

Salon osallistuminen Voimaa Vanhuuteen -ohjelmaan

Vapaa-ajan lautakunta 26.04.2023 § 26
1601/00.01.05.02/2023

Valmistelija

vapaa-aikajohtaja Antti Mattila, antti.mattila@salo.fi, 02 778 4700,
liikuntasuunnittelija Virpi Lehto, virpi.lehto@salo.fi, 02 778 4708,
hyvinvointikoordinaattori Hilpi Tanska, hilpi.tanska@salo.fi, 02 778 2155

Alueellisen hyvinvointikertomuksen mukaan lähes 30 prosenttia 75 vuotta täyttäneistä Varsinais-Suomen asukkaista kokee suuria vaikeuksia puolen kilometrin kävelyssä. Tämä osuus on ollut selvässä kasvussa edelliseen mittauskertaan verrattuna. Valtakunnallisesti puolella 75+ -ikäisistä arvioidaan olevan liikkumiskyvyn ongelmia ja liikuntasuosituksat saavutetaan sitä heikoimmin, mitä vanhemmasta ikäryhmästä on kyse. Koronapandemia on lisäksi vaikuttanut monilla tavoilla heikentävästi ikääntyneiden toimintakykyyn ja mielen hyvinvointiin. Ikääntyneiden toimintakyvyn ylläpysyminen on yksi tärkeistä tekijöistä siinä, kuinka nopeasti joudutaan säännöllisten sosiaali- ja terveystalveluiden piiriin. Liikkumista edistäviä toimia tarvitaan. Esim. voima- ja tasapainoharjoittelu on tutkitusti tehokkain yksittäinen keino ehkäistä kaatumisia ja niistä aiheutuvia vammoja sekä hoitojaksoja. Kaatumisten onnistunut ehkäisytyö tarjoaa hyte-kertoimen kautta myös kunnalle isomman valtiosuuden terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseen.

Yksi hyte-kertoimen tulosindikaattoreista on kaatumisiin ja putoamisiin liittyvät hoitojaksot 65 vuotta täyttäneillä henkilöillä verrattuna 10 000 vastaavan ikäiseen henkilöön. Tavoitetaso on 230 hoitojaksoa. Varsinais-Suomen hyvinvointialueella taso on v. 2020 ollut 291,4 ja v. 2021: 311,2 hoitojaksoa, Salon osalta vastaavat luvut ovat v. 2020: 367,9 ja v. 2021: 296,6 hoitojaksoa eli tavoiteltavaa riittää vielä.

Varsinais-Suomen hyvinvointialueen kunnissa käynnistyy keväällä 2023 Voimaa vanhuuteen -ohjelma, joka tarjoaa lisää osaamista ja yhteistyötä ikäihmisten terveysliikunnan kehittämistyöhön. Ohjelmassa on edistetty vuodesta 2005 alkaen (109 kuntaa) kotona asuvien, toimintakyvyltään jossain määrin heikentyneiden ikäihmisten (75+) yhdenvertaisia liikkumismahdollisuuksia, itsenäistä suoriutumista ja osallistumista. Salo on osallistunut ohjelmaan aiemmin vuosina 2017-2019 ja liikuntapalvelut on tuolloin koordinoitunut ohjelmatyötä, jota on tehty monialaisen ohjausryhmän ohjauksessa.

Voimaa Vanhuuteen kehittämistyö toteutetaan yhteistyössä kuntien, järjestöjen, julkisen sektorin ja ikäihmisten kanssa ottamalla käyttöön hyviä toimintatapoja liikuntaneuvonnasta, ryhmäliikunnasta ja ulkoilusta. Kuntakohtaisen kehittämistyön lisäksi päämääränä on rakentaa yhteisiä toimintatapoja koko hyvinvointialueelle, lisätä kuntien keskinäistä sekä hyvinvointialueen välistä yhteistyötä ikääntyneiden liikunnassa. Alueellisesti tullaan panostamaan erityisesti voima- ja tasapainoharjoittelutoiminnan ja palveluketjujen kehittämiseen.

Salon kaupungin on mahdollisuus hakea uudelleen mukaan mentorointiohjelmaan. Kolmen vuoden maksuton mentorointi sisältää kuntakohtaisen ja alueellisen ohjauksen lisäksi mm. koulutuksia, webinaareja, oppi- ja viestintämateriaaleja, verkostotapaamisia sekä sisältöjä mielenhyvinvoinnin ja ikäystävällinen liikkumisympäristö -teemoista. Aiemmin ohjelmassa mukana olleet kunnat voivat keskittyä edelleen kehittämistä vaativiin Voimaa vanhuuteen -ohjelman teemoihin sekä yhteistyön rakentamiseen hyvinvointialueen kanssa.

Voimaa vanhuuteen -ohjelman sisältö on maksutonta, mutta kunnan kannattaa varautua henkilötyöpanosten lisäksi koulutuksiin liittyviin matka- ja majoituskuluihin, paikallisten koulutusten toteuttamiseen sekä mahdollisesti liikuntatilojen kustannuksiin. Kunta sitoutuu osallistumaan vähintäänkin kouluttajakoulutuksiin, liikuntakampanjoihin ja raportoimaan vuosittain kehittämistyön etenemisestä.

Vuosina 2017-2019 kun Salo oli mukana ohjelmassa, ei ohjelmatyöhön oltu varattu erillistä määrärahaa eikä henkilöresursseja eli ohjelmaa toteutettiin talousarvion ja olemassa olevien resurssien puitteissa. Mikäli ohjelmaan haetaan ja päästään uudelleen mukaan, on tarkoitus toimia samalla lailla eli ilman erillistä ohjelmarahoitusta ja henkilöresursseja. Ikäinstituutti on asettanut seuraavat valintakriteerit, joilla kunnat voivat päästä mukaan mentorointiohjelman:

- Kunta kuuluu Varsinais-Suomen hyvinvointialueeseen. Myös aiemmin ohjelmassa olleet kunnat voivat hakea uudestaan.
- Kunnanhallitus tai lautakunta on tehnyt päätöksen ohjelmaan hakemisesta.
- Kunta on tehnyt aiesopimuksia erityyppisten järjestöjen, kuten kansanterveys-, liikunta- ja eläkeläisjärjestöjen kanssa Voimaa vanhuuteen -työn toteuttamiseksi.
- Kunnassa on valmiina tai tarvittaessa kunta nimeää poikkisektorisen yhteistyöryhmän, joka ottaa vastuulleen Voimaa vanhuuteen -toiminnan etenemisen. Ryhmässä on edustajat liikunta-/vapaa-aika-, kulttuuri- ja sivistystoimesta, vanhusneuvostosta sekä järjestöistä ja urheiluseurasta.

Voimaa vanhuuteen toimintamallia on esitetty Varhan ja alueen kuntien hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen yhdyspintamalliksi. Asiaa on käsitelty Varsinais-Suomen kuntien liikuntatoimijoiden Rajattomasti liikuntaa –verkostossa sekä Varhan ja alueen kuntien virallisissa yhteistyöneuvotteluissa 8.3.2023. Esityslistan liitteenä on kuntajohdolle 8.3. esitelty materiaali. Toimintamalli on esitetty kirjattavaksi yhdeksi toimenpiteeksi valmistelussa olevaan alueelliseen hyvinvointisuunnitelmaan ikääntyneiden toimintakyvyn edistämisen tavoitetta toteuttavaksi osaksi.

Osana valmistelua valmistelijat ovat olleet huhtikuun alussa yhteydessä seuraaviin tahoihin: Varhan Toimintakykyä tukevat palvelut Salo-Somero/ Tarja Hernesniemi, Varhan Ikääntyneiden palvelut Salo-Somero/ Susanna Kaunisto, Salon SYTY ry/ Veera Hälli, Vanhusneuvosto ja Salon Muistiyhdistys ry.

Ko. tahoja on pyydetty mukaan ohjausryhmään ja heidän kanssaan on alustavasti sovittu yhteistyöstä ohjelmakauden ajan. Edellisellä ohjelmakaudella on todettu, että Salossa ikääntyneille on tarjolla monipuolisesti ja laaja-alaisesti ikääntyneiden liikuntaryhmiä ja uudessa ohjelmatyössä keskitytään erityisesti ikääntyneiden matalan kynnyksen liikuntaneuvontapalvelujen ja voima- ja tasapainoharjoittelun kehittämiseen ja molempien osalta toimivien palveluketjujen muodostamiseen Varhan kanssa.

Esittelijä

Sivistyspalveluiden johtaja

Päätösehdotus

Vapaa-ajan lautakunta päättää, että Salo hakee mukaan Ikäinstituutin Voimaa vanhuuteen -ohjelmaan seuraavaksi kolmeksi vuodeksi ja yhteistyöhön Varsinais-Suomen hyvinvointialueen kanssa ikääntyneiden hyvinvoinnin edistämiseksi. Liikuntapalvelut vastaa ohjelmatyön koordinoinnista.

Pöytäkirja tarkastetaan tämän asian osalta heti kokouksessa.

Päätös

Vapaa-ajan lautakunta hyväksyi päätösehdotuksen.

Pöytäkirja tarkastettiin tämän asian osalta kokouksessa.

Tiedoksianto

Valmistelijat
Asianosaiset