



# Toimintakykyisenä ikääntyminen KASTE hanke, Salon kuntapilotti 2010 – 2012

## TERVEYTTÄ JA HYVINVOINTIA -seminaari

Outi Korpelainen, projektikoordinaattori, th TtM  
Salon kaupungin vanhuspalvelut

Vanhuspalveluiden palvelurakenteen toimintamallin  
kehittäminen Länsi-Suomessa 2010-2012 / KASTE

[www.salo.fi](http://www.salo.fi)

# Lähtökohtia Toimintakykyisenä ikääntyminen –hankkeen Salon kuntapilotille



- Salon kuntapilotti Toimintakykyisenä  
ikääntyminen –hankkeessa v. 2010 – 2012  
+ jatkovuosi lokakuuhun 2013 saakka
- Hanketta hallinnoi Satakunnan sairaanhoitopiiri
  
- Salo – kuntauudistus 1.1.2009  
→ ≥ 65 -v. määrä yht. 10 415 (n. 20% koko väestöstä)  
→ ≥ 75 -v. määrä kaksinkertaistui 2411 → 5040  
→ uudessa kunnassa yhteensä 10 erilaista taajamaa
  
- Terveystalolaki (30.12.2010 / 1326) 20 § iäkkäiden  
neuvontapalveluista (voimaan 1.5.2011)

# Lähtökohtia Toimintakykyisenä ikääntyminen –hankkeen Salon kuntapilotille



- Tavoitteena oli:
  - Kokeilla uusia tapoja toteuttaa neuvontapalveluita
  - Kokeilla uusia tapoja järjestää ikääntyneille toimintaa yhteistyössä eri toimijoiden kanssa
  - Saada aikaan laaja yhteistyöverkko kaupungin, kolmannen sektorin ja muiden tahojen toimijoiden kanssa
  - Parantaa tiedotusta ikääntyneille suunnatuista palveluista
  - Saada kokeilujen kautta aikaan pysyviä käytäntöjä

# Kuntapilotin päätavoitteet Salossa



- 1. a) IKÄÄNTYNEIDEN  
NEUVONTAKESKUKSEN  
PERUSTAMINEN (= IKÄKESKUS)**
- b) IKÄÄNTYNEIDEN  
NEUVONTAPALVELUIDEN  
KEHITTÄMINEN SALON  
ERI ALUEILLA**
- 2. HYVINVOINTIA EDISTÄVIEN  
KOTIKÄYNTIEN KÄYNNISTÄMINEN**

## TAVOITE 1.a): NEUVONTAKESKUKSEN PERUSTAMINEN

- Ikäkeskus Majakka käynnistyi Halikossa 28.2.2011.
- Ajalla 28.2.-31.12. yhteensä 2979 kävijää.
- Yhteistyöryhmä mukana olevien yhdistysten edustajista.
- Erilaista tietoa ja toimintaa yhdistysten ja kaupungin eri osastojen järjestämänä, mm. runo-, tarina-, kädentaito- ja liikuntaryhmät. Luentoja ja keskustelutilaisuuksia eri aiheista. Kaikille avointa ja kohdennettua toimintaa.
- Kulttuurikävelyreitti eri osastojen välisenä yhteistyönä. <http://www.salo.fi/vanhuspalvelut>
- Perniön Ikäkeskuksen käynnistäminen vuonna 2012.

# Ensimmäisen viikon ohjelma



## Vko 9

- Ma 28.2.klo 11 – 11.45 Tuolijumppa / ohjaa Halikon Eläkkeensaajat ry
- Ke 2.3.klo 13 – 15 Tarina- ja runoryhmä / ohjaa kulttuuripalvelut
- To 3.3.klo 11 – 12 PP – ryhmä / Jumppa / vertaisohjaaja  
klo 13 – 14 Lukupiiri vaihtelevalla ohjelmalla / ohjaa Eläkeliiton Halikon yhdistys ry  
klo 13 – 15 Vanhuspalveluiden palveluohjaaja paikalla
- Pe 4.3.klo 10 – 11.30 PP – ryhmä / Tasapainoryhmä / vertaisohjaaja  
klo 13 – 15 Kaffekellarin ohjelmallinen iltapäivä
- Ma – Pe ruokailumahdollisuus ja avoin kuntosali





- IKÄKESKUS NAJAKKA
- MONIPALVELUPISTE
- PEHKKI
- × KESÄPENKKI
- ▲ JYRKKÄ NÄKI

**HELPPOKULKUISIA REITEJÄ:**

1-2-3-4-5-6-7 EDESTAKAINEN PITUUS 1100 M

1-2-10-9 EDESTAKAINEN PITUUS 1000 M

1-2-11 (KOIVUKUJA) EDESTAKAINEN PITUUS 1200 M

**HAASTAVA REITTI:**

KOKO LENKKI (EI KOHDE 11) PITUUS 1350 M

- |  |   |
|--|---|
| 1. KIRJASTO  | 7. FRANSSINTALO   |
| 2. GUSTAV MAURITZ ARMFELTIN PATSAS                 | 8. MUSEOSILTA   |
| 3. HALIKON VIRASTOTALO, VETERAANIKIVI JA KOTIKUUSI | 9. JOKIMAISEMA  |
| 4. KOIVUKUJA                                       | 10. LEIKKI- JA LEVÄHDYSPIAIKKA                              |
| 5. HALIKON KIRKKO                                  | 11. ÄMINNEN KARTANON PORTTI-NÄKYMÄ (KESÄPENKIT 200M VÄLEIN) |
| 6. HALIKON MUSEO                                   |   |

**YHTEISTYÖTAHOJ:**  
 KIRJASTOPALVELUT, KULTTUURIPALVELUT, LIIKUNTAPALVELUT,  
 VANHUSPALVELUT, PUISTOKSIKKO  
 TOIMINTAKYKYISENÄ IKÄÄNTYNEEN -HANKE/KASTE  
 VILTI



## TAVOITE 1.b) JA TOTEUTUSTAPA 1: NEUVONTAPALVELUT SALON ERI ALUEILLA

- Ikäinfoiltapäivät käynnistettiin yhteistyössä liikunta- ja vanhuspalveluiden kanssa.
- Tarkoituksena kertoa hyvinvointiin liittyvistä teemoista sekä oman alueen palveluista ja toiminnasta ikäihmisille.
- Ensimmäisen vuoden Ikäinfoiltapäivissä osallistujia yhteensä noin 215 ikäihmistä 8 taajamassa.
- Palautteen (N = 178) mukaan 92 % aikoo osallistua uudestaan.
- 99% arvioi, että tilaisuus oli hyvä tai melko hyvä ja tarpeellinen.
- Osallistujien keski-ikä 74 v (51-92v).



# IKÄINFOILTAPÄIVÄN ESIMERKKIOHJELMA, syksy 2011



## **OHJELMA**

- **Klo 13.00 – 13.15 Tervetuloa / projektikoordinaattori Outi Korpelainen**
- **Klo 13.15 - 13.30 Kirjaston palvelut ikääntyvälle / Tarja Pasanen, kirjastopalvelut**
- **Klo 13.30 – 14.00 Liikuntapalveluiden syksyn esittely ja tuolijumppa / liikunnanohjaaja Hanna Pitkänen**
- **Klo 14.00 – 14.30 Kahvitarjoilu**
- **Klo 14.30 – 15.15 "Huolehdi muististasi" / Salon Muistiyhdistys Ry**
- **Klo 15.15 – 16.00 "Mitä uusia palveluita kotiin?" / Tuula Suominen, vanhuspalvelut ja Tommi Virtanen, Yrityssalo**

## TAVOITE 1.b) JA TOTEUTUSTAPA 2: NEUVONTAPALVELUT SALON ERI ALUEILLA

- Salon Ikäinfo 2012 -messut 17.4.2012 klo 10–18 yhteistyössä vanhuspalveluiden ja vanhuspalveluiden teknologiahankkeiden kanssa sekä muiden osallistujien kanssa
- Näytteilleasettajia lähes 100, mm. eläkeläis-, potilas ja muita yhdistyksiä, apuväline-, hoiva- ja hyvinvointiteknologia yrityksiä, sote-alan oppilaitoksia, seurakunta ja kaupungin osastoja
  - Tarjoavat tietoa, toimintaa ja palveluita kotona asuville ikäihmisille
  - Lisäksi luentoja, tietoiskuja ja TANSSIT

## TAVOITE 1.b) JA TOTEUTUS 3: NEUVONTAPALVELUT SALON ERI ALUEILLA

- Tekeillä Salon alueen "neuvovat nettisivut"
  - Kokoaa yhteen yhdistysten, yritysten ja kaupungin toiminnan ja palvelut ikäihmisille Salon eri alueilla
  - Palvelee ikäihmisten lisäksi omaisia ja työntekijöitä
- auttaa kysyntää ja tarjontaa kohtaamaan ja antaa ikäihmiselle valinnanmahdollisuuksia



salonikäinfo.fi

# Hyvinvointikyselyjen taustaa



- Tutkimusten mukaan systemaattisesti toteutettujen Hyvinvointia edistävien kotikäyntien (HEHKO) hyötyjä ei ole voitu osoittaa, esim. 75 – vuotiaat ovat vielä hyväkuntoisia
- Kaikille suunnatut HEHKOt kalliita toteuttaa
- Salossa haluttiin seuloa riskiryhmiä, joille tarjotaan kotikäyntiä sekä muita interventioita
- Riskiryhmät tunnetaan, mutta heitä vaikea tavoittaa
- Salossa laadittiin hyvinvointikysely, jonka taustalla mm. EHKO-lomake
- Tarkoitus on, että ikääntynyt itse täyttää kyselyn ja sen pohjalta tunnistetaan erilaisessa riskissä olevia henkilöitä, joiden voimavaroja tuetaan

## TAVOITE 2.: HYVINVOINTIA EDISTÄVÄT KOTIKÄYNNIT → HYVINVOINTIKYSELYT

- Postikyselynä hyvinvointikysely, joka pilotoitiin 3 taajamassa 75 ja 80 v. täyttävillä, kotona asuvilla, ei säänn. vanhuspalveluiden piirissä olevilla.
- N = 122. Vastausprosentti 83%.
- Alustavien tulosten mukaan vastaajista 4-7 % suos. kotikäyntiä, 20 % ohjattiin erilaisiin ryhmiin.
- Kaikki kutsuttiin ikäinfoiltapäivään omassa taajamassa.
- Hyvinvointikyselyt laajennetaan kaikille 75 vuotta täyttävälle salolaisille ikäihmisille, jotka eivät ole säännöllisten vanhuspalveluiden piirissä

	Asuminen ja ympäristö ≥ 5 pistettä	Terveys ja toimintakyky ≥ 5 pistettä	Sosiaalinen osallistuminen ≥ 3 pistettä tai koettu yksinäisyys	Tiedon saaminen = toivoi yhteydenottoa	Toimenpideehdotus
75 -vuotiaat (N = 52)	8	6	8	8	Kotikäynti 1-2 VaLi-ryhmä 5-6 10-ryhmä 3 Ikäinfoiltapäivä 52
80 -vuotiaat (N = 49)	20	12	7	8	Kotikäynti 3-5 VaLi-ryhmä 5-7 10-ryhmä 3 Ikäinfoiltapäivä 49
Yhteensä	28	18	15	16	



# Salon kuntapilotin ryhmäkokeilut



**VaLi-ryhmä** on vanhus- ja liikuntapalveluiden yhteinen ryhmä:

- Kotona asuville henkilöille, joiden liikuntakyky alentunut
- Erilaisia liikuntamuotoja ja neuvontaa hyvinvointiin ja ikääntymiseen liittyvistä aiheista
- Tavoitteena liikuntakyvyn paraneminen ja terveystaitojen edistäminen
- Ohjaus ryhmään hyvinvointikyselyn perusteella

**10-ryhmä** kotona asuville henkilöille, jotka kärsivät yksinäisyydestä:

- Tavoitteena on rohkaista ikäihmisiä osallistumaan olemassa olevaan toimintaan
- Ohjaus ryhmään hyvinvointikyselyn sekä kotihoidon, psyk. pkl:n, tk:n aikuisneuvonnan ja seurakunnan diakoniatyön kautta

**Omaishoitajien ja -hoidettavien ryhmä:**

- Hoitajille ja hoidettaville omat ohjelmat
- Yhdessäoloa, vertaistukea, liikuntaa ja neuvontaa hyvinvointiin liittyen
- Ohjaus ryhmään omaishoidontukikäsittelijän kautta

# Muiden toimijoiden mukaan saaminen



- Kartoittava kysely toimijoista, syksyllä 2010: kaupungin toimijat (N = 21), kolmannen sektorin ja muiden tahojen toimijat (N = 79), vastausprosentti 60 %
- Tulosten mukaan eri toimijat järjestivät lukumääräisesti paljon ja maantieteellisesti kattavasti toimintaa kotona asuvien ikääntyneiden toimintakyvyn edistämiseksi
- Toimintaa ja palveluita Salon eri alueilla järjestettiin runsaasti.
- Yhteistyötä palveluiden järjestämiseksi tehtiin paljon ja sitä oltiin jatkossa halukkaita lisäämään
- Johtopäätös: Resurssit tulee suunnata yhteistyön kehittämiseen, eikä palveluiden tarjonnan lisäämiseen
- Kyselyn tuloksena myös yhteystietoja ja paljon tietoa toiminnan sisällöstä

(Korpelainen 2011)

# Kuntapilotin yhteistyötahot v. 2010-2011



- **Kuntapilotin ohjausryhmä:** SAKTA, Salon seurakunta, Syty ry, Salva ry, vanhusneuvosto, kulttuuripalvelut, liikuntapalvelut, terveystalvelut, vanhuspalvelut
- **Kuntapilotin neuvontakeskuksen yhteistyöryhmä:** Eläkeliiton Halikon Yhdistys ry, Halikon Eläkkeensaajat ry, Halikon Kaffekellari ry, Oikeutta Eläkeläisille ry, Halikon seudun osasto, Salon Seudun Osteoporoosiyhdistys ry
- **Muut tahot, joiden kanssa on tai on ollut yhteistyötä:** Salon Muistiyhdistys, Salon Seudun Mielenterveysseura, Salon seurakunta, kulttuuripalvelut, kulttuuripalvelujen VILTTI-hanke, liikuntapalvelut, Turun AMK:n Salon opiskelijat, Salon AKK:n opiskelijat, kirjastopalvelut, puistoyksikkö, terveystalvelut

# Kiitos!

Projektikoordinaattori Outi Korpelainen  
Toimintakykyisenä ikääntyminen  
-hanke / KASTE  
Salon kaupungin vanhuspalvelut  
outi.korpelainen@salo.fi  
p. 044-778 3281

Lisätietoja:

[www.salo.fi/vanhuspalvelut/ikakeskusmajakka](http://www.salo.fi/vanhuspalvelut/ikakeskusmajakka)

[www.facebook.com/ikakeskusmajakka](http://www.facebook.com/ikakeskusmajakka)

[www.satshp.fi](http://www.satshp.fi)

[www.salonika.info.fi](http://www.salonika.info.fi) (julkistetaan huhtikuussa 2012)

