



4.11. 2021 VANHUSNEUVOSTOPÄIVÄN DIALOGIYHTEENVETO

Dialogit pidettiin pienissä ryhmissä aamupäivällä sekä iltapäivällä. Osa ryhmistä oli paikan päällä ja osa etänä Teamsissa. Paikan päällä olevia ryhmiä oli kymmenen ja Teams-ryhmiä kolme.

Dialogiryhmien osallistujat jaettiin satunnaisesti, kuitenkin huomioiden se, että ryhmissä olisi monipuolisesti osallistujia eri neuvostoista ja eri puolilta Suomea.

Yhteensä paikan päällä oli dialogiin osallistuvia lähemmäs 70 ja verkossa lähemmäs 20. Ryhmille annettiin keskusteltavaksi kolme aihetta ensin aamupäivällä ja sitten iltapäivällä. Kaikki ryhmät keskustelivat kaikista aiheista ja tekivät sitten koosteen keskustelustaan. Dialogeissa keskusteltiin seuraavista aiheista:

Aamupäivän dialogien aiheet:

1. Miten voimme omalla toiminnallamme vahvistaa ikääntyneiden osallisuutta kuntamme päätöksenteossa?
2. Miten voimme vahvistaa viestintäämme niin, että tavoittaa eri kohderyhmät?
3. Millä tavalla voimme auttaa ikäihmisten osallisuuden esteiden purkamisessa

Iltapäivän dialogien aiheet:

1. Mitä vanhusneuvostoina voimme tehdä digiosallisuuden edistämiseksi?
2. Miten voimme vähentää ikäihmisten yksinäisyyttä kunnissa?
3. Miten voimme tukea liikunnan ideoita kiertoa laittoon?

Alla oleva yhteenveto on koottu eri keskusteluryhmien dialogi-yhteenvedoista. Ryhmissä tuli esille osaltaan samoja asioita ja niitä on pyritty tämän yhteenvedon kirjauksissa yhdistämään.

1 Miten voimme omalla toiminnallamme vahvistaa ikääntyneiden osallisuutta kuntamme päätöksenteossa?

Tämän aiheen kohdalla nostettiin esiin yhteistyö. Esimerkiksi yhteinen vanhus- ja vammaisneuvosto lisää itsessään jo osallisuutta. Myös järjestöjen kanssa rakentava ja kehittävä yhteistyö sekä neuvosto päätöksenteon sanansaattajaksi.

Vanhusneuvostoa tulisi informoida kaikista valmisteltavista asioista (budjetti, strategia). Tällä hetkellä rahankäytöstä ei informoida kunnissa eikä siitä kysytä vanhusneuvostolta.

Pienemmissä kunnissa varsinaisissa toimitelmissä sekä vanhusneuvostossa voisi toimia sama henkilö. Kunnanhallituksen edustaja voi olla nimetty myös vanhusneuvostoon. Helsingissä vanhusneuvostossa voisi olla mukana virkamies.

Moni neuvoston jäsen koki, että tällä hetkellä viestintäkeinot ja yhteydenpito kaupungin tai kunnan päättäjiin rajoittuu sellaisiin keinoihin kuin ”sitkeästi ottaa yhteyttä kerta toisensa jälkeen”, ”ei saa antaa periksi” tai ”tarpeen tullen kovistellaan virkamiehiä”.

Jalkautuminen, ihmisiin tutustuminen sekä keskustelu myös kotihoidon henkilökunnan kanssa edesauttaa viestintää. Tehdään kyselyitä liittyen päätöksentekoon ja kyseenalaistetaan huonot päätökset. Virkamiesten on vastattava ja tuotava lausuntoja vanhusneuvostoille käsiteltäväksi. Vanhusten tulee saada osallistua entistä enemmän erilaisiin kunnissa toimiviin työryhmiin. Vanhusneuvoston asiat tulee käsitellä kaupunginhallituksessa sovitulla tavalla. Tärkeää on ottaa neuvoston asialistoille kunnassa valmisteilla olevia asioita ja tuoda ikäihmisten näkökulma esille.

Vanhusneuvoston kokousten osalta nousi esiin ehdotus, että kunnanhallituksen puheenjohtaja/kunnanhallituksen edustaja osallistuisi neuvoston kokouksiin. Puheenjohtajat voisivat myös pitää yhteisiä kokouksia sekä asioiden esittelijät ja muut asian tuntijat voisivat vieraila neuvoston kokouksissa. Monessa ryhmässä nousi esiin toive vakituisesta sihteeristä (viranhaltija) vireillä olevien asioiden seurantaan. Vanhusneuvoston sihteeri voisi lähettää jokaiselle yhdistykselle sähköpostin toiminnasta, mitä järjestetään milloinkin.

Vanhusneuvoston arvostusta pohdittiin monin paikoin. Neuvoston todettiin olevan toimielin samalla tavoin kuin esimerkiksi hyvinvointivaliokunta ja sen osaaminen ja tietämys varsinkin ikäihmisten osalta on merkittävä. Lähes kaikissa aamupäivän ryhmäkeskusteluissa tuli vahvasti esiin vaatimus vanhusneuvoston edustajan läsnä- ja puheoikeudesta kuntien valtuustoissa ja lautakunnissa. Vain yhdessä esitettiin vaikuttamista tulevaisuuden hyvinvointialueissa.

Vanhusneuvostoa pitäisi tuoda tutuksi ja enemmän esille virkamiehille, luottamushenkilöille ja järjestöille. Kunnan vanhuksat saadaan esille, kun kerrotaan päätöksentekijöille mitä vanhusneuvosto tekee.

Tiedoksi pitäisi saattaa kaikille se, miten toimitaan, miten jäsenet valitaan vanhusneuvostoon ja minkälaista ennakkotietoa päätettävistä asioista on.

Kaupungin hallintosääntöön tulisi lisätä kohta, että Vanhusneuvosto saa edustuksen lautakuntiin ja kaupungin hallitukseen. Nuorisovaltuustokin on saanut. Lakiin olisi sisällytettävä vanhusneuvosto.

Hailuodossa vanhusneuvostolla on hallintosäännössä määritelty edustus Elävä saari – valiokunnassa sekä kunnanvaltuustossa. Neuvosto auttaa tuomaan ikäihmisten näkökannat esiin ja aktivoi ikääntyneitä osallistumaan kunnan järjestämiin keskustelutilaisuuksiin liittyen kunnan tulevaan toimintaan. Neuvoston jäsenet keskustelevat jo olemassa olevissa kerhoissa ja yhdistysten kokouksissa ikäihmisten tärkeänä pitämistä asioista. Näitä asioita tuodaan neuvoston asialistalle ja niihin etsitään ratkaisuja.

Erilaiset viestinnän keinon koettiin kulmakiveksi vaikuttamisen osalta. Jos ei osata viestiä, ei ikäihmisille saada tietoa asioista. Keskustelu ikäihmisten kanssa nostettiin useaan otteeseen keskeiseksi viestintäkeinoksi. Muita viestintäkeinoja vaikuttamismahdollisuuksia ajatellen olisivat paikallislehti, kunnan kotisivut, henkilökohtaiset kirjeet, valtuuston kokousten striimaaminen sekä kasvokkain keskustelu.

Ikääntyvien ihmisten osalta keskusteltiin myös kotihoidossa tai laitoksissa olevien osallisuutta ja sitä, miten kunnan tai yhteisöt asiat olisivat heidän saavutettavissaan. On vanhuksia, joiden luona käy vain ”kotihoitajat”. Nämä hoitajat voisivat osaltaan toimia ”viestinviejänä” ja fyysisen huolenpidon ohella tarjota henkistä ja sosiaalista hyvinvointia ja mielenvirkeyttä. Kaikilla ei ole nettiä käytössä, joten ”henkilökohtainen” viesti tai vinkki asioiden ja tapahtumien seuraamiseksi olisi tarpeen. Laitoksissa itsessään tulisi huolehtia siitä, että tietoa on saatavilla. He jotka osallistuvat, pärjäävät ja saavat tietoa.

Haja-asutusalueet sekä sote-uudistus on huomioitava. Viestintäverkostojen on jatkuvan dialogin jatkumisen kannalta oltava kunnossa. Yhdessä ryhmässä ehdotettiin myös vuotuista vanhusten viikkoa.

Keskisellä Uudellamaalla on kuuden kunnan Keusote. Nurmijärven (43 000 asukasta) Vanhusneuvoston vaikuttamismahdollisuus Keusoten palvelujen kehittämisessä oman kunnan asukkaiden (varsinkin kotona ja laitoksissa olevien hoivavanhusten) tarpeisiin on käytännössä olematonta.

Vastikään Keusote pyysi Vanhusneuvostolta lausuntoa Ikäihmisten hyvinvointisuunnitelmasta vuosien 2020-2025 välille antaen aikaa lausunnon jättämiseen noin yhden kuukauden. Keusotessa sitä oli valmisteltu hyvin suurella joukolla parin vuoden ajan. Keusoten selityksen mukaan valmistelun aikana oli haastateltu muutamaa valittua kuuden kunnan asukasta. Tämä Vanhusneuvoston paikallisten tarpeiden vaikuttaminen hoiva-asukkaiden hyvinvoinnista on valtava huoli. Laitospaikkoja on ajettu kunnassamme alas, laitospaikkoja osoitetaan kauas omaisten ulottuvilta.

Monessa keskustelussa nostettiin esiin myös etsivä vanhustyö sekä sosiaalisen median käyttö. Digiavustajat ja digi-koulutustuki auttaisivat ikäihmisiä sopeutumaan digiaikaan ja sosiaalisen median tuomiin mahdollisuuksiin.

2 Miten voimme vahvistaa viestintäämme niin, että se tavoittaa eri kohderyhmät?

Viestinnän osalta painotettiin digiosaamista mutta myös perinteisiä viestinnällisiä keinoja tulisi ylläpitää ja parantaa entisestään. Vastavuoroista yhteydenpitoa ja viestintää järjestöihin tulisi ylläpitää. Tärkeää olisi myös huomioida alueelliset erot maakuntien ja kaupunkien välillä. Yhdessä ryhmässä todettiin myös termin ”vanhusneuvoston” kuulostavan vanhanaikaiselta.

Perinteisistä viestinnän keinoista nostettiin esiin neuvoston esitteen pitäminen ajantasaisena ja sen jakaminen kuntalaisille. Paikallislehti koettiin myös monessa ryhmässä oivalliseksi keinoksi viestiä ikäihmisille neuvoston asioista sekä erilaisista tilaisuuksista ja tapahtumista. Myös muut lehdet ja yhteydet toimittajiin nostettiin vahvasti esiin. Vaikka viestinnän tulisi olla kaksisuuntaista, koettiin mahdollisuudeksi ottaa asiaksi aktiivinen tiedotus lehdistöön poliittisen paineen aikaansaattamiseksi. Yhdessä ryhmässä esitettiin jopa kaupungin/kunnan omaa tiedotuslehteä, joka olisi suunnattu nimenomaan ikäihmisille. Myös ”omat sivut” paikallislehteen auttaisivat.

Kun on keinot viestiä tilaisuuksista ja tapahtumista, ovat tilaisuudet ja tapahtumat itsessään oivallisia tilaisuuksia viestintään. Kaupunginosilla voisi olla omia tilaisuuksia, joissa asioita esitetään. Vanhusneuvostot voisivat omalla panoksellaan olla mukana erilaisissa tapahtumissa. Neuvostojen kokouksia voisi pitää kylätiloissa.

Omissa yhdistyksissä tiedottamisen tärkeys nousi esiin monessa kohtaa. Yhdistykset voisivat viedä tietoa omiin ryhmiinsä, esimerkiksi eläkeläisjärjestöihin. Myös kunta todettiin tärkeäksi viestijäksi, joka voisi jakaa vanhusneuvoston asioita. Tiedotusta pitäisi jakaa ilmoitustauluilla esimerkiksi kirjastoissa. Printtimedian lisäksi tiedotusta ja esitteitä pitäisi laittaa myös kotisivuille ja sosiaaliseen mediaan. Toisaalta todettiin, että maaseutukunnassa pelaa parhaiten henkilökohtainen viestintä, kirje, puhelinsoitto tai henkilökohtainen kontakti. Vanhusneuvostoihin olisi hyvä saada osanottajia myös ”syrjäkylistä”, jotta viestintä tavoittaa paremmin heidät.

Valkeakoskella nostettiin esimerkiksi Ikäneuvo-yhdistys, joka auttaa lähes jokaisessa asiassa vanhuksia. Tällaisista asioista olisi hyvä tiedottaa. Vanhusneuvostojen nettisivuilla pitäisi aina olla tiedotusosio.

Digipalveluista nostettiin sosiaalisen median lisäksi esille lausuntopalvelu.fi –sivusto. Kunnilla tulisi olla käytäntö, että vanhusneuvostot saavat antaa lausuntonsa. Paikallispalveluista ”aloitelaatikko” esimerkiksi kirjastoon taas antaisi kuntien asukkaille mahdollisuuden saada äänensä kuuluviin.

Vaikka digipalvelut nostettiin monessa kohtaa esiin ja todettiin, että digi on tulevaisuuden ratkaisu, osassa ryhmiä pohdittiin sitä, ovatko digipalvelut palveluita lainkaan, sillä ne toimivat usein itsepalvelun periaatteella. Läsä oleva vuorovaikutuksen koettiin olevan ikäihmisille tärkeimpiä viestintäkeinoja. Auttavat puhelimet ja numero kaikille eläkeikäisille ja muille avuntarvitsijoille sekä tarpeeksi ihmisiä vastaamaan puhelimeen auttaisivat syrjäseuduilla asuvia ikäihmisiä. Lähipalveluista ei tulisi luopua vaan yhteiskunnan olisi velvoitettava palvelujen tuottajat vastaamaan kysyntään. Siellä missä ihmisiä asuu tulisi saada lähipalveluna terveyspalvelut, sairauspalvelut, sosiaalipalvelut, pankkipalvelut, poliisipalvelut, vakuutusyhtiöiden palvelut, kaupapalvelut, apteekkipalvelut ja niin edelleen.

Viestinnän todettiin olevan johtamisen edellytys. Sitä tulisi uuden Soten myötä organisoida valtakunnallisesti ja alueellisesti koko Suomen läpi jo nyt hyviksi todetuista menetelmistä. Ikäihmisten ja vanhusneuvostojen roolin tulisi olla selkeämpi ja tiedon jakaminen näkyvämpää. Sosiaalihuollon ja terveydenhuollon organisaatioiden ”järjestelmien” yhteensovittaminen on välttämätöntä: henkilöstön osaaminen tulee turvata monitahoisten palvelutarpeiden turvaamiseksi. Siinä pitää ottaa huomioon myös omaishoitajat sekä omaiset ja läheiset.

3 Millä tavalla voimme auttaa ikäihmisten osallisuuden esteiden purkamisessa

Osallisuuden esteiden purkamisessa pitää tehdä yhteistyötä valtion, kuntien ja kaupunkien kanssa. Sote-uudistus nousi keskusteluissa esiin. Erilaiseen toimintaan on tärkeää saada mukaan kattava edustus eri yhdistyksiä, eikä vain joitain yksittäisiä. Luottamuksellinen keskustelu, verkostojen luominen ja jo aiemmin mainittu sihteerin rooli tukevat toimintaa. Lainsäädäntö pitää myös saada ajankohtaiseksi. Joissain keskusteluissa myös hinta nähtiin osallisuuden esteenä.

Tilojen ja tapahtumien tulee olla esteettömiä kaikin tavoin: rakenteelliset esteet on karsittava ja tukihenkilö pitää olla saatavilla. Myös kuulo-ongelmat tulee huomioida (induktiosilmukka, tulkkaus).

Tiedotuskanavien tulee olla muutakin kuin sosiaalinen media, koska kaikki eivät ole siellä. Tiedotusta voi tapahtua puhelimen, keskustelun ja puskaradionkin välityksellä.

Järjestöjen tulee viestiä tehokkaammin jäsenilleen vanhusneuvoston toiminnasta. Koronan vuoksi pois toiminnasta jääneisiin ikäihmisiin tulee ottaa yhteyttä henkilökohtaisesti.

Syrjäytymisen estämiseksi voidaan järjestää erilaista kerhotoimintaa. Vanhusneuvoston jäsenet voivat osallistua ikääntyvien harrastus- ja kerhotoimintaan. Neuvostot voivat jalkautua esimerkiksi järjestöjen kokouksiin ja kylille.

Ikäihmisten ”olohuoneet” ja palvelukeskukset nostettiin esiin yhtenä vaihtoehtona. Pienille paikkakunnille tarvitaan myös tapahtumia tai järjestettyjä kuljetuksia tapah-

tumiin. Kaikkialla ei ole julkista liikennettä. Todettiin, että digiaikaa voidaan hyödyntää etätapahtumien ja striimauksen ansiosta, mutta se ei saa olla ainoa ratkaisu. Siihen tarvitaan myös digikoulutusta ja tukea.

Ikääntyneiden maahanmuuttajien mukaan saaminen on tärkeää. Myös mielen asi-
oista tulisi keskustella avoimesti. Monen ikäihmisen kohdalla este saattaa olla ”näky-
mätön”, esimerkiksi oma passiivisuus.

ILTAPÄIVÄN KESKUSTELUT

1 Mitä vanhusneuvostoina voimme tehdä digiosallisuuden edistämiseksi?

Digiosallisuuden edistämisen osalta nostettiin esille se, että Vanhusneuvoston tulisi huolehtia siitä, että kunta/kaupunki tarjoaa digitukea erityisesti niille vanhuksille, joilla on digituen tarve. Se minkä toimialan tehtävä se on, riippuu kunnasta. Tehtävä tulisi kuitenkin keskittää. Yhdeksi tiedon välittäjäksi esitettiin kotihoitoa. Itse digineuvontaa voisi antaa kirjasto, terveysasema, kolmannen sektorin osaaja, paikallisen op-
ilaitoksen opiskelija tai muu sopiva tehtävän osaava henkilö. Myös nuorisoneuvoston kanssa voisi tehdä yhteistyötä – nuoret voisivat neuvoa.

Konkreettisista toimista ehdotettiin myös kerran kuussa järjestettävää digineuvontaa esimerkiksi ostoskeskuksen nurkkaan kaupungin toimesta, järjestöjen järjestämää viikoittaista kahden tunnin digikurssia ajankohtaisista asioista, joissa kerrataan myös samoja asioista uudestaan. Eläkeläisjärjestöt voivat järjestää koulutuksia ja seminaaripäiviä. Kirjasto tilana nousi useasti esiin.

lialmessa Ohjuri ja Savonet tulevat tilauksesta antamaan neuvoja kirjastoon. Ehdotettiin, että kirjastoihin pitäisi saada laajemmalti digineuvontapalvelu. Utajärven kunnassa toimii digitukivastaava. Tällaisista palveluista pitäisi infota enemmän kanavissa, jotta iäkkäät ihmiset saisivat laajemmin tietoa. Pyhäjärvellä on tarjottu digitukea ja etäohjelmaa, mutta se ei tavoita avuntarvitsijoita.

Digitukea pitäisi myös saada kotona. Kunnan tulisi järjestää niin, että joku tulee kotiin opastamaan/ohjaamaan omien laitteiden ja ohjelmien käytössä. Lähiopastus olisi yksilöllistä ohjausta ja tukea. Ennen kaikkea olisi tärkeää rohkaista laitteiden käyttöön.

Digitaitojen vahvistamisen lisäksi tuotiin esille, että tietoa tulisi jakaa muistakin asioista. Esimerkiksi edunvalvontavaltuuksista.

Hoivakodissa asuvien osalta toivottiin, että työntekijät osallistuisivat vahvemmin yhteydenpitoon. Tällä tarkoitettiin esimerkiksi enemmän omaisiltojen järjestämistä.

Digitaidoista puhuttaessa pitäisi ottaa huomioon näppäinten koko ja yksinkertaisten toimintojen suosiminen.

Laitteiden neuvonta tulisi olla kunnallista. Ikäihmisille myös laitteet tulisi saada kunnalta. Myös esimerkiksi, jos pankkiasiointi velvoittaa digitaitoja, pankit tulisi velvoittaa opettamaan asiakkaansa taitoihin ja antamaan laitteen sellaiselle, jolla ei ole varaa sellaista itse hankkia.

Tärkeää olisi, että Vanhusneuvoston jäsenten tulisi itse saada ensisijaisesti koulutettua itsensä digiosaajiksi. Tämän jälkeen vanhusneuvostot voisivat viedä asiaa esimerkiksi järjestöihin, jotka voivat hankkia koulutusta jäsenilleen.

2 Miten voimme vähentää ikäihmisten yksinäisyyttä kunnissa?

Yksinäisyyden vähentämisen osalta korostettiin tiedon saantia. Tietoa tapahtumista tulisi olla paikallislehdissä ja radiossa. Ei pidä olettaa, että kaikilla on kännykkä. Ehdoitettiin valtakunnallista vanhusradiota tiedon kulkuun.

Toisaalta todettiin, että yksinäisyys vähenee, jos digitaidot paranevat.

Konkreettisia esimerkkejä tuli useita. Yhteisöllisyyden lisäämiseksi nostettiin esiin talotsempparit ja naapuriapu. Valkeakoskella on yhdistys, joka sunnuntaisin kerää väkeä ja vie yhteiselle lenkille. Se toimii ilman erillistä ilmoitusta. Isalmessa senioreilla on yhteinen lounas. Se toimii ilman ilmoitusta. Haapajärvellä Virikevintti-toiminta. Kunta on antanut tilat ja toimintaa vetää vakituiset vapaaehtoiset henkilöt. Muita konkreettisia ryhmäytymisen malleja voisivat olla kirjallisuuspiirit tai muut vastaavat ryhmät. Ystävänäpäivänä neuvostojen tulisi järjestää tapahtumia.

Etsivä vanhustyö nousi esiin useammassa ryhmässä tämänkin asian kohdalla. Ehdoitettiin mallia, jossa asiakaslistojen mukaan pidettäisiin yhteyttä yli 75-vuotiaisiin.

Järjestöjen, yhdistysten ja kyläseurojen tulisi järjestää toimintaa, jossa ”etsitään” yksinäisiä vanhuksia ja saatetaan ihmisiä yhteen. Toimintaa tulisi olla myös matalalla kynnyksellä. Aina ei tarvitse tehdä jotain, vaan ystävöimintää ja ”ystävätupa”-mallia pitäisi kehittää.

Yhteisistä tiloista toivottiin matalan kynnyksen kohtaamispaikkoja. Esitettiin ”korttelioluoneita”, päiväkeskuksia ja senioritalojen yhteisten tilojen aukioloa myös iltaisin ja viikonloppuisin. Esteettömyys tulisi huomioida, kuin myös non-stoppina kulkeva palveluauto. Toimintaa olisi tärkeää olla eri kaupungin osissa tasapuolisesti. Paikka jossa kokoonnuttaisiin tulisi olla lähellä asuntoa.

Kaavoituksella ja asumisratkaisulla voidaan vaikuttaa. Kunnan taajaman ydinkeskustaan voidaan rakentaa palvelukortteli, missä on palveluja kaiken ikäisille. Samassa kiinteistössä voi olla monisukupolvisia asukkaita, yksi kerros olisi Attendo-mummolan hoiva-asukkaille. Näin palvelut ulottuvat kutsuna Attendo-mummolasta tarvittaessa

kotona asuvalle liikuntarajoitteisille vanhuksille tai dementikoille kuten alakerran laitosasukkaille.

3 Miten voimme tukea liikunnan ideoita kiertoon laittoa?

Liikunnan osalta nousi esiin myös kaavoitus. Kaavoituksella poistetaan esteitä ja lisätään liikuntamahdollisuuksia. Moni liikkuu jo, mutta turvallisista reiteistä on saatava ajantasaista tietoa. Vähemmän liikkuville tulisi olla helposti kuljettavia reittejä, joissa on penkkejä. Kunnan liikuntapaikoista tulisi tiedottaa.

Moni on kehittänyt omia liikuntamallejaan, joita voisi jakaa muille. Esimerkiksi laittamalla painot kävelylenkille ja tekemällä hyötyliikuntaa.

Ikääntyneitä tulisi kohdella tasavertaisesti kunnasta riippumatta. Esimerkiksi uimahalleihin tulisi olla oikeus jokaisen 75-vuotiaan päästä maksutta joka kunnassa.

Kuusamossa on otettu käyttöön senioripassi, joka on hyvä ja edullinen toimintamalli ikääntyville. Myös etäjumppaa on lähetetty omana lähetyksenä. Myös Ikäinstituutin VertaisVeturit vetävät jumppaa.

Esille nostettiin niin ikään liikuntaraati sekä yhteistyö järjestöjen ja liikuntatoimen kanssa. Liikunta- ja elintapaneuvontaa pitäisi tarjota kaikenikäisille. Erilaisten liikuntamuotojen esittely ja niiden kokeilumahdollisuudet tulisi tarjota. Voimaa vanhuuteen –ryhmä sekä hyvinvointitiimi yhteistyö ja ideointi mainittiin.

Myös vanhusneuvoston tulisi kehittää ideoita ja toimia viestijänä ja tiedonvälittäjänä. Vanhusneuvosto voi välittää jumppaohjeita järjestöille.

Voimaa vanhuuteen –hankkeesta jäi pysyviä toimintamalleja. Se toi vapaaehtoisten vetämän vesijumpparyhmän sekä ikiliikkujat-kuntosali- ja tasapainoryhmät. Myös liikuntavälinekassi kiersi järjestöltä toiselle.

Kunnan tiedotteet liikunnan myönteisistä vaikutuksista sekä avoin viestintä. Kunnan tulisi myös kustantaa liikunnan ohjaajia järjestöihin ja varmistaa, että liikuntapaikat ovat vapaassa käytössä ja että niissä on valvojat.

Liikunnan tulisi olla myös yhteisöllistä. Sitä voisi harjoittaa liikuntatilojen lisäksi jo mainituissa yhteisissä senioritiloissa tai järjestämällä liikuntaa lähiluontoon.

Lopulta nostettiin esiin taas kirjasto – liikuntavälineitä voi lainata kirjastosta.

Muuta:

Tilaisuudesta toivottiin radiolähetystä ja lehdistötiedotetta paikallislehdille. Toiveena oli myös, että seuraavalla kerralla vanhusasiavaltuutettu on jo mukana.