



# LIPERIN IKÄYSTÄVÄLLISYYDEN OHJELMAN VIITEKEHYS

LIPERIN IKÄIHMISTEN NEUVOSTO

LIPERIN KUNNAN OHJAUSRYHMÄ

IKÄOSAAMISEN KEHITTÄMINEN JA JOHTAMINEN YAMK -OPISKELIJAT

AINO PALOVESI & KATJA AHO



# Lyhyt tiivistelmä Ikäystävällisen Liperin ohjelman viitekehuksesta



- Liperin ikäystävällisyyden ohjelman viitekehys toimii suuntaviittana Liperin ikäystävällisyyden ohjelmalle. Lain mukaan kunnan on laadittava suunnitelma toimenpiteistään ikääntyneen väestön hyvinvoinnin, terveyden, toimintakyvyn ja itsenäisen suoriutumisen tukemiseksi [1].
- Liperin ikäystävällisyyden ohjelman viitekehys on rakentunut toiminnallisen kehittämistyön pohjalta. Viitekehys antaa ikäystävällisyyden ohjelmalle selkeän rakenteen. Viitekehukseen valitut teemat ja osa-alueet kattavat tehdyssä vertailussa tärkeimmät alueelliset, kansalliset ja kansainväliset ikääntymiseen liittyvät näkökulmat. Viitekehys suoraviivaistaa kehityskohteiden sisällyttämisen ja ryhmittelyn varsinaiseen ikäystävällisyyden ohjelmaan. Ohjelman viitekehys on muodostunut aineistolähtöisesti Liperiläisten ikäihmisten haastatteluiden ja Innopajan pohjalta.
- Liperin ikäystävällisyyden ohjelman viitekehys on laadittu yhteistyönä Liperin kunnan eri toimijoiden, Ikäihmisten neuvoston, Liperiläisten ikäihmisten ja tutkijoiden kanssa. Monipuolinen osallistujajoukko on mahdollistanut konkreettiset ja monipuoliset näkemykset ikäystävällisyyden ohjelman sisällöllisistä tarpeista Liperissä.
- Liperin ikäystävällisyyden ohjelman viitekehysten keihäänkärjiksi on muodostunut kolme pääteemaa: 1) ikääntymisen ymmärtäminen 2) Ikääntyneiden kotona asumisen tukeminen ja 3) Aktiivinen ja positiivinen ikääntyminen sekä yksinäisyyden ehkäisy. Ikäystävällisyyden ohjelman viitekehyksessä kullekin pääteemalle on muodostettu omat osa-alueensa rakenteen vahvistamiseksi. Niiden toteuttamista helpottamaan on nostettu esimerkkejä kehittämistutkimuksen Innopajassa syntyneistä ideoista.
- Liperin ikäystävällisen ohjelman viitekehys kannustaa ikääntyneitä kuntalaisia aktiiviseen, toimintakykyiseen ja terveyttä edistävään ikääntymiseen kunnassa.

1 2012/980. (612/2021) Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveyspalveluista. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2012/20120980>. Viitattu 15.10.2023

## Johdanto



- Laajojen peltomaisemien keskellä sijaitsevassa Liperissä on n. 12 000 asukasta. Liperin kunta tunnetaan ”leipäpitäjänä”, jonka asukkaista n. 42 % asuu maaseudulla [2]. 85-vuotiaiden on arvioitu kasvavan määrällisesti noin puolella Pohjois-Karjalassa. Vuonna 2018 noin 90% yli 75-vuotiaista pohjois-karjalaisista asui kotona [3]. Vuonna 2022 Liperin kuntalaisista 21,9% oli yli 65-vuotiaita [2]. Liperin kunnan tehtävänä on edistää ikääntyneiden asukkaiden hyvinvointia, terveyttä, toimintakykyä ja itsenäistä suoriutumista yhdessä muiden toimijoiden kanssa.
- Liperin ikäystävällisyyden ohjelman viitekehys on nimetty ikäystävällisyyden ohjelmaksi, jolla halutaan kertoa Liperin ikääntyneiden aktiivisesta ja voimavaralähtöisestä elämästä. Liperin ikäystävällisyyden ohjelman viitekehyksessä tavoitellaan entistä ikäystävällisempää kuntaa, jossa tunnistetaan asukkaiden ikääntymisestä johtuvia muutoksia, tarpeita ja voimavaroja. Ohjelman viitekehyksessä huomioidaan Liperissä asuvien ikääntyneiden toimijuus ja osallisuus kunnassa sekä kannustetaan ikääntyneitä kuntalaisia aktiiviseen ja toimintakykyiseen elämään. Liperin ikäystävällisyyden ohjelman toteuttamisessa on painotettu Liperiläisten toimijoiden välistä yhteistyötä.
- Maailman terveysjärjestö WHO on julistanut tämän vuosikymmenen terveen ikääntymisen vuosikymmeneksi [5]. Vanhuspalveluja määrittävät ja ohjaavat lukuisat lait, asetukset ja suositukset, joiden tavoitteena on tukea ikäihmisten hyvinvointia, terveyttä ja osallisuutta ikäystävällisessä Suomessa. Yhteiskunnallisilla päätöksillä luodaan ikääntymisen tulevaisuutta ja mahdollisuuksia arvokkaaseen ja hyvään vanhenemiseen [4]. Ikäystävällisen yhteiskunnan kehittyminen on yksi keino, jolla tuetaan aktiivisia ikääntymisen edellytyksiä kohti voimavaralähtöistä ikääntymistä. Ikääntyneiden ihmisten aktiivinen ja hyvä elämä kertoo ikäystävällisyydestä ja se näkyy kaikissa palveluissa, politiikoissa ja rakenteissa. Ikäystävällinen yhteiskunta kohtelee arvokkaasti kaikenikäisiä asukkaita [1].

1 Arja Jämsén & Tuula Kukkonen. 2020. Ikäystävällinen yhteiskunta tukee aktiivista ikääntymistä.

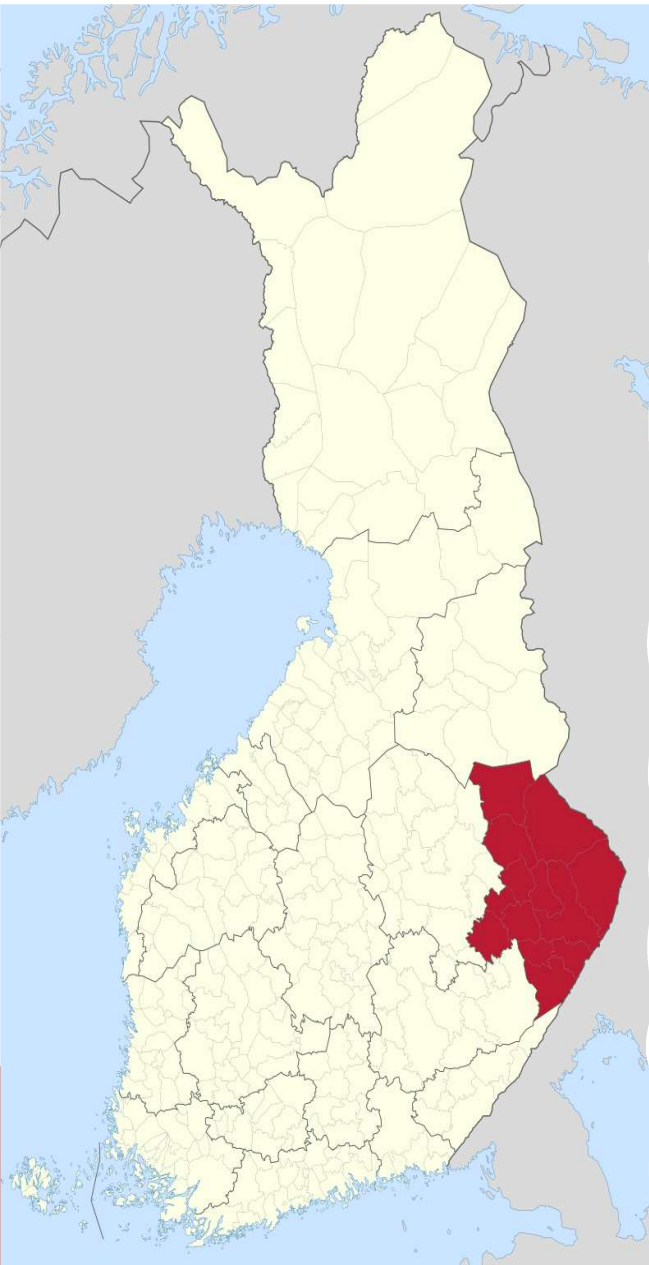
2 Pohjois-Karjalan maakuntaliitto. 2023. Väestörakenne. <https://pohjoiskarjala.fi/2022/04/vaestorakenne/>

3 Siun Sote. 2018. Pohjois-Karjalan ikääntyvien palvelujen yhteen sovitettu kokonaisuus.

<https://valtioneuvosto.fi/documents/1271139/12617122/PohjoisKarjalan+ik%C3%A4%C3%A4ntyvien+palvelujen+yhteen+sovitettu+kokonaisuus+2018-.pdf/58b81452-3b3d-8da2-6638-92de404ffe8b/Pohjois-Karjalan>. 18.9.2022.

4 Suomen sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2023:54.

5 World Health Organization. 2022. Ageing. [https://www.who.int/health-topics/ageing#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/ageing#tab=tab_1) Ympäristöministeriö, 2020. Ikääntyneiden asumisen toimenpideohjelma vuosille 2020–2022. Helsinki: Ympäristöministeriö. <https://ym.fi/ikaantyneiden-asuminen>



## Liperin ikäystävällisyyden ohjelman viitekehyksen rakentuminen kansainvälisesti, kansallisesti ja alueellisesti

- Maailman terveysjärjestö WHO on määritellyt tavoitteeksi ikäystävällisen maailman, jossa mahdollistetaan ikäihmisten aktiivinen osallistuminen yhteiskuntaan. Maailman terveysjärjestö jakaa ikäystävällisen yhteiskunnan kahdeksaan toisiinsa yhdistyviin osa-alueisiin, joita ovat ympäristö ja rakennukset, asuminen, osallistuminen, julkinen liikenne, yhteiskunnallinen osallistuminen ja työelämä, arvostus ja sosiaalinen yhteenkuuluvuus, tiedonvälitys ja sosiaali- ja terveyspalvelut [1]. Osallisuuden edistäminen on lakisääteistä. Lainsäädäntö määrittelee ihmisten asemaa ja oikeutta osallisuudesta esimerkiksi kuntalaissa [2].
- Hyvinvoinnilla ja osallisuudella on tärkeä sija esimerkiksi laatusuosituksessa hyvän ikääntymisen turvaamiseksi ja palvelujen parantamiseksi [3] sekä laissa ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta ja iäkkäiden sosiaali- ja terveyspalveluista [4] eli ns. vanhuspäalvelulaissa. Sosiaali- ja terveydenhuollon uudistamisen myötä aloittivat uudet hyvinvointialueet toimintansa Suomessa 2023. Tämä uudistus tuo mukanaan muutoksia palvelujen järjestämis- ja tuottamistapoihin kunnissa.

1 World Health Organisation. 2023a. The WHO Age-friendly Cities Framework. <https://extranet.who.int/agefriendlyworld/age-friendly-cities-framework/>.

2 Kuntalaki 410/2015. Finlex. <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2015/2015041053>

3 Sosiaali- ja terveysministeriö. 2020. Kansallinen ikäohjelma vuoteen 2030. Tavoitteena ikäkyvykäs Suomi. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2020:31. Helsinki. 2020. [https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162462/STM\\_2020\\_31\\_j.pdf?sequence=4&isAllowed=y](https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162462/STM_2020_31_j.pdf?sequence=4&isAllowed=y).

4 Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveyspalveluista 980/2012. Finlex. <https://finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2012/20120980#L2P5>.



# Liperin ikäystävällisyyden ohjelman viitekehyyksen rakentuminen kansainvälisesti, kansallisesti ja alueellisesti

- Sosiaali- ja terveysministeriö sekä Suomen Kuntaliitto ovat julkaisseet laatusuosituksen, jonka tavoitteena turvataan hyvä ikääntyminen ja paremmat palvelut vuosille 2020-2023 [1]. Sosiaali- ja terveysministeriö on julkaissut samanaikaisesti pidempiaikaisen, poikkialueellisen ikäohjelman vuoteen 2030. Ikäohjelmalla varaudutaan väestön ikääntymisen seurauksena syntyvään pidempiaikaiseen yhteiskunnalliseen muutokseen [2]. Laatusuosituksessa ja ikäohjelmassa edistetään yhteisesti toimintakykyisen ikääntymisen turvaamista, ikääntyneiden hyvinvointia lisäävän teknologian hyödyntämistä, vapaaehtoistyön merkityksellisyyttä, ikäystävällistä asumista ja asuinympäristöjen huomioimista sekä asiakaslähtöisyyden huomioivia palveluja. Toimintakykyisen ikääntymisen turvaaminen sekä taloudellisesti kestävien palvelurakenteiden rakentaminen nousevat tavoitteiksi sekä laatusuosituksessa että ikäohjelmassa [2].
- Liperin laajan hyvinvointikertomuksen ja –suunnitelman (2021-2024) [3] tehtävänä on varmistaa hyvinvoinnin toteutuminen kunnan palveluissa. Suunnitelma painottuu ennaltaehkäisevän hyvinvointityön edistämiseen. Siinä kiinnitetään erityistä huomiota heikoimmassa asemassa olevien kuntalaisten tukemiseen terveyserojen kaventumiseksi. Laajassa hyvinvointikertomuksessa ja –suunnitelmassa on laadittu mielen hyvinvoinnin ja ehkäisevän päihdetyön suunnitelma vuonna 2021, jossa on määritelty lähivuosien kehittämistoimet mielen hyvinvoinnin ja ehkäisevän päihdetyön osalta. Liperin laaja hyvinvointikertomus ja –suunnitelma sisältyivät Liperin ikäystävällisyyden ohjelman viitekehyyksen laatimiseen. Liperin ikäystävällisyyden viitekehyyksen laatimiseen osallistui haastattelujen kautta 25 Liperin kunnan ikäihmistä kaikista taajamista ja syrjemmiltä alueilta.
- Pohjois-Karjalan tavoitteena on olla ikäystävällisyyden mallimaakunta ja edistää ikäihmisten hyvinvointia koko maakunnassa [4].

1 Sosiaali- ja terveysministeriö. 2020. Kansallinen ikäohjelma vuoteen 2030. Tavoitteena ikäkyvykäs Suomi.

2 Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2020:31. Helsinki, 2020. [https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162462/STM\\_2020\\_31\\_j.pdf?sequence=4&isAllowed=y](https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162462/STM_2020_31_j.pdf?sequence=4&isAllowed=y).

3 Laaja hyvinvointikertomus ja hyvinvointisuunnitelma 2021-2024 (liperi.fi)

4 Pohjois-Karjalan hyvinvointistrategia: <https://pohjois-karjala.fi/wp-content/uploads/2022/03/194-Pohjois-Karjala-hyvinvoinnin-edella%CC%88ka%CC%88vija%CC%88ksi.pdf>

# Liperin ikäystävällisyyden ohjelman viitekehyksen rakentuminen kansainvälisesti, kansallisesti ja alueellisesti



# Kansallinen ikäohjelma vuoteen 2030

## Ikäohjelman kuusi vaikuttavuustavoitetta, yhteinen suunta ja keinot

Ikääntyvien työkäisten toimintakyky on parantunut ja työurat ovat pidentyneet

lääkkäät ovat toimintakykyisiä pidempään

Vapaaehtoistyöllä on vakiintunut asema yhteiskunnassa

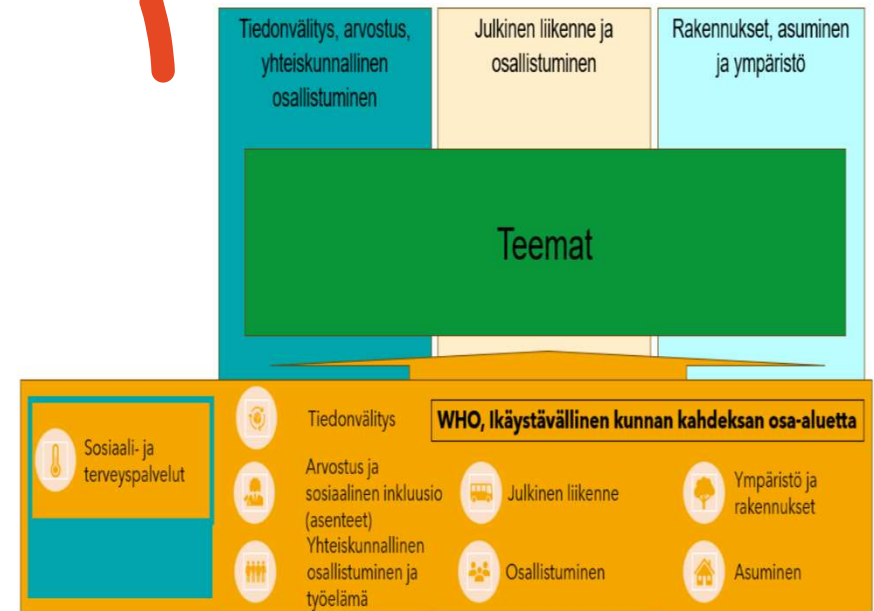
Digitalisaatio ja uudet teknologiat ovat lisänneet hyvinvointia

Asuminen ja asuinympäristöt ovat ikäystävällisiä

Palvelut toteutetaan sosiaalisesti ja taloudellisesti kestäväällä tavalla

# Liperin ikäystävällisyyden ohjelman viitekehyksen rakentuminen (1/3)

- Toteutettiin toiminnallinen kehittämistutkimus
- Ryhmähaastattelut I. puolistrukturoidut teemahaastattelut 25 Liperiläiselle ikäihmiselle / neljä ryhmähaastattelua.
- Ryhmähaastattelu aineisto ryhmiteltiin WHO:n kahdeksan ikäystävällisen kunnan osa-alueen mukaisesti.
- Haastatteluaineiston ryhmittelyn jälkeen vastaukset taulukoitiin. Aineistosta tunnistettiin keskeisiä aihepiirejä ja samanlaisina toistuvia piirteitä, joista muodostettiin teemoja.
- Aineiston käsittelyä jatkettiin WHO:n ikäystävällisen kunnan eri osa-alueita yhdistelemällä, koska haastatteluaineistosta esiin nousseista teemoista osa kohdistui useampaan WHO:n osa-alueeseen.
- WHO:n ikäystävällisen kunnan osa-alueista muodostui kolme pääryhmää:
  - 1) Tiedon välitys, arvostus ja yhteiskunnallinen osallistuminen
  - 2) Julkinen liikenne ja osallistuminen
  - 3) Rakennukset, asuminen ja ympäristö



- Kuva 3. Liperin ikäystävällisyyden ohjelman viitekehyksen rakenne

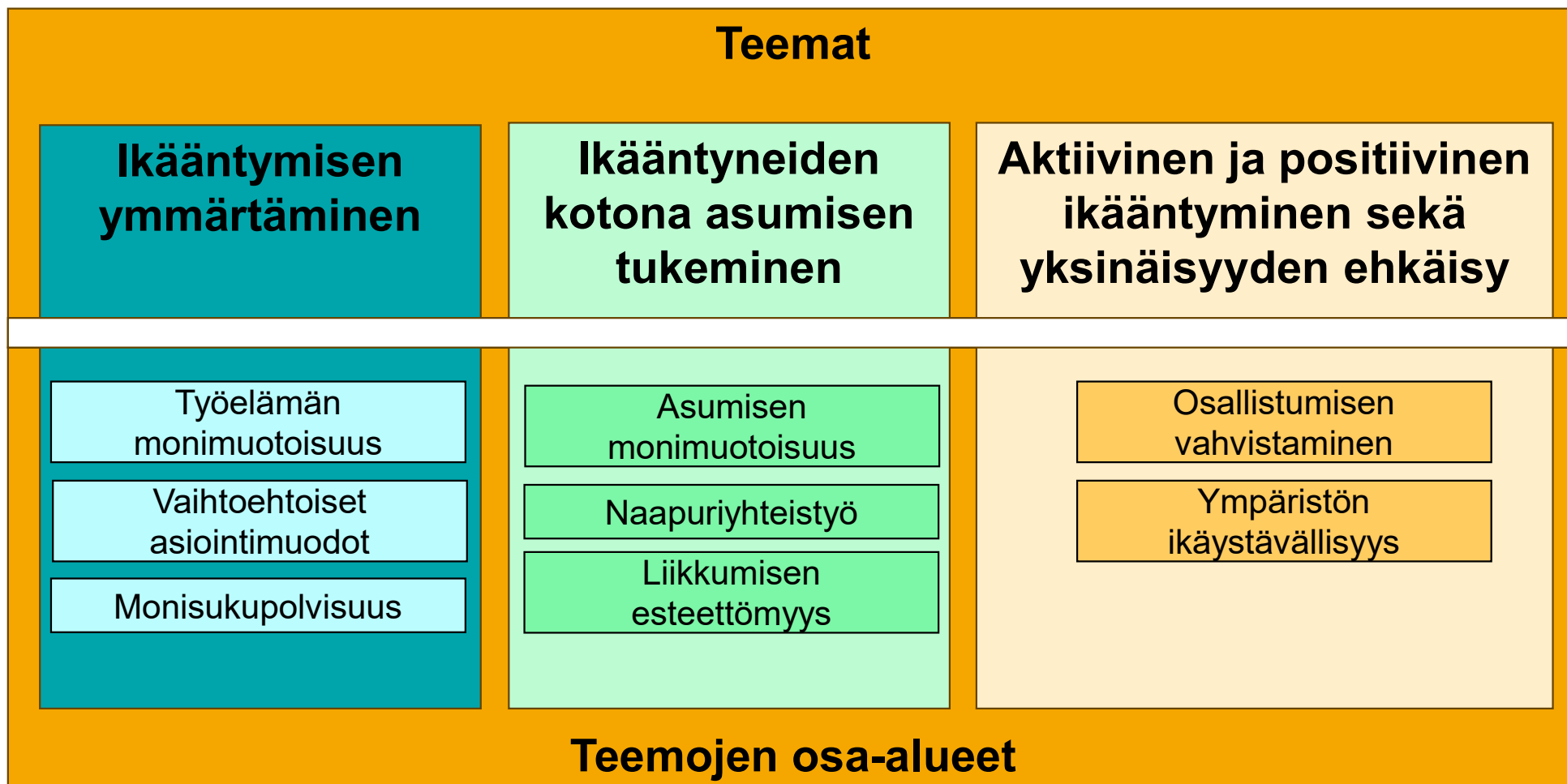


## Liperin ikäystävällisyyden ohjelman viitekehyksen rakentuminen (2/3)



- Tutkimuksen haastatteluaineiston kehittämistyö jatkui syyskuussa 2023 järjestetyssä tutkimuksen kehittämismenetelmäksi valitussa innopajassa. Innopajatyöskentelyyn osallistui Liperin kunnan toimijoita,
- Innopajassa ideoitiin erilaisia ratkaisuja Liperin ikäystävällisyyden kehittämiseksi puolistrukturoidun ryhmähaastattelun ja aineiston analysoinnin pohjalta.
- Innopaja työskentelyssä käytettiin kolmea edellä mainittua WHO:n ikäystävällisyyden osa-alueista muodostunutta pääryhmää
- Innopajan tuotoksena syntyneet Liperin ikäystävällisyyttä kehittävät kehitysajat sekä haastatteluaineistosta nousseet merkityksellisimmät asiat ja teemat taulukoitiin ja niistä muodostettiin yhteisiä teemoja.
- Vastauksien käsittelyssä ja analysoinnissa käytettiin värikoodeja tulosten ja johtopäätösten saavuttamiseksi.
- Jatkettiin teemoitetun aineiston käsittelyä tunnistamalla sekä haastatteluaineistosta että Innopajatyöskentelystä esiin nousseita keskeisiä ja usein toistuvia piirteitä.

## Liperin ikäystävällisyyden ohjelman viitekehyksen rakenne (3/3)



## Liperin ikäystävällisyyden ohjelman viitekehyksen pääteemat ”keihäänkärjet”

Liperin ikäystävällisyyden ohjelman kehittämisen ”keihäänkärkinä” olevat kolme pääteemaa:

- **Ikääntymisen ymmärtäminen**
- **Ikääntyneiden kotona asumisen tukeminen**
- **Aktiivinen ja positiivinen ikääntyminen sekä yksinäisyyden ehkäisy.**



# Liperin ikäystävällisyyden ohjelman teemojen osa-alueet

Kolme pääteemaa on jaettu osa-alueiksi:

**Pääteema:** Ikääntymisen ymmärtäminen

Osa-alueet: *Työelämän monimuotoisuus, vaihtoehtoiset asiointimuodot ja monisukupolvisuus*

**Pääteema:** Ikääntyneiden kotona asumisen tukeminen

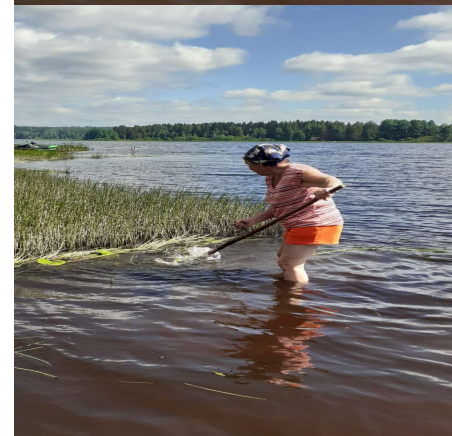
Osa-alueet: *Asumisen monimuotoisuus, naapuriyhteistyö ja liikkumisen esteettömyys*

**Pääteema:** Aktiivinen ja positiivinen ikääntyminen sekä yksinäisyyden ehkäisy

Osa-alueet: *Osallistumisen vahvistaminen ja ympäristön ikäystävällisyys*

Osa-alueet:

- Selkeyttävät ikäystävällisyyden ohjelman rakennetta
- Auttavat ryhmittelemään ohjelmaan sisällytettäviä kehityskohteita
- Helpottavat ikäystävällisyyden ohjelman toimeenpanoa projektiomaisesti
- Suositeltavaa on, että osa-alueille on nimetty vastuuhenkilö, budjetti, mittarit ja kehityskohteet sisältävä aikataulutettu toimenpideohjelma

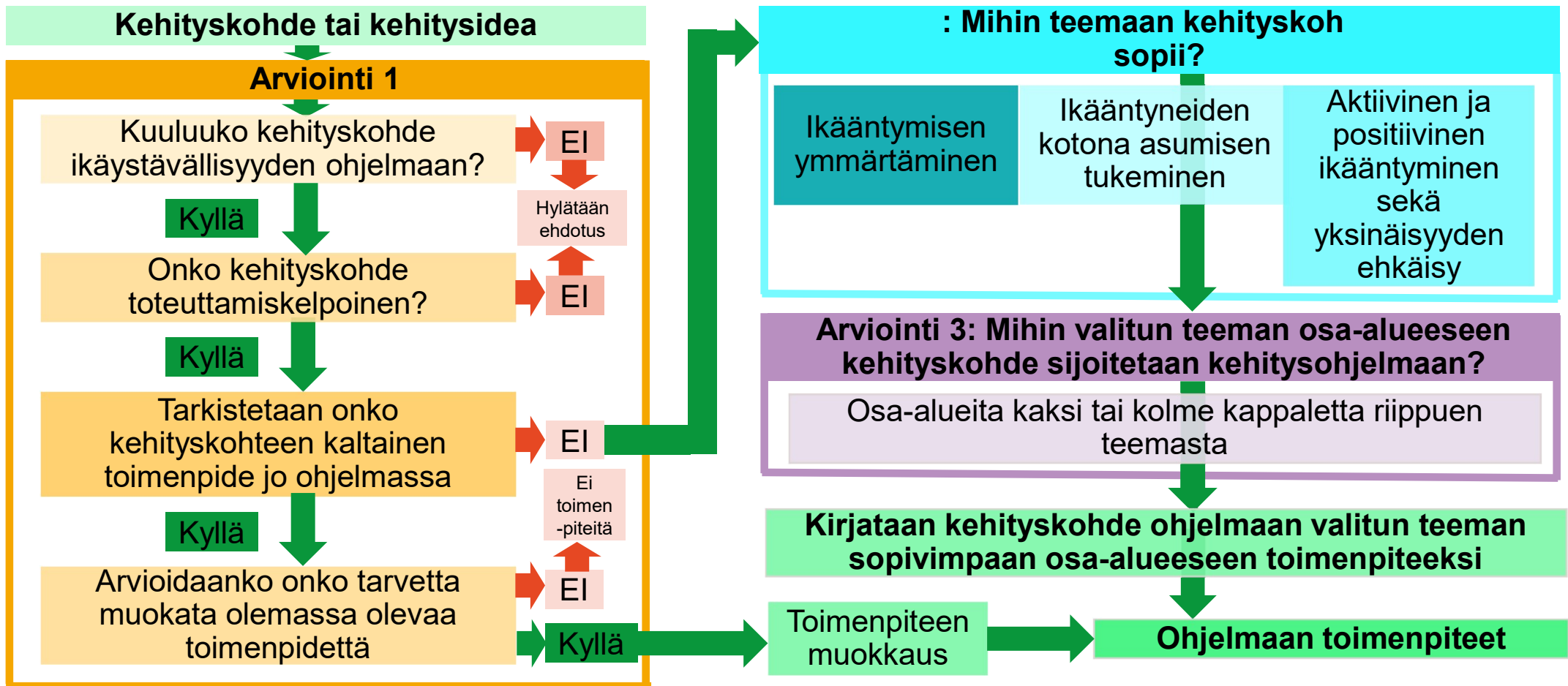


# Esimerkki: Miten Ikääntymisen ymmärtäminen on huomioitu eri ohjelmissa, suosituksissa ja strategioissa verrattuna viitekehukseen?

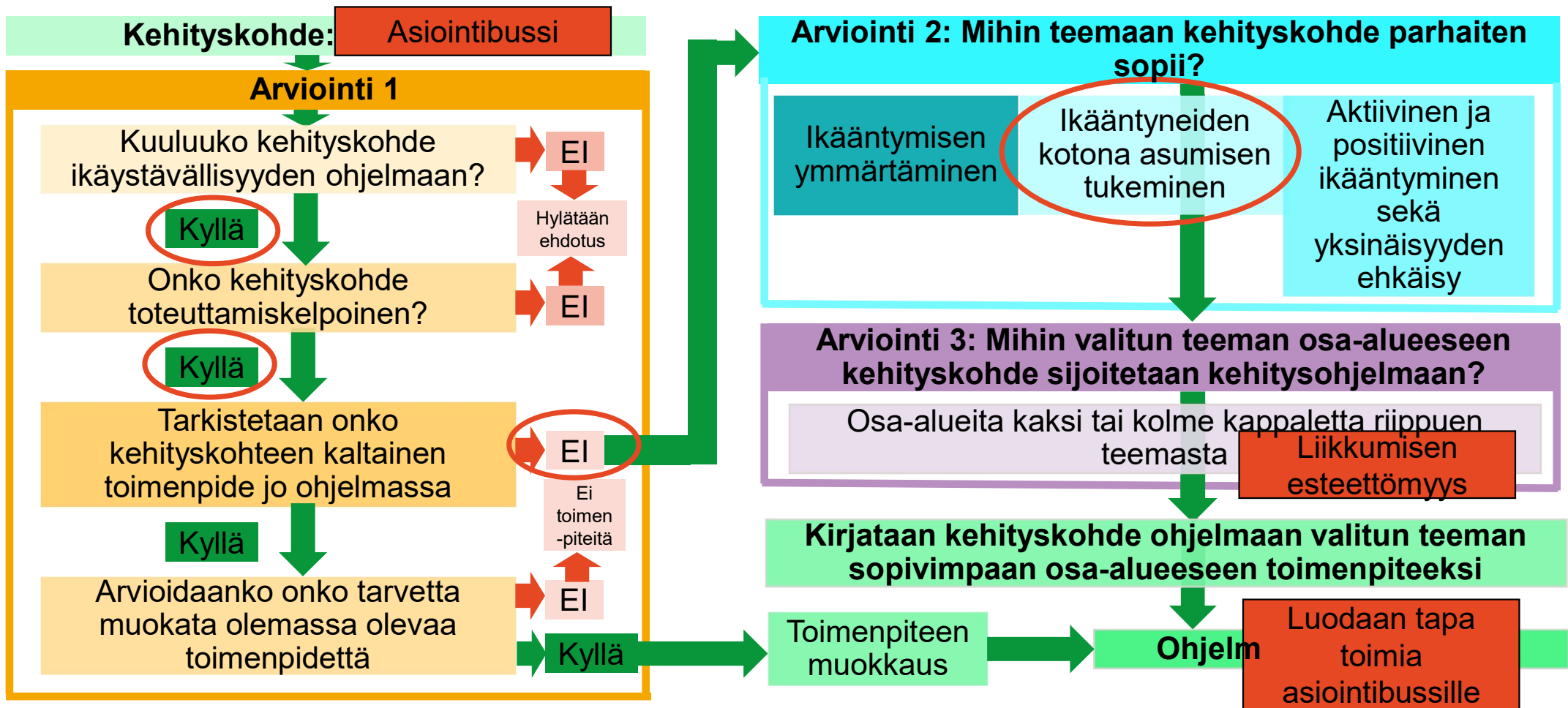
Viitekehys	WHO	Kansallinen ikäohjelma 2030	Pohjois-Karjalan Hyvinvointistrategia 2020-2025	Laatusuositus 2020-2023	Liperin laaja hyvinvointikertomus	Innopaja esimerkkejä
<b>TEEMA: Ikääntymisen ymmärtäminen</b>	Kehotetaan aloittamaan ikääntymiseen ja iän tuomiin haasteisiin liittyvä kasvatus ja valistus varhaisessa vaiheessa tietoisuuden ja ymmärryksen lisäämiseksi, jotta ikääntymistä opitaan arvostamaan ja kunnioittamaan	Ikääntymiseen varautuminen aloitetaan keski-iässä ja sitä jatketaan eläkkeelle siirryttäessä (sekä omana että yhteiskunnan toimintana)  Ihmiset itse ennakoivat ja varautuvat ikääntymisen mukanaan tuomiin asumisen ja siihen liittyviin palvelujen haasteisiin	Pohjois-Karjalasta kehitetään ikäystävällisyyden mallimaakunta	Kunnissa lisätään liikuntaan, ravitsemusneuvontaan, taiteeseen ja kulttuuriin, kaatumisten ehkäisyyn, rokotuskattavuuden parantamiseen ja muistisairauksien ennaltaehkäisyyn liittyvien vaikuttavaksi todettujen interventioiden toteuttamista ikääntyvän väestön terveyden ja toimintakyvyn edistämiseksi.		Ikäystävällisyys on kaikkia kuntalaisia koskettava asia. Kunnan ikäystävällisyyden edistäminen edistää kuntalaisten hyvinvointia ikään katsomatta.  Ikääntymiseen liittyvien asioiden esiin nostaminen ja ymmärryksen lisääminen

Esimerkit muista teemoista ja osa-alueista on taulukoitu esityksen taustamateriaaleissa.

# Kehityskohteiden sisällyttäminen Liperin ikäystävällisyyden ohjelmaan perustuen viitekehitykseen



# Esimerkki: Naapuritaksi kehityskohteen sisällyttäminen Liperin ikäystävällisyyden ohjelmaan



# Liperin ikäystävällisyyden ohjelman rakentuminen esitetystä viitekehyksestä

## Esittely

- Viitekehysten läpikäynti Liperin kunnan kanssa ja palautteen saaminen
- Tarvittaessa viitekehysten muokkaaminen palautteen perusteella

## Päätäminen

- Päätös viitekehysten käyttöönotosta Liperin kunnan päätösprosessin mukaan

## Ohjelman rakentaminen

- Ikäystävällisyyden ohjelman rakentaminen viitekehitystä mukailleen
- Konkreettisten kehityskohteiden valinta ohjelmaan, resurssointi, budjetointi, aikataulutus
- Yksityiskohtaisesta ohjelmasta päättäminen
- Viestintä

## Täytäntöönpano

- Ohjelman täytäntöönpano projektiluonteisesti

## Seuranta

- Ohjelman etenemän säännöllinen seuraaminen
- Palautteen kerääminen
- Kehityskohteiden lisääminen ohjelmaan esimerkiksi neljännesvuosittain





## Liperin ikäystävällisyyden ohjelman viitekehys

- Liperin ikäystävällisyyden ohjelman teemoja suositellaan käytettäväksi kommunikoinnissa sekä kuntalaisille että kunnan ulkopuolelle.
- Liperin ikäystävällisyyden ohjelman viitekehys auttaa sijoittamaan menossa olevat kehittämiskohteet, uudet valitut kehitysideat (Innopaja) ja kehitysohjelman aikana syntyvät uudet kehitysideat teemojen osa-alueiden alle. 2) Ikäystävällisyyden ohjelman "läpivienti" helpompaa viedä projektiluontoisesti. 3) Seuranta helpompaa. 4) Helpottaa kommunikointia kunnan sisällä ja ulkopuolella.
- Toimenpiteiden etenemää suositellaan seurattavan säännöllisesti raportoimalla, ja koko kehitysohjelman etenemää ehdotetaan seurattavan säännöllisin välein vastuuhenkilöiden toimesta. Syksyisin päätetään seuraavan vuoden toimenpiteet.

# Lähteitä:

Arja Jämsén & Tuula Kukkonen. 2020. Ikäystävällinen yhteiskunta tukee aktiivista ikääntymistä

Hermannin ja Miina –ikäihmisten Pieksamäki –laatua ja hyvinvointia vuoteen 2030

Rajaniemi, J. & Rappe, E. 2020 Ikäystävällisyyden edistäminen asuinalueilla ja taajamissa. (WHO ja ikäystävällisyyden kehittäminen)

Pohjois-Karjalan hyvinvointistrategia: <https://pohjois-karjala.fi/wp-content/uploads/2022/03/194-Pohjois-Karjala-hyvinvoinnin-edella%CC%88ka%CC%88vija%CC%88ksi.pdf>

Siun sote 2022c. Hankkeet. <https://www.siunsote.fi/hankkeet>.

Siun sote. 2022a. Pienessä yhteisökodissa, jossa laulu ja nauru raikaa” - ikääntyvien asumisen kehittämisen kyselyn tuloksia. [https://www.siunsote.fi/ajankohtaista/-/asset\\_publisher/Pd3n5XvvikRz/content/-pienessa-yhteisokodissa-jossa-laulu-ja-nauru-raikaa-ikaantuvien-asumisen-kehittamisen-kyselyn-tuloksia?com.liferay.asset.publisher.web.portlet.AssetPublisherPortlet\\_INSTANCE\\_Pd3n5XvvikRz\\_redirect=https%3A%2F%2Fwww.siunsote.fi%2Fajankohtaista%3Fp\\_id%3Dcom.liferay.asset.publisher.web.portlet.AssetPublisherPortlet\\_INSTANCE\\_Pd3n5XvvikRz%26p\\_r\\_lifecycle%3D0%26p\\_state%3Dnormal%26p\\_mode%3Dview%26\\_com.liferay.asset.publisher.web.portlet.AssetPublisherPortlet\\_INSTANCE\\_Pd3n5XvvikRz\\_cur%3D0%26p\\_r\\_p\\_resetCur%3Dfalse%26\\_com.liferay.asset.publisher.web.portlet.AssetPublisherPortlet\\_INSTANCE\\_Pd3n5XvvikRz\\_assetEntryId%3D19295808](https://www.siunsote.fi/ajankohtaista/-/asset_publisher/Pd3n5XvvikRz/content/-pienessa-yhteisokodissa-jossa-laulu-ja-nauru-raikaa-ikaantuvien-asumisen-kehittamisen-kyselyn-tuloksia?com.liferay.asset.publisher.web.portlet.AssetPublisherPortlet_INSTANCE_Pd3n5XvvikRz_redirect=https%3A%2F%2Fwww.siunsote.fi%2Fajankohtaista%3Fp_id%3Dcom.liferay.asset.publisher.web.portlet.AssetPublisherPortlet_INSTANCE_Pd3n5XvvikRz%26p_r_lifecycle%3D0%26p_state%3Dnormal%26p_mode%3Dview%26_com.liferay.asset.publisher.web.portlet.AssetPublisherPortlet_INSTANCE_Pd3n5XvvikRz_cur%3D0%26p_r_p_resetCur%3Dfalse%26_com.liferay.asset.publisher.web.portlet.AssetPublisherPortlet_INSTANCE_Pd3n5XvvikRz_assetEntryId%3D19295808).

Siun sote 2022b. Pohjois-Karjalan hyvinvointialue. [https://www.siunsote.fi/hyvinvointialue/-/asset\\_publisher/2prbK04qKaDK/content/kuulutus-pohjois-karjalan-hyvinvointialueen-aluevaltuuston-kokouksesta-9-5-2022.7.11.2022](https://www.siunsote.fi/hyvinvointialue/-/asset_publisher/2prbK04qKaDK/content/kuulutus-pohjois-karjalan-hyvinvointialueen-aluevaltuuston-kokouksesta-9-5-2022.7.11.2022).

Siun Sote. 2018. Pohjois-Karjalan ikääntyvien palvelujen yhteen sovitettu kokonaisuus.

<https://valtioneuvosto.fi/documents/1271139/12617122/PohjoisKarjalan+ik%C3%A4%C3%A4ntyvien+palvelujen+yhteen+sovitettu+kokonaisuus+2018-.pdf/58b81452-3b3d-8da2-6638-92de404ffe8b/Pohjois-Karjalan.18.9.2022>.

STM, 2020b. Kansallinen ikäohjelma vuoteen 2030. Tavoitteena ikävyvykäs Suomi. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisu 2020:31.

[https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162462/STM\\_2020\\_31\\_j.pdf?sequence=4&isAllowed=y](https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162462/STM_2020_31_j.pdf?sequence=4&isAllowed=y).

STM, 2020a. Laatusuositus hyvän ikääntymisen turvaamiseksi ja palvelujen parantamiseksi 2020–2023. Tavoitteena ikäystävällinen Suomi. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisu 2020: 29. [https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162455/STM\\_2020\\_29\\_J.pdf?sequence=1&isAllowed=y.8.11.2022](https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162455/STM_2020_29_J.pdf?sequence=1&isAllowed=y.8.11.2022).

Tavoitteena ikäystävällinen Suomi. Laatusuositus hyvän ikääntymisen turvaamiseksi ja palvelujen parantamiseksi 2020–2023. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisu (29). [https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162455/STM\\_2020\\_29\\_J.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162455/STM_2020_29_J.pdf?sequence=1&isAllowed=y).

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. 2022. <https://thl.fi/fi/web/toimintakyky/icf-luokitus>.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos 2021. Sosiaali- ja terveystalot Pohjois-Karjalan hyvinvointialueella 2020.

[https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/143525/PT2021\\_020%20Pohjois-Karjala%202020%20s.pdf?sequence=4&isAllowed=y](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/143525/PT2021_020%20Pohjois-Karjala%202020%20s.pdf?sequence=4&isAllowed=y) 16.2.2023

Toikko, T. & Rantanen, T. 2009. Tutkimuksellinen kehittämistoiminta. Tampere: Tampereen Yliopistopaino Oy.

World Health Organization. 2022. Ageing. [https://www.who.int/health-topics/ageing#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/ageing#tab=tab_1). 23.10.2022. Ympäristöministeriö, 2020. Ikääntyneiden asumisen toimenpideohjelma vuosille 2020–2022. Helsinki: Ympäristöministeriö. <https://ym.fi/ikaantyneiden-asuminen> 15.2.2023.



# Lisämateriaalia

# Teema: Ikääntymisen ymmärtäminen

Viitekehys	WHO	Kansallinen ikäohjelma 2030	Pohjois-Karjalan Hyvinvointistrategia 2020-2025	Laatusuositus 2020-2023	Liperin laaja hyvinvointikertomus	Innopaja esimerkkejä
<b>TEEMA: Ikääntymisen ymmärtäminen</b>	Kehotetaan aloittamaan ikääntymiseen ja iän tuomiin haasteisiin liittyvä kasvatus ja valistus varhaisessa vaiheessa tietoisuuden ja ymmärryksen lisäämiseksi, jotta ikääntymistä opitaan arvostamaan ja kunnioittamaan	Ikääntymiseen varautuminen aloitetaan keski-iässä ja sitä jatketaan eläkkeelle siirryttäessä (sekä omana että yhteiskunnan toimintana)  Ihmiset itse ennakoivat ja varautuvat ikääntymisen mukanaan tuomiin asumisen ja siihen liittyviin palvelujen haasteisiin	Pohjois-Karjalasta kehitetään ikäystävällisyyden mallimaakunta	Kunnissa lisätään liikuntaan, ravitsemusneuvontaan, taiteeseen ja kulttuuriin, kaatumisten ehkäisyyn, rokotuskattavuuden parantamiseen ja muistisairauksien ennaltaehkäisyyn liittyvien vaikuttavaksi todettujen interventioiden toteuttamista ikääntyvän väestön terveyden ja toimintakyvyn edistämiseksi.		Ikäystävällisyys on kaikkia kuntalaisia koskettava asia. Kunnan ikäystävällisyyden edistäminen edistää kuntalaisten hyvinvointia ikään katsomatta.  Ikääntymiseen liittyvien asioiden esiin nostaminen ja ymmärryksen lisääminen

# Teema: Ikääntymisen ymmärtäminen

Viitekehys	WHO	Kansallinen ikäohjelma 2030	Pohjois-Karjalan Hyvinvointistrategia 2020-2025	Laatusuositus 2020-2023	Liperin laaja hyvinvointikertomus	Innopaja esimerkkejä
<b>TEEMA:</b> Ikääntymisen ymmärtäminen  <b>OSA-ALUE:</b> Työelämän monimuotoisuus	<p>Ikääntyneet tulee nähdä yhteiskunnan voimavarana ja arvostaa heidän tietotaitoaan ja kokemusta.</p> <p>Työelämään osallistuminen vapaaehtoistyön tai palkkatyön/yrittäjyyden kautta luo merkityksellisyyden tunnetta ja vahvistaa ikääntyneen osallisuutta yhteiskunnallisiin asioihin</p>	<p>Vapaaehtoistyöllä on vakiintunut asema ikääntyvässä yhteiskunnassa</p> <p>On olemassa erilaisia ratkaisuja ja joustoja, joilla varmistetaan entistä pidemmät työurat ja ehkäistään ikäsyrajintää työelämässä</p>	<p>Osaamisen kehittämistä tuetaan elämän ja työuran eri vaiheissa monialaisella, joustavalla ja jatkuvaa oppimista tukevalla tarjonnalla</p>	<p>lääkkäille ja nuoremmille eläkkeellä oleville kuntalaisille tiedotetaan vapaaehtoistoiminnan mahdollisuuksista järjestöissä ja julkisen palvelutoiminnan lisätukena ja kannustetaan siihen osallistumista ja tarjotaan vapaaehtoisille keskinäisen tapaamisen tilaisuuksia</p>		<p>Ikäihmisten työllistämisen ja kuntouttavan työtoiminnan tukeminen ja kehittäminen</p> <p>Järjestötoiminnasta tiedottaminen</p>

# Teema: Ikääntymisen ymmärtäminen

Viitekehys	WHO	Kansallinen ikäohjelma 2030	Pohjois-Karjalan Hyvinvointistrategia 2020-2025	Laatusuositus 2020-2023	Liperin laaja hyvinvointikertomus	Innopaja esimerkkejä
<b>TEEMA:</b> Ikääntymisen ymmärtäminen  <b>OSA-ALUE:</b> Vaihtoehtoiset asiointimuodot	Ikääntyneet ovat tottuneet asioimaan kasvotusten tai paperisten lomakkeiden ja puhelin asiointin kautta. Näitä menetelmiä ei tulisi liian nopeasti poistaa tai muuttaa	Ihmiset itse ennakoivat ja varautuvat ikääntymisen mukanaan tuomiin asumisen ja siihen liittyviin palvelujen haasteisiin	Palvelut saadaan oikea-aikaisesti ja tarpeiden mukaisesti monitoimijaiselta palvelukentältä	asiointin on oltava helppoa: sähköiset itsearviointit, yhteydenotto joko chatilla, puhelimitse, sähköpostitse tai käynnillä	Avataan puhelinpalvelu kuntalaisille osana palvelupistetoiminnan kehittämistä. Puhelinpalvelussa ohjataan kuntalaisia heidän tarvitsemiensa palvelujen piiriin.	Viestinnän monikanavaisuus, selkokieliyys, oikea-aikaisuus seniorisivut/ikäntyneille suunnitellut sivut HUOM! Liperin kunnan uudet nettisivut  Asiointi- ja palveluohjaus yhden kanavan kautta

# Teema: Ikääntymisen ymmärtäminen

Viitekehys	WHO	Kansallinen ikäohjelma 2030	Pohjois-Karjalan Hyvinvointistrategia 2020-2025	Laatusuositus 2020-2023	Liperin laaja hyvinvointikertomus	Innopaja esimerkkejä
<b>TEEMA:</b> Ikääntymisen ymmärtäminen  <b>OSA-ALUE:</b> Monisukupolvisuus	<p>Yhteistyön kautta ymmärryksen lisääminen ikääntymisestä</p> <p>Monisukupolvinen yhteistyö rikastuttaa ja kaikenikäisten elämää; ikääntyneet voivat jakaa perinteitä, historian tietoutta ja kokemuksia ja nuorempi väki auttaa nykypäivän teknologian käytössä ja asioiden hoidossa</p>	<p>kehitetään ja otetaan käyttöön ratkaisuja ja malleja, joilla motivoidaan ja rohkaistetaan ikäihmisiä osallistumaan vapaaehtoistyöhön sekä toisaalta sitoutetaan nuorempia ikäryhmiä mukaan toimintaan</p>	<p>Mahdollistetaan elinvoimainen ja monipuolinen järjestökenttä, joka tukee osallisuutta ja yhteisöllisyyttä</p>		<p>Ikäihmisillä on mahdollisuus ruokailla päiväkotivierailujen yhteydessä kerran kuukaudessa (joka toinen kuukausi aamupala ja joka toinen kuukausi lounas, pl. kesäheinäkuu).</p> <p>Ikäihmisiä kutsutaan vierailulle päiväkoteihin kerran kuukaudessa.</p>	<p>Yhteistyö päiväkotien ja koulujen kanssa, esim. yhteinen ruokailu</p> <p>eri-ikäisten kohtaaminen vastaa arvostukseen ja toisilta oppimiseen, samanikäisten kohtaaminen yksinäisyyden ehkäisyyn</p>

# Teema: Ikääntyneiden kotona asumisen tukeminen

Viitekehys	WHO	Kansallinen ikäohjelma 2030	Pohjois-Karjalan Hyvinvointistrategia 2020-2025	Laatusuositus 2020-2023	Liperin laaja hyvinvointikertomus	Innopaja esimerkkejä
<b>TEEMA: Ikääntyneiden kotona asumisen tukeminen</b>	Erilaiset apuvälineet ja kodin muutostyöt auttavat ikääntynyttä itsenäisen asumisen onnistumisessa ja luo turvallisuutta	kotona asumisen tukeminen tiedon hyödyntäminen palvelujärjestelmässä siitä miten iäkäs pärjää kotona	Elinympäristö ja rakenteet mahdollistavat asukkaiden hyvinvointia ja terveyttä edistävät arjen valinnat	Ikääntyville tarjotaan mahdollisimman aikaisessa vaiheessa tietoa digitaalisista palveluista, teknologioista ja apuvälineistä sekä tietoturvasta		Kotona asumisen tukeminen monisukupolvisen yhteistyön kautta sekä ikääntymisen ymmärtämisen vahvistaminen <b>Leader hankkeen kautta, jossa 4H yrittäjä nuoret</b> voisivat tarjota kotiapua oman kylän ikääntyneille



# Teema: Ikääntyneiden kotona asumisen tukeminen

Viitekehys	WHO	Kansallinen ikäohjelma 2030	Pohjois-Karjalan Hyvinvointistrategia 2020-2025	Laatusuositus 2020-2023	Liperin laaja hyvinvointikertomus	Innopaja esimerkkejä
<b>TEEMA:</b> <b>Ikääntyneiden kotona asumisen tukeminen</b>  <b>OSA-ALUE:</b> <b>Asumisen monimuotoisuus</b>	Vaihtoehtoiset asumismuodot tukevat ikääntyneiden vaihtelevia tarpeita ja lisäävät elämänlaatua	Asuminen ja asuinympäristöt ovat ikäystävällisiä  Ikääntyneille soveltuvia esteettömiä ja muunneltavia asuntoja on kehitetty, korjattu ja rakennettu	Sotetyövoiman saatavuus turvataan koko maakunnassa  Edistetään ikääntyneille sopivien asumisratkaisujen toteuttamista, esim. välimuotoinen ja yhteisöllinen asuminen sekä ARA-kannan korjaaminen ikääntyneille sopivaksi.	välimuotoinen asuminen: innovatiiviset palvelujen ja tuen tuottamistavat ja yhteistyö valvontaviranomaisten kanssa		Kuulemistilaisuuksia erilaisista vaihtoehtoisista asumismuodoista  Ikääntyneille kohdistettua tietoa kodinmuutostöistä ja apuvälineistä

# Teema: Ikääntyneiden kotona asumisen tukeminen

Viitekehys	WHO	Kansallinen ikäohjelma 2030	Pohjois-Karjalan Hyvinvointistrategia 2020-2025	Laatusuositus 2020-2023	Liperin laaja hyvinvointikertomus	Innopaja esimerkkejä
<b>TEEMA:</b> Ikääntyneiden kotona asumisen tukeminen  <b>OSA-ALUE:</b> Naapuriyhteistyö		Läheisapuun ja vapaaehtoistyöhön osallistuminen on lisännyt ikääntyvien osallisuutta ja vaikuttamismahdollisuuksia				Kunnan teemavuodeksi Huomaa naapuri – teema, huomioi ikäihmisen, kollektiivista huomioimista (kyyti kauppaan, terveyskeskukseen jne)

# Teema: Ikääntyneiden kotona asumisen tukeminen

Viitekehys	WHO	Kansallinen ikäohjelma 2030	Pohjois-Karjalan Hyvinvointistrategia 2020-2025	Laatusuositus 2020-2023	Liperin laaja hyvinvointikertomus	Innopaja esimerkkejä
<p><b>TEEMA:</b> Ikääntyneiden kotona asumisen tukeminen</p> <p><b>OSA-ALUE:</b> Liikkumisen esteettömyys</p>	<p>Saavutettavissa oleva ja edullinen julkisen liikenteen verkosto edesauttaa aktiivisen ikääntymisen onnistumisessa. Myös julkisen liikenteen henkilökunta voi toiminnallaan lisätä ikäystävällisyyttä.</p> <p>Hyvä ja ehyt tieverkosto, selvästi merkityt jalkakäytävät ja risteysalueet sekä riittävä valaistus helpottavat kaikenikäisten kuntalaisten liikkumista.</p>	<p>Asuinympäristöjen suunnittelussa ja kehittämisessä on huomioitu ikääntyvien ja iäkkäiden tarpeet</p>	<p>Palvelut, toiminnot ja ympäristö ovat saavutettavissa sekä esteettömiä ja ne suunnitellaan osallisuus huomioiden</p>	<p>Otetaan iäkkäiden henkilöiden tarpeet huomioon liikenneympäristöjen ml. jalankulun ja pyöriteiden sekä joukkoliikenteen ja liikkumista tukevien palvelujen järjestämisessä.</p>	<p>Tarkistetaan ulkoliikuntapaikkojen esteettömyys ja tehdään tarvittavat korjaustoimenpiteet.</p> <p>Järjestetään keskustelutilaisuuksia, johon kutsutaan paikallisia yritystoimijoita sekä vammaisneuvoston, nuorisovaltuuston ja ikäihmisten neuvoston toimijoita. Tilaisuudessa mietitään yhdessä ratkaisuja esteettömyyden asioihin. v.2023</p>	<p>Penkkejä, penkkilenkki, suunnitelma penkkien sijainnille</p> <p>Koulujen ja uimahallien yms. Inva-paikoilla muita Inva-paikoille tarkoitettuja</p> <p>Esteettömyyskävelyt etupainotteisesti ennen kuin ympäristö ja rakennukset ovat jo toteutettu</p>

# Teema: Aktiivinen ja positiivinen ikääntyminen

Viitekehys	WHO	Kansallinen ikäohjelma 2030	Pohjois-Karjalan Hyvinvointistrategia 2020-2025	Laatusuositus 2020-2023	Liperin laaja hyvinvointikertomus	Innopaja esimerkkejä
<b>TEEMA: Aktiivinen ja positiivinen ikääntyminen</b>	Osallistumisen vahvistamisen, julkisen liikenteen toimivuuden, tiedottamisen, asumisen ja ympäristön ikäystävällisyyden kautta edistetään aktiivista ja positiivista ikääntymistä	lääkkäät ovat toimintakykyisiä pidempään  Itsenäistä suoriutumista tukevat älykkäät teknologiat ovat parantaneet ikäihmisten hyvinvointia	Elinympäristö ja rakenteet mahdollistavat asukkaiden hyvinvointia ja terveyttä edistävät arjen valinnat	lääkkäitä kannustetaan omaehtoiseen toimintaan oman terveytensä ja toimintakykynsä vahvistamiseksi ja sitä tuetaan eri toimijoiden (kunnat, järjestöt, yritykset, seurakunnat, vanhusneuvostot, kansalais-, asiakas-/omaishoitajaraadit) yhteistyönä	Kuntalaisten fyysinen aktiivisuus lisääntyy  Selvitetään mahdollisuutta järjestää ikäihmisille ulkoiluapua	Asiointibussi/naapuritaksi, joka kiertäisi syrjäseudut esim. 1-2krt/vk ja käyttäisi ikääntyneitä kylän palveluiden luona muutaman tunnin kerrallaan

# Teema: Aktiivinen ja positiivinen ikääntyminen

Viitekehys	WHO	Kansallinen ikäohjelma 2030	Pohjois-Karjalan Hyvinvointistrategia 2020-2025	Laatusuositus 2020-2023	Liperin laaja hyvinvointikertomus	Innopaja esimerkkejä
<p><b>TEEMA:</b> Aktiivinen ja positiivinen ikääntyminen</p> <p><b>OSA-ALUE:</b> Yksinäisyyden ehkäisy</p>	<p>Osallisuuden vahvistaminen ehkäisee syrjäytymistä ja yksinäisyyttä, mielekäs tekeminen ja siitä tiedottaminen on tärkeässä osassa yksinäisyyden ehkäisyssä</p>	<p>Yhteiskunta on tukenut ja varmistanut heikossa sosioekonomisessa asemassa olevien ikääntyneiden yhdenvertaisen mahdollisuuden hyödyntää itsenäistä suoriutumista tukevaa teknologiaa</p>	<p>Asukkaiden osallisuus ja yksinäisyyden ehkäisy huomioidaan kaikessa toiminnassa</p>	<p>Kunnissa lisätään ennaltaehkäisevistä palveluista hyötyvien ikäihmisten etsintää aktiivisesti keskittyen tunnistettuihin riskiryhmiin ja ohjaten heitä hyvinvointia ja toimintakykyä edistävän toiminnan piiriin.</p>	<p>Yksinäisyyden tunteen kokeminen vähenee</p> <p>Ikäihmisten yksinäisyyttä vähentäviä toimia suunnitellaan osana ikäystävällisyyden toimintaohjelmaa</p>	<p>Liperiläsitien ikäihmisten <b>avun tarpeen tunnistamiseen väylä</b>, syrjäytymisen ehkäisy, palveluiden kysynnän ja tarjonnan kohtaaminen esimerkiksi paikallisten nuorten 4H yrittäjyyden kautta</p> <p>Järjestöjen apu yksinäisyyden ehkäisyssä</p>

# Teema: Aktiivinen ja positiivinen ikääntyminen

Viitekehys	WHO	Kansallinen ikäohjelma 2030	Pohjois-Karjalan Hyvinvointistrategia 2020-2025	Laatusuositus 2020-2023	Liperin laaja hyvinvointikertomus	Innopaja esimerkkejä
<b>TEEMA:</b> Aktiivinen ja positiivinen ikääntyminen  <b>OSA-ALUE:</b> Osallistumisen vahvistaminen	Mielekäs tekeminen ja siitä informointi, mahdollisuuksien luominen sekä ikääntymisen tuomien muutosten ymmärtämisen kautta voidaan edistää iäkkään osallistumista aktiviteetteihin ja yhteiskunnallisiin toimiin.	Panostamalla riskiväestöjen varhaiseen tunnistamiseen ja kohdentamalla heille ennaltaehkäiseviä toimia, on vähennetty toimintakyvyn laskua ja sairastavuutta, erityisesti muistisairauksia	Hyvinvoivat, terveet ja osalliset asukkaat	lääkälle henkilölle annettava palvelu toteutetaan hänen itsemääräämisoikeuttansa kunnioittaen ja hänet kohdataan tasavertaisena toimijana. Iäkkään henkilön on oltava aidosti osallinen ja hänen mielipidettään on kuultava palvelun suunnittelussa ja toteutuksessa	Kuntalaisten osallisuus omaan elämään vahvistuu	Ikääntyneille suunnatut saavutettavissa olevat kokoontumistilat, erityisesti Ylämyllylle  Yhteistyö yli rajojen

# Teema: Aktiivinen ja positiivinen ikääntyminen

Viitekehys	WHO	Kansallinen ikäohjelma 2030	Pohjois-Karjalan Hyvinvointistrategia 2020-2025	Laatusuositus 2020-2023	Liperin laaja hyvinvointikertomus	Innopaja esimerkkejä
<b>TEEMA:</b> Aktiivinen ja positiivinen ikääntyminen  <b>OSA-ALUE:</b> Ympäristön ikäystävällisyys	Ympäristöllä on merkittävä rooli ikääntyneen itsenäisen arjen sujumisessa, aktiivisen ikääntymisen onnistumisessa ja elämänlaadun kohenemisessa	Asuminen ja asuinympäristöt ovat ikäystävällisiä	Terveellinen, turvallinen ja viihtyisä ympäristö	Kiinnitetään huomiota ikäystävällisyyteen asuinalueiden suunnittelussa ja olemassa olevien asuinympäristöjen kehittämisessä.	Senioripuiston käyttöä lisätään yhteistoiminnassa sote-toimijoiden kanssa.	Kokemusasiantuntijoiden mukaan ottaminen rakennusten ja ympäristön suunnittelussa jo varhaisessa vaiheessa -> aamukahvit, esihenkilöillä ymmäryks esteettömyysasioista eri tasoilla (infra, sisätilat..)