

Valtiovarainministeriö / Avoin hallinto

Monessa mukana kaiken ikäisenä - aivoriihen I
tulosraportointi

11.5.2016

Janne Jauhiainen

Jari Latvalahti

Tuomo Lähdeniemi

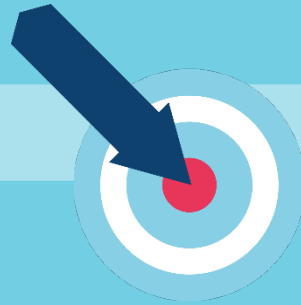


Monessa mukana kaiken ikäisenä

Verkossa 1340 osallistujaa, osallistumisajan mediaani 12 min



Ideointi - Mitkä osa-alueet tärkeimpiä?:
Asuminen
Palvelut
Harrastaminen ja työ
Tiedonsaanti
Vaikutusmahdollisuudet



Arviointi:
Arvioi, konkretisoi ja perustele palveluihin ja vaikutusmahdollisuuksiin liittyviä ideoita ja käytäntöjä



Ratkaisut:
Miten digitaaliset palvelut tukevat ja mahdollistavat arkea?
Mikä vaikuttamisen ja osallistumisen kannalta tärkeintä?



Tulosten jatkokäsittely kasvokkain ja verkossa

- TerveSOS
- Virtuaalityöpaja

Yksilöllisyyden ja yhteisöllisyyden tasapainon tarve värittää keskustelua

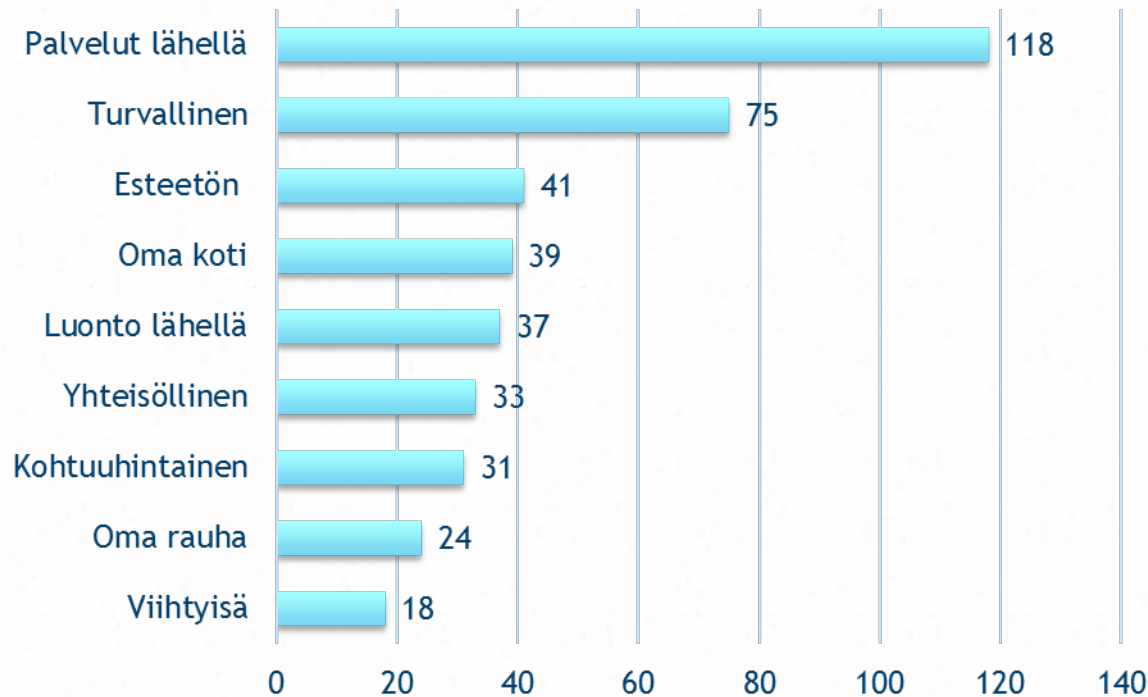
- Yksilöllisyys korostuu osallistujien tarpeita asumisen, työn, harrastamisen, aktiivisen osallistumisen ja palveluiden näkökulmasta
- Edelleen verkko ja kasvokkainen palvelu nähdään osin vastakohtina tai ainakin erillisinä kanavina. Yhdistäviä tekijöitä löytyy itsenäisen asumisen ja turvallisen arjen mahdollistamisesta
- Valinnanmahdollisuuksien vääjäämättä lisääntyessä luottamusverkoston rakentumisen tärkeys korostuu. Tässä vaiheessa edellytetään viranomaisen varmistusta sille, että valittavissa olevat palvelut ovat turvallisia ja luotettavia.
- Vaikuttamismahdollisuuksissa itsenäinen, laaja ja avoin tiedonsaanti korostuu. Sen jalostuminen vaikuttamiseksi edellyttää kuitenkin mm. ryhmässä vaikuttamisen uudenlaisia, monimuotoisia menetelmiä.

Tulokset osa-alueittain

- Hyvä asuminen liitetään palvelujen saatavuuteen ja turvallisuuteen
- Omasta terveydestä ja kansalaisoikeuksista suurimmat tiedon tarpeet - lehdet ja verkkosivut parhaita kanavia
- Terveys, hyvinvointi ja kotona asumisen mahdollistaminen tärkeintä digitaalisten palveluiden kehityksessä
- Vaikutusmahdollisuuksissa tärkeintä pystyä itse saamaan avoimesti suodattamatonta tietoa perehdyttäväksi. Ryhmänä osallistumiseen tarvitaan uusia monimuotoisia mahdollisuuksia.
- Merkityksellinen työ tarjoaa toimeentulon lisäksi myös tyydytystä ja ihmiskontakteja. Aktiivinen harrastaminen alkaa valinnanvapaudesta.

Hyvä asuminen liitetään palvelujen saatavuuteen ja turvallisuuteen

Palvelut ovat lähellä tai niiden saatavuus on muuten taattu. Asunnon ja elinympäristön turvallisuutta voidaan parantaa valaistuksella, teknisillä apuvälineillä ja yhteisöllisellä asumisella.



Mitä hyvä asuminen sinulle tarkoittaa?
Mitä siihen liittyy?



Hyvä asuminen on...

Palvelujen saatavuuden ja turvallisuuden lisäksi asumista omassa, esteettömässä, kohtuuhintaisessa ja viihtyisässä kodissa, jonka lähellä voi nauttia luonnosta, yhteisöllisyydestä kuin myös halutessaan omasta rauhasta.

Hyvä asuminen tarkoittaa minusta sitä, että palvelut ovat lähellä tai helposti saavutettavissa ja että taloyhtiössä olisi mahdollisuus järjestää yhteisiä tapahtumia asukkaiden kesken. Kun ihmiset tuntevat toisensa, heistä huolehditaan eri tavalla kuin silloin kun asukkaat ovat toisilleen tuntemattomia.

Hyvä asuminen tarkoittaa esteetöntä ja turvallista asumista. Mikäli asuu omakotitalossa, sinne on saatavilla vanhuksille erilaisia "omakotitalkkari" kohtuuhintaisia palveluita (lumenluonti, puutarhatyöt, kodinkorjaus yms.). --- Hyvä valaistus on tärkeä, levähdyspaikat kodin lähellä ulkona ovat välttämättömiä, sosiaalista seuraakaan väheksymättä. ---

Oma tupa, oma lupa. Saan itse valita mitä teen ja koska. Pystyn toimimaan itse. Jos tarvitsen apua, niin tiedän kuka tulee ja mihin aikaan. Epävarmuus vie voimia.

Pikkukaupunkimaisuus ja luonnonläheisyys. Mahdollisuus saada apua rakennuksen huoltoon ja ylläpitoon. Vanhempana ajattelisin viihtyvänä yhteisasunnossa, joissa olisi oma huone ja yhteistilat. ---

Palvelujen saatavuuden edistäminen

- Kehitetään kotihoitoa hyödyntämällä apuvälineratkaisuja ja lisäämällä kartoittavia kotikäyntejä
- Laajennetaan verovähennysoikeutta useampiin palveluihin
- Koulutetaan maahanmuuttajia mm. nurmikonleikkaukseen sekä lumi- ja puutarhatöihin ikäihmisille
- Kilpailutetaan kotipalvelu taloina tai jopa pienkylinä, jolloin palvelu on keskitettävissä monin tavoin
- Kehitetään naapuriapua kylävaari/-muori-toiminnalla
- Edistetään julkisen liikenteen sujuvuutta
 - Juna-asemien yhteyteen riittävät parkkipaikat haja-asutusalueilta tuleville
- Parannetaan palveluasumisen mahdollisuutta niin, että asiakkaan itsemääräämisoikeus toteutuu aidosti
- Mahdollistetaan myös laitoshoido esim. muistisairaille - kaikki eivät pärjää kotona



Miten edellä mainittuja asioita voisi parhaiten Suomessa edistää?

Turvallisuuden ja yhteisöllisyyden edistäminen



Miten edellä mainittuja asioita voisi parhaiten Suomessa edistää?

- Mahdollistetaan kokoontumistila talon / lähialueen asukkaille
- Laaditaan kylän tai muun yhteisön turvallisuussuunnitelma mm. aktiivisen kyläyhdistyksen avulla
- Tuetaan eri-ikäisten ihmisten "sekoittumista" keskenään tarjoamalla samalla alueella palveluja ja asuntoja kaikille iästä riippumatta
 - Hissien rakentamisen edistäminen vanhoihin taloihin, jotta lapsiperheet ja ikäihmiset voivat asua samoissa taloissa
- Vähennetään kotipalvelujen sirpaleisuutta - yksittäisistä palveluista palvelukokonaisuuksiksi
- Osallistetaan ikäihmiset alueiden kehittämiseen sekä asuinrakennusten suunnitteluun ja remontointiin
 - Senioriverkostojen perustaminen ja kehittäminen
 - Lautakuntiin senioriedustaja vakiojäseneksi
- Edistetään yhteisöasumista esim. jakamalla tietoa, miten yhteisö perustetaan, rahoitetaan ja hoidetaan
- Sisällytetään turvallisuusapuvälineiden mahdollinen tuleva käyttö rakennusmääräyksiin (esim. lieden esiasennus liesivahdille sopivaksi)

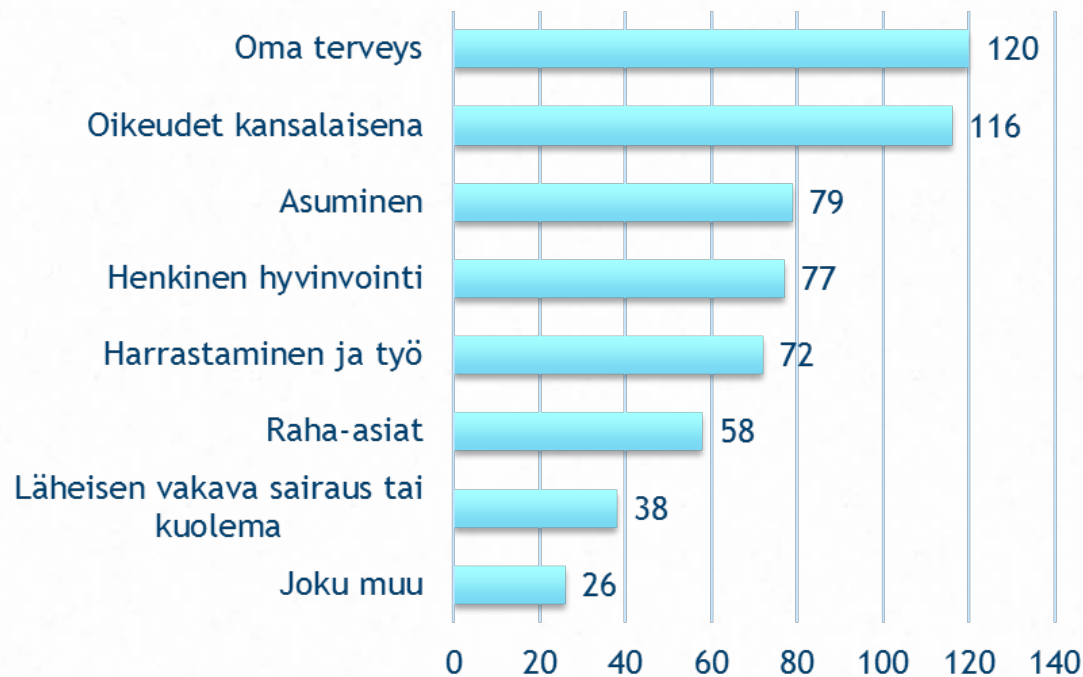
Viihtyvyyden ja esteettömyyden edistäminen

- Varaudutaan jo asuntojen suunnitteluvaiheessa asuntojen muunneltavuuteen eri elämänvaiheiden tarpeiden mukaan
- Ylläpidetään nettisivustoa, josta olisi helppo hakea tietoa ja vaihtoehtoja esteettömiin asumisratkaisuihin liittyen
- Puretaan byrokratiaa esteettömyyden edistämisen edestä
- Perustetaan korttelikeitaita
- Suositaan uusiutuvia energiamuotoja ja tuetaan niiden käyttöä



Miten edellä mainittuja asioita voisi parhaiten Suomessa edistää?

Omasta terveydestä ja kansalaisoikeuksista suurimmat lisätiedon tarpeet



Joku muu = Kunnan ja valtion päätökset ja niiden vaikutus omaan elämään

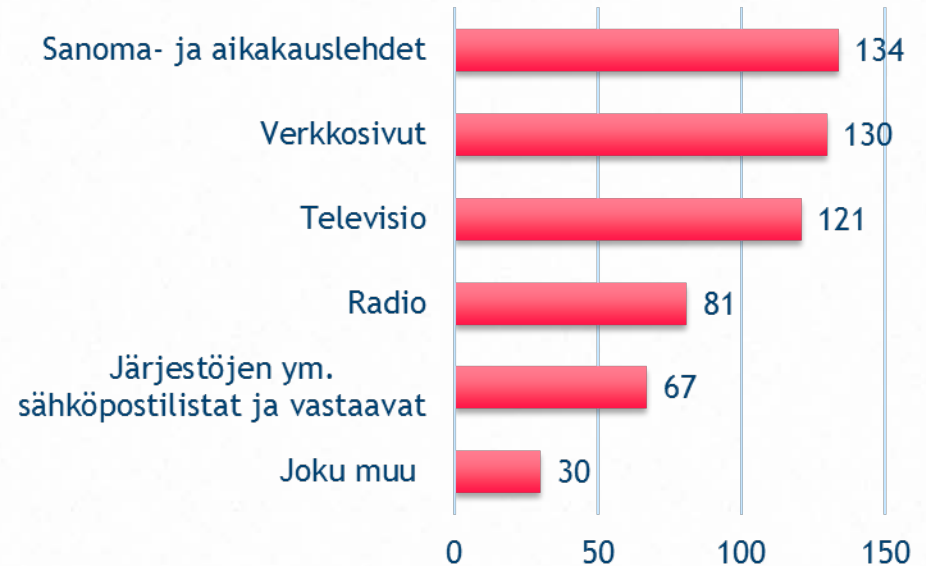
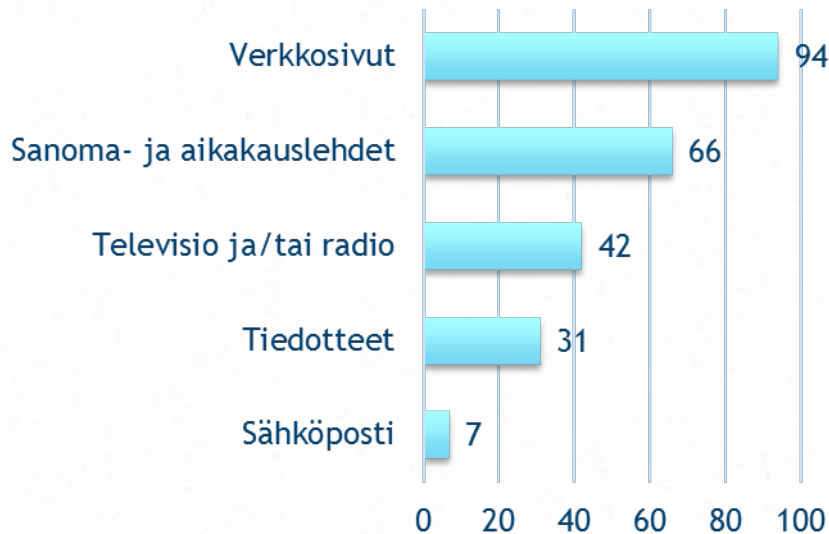


Mistä aiheista sinun olisi tärkeintä saada lisää tietoa?

Lehdet ja verkkosivut parhaimpia tiedonsaantikanavia



Miten sinä haluaisit saada tietoa Suomen tai kotikuntasi asioista?



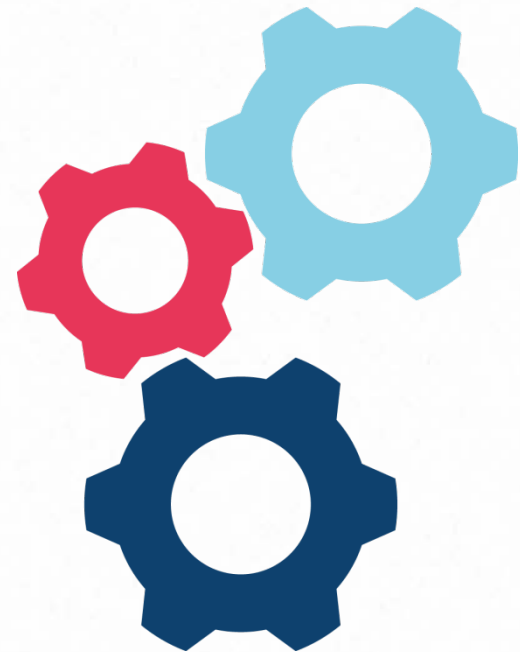
Mitkä viestinnän keinoista sopivat sinulle parhaiten?

Joku muu = sosiaalinen media, kotiin jaettavat tiedotteet, esitteet ja kirjeet

Mikä on digitaalisten palveluiden kehittämisen tärkeintä?

TOP 5 tärkeintä asiaa

1. Terveys ja hyvinvointi
2. Saavutettavat terveyspalvelut
3. Mahdollistaa kotona asuminen
4. Itsensä toteuttaminen, elämänsisältö, kunnon ylläpitäminen
5. Asiakkaiden kuuleminen palveluiden kehityksessä



1. Terveys ja hyvinvointi

- Teknologian hyödyntäminen seurannassa ja sekä "täydentävänä" palveluna - "varsinainen" hoito kasvokkain.
- Saavutettavuus yhtäläinen kaikille - varmistettava myös erityisryhmille sekä erityistilanteissa (ikäntyneet, dementit, sähkökatkot etc.).
- Muistutus- ja varaustoimintojen kehittäminen ensimmäinen askel.

Kotiin tuotaviin palveluihin pitää resurssoida riittävästi, kun ikääntyvän väestön kotona asumista halutaan pidentää. Tällä hetkellä tarve ja resurssit eivät kohtaa...harvaan asutulla maaseudulla ei välttämättä ole yksityisiä palvelun tuottajia (...naapurikunnassa olisi...). Muistisairaudet ovat lisääntyneet ja lisääntyvät - teknologian hyödyntämisen mahdollisuus on tällöin rajallinen... Teknologiaa ja sähköisiä palveluja tulee kehittää, mutta ei saa unohtaa niitä, jotka eivät osaa tai ei ole mahdollisuutta käyttää näitä palveluja. ...miten entistä tiheämmin toistuvien sähkökatkojen aikaan nämä palvelut turvataan (sähkökatkot jopa useamman päivän mittaisia)



...diginatiivi
ikäihminen on
meillä
todellisuutta
vasta 60-70
vuoden
kuluttua

2. Saavutettavat terveystalvut

- Digitaalisuus lisäseurantaana niille joiden terveydentila on muutenkin melko hyvä.
- Yksi nettisaitti missä mahdollisuus hoitaa kaikki terveydenhoitoon liittyvät asiat.
- Ajanvaraustoiminnot helppokäyttöisiksi - sekä verkossa että puhelimitse.
- Verkkotohtorien hyödyntäminen ennaltaehkäisevässä ja valistavassa työssä.

Palvelujen varaaminen monikanavaisesti vastaamaan asiakkaiden erilaisia taitoja. Terveystalvuden edistämiseen liittyvien sähköisten palvelujen kehittäminen niille, joille sähköinen maailma on tuttu - näin jää sähköisen maailman ulkopuolella ulkopuolella oleville perinteisiä kanavia käyttöön. OmaKanta - palvelujen kehittäminen.

Riskinä on, että varsin moni "eniten tarvitseva" saattaa jäädä digitaalisten palvelujen ulkopuolelle, sen sijaan digitaalisesti voidaan helposti toteuttaa lisäseurantoja niille, joiden terveydentila on muutenkin melko hyvä.



Lähipalveluita jatkossa sekä etäyhteyksinä että asiakkaiden luokse vietävinä kotisairaanhoidona ja "palvelubusseina".

3. Mahdollistaa kotona asuminen

- Netti tuo virikkeet kotiin ja mahdollistaa omaehtoisen oppimisen.
- Antaa aktiivisille palvelujen hyödyntäjille tunteen paremmasta oman elämän hallinnasta.

Olettaisinkin, että tämä digitaalisuus ja uuden asioiden rauhallinen ja innokas oppiminen pitää mielen virkeänä ja tuntuu oman elämän hallinnasta paranevan; lumipallo efekti

Netin kautta tapahtuva lukupiiri, tarinoiden kerronta jne

Pidän itse yllä omaa terveyttäni ja hyvinvointiani ja saan siihen tarvittaessa tukea sähköisten ohjelmien avulla, esim. sähköinen terveystarkastus ja -valmennus.

Tässäkin korostaisin meidän ikäihmisten omaa aktiivisuutta ja vastuuta. Oman vastuun rinnalle on hyvä saada myös ohjattua toimintaa, erilaista jumpaa (vesijumppaa jne.), kuntosalia, yhteistä sauvakävelyä jne. Toiminnan järjestäjänä lienevät kunnat parhaita.



Pitää saada kuulua joukkoon tai ryhmään, jossa tuntee tulevansa kuulluksi ja vielä tärkeämpää myös ymmärretyksi.

4. Itsensä toteuttaminen, elämänsisältö, kunnon ylläpitäminen

- Muuttuvan teknologian henkilökohtainen - sekä vertaisohjaus nousee keskiöön ikääntyneille.
- Kirjastojen roolia tulisi kasvattaa (ATK -tukihenkilön lainaaminen / tilaaminen kotikäynnille).
- Palvelut käyttäjän kyvykkyyksistä riippumattomia.

Teknologinen osaaminen ei toteudu ikäihmisten kohdalla kurssituksilla, joissa on eritasoisia osanottajia. Vertaiskoulutus yksilöllisesti opastettavan tason mukaan toteutettuna tuo parhaan tuloksen. Joillekin pitäisi olla mahdollisuus kotiohjaukseen. Näin tapahtuu jo (kaupungeissa) yksityisten järjestöjen toimesta, mutta ei maaseudulla. Jos yhteiskunta siirtää palvelujensa saatavuuden digitaaliseksi, on sen huolehdittava, etteivät kansalaiset syrjäydy laite- tai taitopuutteen takia.

Teknologian käyttö varsinkin alkaville dementikoille on haasteellinen ja vaikea, koska muisti palaa aina ajassa taaksepäin, jolloin ei ole ollut teknologiaa. Hoivateknologia pitäisi olla käyttäjästä riippumattomaa ja hyvin monipuolista...



Meneillään on merkittävä siirtymävaihe, jossa me lukuisat kuusikymppiset on totuttu sujuvaan ja teknisesti tuettuun tietokonekäyttöön töissä, mutta kotikoneen asennus osoittautuukin mystiseksi työmaaksi

5. Asiakkaiden kuuleminen palveluiden kehityksessä

- Huolehditava ettei kaikki siirry itsepalveluun - ostoksille menemisen sosiaalisuus ja valintojen itsenäinen tekeminen mahdollistettava (viit. ruokapalvelujen etukäteen määritelty tuotetarjonta)
- Avustettu kaupankäyntipalvelu erityisryhmille (ikäntyneet ja liikuntaesteiset).

Haja-asutusalueilla on entistä vähemmän kauppiaita, joten olisi hyvä, jos jollakin tavoin päivittäiselintarvikkeita olisi kuitenkin tarjolla ilman liikkumisrajoitteita, joita on myös entistä enemmän vähenevän paikallisliikenteen seurauksena. Perinteiset kauppa-autot ovat sopivia edelleen, mutta myös tavaroiden kotiinkuljetuspalvelut (netin kautta tilattauna).

Kaupassakäynti on myös osa sosiaalista kanssakäymistä ja näikisissä tähän panostetun kuljetuksen tuovan rahat monikertaisesti takaisin. Toki kaikki ei sitä halua. Ruokaostokset netistä ikäihmisille on vielä liian vieras asia, mutta kehittämisen arvoinen asia. Toki tämän toimiminen vaatii aika kovan luottamuksen palveluntuottajaltaan.



Jokaisella pitää olla mahdollisuus käydä valitsemassa ostoksensa niin kauan kuin fyysinen ja henkinen kunto sen sallivat.

Yhdistävät tekijät

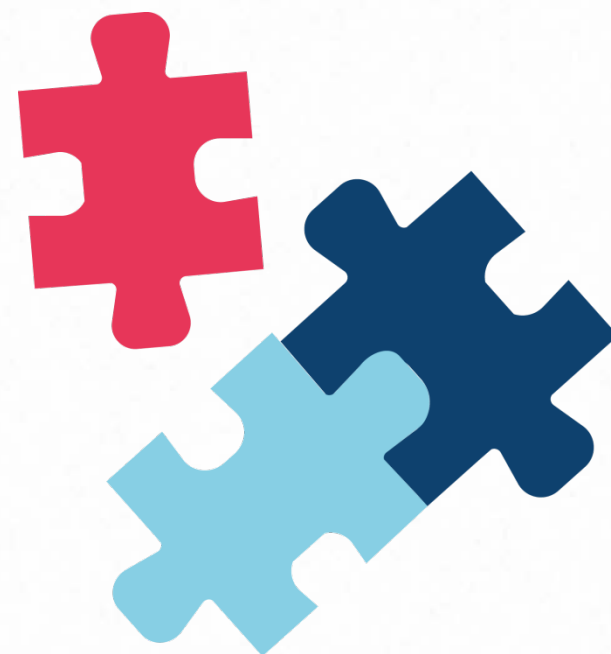
Perusterveet pääkäyttäjär ryhmänä

Saavutettavuus ja tasa-arvo
erityisryhmille taattava
(dementikot, ikääntyneet, haja-
asutusalueet, liikuntaesteiset)

Helppokäyttöisyys ja jatkuva
perehdyttäminen varmistettava

Varsinainen hoito face to face -
seuranta, muistutukset,
diagnoosien lähetykset ja
ajanvaraukset digitaalisesti

Palveluntarjoajille tiukat
laatukriteerit käyttäjien
luottamuksen varmistamiseksi



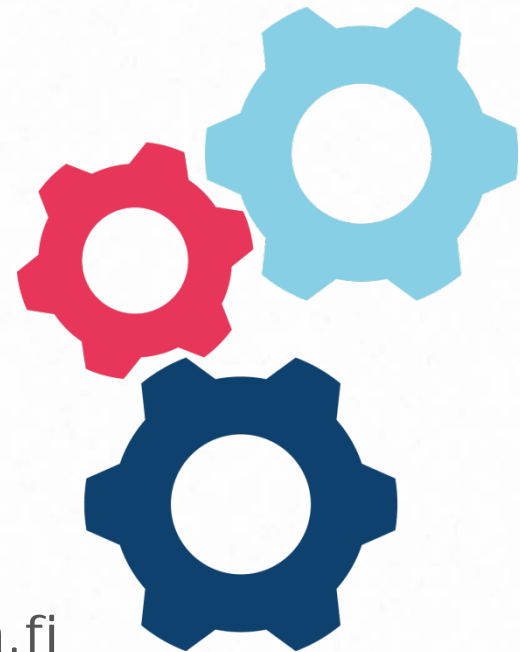
Mikä on vaikutusmahdollisuuksien varmistamisessa tärkeintä?

Muita tärkeämmät tavat:

- Valtuustojen ja hallitusten esityslistat ja pöytäkirjat netissä
- Järjestöjen kautta osallistuminen
- Sähköinen äänestäminen / kommentointi itsenäisesti
- Asukasraadit ym. ryhmänä osallistumisen muodot

Muita vähemmän tärkeät tavat:

- Kuntalais- ja kansalaisaloitteiden teko
- Verkkodemokratiapalvelut kuten Otakantaa.fi
- Verkossa toimivat jatkuvat keskustelupalvelut



1. Esityslistat ja pöytäkirjat netissä Itsenäinen kommentointi

- Täytyy olla pääsy kattavasti "oikeaan" tietoon eikä vain sen perusteella tehtyyn tulkintaan, silloin kun sitä tarvitsee
- Helppokäyttöisyys ja ajantasaisuus on olennaista
- Mahdollisuus rauhassa ja itsenäisesti perehtyä olennaiseen tietoon antaa pohjan vaikuttamismahdollisuuksille

Avoimuuden lisääminen! Asioihin on kuntalaisena vaikea ottaa kantaa, kun ei tiedä, milloin ja miten asioita käsitellään. Monesti päätökset on jo tehty, kun asiasta vasta tiedotetaan asukkaille. Kyselyjä ja keskustelutilaisuuksia järjestetään, mutta niiden anti ei näytä tavoittavan esim. ko. lautakuntaa. Avoin tiedonsaanti poistaisi "välikäden" tuoman tulkinnan asioista.

Nopeaa ja helppoa, kunhan asia on tarpeeksi hyvin esillä, että sen huomaa ja siihen pystyy reagoimaan ajoissa.



Esityslistoista näkee mitä on käsitellyssä. Näin voi ottaa yhteyttä virkamiehiin tai luottamushenkilöihin ajoissa ja kertoa omat mielipiteet.

2. Järjestöjen kautta osallistuminen Ryhmänä osallistuminen

- Henkilökohtainen vaikuttaminen on yksin haastavaa. Järjestöt ja muut ryhmät tarjoavat sekä mahdollisuuden valmistella ja priorisoida asioita yhdessä että kanavan vaikuttamiseen
- Myös muilla lähiyhteisöillä kuin järjestöillä voisi olla mahdollisuuksia jakaa rooleja ja toimia yhdessä entistä paremmin

Itse pitää tehdä, mutta ystävääkin voi houkuttaa mukaan. Tarvitaan vain infoa siitä, millaisia itselle sopivia viiterymiä on olemassa.

Järjestöjen systemaattinen kuuleminen sekä kunnallisessa että myös tulevassa sotien maakunnallisessa hallinnossa.

Tämä on konkreettista/ käytännönläheistä demokratiaa/ osallistumista, jossa voidaan helposti parantaa omaa lähiasuinympäristöä ja sen toimintaa

Kunta järjestää asukasraadien puitteet - raatiin voi ilmoittautua vapaaehtoiseksi - toimintaa ohjaa kunnan viranhaltija (jonkun pitää organisoida) - raadin esitykset kirjataan ja saatetaan päättäjille.



*Järjestöjen kautta
voin osallistua ja
tyytyttää
sosiaalisen
toiminnan tarpeet*

3. Sähköinen äänestämisen jakaa käsityksiä

- Kattavuus, tietoturva, luotettavuus ja riittävän ajoissa tiedon saanti huolestuttavat
- Tärkeä tapa lisätä osallistumismahdollisuuksia varsinaiseen päätöksentekoon ja laajentaa osallistumista valmisteluun

Sähköinen äänestämisen verkossa. Toivoisin että kansalaisia kuultaisiin isoissa päätöksissä, eikä vain poljettaisi!

Kunhan sähköinen äänestämisen toimii yksinkertaisesti ja erittäin luotettavasti ja niin, ettei tuloksia voi peukaloida tai hakkeroida, niin pidän hyvänä vaihtoehtona kaikille ja myös meille vanhuksille.

Kyllä mulle sopii ja valvotusti voisi hyvin saada tietoa puolueettoman vaalityöntekijän avustuksella, ketä kannattaa äänestää, mutta se voi myös toimia itseään vastaan. Painostetaan yms.



Pystyy kotoaan äänestämään. Ei tarvitse lähteä minnekään.

4. Verkon keskustelupalvelut ja aloitteet eivät vielä vakuuta vaikuttavuudellaan

- Aloitteiden teko on oltava kattavasti mahdollista. Vaikuttavuus herättää vielä kysymyksiä, samoin aikataulu. Nopeaa palautetta ja käsittelyä toivotaan.
- Erilaiset jatkuvat keskustelupalvelut ja verkkodemokratiapalvelut ovat hyvä lisä, mutta niiden kautta vaikuttaminen koetaan usein enemmän oheiskeskusteluksi. Nähdään kuitenkin kehityskelpoiseksi.

Nykyisessä kuntalaispäätöksenteossa tuntemattomia varsinkin kuntalaisaloite. Niiden näkyminen ja eteenpäin saanti nykykulttuurilla vielä vaikeaa, mutta informointi varmaankin parantaa tilannetta.

Vanhusneuvostossa olemme tehneet lukuisia aloitteita ja lausuntoja, joista monet ovat tulleet huomioiduiksi ja vaikuttaneet palveluiden paranemiseen. Tämä on hyvä vaikuttamiskanava ikäihmisille.

Keskustelufoorumit voisivat käsitellä ja koskea valmistelussa olevia kuntalaisia koskevia asioita. Vastuu olisi asian valmistelusta vastuullinen taho.

Haasteena on pitää nämä asiallisesti moderoituina eikä minään "suomi24"-palstoina.



Minä tai useampi kansalainen tekee aloitteen.

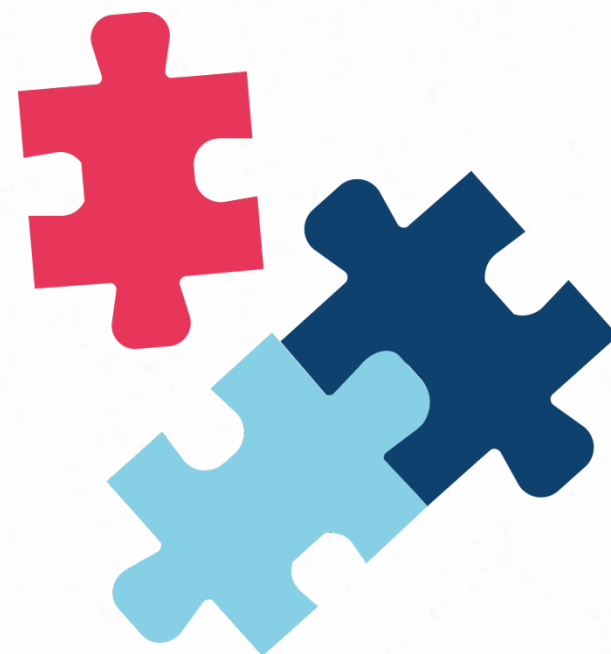
Viranomaisten tulisi edes lukea se.

Yhdistävät tekijät

Henkilökohtainen ote tärkeää. Se toteutuu toistaiseksi ensisijaisesti ihmiskontaktissa, jota voidaan tukea sähköisillä välineillä

Itsenäiseen suodattamattoman tai liian pitkälle käsittelemättömän tiedon haulle on tarve, samoin kuin olennaisen hahmottamisen tuelle tietomassasta ja toimijoiden verkostoista

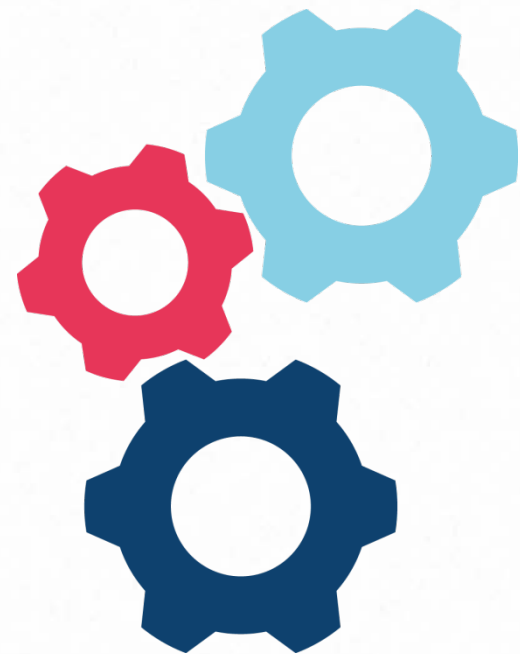
Ryhminä ja järjestöjen kautta osallistumisen muotoja on tarve tukea ja monipuolistaa entisestään. Vaatii rahoitusta ja välineitä.



Tärkeää aktiivisessa harrastamisessa ja työssä

Merkityksellinen työ tarjoaa toimeentulon lisäksi myös tyydytystä ja ihmiskontakteja

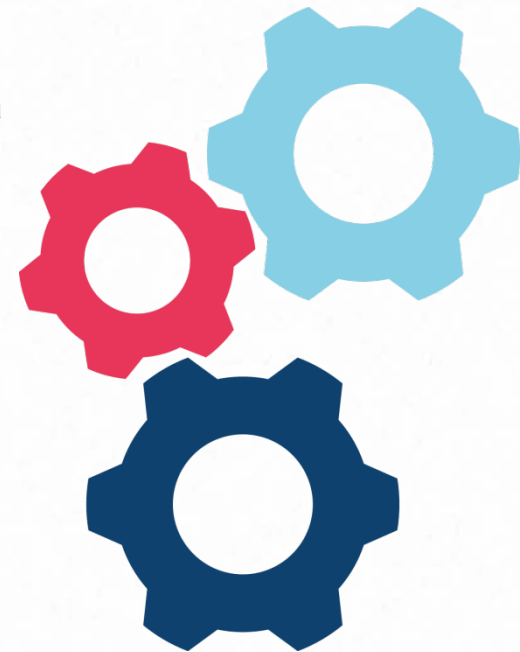
- Palkka ei ole ainut merkityksen tuoja, mutta toimeentulo pitää saada
- Mahdollisuus kokea työn merkitys lisää tyytyväisyyttä
- Omien tietojen ja taitojen hyödyntäminen sekä työssä että työelämän jälkeen
- Työstä ja sen ajattelusta tulee olla mahdollisuus irtautua vapaa-ajalla
- Työn joustaminen elämäntilanteen mukaan
- Ikääntyville paremmat mahdollisuudet jatkaa työssä ja/tai työllistyä uudelleen työttömyyden sattuessa
- Työ voi olla myös vapaaehtoistyötä eri organisaatioissa, vaikuttamistyötä tai mentorointia



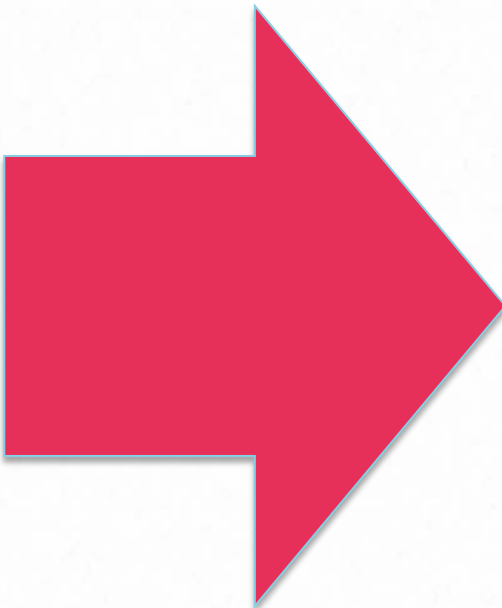
Tärkeää aktiivisessa harrastamisessa ja työssä

Aktiivinen harrastaminen alkaa valinnanvapaudesta

- Ihmiset arvostavat sekä aivojumppaa että fyysistä jumppaa
- Valinnanvapaus ja itsensä toteuttaminen tärkeää. Tarvitaan monenlaisia harrastusvaihtoehtoja sekä apua ja ohjausta itselle sopivien vaihtoehtojen löytämisessä
 - Liikuntaharrastukset
 - Taide ja kulttuuri
 - Uuden oppiminen
 - Yhteiskunnallinen vaikuttaminen ja auttaminen
- Sosiaalisuutta ja piristystä ihmisistä. Harrastuksissa tavataan muita ja vaihdetaan ajatuksia
- Harrastuskaverien puute häiritsee osaa vastaajista. Miten autetaan tarvitsevia löytämään harrastuskumppaneita ja ehkäistään yksinäisyyttä?
- Kannustaminen ja motivointi aktiiviseen elämään. Tämä voi toteutua ulkopuolisten toimesta tai oman vertaisryhmän esim. harrastuskavereiden ansiosta.
- Aktiivista vapaa-aikaa edistää vaihtoehtojen edullisuus tai ilmaisuus, tietoisuus vaihtoehtoista, ja

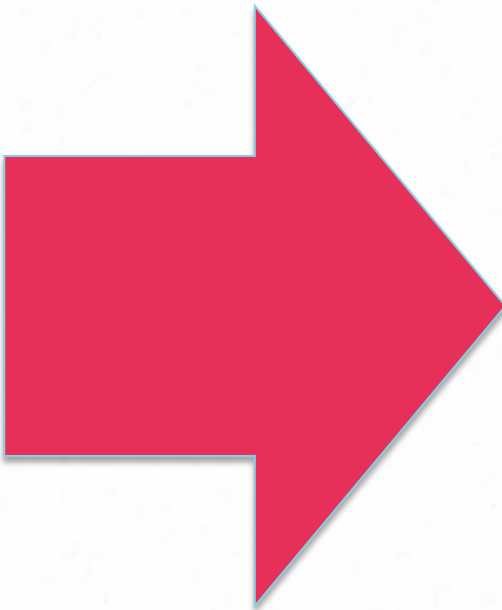


Ehdotuksia aktiivisen työn kehittämiseen



- Seniorityövoiman mentorointimahdollisuuksien edistäminen eri aloilla
- Mielekkyyden ja merkityksellisyyden lisääminen työssä, esim. yritysten eettisten tavoitteiden korostaminen
- Työn tulee olla aikataulultaan ikääntyneen voimia vastaavaa, mahdollisuuksia työajan sovittamiseen esim. osa-aikaeläke, osa-aikatyö, lyhennetty työaika jne.
- Yli 50-vuotiaiden aseman tukeminen työmarkkinoilla
- Ammatistaan työttömiksi joutuneiden aktivointi, kriisiapu tai muu apu
- Turvalliset tiet ja kevytliikenneväylät sekä joukkoliikenne myös taajamien ulkopuolella vievät töihin ja harrastuksiin
- Ikäihmisille enemmän mahdollisuuksia olla edustettuna erilaisten organisaatioiden ja yritysten hallituksissa ja kehittämissryhmissä

Ehdotuksia aktiivisen harrastamisen kehittämiseen



- Eläkkeelle jääville pitäisi heti informoida
 - harrastusmahdollisuuksista kunnassa ja alueella
 - mahdollisuuksista tehdä vapaaehtoistyötä ja osallistua yhteiskunnalliseen vaikuttamistyöhön
 - toimintaa järjestävistä tahoista ja mistä tietoa löytää tulevaisuudessa
- Yhteiskunnan tukemaa harrastustoimintaa niin liikunnan kuin kulttuurin parissa, edulliset eläkeläisen kukkarolle sopivat hinnat
- Liikunta- ja vapaa-ajan palvelutiedot kaikkien saataville verkkoon
- Kuntosalien ohjelmistoihin enemmän tarjontaa eläkeikäisille, esim. omaehtoisia "kuntotestejä" kuntotilanteen toteamiseen
- Edullisia opastettuja retkiä, myös ulkomaille
- Apua harrastuskaverin löytämiseen
- Kansalaisopistojen tarjonnan markkinointi ikäihmisille
- Kansalaisopistojen kursseilla mahdollisuus henkilökohtaisempaan opastukseen esim. tietotekniikan kurssilla
- Säännöllisyyden tukeminen harrastamisessa, erilaisia kursseja, valmennuksia ja tapahtumia tarjolla säännöllisesti
- Kotona olevien tukeminen, jotta aktiviteetit ja harrastaminen on mahdollista vaikka ei pääse ovesta ulos
- Turvalliset tiet ja kevytliikenneväylät sekä joukkoliikenne myös taajamien ulkopuolella vievät töihin ja harrastuksiin

Harrastamisesta ja työstä sanottua...

Kaikki eläkkeelle siirtyvät tarvitsevat oman toimintasuunnitelman siitä mitä he toivovat, mitä on tarjolla ja mihin on varaa.

...nautin suunnattomasti, jos jokin houkute, yllyke tai pakko saa minut käyttämään laajemmin kropassani ja päässäni piileviä voimavaroja. Niinpä tulen jatkossakin kaipaamaan itseni ulkopuolisia "motivaattoreita".

Oikeus arjen kulttuurikokemuksiin. Tavallista arkista elämää myös laitoksiin. Turha pelko ja varovaisuus pois. Ne loukkaavat ihmisoikeuksia rajoittavuudellaan. Kuolen mieluummin tekemisen äärelle kuin vuoteeseen lääkittynä. Vaikka saisin pöpön itse tekemästäni salaatista, niin teen sen silti mieluummin itse.

Kansalaisopistot ovat mahdollisuus järjestää ikääntyvien opiskelijoiden digiosaamisen opettaminen sekä sen varmentaminen tulevaisuudessa. Tärkeää on myös nähdä ja olla toisten ihmisten kanssa tekemisissä. Yhteisesti ratkoa erilaisia ongelmia tai kehittää uusia ratkaisuja arjen haasteisiin. Palveluiden saatavuus lähellä on tärkeää. Ja hintojen kohtuullisuus. Liikkuminen harrastuksiin ja työhön olisi oltava mahdollista joukkoliikenteen avulla.



Joka aamu täytyy olla syy nousta ylös. Viikoittain ihmisen olisi hyvä kokea onnistumisen elämyksiä, innostusta, haastetta.

Entä sitten

A large, light blue question mark is positioned above the word "sitten". Below the question mark is a simple, light blue silhouette of a person standing with arms at their sides.

Seuraavat askeleet

- Tulostiivistys verkkoon Avoin hallinto -sivuille ja sähköpostitse sen tilanneille
- Tulosten esittely ja käsittely TerveSOS-tapahtumassa 18.-19.5.
- Tulosten jatkojalostus virtuaalityöpajassa
 - Osallistujat: Avoimen hallinnon toimeenpanon tukiryhmä/Muut osallistujat?
 - Aikataulu / Optimaalinen aikataulu muiden tiedossa olevien ajankohtaisten asioiden suhteen

