten tulee olla suuria ja selviä.

#### **Tarpeelliset työkalut:**

- Tärkeimmät digitaaliset palvelut: KANTA, verkkopankki, harrastuksiin liittyvät palvelut.
- Skype ja videopuhelut ovat hyviä välineitä yhteydenpitoon omaisten kanssa. Videopuhelun avulla voi olla myös yhteydessä esim. kotipalvelun henkilöstöön. Vaasan kaupungin Alvar-palvelua voisi kehittää niin, että asiakkaat voisivat mennä yhdessä kahville ja jumppaan niin, että myös muut osallistujat näkyvät.
- On tärkeää, ettei osallistuminen ole riippuvainen jostain tietystä laitteesta. Sama informaatio pitäisi olla saatavilla useista eri laitteista.
- Toisaalta olisi hyvä, että kaikki palvelut olisi saatavilla yhdestä laitteesta.

#### **Mitä ajattelette koneellisesta lääkkeen jakelusta?**

- Hyvä ratkaisu, mikäli lääkkeet jaellaan oikein ja henkilökunnalla näin olisi enemmän aikaa muuhun käynnin aikana.
- E-resepti toimii hyvin.

## 2. Miten turvallinen arki kotona turvataan koko maakunnan alueella?

- Yksinäisyys on monille ikäihmisille suuri ongelma. Aktiivisilla ikäihmisillä on vahva sosiaalinen verkosto, jonka ansiosta he voivat paremmin kuin yksinäiset ja kotiin jäävät. Naapuriapu on tärkeää, etenkin maaseudulla kyläyhteisöissä.
- Toimiva kotihoito on tärkeää kotona asuville ikäihmisille.
- Ikäihmisille on tarjolla laaja valikoima harrastuksia ja aktiviteetteja, mutta osa ei halua osallistua ja osalla on ongelmia liikkumisen suhteen. Siksi julkinen liikenne ja yhteiskuljetukset ovat tärkeitä.
- Kolmas sektori on tärkeä, sillä on kallista ostaa palveluita yksityiseltä sektorilta.
- Esimerkki Tanskasta: Palvelukoti jossa kaikki löytyy saman katon alta esim. asunnot, kampaajat, kahvila, apteekki.

### **Turvallisuus:**

- Yksinasuvat pelkäävät rikollisia ja susia. Pelon takia esim. luonnossa liikkuminen voi jäädä pois. Tekniset ratkaisut, kuten hälyttimet ja puhelinsovellukset, voivat lisätä turvallisuudentunnetta.
- Tärkeää on, että aina on joku jolle soittaa.
- Kotisairaanhoidossa pitäisi olla jatkuvuutta. Nyt henkilökunta vaihtuu aivan liian usein.

### **Palvelut:**

- Palveluseteleitä voisi käyttää erikoissairaanhoidossa niin, että asiakas pääsisi suoraan hoitoon tai kirurgiseen toimenpiteeseen.
- Palveluseteleitä tarvitaan myös virkistykseen ja kuntolomiin.
- Tarpeellisia palveluita ovat esim. kotikuntoutus henkilökohtaisella ohjelmalla, ikäihmisten osaamisen ylläpito, ulkoilutus. Palvelut voivat olla maakunnan tai esim. järjestöjen tuottamia.
- Yksinäisyyden lievittämisessä omaisten ja järjestöjen panos on merkittävä.
- Omaishoito on hieno asia, mutta usein omaishoitajalle raskasta. Omaishoitajalla pitäisi olla oikeus vapaa-aikaan ja oikeus saada tukea oman terveyden ylläpitämiseen. Omaishoitajille voitaisiin tarjota hyvinvointiseteleitä, joita voisi käyttää esim. teatteriin, kampaajalla jne.
- Mieluiten käytetään julkisia tai kolmannen sektorin palveluja, sillä yksityisten palveluiden käyttö on kallista eivätkä kunnat osaa kilpailuttaa oikealla tavalla (laatukriteerit).

## 3. Ikäihmisten liikkuminen

- Kunnat voisivat tukea ennaltaehkäiseviä palveluja ja liikuntaseteleitä voisi jakaa palveluseteleiden lisäksi.
- Vaitiolovelvollisuus vaikeuttaa tiedon jakamista yksinäisistä ja enemmän apua tarvitsevista henkilöistä.

- Liikkuminen olisi helpompaa, mikäli paikallisliikenne toimisi kaikissa kunnista. Paikallisliikenne toimii paremmin päiväaikaan, mutta suurin osa aktiviteeteista on illalla. Närpiössä järjestetään vapaaehtoisia kuljetuksia ikäihmisille.
- Digitaaliset liikuntapalvelut toimivat. Ohjattuja liikuntaharjoituksia voisi olla myös När-tv:n lähetysten jälkeen.

**4. Loppukysymys kaikille ryhmille: Mitkä ovat kolme tärkeintä edellytystä sille, että ikäihmiset voivat asua kotona mahdollisimman pitkään?**

- Tärkeimpiä kotona asumisen edellytyksiä ovat: hyvä terveys, hyvä asuminen ja turvallisuus.
- Asunnon tulee olla kunnossa, ikäihmiselle soveltuva, turvallinen ja mielellään lähellä palveluita. Apu esim. siivoukseen ja puutarhan hoitoon liittyen olisi hyvä. Edullisia senioriasuntoja pitää olla tarpeeksi tarjolla ja palveluliikenteen pitää olla toimivaa.
- Terveys, sekä fyysinen että psyykinen.
- Kotihoidon pitää olla riittävää ja joustavaa. Jossain kuussa tarvitaan enemmän ja jossain kuussa vähemmän apua.
- Sosiaalinen verkosto on tärkeä ja ystäväkoordinaattorista voisi olla apua. Pitäisi olla palvelunumero, johon voi aina soittaa. Turvallisuus on kaiken A ja O, että joku tulee säännöllisesti katsomaan.
- Turvallisuus ja ennaltaehkäisevät toimenpiteet: hyvin suunnitellut asunnot, apuvälineet, ennaltaehkäisevä kuntoutus ja kunnon ylläpito.