

Sipoon Ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelma 2022-2025 / luonnos

1. Johdanto

Kunnan tehtävänä on sosiaali- ja terveystalvelujen järjestämisen lisäksi ikääntyneiden hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen. Ikääntyneiden toimintakykyä ja itsenäistä suoriutumista edistetään yhdessä muiden toimijoiden kanssa. Toimenpiteet, joilla ikääntyneiden hyvinvointia ja terveyttä edistetään, kirjataan ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelmaan (THL 2022).

Laissa ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveystalveluista määritellään kunnan yhteistyövelvoitteista ikääntyneiden hyvinvoinnin, terveyden, toimintakyvyn ja itsenäisen suoriutumisen tukemiseksi. Kunnan on toimittava yhteistyössä eri toimijoiden kanssa ikääntyneiden tukemiseksi. Kunnan tehtävänä on laatia suunnitelma toimenpiteistään, kuinka ikääntyneiden hyvinvointia, terveyttä, toimintakykyä ja itsenäistä suoriutumista tuetaan (8.7.2022/604 2. luku §4 ja §5).

Sipoon kunnan hyvinvointikertomus on laadittu vuosille 2021-2025. Hyvinvointikertomuksessa keskeisiksi tavoitteiksi on nostettu:

- terveellisten elintapojen ja kulttuurisen hyvinvoinnin edistäminen (liikunta, ravitsemus, päihteettömyys, mielen hyvinvointi ja kulttuuri)
- yhteisöllisyyden ja osallisuuden vahvistaminen kasvavassa kunnassa
- työllisyyden parantaminen
- arjen turvallisuuden edistäminen (elinympäristön viihtyisyys, turvallisuus ja esteettömyys)
- kunnan hyvinvointityössä yhteistyön lisääminen Itä-Uudenmaan hyvinvointialueen ja muiden toimijoiden, yksityisten yritysten, yhdistysten ja yleishyödyllisten yhteisöjen kanssa
- koronapandemian aiheuttamien haittojen korjaaminen.

Sipoon strategian 2022-2025 mukaan Sipoon hyvinvointi rakentuu monipuoliseen asumiseen, korkealaatuisiin palveluihin, yhteisöllisyyteen, luonnonläheisyyteen, sopivaan väljyyteen ja turvallisuuteen.

Uudessa kuntastrategiassa asetetaan muun muassa seuraavat hyvinvointitavoitteet:

- lähiasioinnin lisäksi asioiminen mahdollistaminen digitaalisesti kaikissa palveluissa
- henkilöstön osaamisen ja johtamisen kehittäminen suunnitelmallisesti
- nuorten hyvinvoinnin parantaminen
- rikollisuuden vähentäminen ja asukkaiden turvallisuuden parantaminen kumppanuuksien avulla
- työllisyyspalvelujen rakentaminen seudullisesti paremmiksi, joko valtion uudistuksen kautta tai seudullisen yhteistyön kautta

Hyvinvointisuunnitelman sisältämien hyvinvointitavoitteiden toteutumista ja kuntaisten hyvinvointia seurataan hyvinvointikertomuksen vuosiraporteissa, jotka annetaan tiedoksi valtuustolle. Vuosiraporteissa eri toimintayksiköt kertovat hyvinvointiin liittyvistä toimenpiteistään edellisen vuoden aikana.

Itä-Uudenmaan hyvinvointialue ja Helsingin ja Uudenmaan sairaanhoitopiiri HUS laativat lähivuosien aikana alueelliset hyvinvointikertomukset ja hyvinvointisuunnitelmat asukkaiden terveydestä ja hyvinvoinnista.

Sipoossa ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelma laaditaan vuosille 2022-2025. Hyvinvointisuunnitelmassa on otettu huomioon Sipoon kunnan hyvinvointikertomus vuosille 2021-2025 sekä Sipoon vanhusneuvoston toteuttama kyselytutkimus yli 65-vuotiaille sipoolaisille keväällä 2022.

2. Ikääntyneiden nykytilanne Sipoossa

2.1 Asukastilanne ikäryhmittäin

Ikäryhmät	Määrä 2021
65-69 v	1104
70-74 v	1094
75-79 v	788
80-84 v	535
85-89 v	295
90-> v	179

2.2 Kasvuprosentit

Ikäihmisten määrä jatkaa kasvuaan seuraavina vuosina voimakkaasti. Sipoossa yli 65-vuotiaiden määrä on kasvanut vuosina 2017-2020 yli 10 %. Erityisesti kasvua on tapahtunut 75-84 - vuotiaiden ikäryhmässä 18 % ja 85-100 -vuotiaiden ikäryhmässä 11 %, tämä asettaa haasteita palvelujen järjestämiselle. Palveluiden tarve kasvaa erityisen voimakkaasti 85 vuotta täyttäneiden ikäryhmässä. Kotona-pärjäämistä tukevat ennaltaehkäisevät toiminnot, tukipalvelut ja kotihoito sekä kotikuntoutus. Kasvava ikäihmisten määrä ennustaa myös kasvavaa palveluiden tarvetta mukaan lukien tehostettu palveluasuminen lähivuosina.

Ikääntyneiden ja vammaisten palvelut siirtyvät Itä-Uudenmaan hyvinvointialueelle vuoden 2023 alusta. Jatkossa kaikki sosiaali- ja terveyspalvelut ovat Itä-Uudenmaan hyvinvointialueen tuottamia.

2.3 Alueellinen erityispiirre

Sipoossa leimaa-antava piirre on alueellinen laajuus. Ikääntyneitä asuu paljon omakotitaloissa, joissa ei ole välttämättä pystytty huomioimaan toimintakyvyn laskun mukana tuomia arjen haasteita. Lisäksi Sipoossa on vielä hissittömiä kerrostaloja. Palvelut ovat keskittyneet kahteen keskukseseen, Nikkilään ja Söderkullaan, joten myös välimatka ovat pitkiä. Haasteita on myös julkisen liikenteen käyttö, sillä liikenne ei kata koko aluetta kattavasti.

3. Ikääntyneiden hyvinvointi, terveys ja toimintakyky

Väestön vanhenemiseen on varauduttu Kansallisella ikäohjelmalla, joka on laadittu vuoteen 2030 asti. Kansallisen ikäohjelman tavoitteena on ikäkyvykäs Suomi. Ikäohjelman keskeisinä vaikuttavuustavoitteina on ikääntyvien työikäisten toimintakyvyn parantuminen ja työurien pidentyminen, ikääntyneiden toimintakyvykkyys, vapaaehtoistyön vakiinnuttaminen, digitalisaation merkitys hyvinvoinnin edistämässä, palveluiden toteuttaminen sosiaalisesti ja taloudellisesti kestäväällä tavalla sekä ikäystävällisten asuinympäristöjen huomioiminen (STM 2020:31).

Jokainen kuntalainen voi vaikuttaa omaan terveyteensä ja toimintakykyynsä liikkumalla riittävästi ja syömällä säännöllisesti ja terveellisesti. Säännöllinen liikunta edistää terveyttä ja mahdollistaa mahdollisimman hyvän toimintakyvyn ikääntyessä. Liikuntatoimen, kansalaisopistojen ja eläkeläisjärjestöjen merkitys korostuu liikuntapalvelujen toteuttamisessa.

Kaatumistapaturmien ehkäisyyn tulee kiinnittää erityisesti huomiota. Tällaisia keinoja ovat mm. kunnollisen valaistuksen, hissien, esteettömän ympäristön sekä pihojen ja katujen hiekoituksen huomioiminen. Lisäksi yli 70-vuotiaille kuntalaisille jaetaan vuosittain ilmaiseksi liukuesteitä kenkiin liukastumisvaaran ehkäisemiseksi.

Vanhusneuvoston toteuttaman kyselytutkimuksen perusteella ikääntyneet kokevat pääsääntöisesti olonsa turvalliseksi. Ilta-aikaan liikkumista kodin ulkopuolella kuitenkin vältellään.

Ikääntyneet saavat tukea päihitteettömyyteen. Päihitteettömyyttä tuetaan palveluohjauksen tai kotihoidon kotikäyntien avulla. Tarvittaessa ikääntynyt ohjataan jatkohoidon piiriin, kuten päihdetyöntekijän vastaanotolle.

4. Asuminen

Sipoon vanhusneuvoston toteuttamassa kyselytutkimuksessa keväällä 2022 korostuivat varsinkin asumiseen liittyvät toiveet. Seuraavassa suoria lainauksia yli 65-vuotiailta sipoolaisilta:

”Haluaisin asua kotona ja saada kaikki tarvitsemani palvelut sinne”.

” Haluan asua kotonani niin kauan kuin se on järkevää ja saan riittävät palvelut kotiin ja tässä tarkoitan kunnan palvelua, ei vain kodinhoitajan hätäistä piipahdusta. Kuljetusapua kauppaan ja muihin palveluihin, kun en enää voi itse ajaa”.

”Kun olen niin huonossa kunnossa, että tarvitsen jatkuvaa palvelua, en koe kotona yksin asumista mielekkääksi”.

Lähtökohtana on, että ikääntyneet voisivat asua turvallisesti ja esteettömästi kodeissaan toimintakyvyn ja varallisuustason rajoitteista huolimatta. Kotona asumista pyritään mahdollistamaan esimerkiksi asuntojen ja asuinrakennusten muutostöiden avulla.

Haja-asutusalueella asuvat ikääntyneet tulee huomioida järjestämällä riittävät kuljetuspalvelut. Sipoossa on käytössä linjataksi sekä ikääntyneillä on mahdollisuus hakea ja saada kuljetustukea.

Sipoossa on useita eri vaihtoehtoja esteettömään asumiseen. Esteettämiä asuntoja löytyy niin palvelutaloista kuin säätiöiden ylläpitämistä kerrostaloista. Mikäli ikääntynyt ei selviydy kotonaan enää ilman jatkuvaa ympärivuorokautista hoitoa, on hänen mahdollista hakeutua tehostetun palveluasumisen piiriin.

Esteettämyys tulee korostumaan yhä enemmän, kun väestön ikärakenne vanhenee. Palveluiden saatavuudessa tulee huomioida esteettämyys, mutta myös ympäristö on suunniteltava ja rakennettava niin, että jokaisella on mahdollisuus olla aktiivinen toimija ympäristössä. Itä-Uudellamaalla on laadittu esteettämyys- ja saavutettavuusohjelma vuosille 2021-2025. Esteettämyys- ja saavutettavuusohjelman tavoitteena on ympäristön, rakennuksien, palveluiden ja viestinnän sopeuttaminen Itä-Uudenmaan kunnissa niin, että kaikilla on mahdollisuus osallistua. Näiden tavoitteiden toteutuessa myös tarve kunnan ja viranomaisten ylläpitämiin henkilökohtaisiin tukitoimenpiteisiin vähenee.

5. Palvelut ja palveluiden tarve

Sipoon kunnan arvoina toimivat palvelualltius, avoimuus sekä kekseliäisyys. Nämä ovat lähtökohtana kaikelle toiminnalle ikääntyneiden palveluissa. Toiminta on asiakaslähtöistä, avointa sekä kehittymismyönteistä. Sipoon kunnan ikääntyneiden palveluiden tavoitteena on tarjota ja tuottaa ikääntyneiden kuntalaisten yksilöllisiin tarpeisiin monipuolisia ja vaikuttavia palveluita hyvän ja ihmisarvoisen vanhuuden tueksi painottaen ennalta ehkäisevää toimintaa sekä varhaista puuttumista.

Sipoon vanhusneuvoston toteuttamassa kyselytutkimuksessa keväällä 2022 nousi esiin seuraavia toiveita palveluista:

”Kaupassakäynti, ruokapalvelu, siivous, hygieniapalvelut, lääkärin kotikäynti”.

”Hyvää ja laadukasta kotipalvelua”.

”Kaiken perusta on mielestäni kuljetuspalvelut. Ei sitä lähdetä bussipysäkillä korkealta mäeltä lumisohjossa rollaattorin kanssa”.

”Kaikki mahdolliset palvelut kotiin tuotuna. Ruokailu, hygienia ja siivouspalvelut sekä lääkitys tärkeimpinä.”

5.1 Ikääntyneiden palveluohjaus ja neuvonta

Palveluohjauksen tarkoituksena on selvittää ja arvioida ikääntyneen palvelutarvetta sekä antaa neuvoja saatavilla olevista palveluista ja asumisesta. Jatkohoidon suunnittelu tehdään moniammatillisesti ja yhteistyössä asiakkaan ja hänen omaistensa kanssa. Tavoitteena on turvata Sipoon kunnan ikäihmisille turvallinen ja tarkoituksenmukainen hoito.

5.2 Palvelutarpeen arviointi

Sosiaalihuoltolain mukaan jokaisella 75 vuotta täyttäneellä tai Kansaneläkelaitoksen (KELA) erityishoitotukea saavalla on oikeus seitsemän (7) arkipäivän kuluessa yhteydenotosta saada palvelutarpeen arviointi. Palvelutarpeen arvioinnissa selvitetään ikääntyneen toiveet palveluista sekä kartoitetaan ikääntyneen fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista toimintakykyä. Lisäksi annetaan ohjausta ja neuvontaa siitä, kuinka mahdollistaa ja turvata kotona asuminen. Palvelutarpeen arvioinnin perusteella tehdään päätös kunnan sosiaalipalveluiden myöntämisestä tai epäämistä. Tarvittaessa ikääntynyt ohjataan yksityisten palveluntuottajien tai kolmannen sektorin piiriin.

5.3 Kotona asumista tukevat palvelut

Ikääntyneiden on mahdollista saada kotiin erilaisia tukipalveluita, kuten ateriapalvelua, kauppapalvelua, pyykkipalvelua ja kuljetuspalvelua. Siivouspalveluja järjestetään yksityisten palveluntuottajien toimesta, samoin kuin turvapalvelua. Mikäli ikääntynyt tarvitsee hoidollista apua, palvelutarpeen arvioinnin myötä käynnistetään kotihoidon arviointijakso ja tarvittaessa säännölliset kotihoidon avut. Omaishoidon tukea on mahdollista hakea ja saada kunnan kautta, mikäli kotona hoidetaan omaista. Perhehoitoa ja intervallihoidtoa voidaan järjestää tukemaan kotona asumista. Lisäksi ikääntyneillä on mahdollisuus käydä viikoittain päivätoiminnassa. Päivätoiminnalla tuetaan ikääntyneiden fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista toimintakykyä.

Kunta tekee yhteistyötä niin yksityisten palveluntuottajien kuin kolmannen sektorin kanssa. Seurakunnat, yhdistykset ja järjestöt järjestävät paljon erilaista toimintaa, joihin ikääntyneitä ohjataan. Vanhusneuvoston toteuttaman kyselytutkimuksen perusteella suurin osa vastaajista oli tyytyväisiä erilaisiin liikunta- ja kulttuuripalveluihin sekä kursseihin, joita heille järjestettiin.

5.4 Palveluista tiedottaminen

Sipoon vanhusneuvoston toteuttamassa kyselytutkimuksessa keväällä 2022 nousi esiin lisäksi palveluista tiedottamisen huomioiminen digitaalisena aikana. Vaikka digitaalinen osaaminen on kasvanut viime aikoina, varsinkin suuremmista ikäluokista löytyy edelleen ikääntyneitä, jotka hyötyvät muista tiedottamisväylistä. Lisäksi huomiota tulee kiinnittää tiedottamiseen omalla äidinkielellä. Sipoon ikääntyneiden palveluissa on tiedostettu digitaalisen aikakauden tuomat muutokset ja palveluista

tiedottamista toteutetaan tällä hetkellä niin digitaalisesti kuin henkilökohtaisesti esimerkiksi kirjeitse. Lisäksi tietoa annetaan aina molemmilla kotimaisilla äidinkielillä ja tarvittaessa tulkkipalveluita hyödyntäen muilla kielillä.

6. Lähteet

Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveyspalveluista 28.12.2012/980: <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2012/20120980>

Kansallinen ikäohjelma vuoteen 2030 – tavoitteena ikäkyvykäs Suomi, STM 2020/31: <https://stm.fi/ikaohjelma>

Itä-Uudenmaan esteettömyys- ja saavutettavuusohjelma 2021-2025: <https://www.sipoo.fi/wp-content/uploads/2021/03/It%C3%A4-Uudenmaan-alueellinen-esteett%C3%B6myys-ja-saavutettavuusohjelma.pdf>

Sipoon hyvinvointikertomus 2021-2025: <https://www.sipoo.fi/wp-content/uploads/2022/06/Sipoon-hyvinvointikertomus-2021-2025.pdf>

Sipoon kunnan strategia 2022-2025: <https://www.sipoo.fi/wp-content/uploads/2022/04/Strategia-Sipoo-2022-2025-kv-25.4.2022-%C2%A7-28.pdf>

Sipoon vanhusneuvoston toteuttama kyselytutkimus kevät 2022