



**SUUNNITELMA IKÄÄNTYVIEN HYVINVOINNIN
EDISTÄMISESTÄ KEMINMAAN KUNNASSA VUOSINA 2021-2024**



Terveystyöryhmän edistämisen työryhmä 2021

Sisällysluettelo

1.Johdanto	3
2.Terveiset työpajasta	5
3.Ikäihmisten hyvinvointisuunnitelman visio ja tavoitteet.....	8
3.1 Keminmaan kunnan visio vuoteen 2021	8
3.2 Visio ikäihmisten hyvinvoinnin tukemiseen	9
3.3 Tavoitteita ikäihmisten hyvinvoinnin tukemiselle	10
4.Kulttuurinen hyvinvointi ja hyvinvoinnin lisääminen kulttuurin keinoin	11
4.1 Kulttuurinen hyvinvointi	11
4.2 Kulttuuritoiminnan terveyttä edistävät ja hoitavat vaikutukset	15
5.Keminmaan nykytila väestötietojen, ikäihmisten määrän ja palveluiden käytön näkökulmasta	17
5.1 Väestöennuste, huoltosuhde, palveluiden tarve.....	18
6.Ikäihmisten palveluiden kehittäminen suunnitelmavuosina	21
6.1 Ikäihmisten osallisuuden ja järjestöyhteistyön kehittäminen	21
6.2 Ikäihmisten hyvinvointia tukevien kulttuuripalveluiden kehittäminen	22
6.3 Ikäihmisten hyvinvointia tukevien asuinympäristöjen ja liikennepalveluiden kehittäminen.....	25
6.4 Ikäihmisten hyvinvointipalveluiden kehittäminen	27
6.4.1 Terveyden ja hyvinvoinnin edistämistä tukevien palveluiden kehittäminen ...	29
6.4.2 Palveluohjauksen, -neuvonnan ja palvelutarpeen arvioinnin kehittäminen ...	33
6.4.3 Ikäihmisten hyvinvointia tukevien kotiin vietävien palveluiden kehittäminen .	35
6.4.3 Ikäihmisten hyvinvointia tukevien omais- ja perhehoidon kehittäminen	38
6.4.5 Ikäihmisten hyvinvointia tukevien asumispalveluiden kehittäminen	40
6.4.6 Ikäihmisten hyvinvointia tukevien terveystalveluiden kehittäminen	42
7.Yhteenveto Keminmaan kunnan ikäihmisten palveluiden kehittämissuunnitelmasta vuosille 2020-2030	43

1.Johdanto

Hyvinvointia edistävää suunnitelmaa ohjaa vanhuspalvelulaki ja sen suositukset. Edellinen laatusuositus hyvän ikääntymisen turvaamiseksi ja palvelujen parantamiseksi on annettu vuosille 2020 - 2023. Vanhuspalvelulaki (980/2012) velvoittaa kunnilta toimenpiteitä, joilla tuetaan ikääntyneen väestön hyvinvointia, terveyttä, toimintakykyä ja itsenäistä suoriutumista. Lain tarkoitus on parantaa ikääntyneen väestön mahdollisuutta osallistua elinoloihinsa vaikuttavien päätösten valmisteluun ja tarvitsemiensa palvelujen kehittämiseen kunnassa.

Laatusuosituksella tuetaan ja konkretisoidaan vanhuspalvelulain toimeenpanoa. Laatusuosituksen uudistamisen tavoitteena on turvata terve ja toimintakykyinen ikääntyminen sekä laadukkaat ja vaikuttavat palvelut ikäystävällisessä kunnassa. Erityisesti on kiinnitettävä huomioita iäkkäiden riskiryhmiin, joilla on mm. muistin heikkenemistä, yksinäisyyttä, vähävaraisuutta ja /tai runsasta päihteiden käyttöä. Kehitettävää on asumisen vaihtoehdoissa, ennakoinnissa, kotiin annettavien palvelujen palveluvalikossa, kotiutuspalveluissa sekä omais- ja perhehoidossa. Tehokas ennakoiva työ ehkäisee ongelmia ja myöhentää toiminnan vajeiden syntymistä.

Sosiaali- ja Terveysministeriön (STM) laatusuosituksen mukaisesti palvelurakenne ja elinympäristö tulee suunnitella yhtenäisenä ja integroituna kokonaisuutena. Lisäksi STM:n suosituksissa korostetaan turvallisen ja toimintakykyisen ikääntymisen sekä laadukkaiden ja vaikuttavien palveluiden turvaamista kunnassa. Suunnittelussa tulee ottaa huomioon yli 75-vuotiaiden toimintakyvyn kehitys, uudet palvelutarpeen aiheuttajat, kuten etenevät muistisairaudet, taloudellinen tilanne, esteettömyys ja turvallisuus, kielelliset tarpeet ja kulttuuriset eroavuudet. On tunnistettava suuret palvelujen tarvitsijaryhmät, joiden palvelurakennetta ja kohdentumista on seurattava erikseen. Keskeisiä huomioitavia asioita väestön ikärakenteen muutoksessa ovat ikäihmisten perhe- ja koti- sekä omaishoidon kehittäminen. Varhaisella puuttumisella voidaan jopa estää toimintavajeiden ilmeneminen.

Keminmaan kuntastrategiassa on huomioitu, että hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen on yksi kunnan perustehtävistä. Keminmaan kuntastrategian tavoitteet painottuvat edelleen lähivuosina hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseen. Keminmaan kunnan sivistyspalveluihin on perustettu hyvinvointiohjaajan toimi. Hyvinvointiohjaajan tarkoituksena on tuottaa ennaltaehkäiseviä palveluita kaikille ikäryhmille. Terveyden edistämisen työryhmä toimii yli kunnan hallintorajojen.

Hoivaa ja huolenpitoa tarvitsevien ikäihmisten määrä on Keminmaalla väestörakenteeseen nähden huomattava. Tämän vuoksi Keminmaan kunnassa tulee kehittää ikäihmisten hyvinvointia tukevia palveluja ja rakenteita. Ikäihmiset ovat usein aktiivisina toimijoita, eivätkä pelkästään palveluiden käyttäjiä. Ikäihmisten määrän kasvu edellyttää, että Keminmaan kunta ottaa huomioon muuttuneen tilanteen ikäihmisten tarpeissa ja palveluiden järjestämisessä. Palveluiden painopisteen tulee olla ensisijaisesti kotihoitopalveluissa ja on turvattava niiden helppo saatavuus. Lisäksi kunnan tulee huolehtia esteettömästä ja turvallisesta kehittämisestä. Ikäihmiset tulee huomioida omana ryhmänään osallisuuden erilaisia toimintatapoja kehitettäessä.

Lisäämällä ikäihmisten osallisuutta, kuten osallistaa arjen kulttuurin suunnitteluun sekä yksinäisyyden torjuntaa tai elinympäristöjä kehittämällä, tuetaan itsenäistä asumista. Ikäihmisille pitää olla tarjolla erilaisia ja monipuolisia asumisratkaisuja, joiden avulla kotona asuminen onnistuisi mahdollisimman pitkään.

Suunnitelma ikääntyvien hyvinvoinnin edistämistästrategian tekeminen on aloitettu työpajatyöskentelyllä. Työpajassa nousi esille tarve kehittää erilaisten arjen kulttuuripalvelujen tuottamista ikäihmisten hyvinvoinnin tueksi. Tämän vuoksi kulttuurihyvinvoinnin keminmaalaisten ikäihmisten arkeen on valittu keskeiseksi myös tässä suunnitelmassa. Tähän suunnitelmaan on tuotu erilaisia taiteen ja kulttuurin näkökulmia ikäihmisten hyvinvoinnin edistämiseksi.

Taide- ja kulttuuritoiminnan rakenteisiin juurtumisen kannalta on olennaista, että maakunnat ja kunnat laativat taiteen ja kulttuurin saatavuutta ja saavutettavuutta koskevat tavoitteet ja sisällyttävät ne osaksi suunnitteluaan, toimintaansa ja seurantaan.

Tämän suunnitelma on syntynyt monitasoisen yhteistyön tuotoksena. Suuntaviivat suunnitelmalle on saatu työpajassa, jossa oli edustus kunnan eri hallintokunnista, seurakunnasta, vanhusneuvostosta ja järjestöistä. Mittavan työpanoksen suunnitelman valmistumiseen antoi geronomi-opiskelija Virpi Sipola. Hän on vastannut suunnitelman koko kulttuurin vaikutuksen hyvinvointiin osuudesta. Suunnitelmaa on alun perin rakennettu terveyden ja hyvinvoinnin edistämisen työryhmän suunnitelman pohjalta. Lisäksi suunnitelman teossa on tehty yhteistyötä Mehiläinen Terveyspalveluiden ja Keminmaan vuokra-asuntojen edustajien kanssa.

Jatkossa ikääntyvien hyvinvoinnin edistämistä tukeva suunnitelma on tarpeen yhdistää osaksi kunnan hyvinvointikertomusta. Hyvinvointikertomus toimii myös kunnan toiminnan ja talouden suunnittelun perustana ja näin voidaan varmistaa, että ikäihmisten osuus tulee huomioitua koko kuntaa koskevassa suunnittelussa.

2. Terveiset työpajasta

Ikääntyvien hyvinvointistrategian laatimisen painopisteitä selvitettiin siis monitoimijaisessa työpajassa, joka järjestettiin jo vuonna 2018. Työpajan tuotoksena syntyi paljon erilaisia näkökulmia ikäihmisten hyvinvoinnin tukemiseen. Järjestetyn työpajan ajatuksena kirjattiin ehdotuksia yksinäisyyden lievittämiseksi sekä toimintakyvyn että terveyden parantamiseksi. Työpajassa nousi esimerkiksi seuraavanlaisia ajatuksia:

- Yksinäisyyden lievittäminen "Keittolounastreffien", kylätalojumppien tai äiti/tytär jumppia järjestämällä, ikäinstituutin pilotointimahdollisuudet.
- Ohjaus- ja neuvontapalveluita toivotaan kehitettävän lisää, kuten esimerkiksi asumispalveluita, omaishoitoa, perhehoitoa ja kotikuntoutusta. Toivottiin parannettavan neuvonnan ja ohjauksen saatavuutta. Ryhmä koki, että henkilöstöä tulee kouluttaa ohjaus- ja neuvontapalveluosaamiseen ja he korostivat sen tärkeyttä.
- Kotikuntoutusta toivottiin kehitettävän kotihoidon ohella niin, että se on aktiivista ja mukaan toteutukseen otetaan teknologiaa. Ryhmäkuntoutuksen mahdollisuutta toivottiin järjestettävän ilman lähetettä. Tämän avulla voidaan saada toisilta vertaistukea.

- Intervalli -tyyppisen kuntoutuksen järjestäminen muun muassa omaishoidettaville koettiin myös tärkeäksi sekä omaishoitajille että hoidettaville.
- Lisäksi toivottiin kehitettävän sellaista palvelua, jossa omainen voi äkilliseen tarpeeseen saada nopeasti apua hoidettavalle. Omaishoitajille on tarvetta järjestää valmennusryhmä vuosittain, koska tällä tavoin omaishoitajat saavat vertaistukea ja voimaa omalle jaksamiselleen. Esimerkiksi Uuden pappilan Pulssi kahvilaa voidaan käyttää toiminnan tukena.
- Muistituvan kotikäynneillä voidaan järjestää henkilölle ohjeistusta saatavilla olevista turvapalveluista ja samalla kartoittaa palvelujen tarve kunkin henkilön kohdalla. Turvapalvelusta tiedottamista tarvitsijoille pidetään tärkeänä.
- Seniorikortin toivotaan tarjoavan edullisempaa mahdollisuutta ikäihmisen osallistumista muun muassa erilaisiin harrastusmahdollisuuksiin.

Työpajalla mietittiin moniammatillisesti uusia keinoja ikäihmisten hyvinvoinnin lisäämiseksi. Tiimin pohdinnoista kerätystä aineistosta kävi ilmi mm. että ikäihmisille on tarpeen tarjota arjen kohtaamispaikka, monitoimitalo, jossa voidaan järjestää erilaisia tapahtumia ja juhlia. Monitoimitalo mahdollistaa toiminnan ja sen tavoitteena on monipuolinen kulttuuritarjonta, joka toisaalta voi lisätä ikäihmisten hyvinvointia arjessa. Tällöin ikäihmiset voivat pääsääntöisesti itse olla järjestämässä tapahtumia ja lisäämässä osallisuuden mahdollisuuksia, eikä vain etsimässä kokemuksia palvelun käyttäjinä.

Monitoimitalo -tilaa voidaan käyttää myös ilman ikärajoja. Tällä tavoin paikan mahdollisimman runsas käyttö mahdollistuu. Esimerkkinä mainittakoon illanvietto, jossa nuoret opastavat ikäihmisiä digimaailmaan tai eri kulttuuritaustoista tulevat ihmiset jakavat osaamistaan ja kulttuuriaan. Näihin tapahtumiin tulee järjestää sopivat liikenneyhteydet liikkumisen ja osallistumisen helpottamiseksi. Kulttuuripalveluihin pitää jatkossa panostaa alueellisesti enemmän. Keminmaan kunnalla on tällä hetkellä laajasti erilaisia liikuntapalveluita tarjolla ikäihmisille.

Työpajassa mietittiin, kuinka kulttuuripalveluja voidaan lisätä niin, että myös ikäihmiset voivat osallistua niihin. Yksi vaihtoehto on tehdä niin kuin Luumäellä on aiemmin tehty. Siellä toteutetaan Kulttuuribussi toimintaa. Tämän tarkoituksena on, että linja-autokuljetus järjestetään ikäihmisille paikkakunnan nähtävyyksien ja kulttuuritarjonnan mukaan. Keminmaalla voidaan toteuttaa samantapaista toimintaa esimerkiksi yli kuntarajojen, yhteistyössä lähikuntien, kuten Kemin ja Tornion kanssa. Kulttuuribussilla on tarkoitus päästä osallistumaan oman valintansa mukaan kulttuuritoimintaan, ikärajoittomasti. Kuntayhteistyö voidaan kehittää myös siten, että edesauttaisi myös kulttuuripalvelutarjontaa lähiseudun turisteille.

Kulttuurielämyksien tarjoaminen, niihin osallistuminen tai niiden toteuttaminen ovat erilaisia vaihtoehtoja luoda hyvää oloa, hyvinvointia. Jokainen ikäihminen voi oman valintansa mukaan osallistua parhaaksi katsomallaan tavalla. On tärkeää kehittää uusia keinoja osallisuuden mahdollistamiseksi eri toimintakykyisille ikäihmisille.

Ehdotuksia kulttuurin tuomisesta lähemmäs ikäihmisiä

- Taidenäyttelyn pystyttäminen palvelutaloon tai kyläkahvilaan.
- Vapaa sivistystyö
- Tanssiesityksen tuominen lähelle ikäihmisten palveluita helposti saavutettavaksi kokemukseksi.
- Ikäihmiset voisivat olla lukemassa satuja kirjastolla tai vaihtamassa kokemuksia ja osaamista nuorten kanssa. Myös sairaalavierailut olisivat mahdollisia.
- Ikäihmisten tanssi/jumppaesitys päiväkodeissa, yhteistyössä lasten kanssa. Muistiongelmistä kärsiville musiikkiterapiaa, esim. päivätoiminnassa.
- Omaishoitajille virkistysillamat taiteen parissa.
- Musiikki-interventio esim. palvelutalossa tai kylätalossa.
- Näytelmäryhmän perustaminen ikään katsomatta.
- Tanssia, luovaa kirjoittamista, laulua/musiikkia ja visuaalisia taiteita osaavan ohjaajan opastuksella.
- Taidetta reseptillä (Artlift-ohjelma, Iso-Britannia; tutkitusti säästöjä lääkäri- ja sairaalakäynneissä).

- Opiskelijoiden käyttö lukijoina palvelutalossa
- Senioritanssit, on suosittua ikäihmisten keskuudessa

Vaihtoehtoja on rajattomasti ja yhteistyötä tulee kehittää eri toimijoiden kesken. Eläkeliiton Keminmaan yhdistys ry, seurakunta ja muut järjestöt voivat tehdä kunnan kanssa yhteistyötä ja kehittää hyvinvointi osaamista eteenpäin perustettavan työryhmän avulla. Toivottavaa on, että otetaan mukaan yhteistyökumppaneita yli kuntarajojen. Tällöin kustannuksia voidaan jakaa ja tarjontaa laajentaa.

Vuorovaikutusta syntyy ja toimii hyvin etäyhteyksin digitaalisesti. Yhteistyökumppaneiden apu kotona ikäihmisten selviytymisessä, on hyödyntää digitaalisia palveluja, kuten esimerkiksi Arctic Connect Oy:n kuvapäätepalvelua tabletin avulla. Lisäksi seurakunnan palveluja on mahdollista välittää ikäihmisten koteihin digitaalisia laitteita hyödyntäen. Tämän toteutukseen tarvitaan lisäresursseja. Myös digipuhelinpalvelu mahdollistaa keskustelun vapaaehtois-työntekijän kanssa uudella tavalla (toimivan kotihoidon käsikirja. 2018, 57). Kuvallisen digipuhelimen käyttö tarjoaa mahdollisuuden etäisyyksien päässä asuvien omaisten kontakteissa. Laitteen voisi tulevaisuudessa lainata esimerkiksi kirjastosta.

3. Ikäihmisten hyvinvointisuunnitelman visio ja tavoitteet

3.1 Keminmaan kunnan visio vuoteen 2021

Keminmaan kunnanvaltuusto on hyväksynyt kuntastrategian vuosille 2021-2022. Keminmaan kunnan visio päivitetään aina strategian teon yhteydessä.

Kuntastrategiassa kunnan visio vuoteen 2021

"Keminmaa luo kuntalaisten terveyttä, hyvinvointia ja turvallisuutta yhteistyössä yksityisen ja kolmannen sektorin kanssa. Keminmaasta kasvaa alueen hyvinvointipalvelujen keskus, joka aikaansaa työllisyyttä ja kasvua."

Keminmaan kuntastrategiassa on huomioitu, että hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen muuttuu yhä enemmän kunnan perustehtäväksi. Keminmaan kuntastrategian tavoitteet vuosille 2022-2023 painottuvatkin hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseen. Esimerkiksi Keminmaan kunnan sivistyspalveluihin on perustettu

hyvinvointiohjaajan toimi, jossa tuotetaan ennaltaehkäiseviä palveluita kaikille ikäryhmille. Terveystyöryhmä toimii yli kunnan hallintorajojen.

3.2 Visio ikäihmisten hyvinvoinnin tukemiseen

Keminmaan kunnassa ikäihmiset ovat mukana kunnan palveluiden ja elinympäristön kehittämisessä aktiivisina kuntalaisina, myös järjestöjen toiminnassa, päätöksenteossa sekä suunnittelussa ja arvioinnissa. Heidän elämäkokemustaan käytetään hyväksi kaikkien asukkaiden hyvinvoinnin lisäämiseksi alueen ja palveluiden suunnittelussa.

Keminmaan kunta haluaa tarjota ikäihmisilleen hyvinvointia lisääviä ja ylläpitäviä palveluja oikea-aikaisesti ja riittävän määrän suhteessa palveluiden tarpeeseen. Avuksi tulee ottaa uusi ennakoiva näkökulma, taiteen ja kulttuurin käyttö ikäihmisten hyvinvoinnin edistämiseksi ja palveluiden kehittämisessä. Taiteella, kulttuurilla pyritään luomaan menetelmiä ja välineitä ihmisten väliselle kohtaamiselle. Sillä halutaan lisätä ikäihmisten osallisuutta, vaikutusmahdollisuuksia ja mahdollistaa voimaantumisen tunteen kokemus. Ikäihmisille halutaan antaa oikeutettu osallistumismahdollisuus iästä tai toimintakyvystä riippumatta, henkilökohtaisten voimavarojen mukaan. Ajatuksena on saada ikäihmiset aktiivisesti huolehtimaan omasta terveydestään ja toimintakyvystään oma vastuu huomioiden. Taiteella ja kulttuurilla voidaan parantaa monipuolisesti ikäihmisten toimintakyvyn tasoa sekä kehittää jo olemassa olevien palveluiden vaikuttavuutta. Kunnassa halutaan vaikuttaa toimintakyvyltään heikkojen muistiongelmaisten ja omaishoitajien kasvaviin hyvinvointiongelmiin, esimerkiksi taidetta ja kulttuuria hyväksikäyttäen sekä tukimuotoja kehittäen.

Jokaiselle keminmaalaiselle ikäihmiselle tarjotaan välineitä omaan ikääntymiseen varautumiseen. Ikäihmisille halutaan tarjota neuvontapalvelua ja ohjausta ajankohtaisissa ongelmissa matalankynnyksen menetelmillä sekä lisätä heidän digiosaamista tukimenetelmin. Palveluiden saatavuus ja saavutettavuus on oleellista myös alueellisesti. Kunnassa pyritään reagoimaan väestörakenteen muutoksiin ja niiden aiheuttamiin asutokannan muutostarpeisiin. Ikääntyvien kuntalaisten toivotaan varautuvan ikääntymiseen ja suhtautuvan vakavasti omaan tulevaisuuteen sekä toimintakyvyn mahdollisiin muutoksiin.

Ikääntyvien toivotaan tekevän valmiita suunnitelmia tulevaisuuden varalle, myös asumismuodon ja -paikan suhteen.



3.3 Tavoitteita ikäihmisten hyvinvoinnin tukemiselle

Keminmaan kunnan ikääntyvien hyvinvointisuunnitelman tavoitteena on tukea kunnan palveluiden suunnittelua, niin että palvelurakenne mahdollistaa kuntalaisten ikääntymisen vireinä ja hyväkuntoisina, yhteiskunnan arvostettuina yksilöinä, jotka ottavat vastuuta omasta jaksamisestaan ja osallisuudestaan. Keminmaan kunnan ikäihmisten palveluiden toiminta-ajatuksena on tarjota ikääntyville henkilöille heidän tarpeitaan vastaavaa palvelua oikea aikaisesti, tarvittavissa määrin. Yhteistyötä tehdään kolmannen sektorin, yksityisten palveluntarjoajien sekä asiakkaiden, omaisten ja muiden kuntalaisten kanssa.

Keminmaan kunnan tavoitteisiin kuuluu ikäihmisten mukanaolo kunnan palveluiden ja elinympäristön kehittämisessä aktiivisina kuntalaisina, järjestöjen toiminnassa, päätöksenteossa sekä suunnittelussa ja arvioinnissa. Ikäihmisille on tarjolla erilaisia arjen kulttuuripalveluita ja kohtaamispaikkoja. Ikäihmisille välitetään tietoa

toimintakykyä ja terveyttä koskevissa asioissa, kuten ravinnosta, liikunnasta ja muista harrastuksista ja palveluista. Ajatuksena on, että ikäihmiset ensisijaisesti omalla toiminnallaan säilyttävät terveytensä ja toimintakykynsä ja heitä kannustetaan liikkumaan ja ylläpitämään lihaskuntoaan.

4. Kulttuurinen hyvinvointi ja hyvinvoinnin lisääminen kulttuurin keinoin

4.1 Kulttuurinen hyvinvointi

Hyvinvointi perustuu tasa-arvoon ja ihmisten kyvykkyyteen toimia yhteiskunnassa tavoilla, joilla he saavuttavat tunteen yhteisöllisyydestä, osallisuudesta, elämänilosta ja mielekkäästä tekemisestä. Hyvinvointi koostuu kokonaisvaltaisesta psyykkisestä, fyysisestä, sosiaalisesta sekä emotionaalisesta hyvästä olost. Se koostuu myös ihmisen itsensä, hänen läheistensä, lähiympäristön ja yhteiskunnan toiminnasta yhteisen hyvän luomiseksi. Keskeistä on kyky, oikeus ja mahdollisuus käyttää hyvinvointia lisääviä toimintoja tasa-arvoisesti.


Kulttuurihyvinvointi on kulttuuristen tarpeiden täyttymistä; ihminen on kulttuurinen, luova, itseään ilmaiseva ja kommunikoiva olento riippumatta iästään, voinnistaan tai elinolosuhteistaan (Sitra, 2017).

Suomen perustuslaissa, YK:n ihmisoikeuksien julistuksessa ja useissa Suomea sitovissa kansainvälisissä ihmisoikeussopimuksissa turvataan myös ikäihmisten oikeus osallistua taiteisiin ja kulttuuriin sekä kehittää itseään ja yhteisöään näiden avulla. (Malmivirta, H. 2017, 16.)

Kulttuuriset oikeudet ovat itsessään perustuslain turvaamia. Yhdenvertaisuus vaatimuksella on tässä kohtaa perustuslaillinen perusta. Ikä, etninen tausta, kansallinen alkuperä, kansallisuus, kieli, uskonto, vakaumus, mielipide, terveydentila, vammaisuus, sukupuolinen suuntautuminen tai muu henkilöön liittyvä syy eivät saa vaikuttaa ihmisten palveluiden saamisen mahdollisuuksiin. Kulttuuri ja taidepalveluita tarvitaan erityisesti silloin, kun pyritään ehkäisemään syrjäytymistä, eristäytymistä, yksinäisyyttä, mielenterveysongelmia sekä pyrkiessä edistämään kulttuuri-integraatiota ja elämän merkityksellisyyttä. (Malmivirta, H. 2017, 18, 20.)

Tutkimuksissa on todettu, että taiteella ja taiteellisella toiminnalla on positiivisia vaikutuksia fyysiseen terveyteen, mielen hyvinvointiin sekä koettuun hyvinvointiin, elämänlaatuun ja onnellisuuteen. Taiteellisen toiminnan on havaittu voivan esimerkiksi parantavaa hoitotuloksia ja vähentää fyysistä ja psyykkistä huonoa oloa. Sen on todettu myös vähentävän rauhoittavien lääkkeiden sekä kipu- ja unilääkkeiden tarvetta. Taiteen käytön on huomattu vähentävän yksinäisyyden tunnetta ja lisänneen sosiaalisuutta. Lisäksi kulttuurin käytön hyvinvoinnin tukena on voitu todeta ehkäisevän negatiivisia tunteita, kuten esimerkiksi masentuneisuutta, ahdistuneisuutta ja surullisuutta. Sen on huomattu myös helpottavan mielenterveyden haasteiden kanssa pärjäämisessä. (Taikusydän 2017.)

Tutkimuksissa on esitetty, että taiteella ja taiteellisella toiminnalla on edistävä vaikutus kansalaisten osallistumiseen. Kulttuurillisesti aktiivisesti osallistuneiden on todettu myös olevan esimerkiksi aktiivisempia äänestäjiä ja vapaaehtoistyön tekijäitä.



Sosiaalinen hyvinvointi	Terveys	Oppiminen	Talous	Ympäristö	Kulttuurinen kestävyys
<ul style="list-style-type: none"> Sosiaalinen osallistuminen ja osallisuus Sosiaaliset taidot ja vuorovaikutustaidot Sosiaalinen pääoma Syrjäytymisen ehkäisy Kulttuurinen ja sosiaalinen moninaisuus Kriittinen ajattelu Aktiivinen kansalaisuus Elin- ja asuin-ympäristöjen kehitys 	<ul style="list-style-type: none"> Terveyttä edistävät ja hoitavat vaikutukset Kansanterveys Koettu terveys ja elämänlaatu Mielenterveys ja mielen hyvinvointi Hoitoympäristöt ja hoidon laatu Lääketieteen koulutus Työhyvinvointi 	<ul style="list-style-type: none"> Älylliset kyvyt ja akateeminen suoriutuminen Itsetuntemus, tunnetaidot ja sosiaaliset taidot Opetuksen ja koulutuksen tukeminen Elinikäinen oppiminen Organisaatioiden kehittyminen 	<ul style="list-style-type: none"> Kulttuuri toimialana ja työllistäjänä Kerrannais- ja läikkymisvaikutukset Kulttuuriturismi Alueiden ja kaupunkien kehitys Luovan talouden kehitys Säästöt julkisissa kustannuksissa 	<ul style="list-style-type: none"> Tiedon ja ymmärryksen lisääminen Esikuvan tarjoaminen Vaihtoehto kestävään kulutukseen 	<ul style="list-style-type: none"> Kulttuurin roolit kestävässä kehityksessä Kulttuuriperintö ja kulttuuri-identiteetti Kulttuurien moninaisuus ja ymmärrys

(Sitra 2019)

Vanhuuteen kuuluu kokemustietoa ja tarinoita - taide rakentaa niille näkyvyyttä. Taide luo tiloja, menetelmiä ja välineitä itsen ja toisen kohtaamiselle. Se luo osallisuutta, mahdollisuutta vaikuttaa, tulla kuulluksi ja olla merkityksellinen.

Taiteen tekemisellä on vahvistava vaikutus joustavaan käyttäytymiseen ja emotionaalisuuteen. Sen on todettu tukevan sellaisten strategioiden haltuun ottamista, jotka auttavat selviytymään myöhempien ikävuosien elämänmuutoksissa. Taiteissa opitaan asioiden toisin näkemistä, kykyä ratkaista ongelmia, osaamisen ja merkittävyyden tunnetta, elämän tavoitteellisuutta sekä sosiaalisen yhteenkuuluvaisuuden vahvistumista. Näillä on tutkimusten mukaan vaikutusta ikäihmisten hyvinvoinnin eri ulottuvuuksiin. (Malmivirta 2017, 47.)

Laajat tutkimuskatsaukset ovat osoittaneet, että taideinterventioihin osallistuminen ja niissä rakentuvat taiteen kokemukset vaikuttavat merkittävästi ikäihmisen hyvinvointiin ja terveyteen. Ryhmissä toteutettavaan musiikin, kuvataiteen, tanssin, näyttämötaiteen, kirjallisuuden tai käsityön toimintaan osallistuminen näyttäisi sekä laadullisen että määrällisen tutkimustiedon mukaan edistävän ikääntyvien yli 60- vuotiaiden

- kognitiivista kyvykkyyttä; muisti, uusien asioiden oppiminen, itsetunto, identiteetti
- sosiaalisten suhteiden merkitystä; yhteisöön kuuluminen, merkityksellisyys, yhdessä oppiminen
- taiteesta ja taidetoiminnassa oppimistaiteen ymmärtämistä; taiteen alueet, taiteen tekemisen menetelmät ja välineet
- rohkeutta kohdata uusia haasteita
- myönteistä suhtautumista tuleviin vuosiin -oman äänen kuulluksi tulemista

Näillä toimenpiteillä voitaisiin siis vahvistaa useiden riskiryhmien toimintakykyä taiteen ja kulttuurin keinoin. Sosiaali- ja terveysministeriönkin huomioimia riskiryhmiä ovat esimerkiksi muistiongelmaiset, yksinäisyyttä kokevat, pienituloiset ja päihteiden väärinkäyttäjät sekä eri kulttuuritaustaiset henkilöt, ei siis pelkästään ikäihmiset. Myös omaishoitajat tulee ottaa huomioon ikäihmisten hyvinvointia kehitettäessä taiteen keinoin. Taidetoiminnalla on huomattu olevan myös vaikutusta turvallisuuden tunteeseen osallistumisrohkeuden lisääntyessä.

Tutkimuksissa on huomattu, että esimerkiksi yksilöllisesti suunnitellut taidehetket ja tapahtumat saivat aikaan positiivista vaihtelua päivän kulkuun. Vanhukset kokivat itsensä merkityksellisiksi eivät vain hoidon kohteiksi. Hyvinvointi lisääntyi heidän itsetuntonsa ja sosiaalisen pääomansa vahvistuessa. Samaan aikaan hoitajien kirjaamiskäytänteet muuttuivat aiempaa kuvailevammiksi, asiakaslähtöisemmäksi. He kirjoittivat muun muassa siitä, miten vanhukset olivat osallistuneet taidetoimintaan. Hoivapaikoissa tehtiin kulttuurisuunnitelma vanhusten ollessa mukana päättämässä heille mieluisista menetelmistä. Taiteen käytön hoitotyössä todettiin edistävän potilaiden ja henkilökunnan välistä kommunikaatiota, auttavan raportointikuvauksissa ja vahvistavan vuorovaikutusta. Henkilökunnan työhyvinvointi lisääntyi, mielialansa oli positiivinen, potilas-hoitajasuhde vahvistui, työilmapiiri parani ja yleinen hyvinvointi lisääntyi. (Malmivirta 2017, 48.)

Osallistuminen ja osallisuus yhteisölliseen taidetoimintaan voi auttaa vähentämään yksinäisyyttä ja eristäytyneisyyttä. Taidetoiminta voi tukea kykyä luoda uusia positiivisia suhteita ja rohkaista osallistumaan yhteisölliseen ja yhteiskunnalliseen toimintaan. Se voi myös tarjota osallistujalle kokemuksen nähdä, kuulla ja arvostetuksi tulemisesta. Taiteelliseen toimintaan osallistumalla, henkilö voi jakaa kokemuksia, näkemyksiä ja tunteita yhdessä muiden kanssa, kunnioittavassa ja kannustavassa ilmapiirissä. Yhdessä tekemällä parannetaan vuorovaikutustaitoja, kuten kommunikaatio- ja neuvottelutaitoja sekä erimielisyyksien ratkaisemiseen liittyviä taitoja. Ryhmässä tekemällä voidaan mahdollistaa ja kehittää empatiakykyä, kuten muiden huomioimista tai kannustavaa asennetta ja vastuunottoa.

(Malmivirta 2017, 48.)

Taide- ja kulttuuritoiminnan on todettu tutkimuksissa lisäävän osallistujien sosiaalisten verkostojen määrää ja laatua sekä luottamusta ihmisiin. Sen on todettu myös mahdollistavan omien vahvuuksien ja kykyjen sekä kiinnostuksen kohteiden tutkimisen ja tunnistamisen. Taiteen tekijänä tai osallistujana voi kokea voimaantumista, parantaa itseluottamusta ja rohkeutta. Voimaantumista saa huomattavasti oppivansa jotain uutta ja itseluottamusta puolestaan ryhmätöiden kehittyessä. Itseilmaisutaitojen ja itsesäätelyn kehittyminen on myös osa voimaantumista. Kaikki tämä parantaa kykyä selviytyä sosiaalisissa ympyröissä.

(Malmivirta 2017.)

Taiteella voidaan yhdistää sellaisia tahoja, jotka eivät aiemmin ole olleet tekemisissä. Taiteellisella toiminnalla voidaan lisätä ymmärrystä vieraista ihmisistä ja asioista, sekä auttaa muuttamaan ennakkokäsityksiä ja hyväksymään erilaisuutta. Yhteisöllisellä taiteen tekemisellä on voitu tutkimuksen mukaan tukea kulttuurista oppimista ja lisätty ymmärrystä uskomuksista, arvoista ja tavoista. Toiminnalla voidaan muuttaa totuttuja ajattelu-, toiminta- ja käyttäytymismalleja. (Malmivirta 2017.)

Taidetoiminta voi kehittää tietoisuutta ympäröivästä yhteiskunnasta ja sen rakenteista, tarjota mahdollisuuden omien oikeuksien ja velvollisuuksien pohtimiseen sekä mahdollisuuden järjestäytymiseen. Oman elämän reflektointi on mahdollista taiteellisen toiminnan kautta, samalla voi löytää uusia selviytymisstrategioita ja resursseja elämäänsä (Malmivirta 2019.)

Osallistavan taidetoiminnan on huomattu vaikuttavan rohkaisevasti ikäihmisten osallisuuteen, lisäämällä heidän haluaan osallistua asuinalueensa ja elinympäristönsä kehittämiseen. Taidetoiminta tukee alueen monimuotoisuutta ja lisää viihtyisyyttä, edistää turvallisuutta sekä vähentää rikollisuuden pelkoa. Tämän toiminnan toteuttamiseksi olisi hyvä olla kunnan tarjoamat tilat, joissa voitaisiin ikäraajattomasti osallistua ja lisätä kuntalaisten hyvinvointia. (Sitra 2019.)

4.2 Kulttuuritoiminnan terveyttä edistävät ja hoitavat vaikutukset

Taiteiden käyttöä ja taiteen merkitystä on tutkittu esimerkiksi osana hoito- ja hoivatyötä. Sen on todettu parantavan hoitotuloksia ja vähentävän oireita fyysisesti ja psyykkisesti. Myös lääkkeiden määrää on voitu vähentää. Taiteellisen toiminnan on todettu voivan vähentää stressiä ja ahdistuneisuutta sekä auttaa hoitojen sivuvaikutusten sietämistä. (Sitra 2019.)

Esimerkiksi *Parkinsonin tautia* sairastavien elämässä voidaan tasapainoon tai toiminnalliseen liikuntakykyyn, motoriikkaan vaikuttaa tanssin keinoin. Myös elämän laadun on todettu parantuneen. Myös eritasoiseen *dementiaan* sairastuneille on saatu apua taiteen katsomisella, kokemisella ja tekemisellä. Toiminnan on havaittu

vaikuttavan positiivisesti kognitiiviseen toimintaan ja prosesseihin. *Kroonisesta hengityssairaudesta* kärsivä voi säännöllisellä laulamisella parantaa hengittämistään ja elämänlaatuaan. Musiikin kuuntelulla on puolestaan tutkitusti vaikutusta aivoinfarktista toipumisessa. Musiikilla on mm. aivojen plastisuutta eli muovautuvuutta kuntoutusvaiheessa lisäävä vaikutus. Se myös nopeuttaa puhehäiriön paranemista ja edistää kognitiivisten toimintojen palautumista. (Sitra 2019.)

Hyväksi koetulla terveydellä on havaittu olevan yhteys virikkeelliseen ja innostavaan vapaa-ajantoimintaan, kuten maalaamiseen, lukemiseen tai kulttuuritapahtumiin osallistumiseen. Taide- ja kulttuuriosallistumisella on tutkimuksissa todettu olevan yhteys pienentyneeseen *varhaisen kuoleman riskiin ja pidemmän eliniän odotteeseen*. Kansainvälisissä tutkimuksissa on todettu myös taidetoiminnan pitkäaikaisvaikutuksen viitteitä. Toiminta voi edistää positiivista mielenterveyttä, parantaa mielialaa, ehkäistä negatiivisia tunteita, tukea mielenterveyden haasteiden kanssa pärjäämistä arjessa, sekä lisätä itsetuntemusta ja itseluottamusta. (Sitra 2019.)

Positiivinen vaikutus voi vaikuttaa hoitoympäristöihin ja hoidon käytänteisiin sekä hoidon laatuun parantamalla potilaiden ja hoitohenkilökunnan välistä kommunikointia, tasapainottaa hoitosuhteen välisiä valtasuhteita, vahvistaa potilaslähtöistä hoitoa, kohentaa kaikkien osapuolien mielialaa, auttaa henkilökuntaa paremmin ymmärtämään potilaan käyttäytymistä sekä vaikuttaa positiivisesti työhyvinvointiin, - tyytyväisyyteen ja jaksamiseen. Taide- ja kulttuuritoiminnan on todettu vähentävän hoitohenkilökunnan kokemaa stressiä ja suojaavan henkiseltä työuupumukselta. Hoitotyön ja taiteen yhdistämisen on todettu vaikuttavan parantavasti vuorovaikutus taitoihin, kriittiseen ajatteluun, hiljaisen tiedon tunnistamiseen, empatiakykyyn ja ymmärrykseen potilaan tarpeista. (Sitra 2019.)

Eräässä brittitutkimuksessa selvitettiin, millaisia psykologisia vaikutuksia ryhmämuotoisella musiikki-interventiolla oli mielenterveyspalveluja käyttäviin aikuisiin. Siinä havaittiin taiteellisen toiminnan voivan merkittävästi lieventää masentuneisuuden ja ahdistuneisuuden oireita jo 10 viikon intervention aikana. Seurantatutkimuksessa havaittiin psykologisten muutosten olevan pysyviä vielä kolme kuukautta intervention

päättymisen jälkeen. Biologisissa mittauksissa tutkijat havaitsivat viitteitä siitä, että 10 viikon jakso oli saanut muutoksia aikaiseksi tulehduksellisessa immuunivasteessa, minkä on aikaisemmissa tutkimuksissa havaittu liittyvän moniin mielenterveysongelmiin.

Yleensäkin taiteellisella toiminnalla on koettu olevan positiivinen vaikutus hyväksi koettuun terveyteen ja elämänlaatuun sekä onnellisuuteen. (Sitra 2019.)



5. Keminmaan nykytila väestötietojen, ikäihmisten määrän ja palveluiden käytön näkökulmasta

Keminmaan kunta painottaa kuntastrategiassaan vuosille 2019-2021 hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä siten, että hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen on olennainen osa kunnan toimielinten toiminnan ja talouden suunnittelua. Ikäihmiset ovat kuntalaisia, joilla on samat kuntalaisen oikeudet kuin muillakin ikäryhmillä. Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen näkökulman vahvistuminen kunnan talouden ja toiminnan suunnittelussa vahvistaa keminmaalaisten ikäihmisten elinympäristön ja palveluiden kehittämistä. Etenkin ikäihmisten **ennaltaehkäisevät palveluiden ja esteettömän ja toimivan elinympäristön järjestäminen** on kaikkien kunnan hallintokuntien yhteistyötä. Ikäihmisten määrä kasvaa tulevina vuosina voimakkaasti, kuitenkin on muistettava, että osa heistä ikääntyy terveinä ja hyväkuntoisina. Raskaampien palveluiden tarpeeseen vaikuttaa se, kuinka hyvin kunta onnistuu kehittämään elinympäristöä hyvinvointia tukevaksi.

5.1 Väestöennuste, huoltosuhde, palveluiden tarve

Väestöennuste osoittaa keminmaalaisten yli 75-vuotiaiden määrän merkittävää kasvua tuleville vuosille. Yli 75-vuotiaiden asuminen jakaantuu kuntakeskuksen lisäksi Keminmaan eri kylille. Ikäihmisten määrän nouseminen suhteessa muihin ikäluokkiin heikentää huoltosuhdetta.

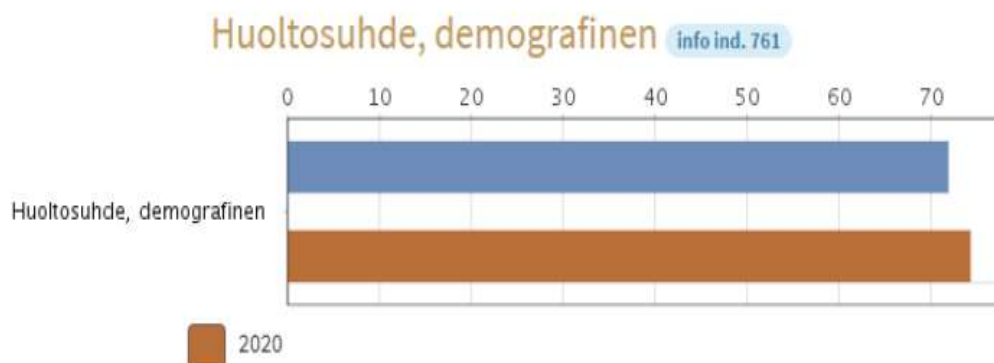
Väestöennuste 2020-2040, Keminmaa

	Yhteensä				
	Ikäluokat				
	yhteensä	-14	15 - 64	65 - 74	75 -
	Väestö 31.12.	Väestö 31.12.	Väestö 31.12.	Väestö 31.12.	Väestö 31.12.
	(ennuste)	(ennuste)	(ennuste)	(ennuste)	(ennuste 2019)
2019	8045	1353	4661	1266	765
2020	7952	1325	4559	1248	820
2021	7869	1297	4463	1236	873
2022	7786	1260	4379	1214	933
2023	7706	1220	4319	1179	988
2024	7629	1184	4255	1155	1035
2025	7556	1155	4175	1135	1091
2026	7486	1114	4110	1137	1125
2027	7418	1082	4055	1107	1174
2028	7349	1049	3999	1091	1210
2029	7284	1023	3939	1074	1248
2030	7218	998	3894	1052	1274
2031	7152	980	3837	1035	1300
2032	7090	963	3791	1013	1323
2033	7030	948	3745	1003	1334
2034	6972	939	3708	981	1344
2035	6915	932	3677	942	1364
2036	6859	924	3643	910	1382
2037	6806	918	3616	885	1387
2038	6752	914	3593	853	1392
2039	6701	910	3570	823	1398
2040	6649	906	3538	816	1389

75- vuotiaat ja vanhemmat henkilöt Keminmaassa 2021 postinumeroalueittain

Alue	Asukasmäärä
Keskusta	422
Kallinkangas	
Keminsuu	
Jokisuu	129
Pörhölä	
Isohaara	
Lassila	
Liedakkala	46
Törmä	17
Lautiosaari	224
Maula	38
Itäkoski	20
Länsikoski	
Ei tietoa asuinpaikasta	6
Yhteensä	902

Huoltosuhte, demografinen 2019-2020



Demografinen (tai väestöllinen) huoltosuhte ilmaisee, kuinka monta alle 15 -vuotiasta ja 65-vuotta täyttänyttä on sataa 15 - 64-vuotiasta (työikäistä) kohti. Mitä enemmän on lapsia ja/tai eläkeikäisiä, sitä korkeampi huoltosuhteen arvo on.

Keminmaalaisten ikäihmisten palveluiden käyttö 2019 - 2020

		2019	2020
Ikääntyneiden tehostetun palveluasumisen 75 vuotta täyttäneet asiakkaat 31.12., % vastaavanikäisestä väestöstä	yhteensä	8,1	
Ikääntyneiden tehostetun palveluasumisen 85 vuotta täyttäneet asiakkaat 31.12., % vastaavanikäisestä väestöstä	yhteensä	16,1	
Kotona asuvat 75 vuotta täyttäneet, % vastaavanikäisestä väestöstä	yhteensä	91,4	
Kotona asuvat 85 vuotta täyttäneet, % vastaavanikäisestä väestöstä	yhteensä	82,1	
Omaishoidon tuen 75 vuotta täyttäneet hoidettavat vuoden aikana, % vastaavanikäisestä väestöstä	yhteensä	3,7	3,3
Omaishoidon tuen 85 vuotta täyttäneet hoidettavat vuoden aikana, % vastaavanikäisestä väestöstä	yhteensä	6,0	6,2
*Säännöllisen kotihoidon piirissä 31.12. olleet 75 vuotta täyttäneet asiakkaat, % vastaavanikäisestä väestöstä	yhteensä		
*Säännöllisen kotihoidon piirissä 31.12. olleet 85 vuotta täyttäneet asiakkaat, % vastaavanikäisestä väestöstä	yhteensä		
Terveyskeskusten 75 vuotta täyttäneet pitkäaikaisasiakkaat 31.12., % vastaavanikäisestä väestöstä	yhteensä		0,0
*Vanhainkodeissa tai pitkäaikaisessa laitoshoidossa terveyskeskuksissa olevat 75 vuotta täyttäneet 31.12., % vastaavanikäisestä väestöstä	yhteensä		
*Vanhainkodeissa tai pitkäaikaisessa laitoshoidossa terveyskeskuksissa olevat 85 vuotta täyttäneet 31.12., % vastaavanikäisestä väestöstä			
© THL, Tilasto- ja indikaattoripankki Sotkanet.fi 2021* Merkityt = Ei tilastotietoa saatavilla (ulkoistukset, yksityiset palveluntuottajat palvelukodeissa ja kotihoidossa)			

Muistisairauksien esiintyminen

		2019	2020
Dementia perusterveydenhuollon lääkärin avosairaanhoidon vastaanoton käyntisyynä, % kirjatuista käyntisyistä	yhteensä	1,5	1,0
Erityiskorvattaviin lääkkeisiin Alzheimerin taudin vuoksi oikeutettuja 65 vuotta täyttäneitä, % vastaavanikäisestä väestöstä	yhteensä	2,2	1,9
© THL, Tilasto- ja indikaattoripankki Sotkanet.fi 2021			

6. Ikäihmisten palveluiden kehittäminen suunnitelmavuosina

6.1 Ikäihmisten osallisuuden ja järjestöyhteistyön kehittäminen

Kuntalaisten osallisuuden kehittäminen kunnissa on kokonaisvaltainen koko kuntaa ja kuntasektoria koskeva haaste. Ikäihmisten osalta on syytä ottaa huomioon, että osallisuuden muodot ovat sellaisia, että ikäihmisillä on niihin mahdollisuus. Esimerkiksi pelkästään sähköiset kyselyt eivät todennäköisesti vielä tavoita ikäihmisiä riittävän laajasti.

Osallisuuteen nyt ja tulevana vuosina vaikuttaa kuitenkin yhä voimakkaammin tietotekniikan käytön osaaminen. Kirjastolla järjestetään neuvontatilaisuuksia internetin ja tietoteknisten välineiden käyttöön. Myös tietokoneiden viihdekäytön opetus ikäihmisille on osaamisen vahvistamista. Kun huomaa oppivansa jotain uutta, se saa myös ikäihmisen voimaantumaan. Uuden opiskeleminen vaikuttaa myös muistiin ja sen kehittämiseen ja ylläpitämiseen.

Yhtenä keskeisenä keinona osallisuuden parantamiseen on vanhusneuvoston roolin vahvistaminen kunnassa. Uuden yhä vahvemman toimintamallin kehittäminen kunnan päätöksenteon ja vanhusneuvoston välille tuottaa merkittävän vaikutusmahdollisuuden ikäihmisille ja antaa palveluiden suunnitteluun ja päätöksentekoon merkityksellistä tietoa ikäihmisten tarpeista ja näkemyksistä.

Järjestötyö on merkityksellinen keino ennaltaehkäisevään työhön. Järjestöissä tehdään paljon etsivää ja ennaltaehkäisevää työtä. Kunnan tulee tarjota järjestöille tukea toimintaan, jotta järjestöjen asukkaiden hyvinvointiin kohdistuvat voimavarat saadaan säilytettyä. Koordinoitua yhteistyömallia ja vuoropuhelua kunnan sekä järjestöjen välillä olisi hyvä kehittää edelleen.

Esimerkiksi yksinäisyyden tiedetään vähentävän toimintakykyisyyttä, sosiaalisuutta ja vaikuttavan myös terveyteen. Eläkeliiton toiminta on loistava esimerkki yhdistysten ja ryhmien vaikutusmahdollisuuksista. Seurakunnan ja vapaaehtoisten kanssa voidaan löytää yksinäisyydestä kärsiviä ihmisiä ja saattaa heidät takaisin toimintaan mukaan. Keminmaassa Eläkeliitto ry tekee erittäin aktiivista vapaaehtoistyötä, jonka avulla on pystytty vaikuttamaan ikäihmisten yksinäisyyden tunteeseen. Eläkeliitto järjestää monipuolisesti erilaista toimintaa, kuten esimerkiksi vapaaehtoistoimintana ystäväpalvelua, ulkoilutus- ja asiointipalvelua Keminmaan ikäihmisille.

Urheilu- ja muut järjestöt voivat järjestää yhteistyötä yksinäisyyden ja eristäytyneisyyden vähentämiseksi. Yhteistyö kaikkien kunnassa toimivien tahojen kanssa on oleellista, jotta yksinäisyyteen voidaan oikeasti vaikuttaa. Olisi hyvä, jos eri tahot olisivat tietoisia toistensa toiminnasta, jotta yhteistyökin sujuisi kitkatta.

6.2 Ikäihmisten hyvinvointia tukevien kulttuuripalveluiden kehittäminen

Keminmaan kunnassa halutaan panostaa kulttuuriseen hyvinvointiin osana ikäihmisten hyvinvointia. Koska tutkimuksistakin käy ilmi, kuinka kulttuuritoiminnalla on suuri vaikutus ihmisten laaja-alaiseen hyvinvointiin, on tärkeää, että myös Keminmaassa mietitään uusia keinoja hyvinvoinnin edistämiseksi. Henkisen hyvinvoinnin vaikutus fyysisen terveyden kokemiseen tarkoittaa sitä, että vastaisuudessa kehittään toimintaa kohti kokonaisvaltaista hyvinvointia, tarjoamalla henkistä ravintoa fyysisen toiminnan rinnalle. Koska kunnassa on jo hyvin tarjolla liikunnallisia harrastusmahdollisuuksia, tulee kulttuuritoiminnan tarjota myös mahdollisuutta paremmasta hyvinvoinnista. Hyvinvoinnin tuomat edut ovat sekä yksilöllisiä että yhteisöllisiä, yhteiskunnallisia. Keminmaan Eläkeläiset ry:n kulttuurikerhon toiminta on ikääntyneiden yhdessäoloa ja virkistystä tuottava kerho, mikä lisää yhteisöllisyyttä.

Kulttuurisen toiminnan suunnitelmassa huomioidaan ikäihmisten elämänlaatu, tavoitteena on:

- Kehitetään ja tuetaan kunnan eri alueilla kulttuuria vahvistavia toimintoja.
- Keminmaan alueella toimivien järjestöjen ja seurojen sekä taiteilijoiden yhteistyötä kehitetään yhdessä kunnan toimijoiden kanssa sekä sosiaali- ja terveydenhuollon hoito- ja palveluyksiköiden kanssa
- Pitkäjänteisestä toiminnan kehittämisestä, koordinoinnista ja seurannasta sivistys- ja hyvinvointilautakunnat yhteistyössä vanhusneuvoston kanssa. Asiakirjoina toimivat hyvinvointikertomus, talous- ja toimintasuunnitelma ja vuosittaiset toimintasuunnitelmat
- Hyvinvointipalveluissa kulttuuritarpeet ja toiveet kirjataan myös ikäihmisten palveluissa asiakkaan hoito- ja palvelusuunnitelmaan.
- Kehitetään hoitohenkilökunnan ja asiakkaiden välistä kulttuurillista yhteistyötä ja kulttuurillista työtettä ottamalla huomioon asiakkaiden ja henkilöstön yhteiset toiveet.

Jotta saatavuuden/saavutettavuuden tavoite toteutuu, kunta on tärkeä tarjota ikäihmisille esimerkiksi tietotekniikan oppimiseen tarkoitettua neuvontapalvelua. Palvelut ovat siirtyneet nettiin, joka vaikuttaa niiden saavutettavuuteen, joten tämän takia, on ikäihmisten tietoteknisten taitojen ja osaamisen tukeminen oleellista. Lisäksi Keminmaan kunnan Internet -sivuja tulee päivittää selkeäksi ja helppokäyttöiseksi, jotta ikäihmisillä on helpompi asioida niiden kautta kuntaan liittyvissä asioissa.

Päivätoimintaa tulee kehittää avoimeksi toiminnaksi ja ikäihmisten arjessa luonnolliseksi kohtaamispaikaksi. Päivätoiminnassa ikäihmisillä on mahdollisuus kohdata toisiaan ja olla mukana osallisena toiminnan suunnittelussa ja sisällön tuottamisessa. Päivätoiminnan avaaminen kohtaamispaikaksi ikäihmisille ja omaishoitajille mahdollistaa sen, että erilaista arjen kulttuuria voidaan ottaa mukaan toimintaan, esimerkiksi vapaaehtoisten ja erilaisten järjestöjen tuella.

Keminmaan nuorisoneuvosto ja vanhusneuvosto ovat tehneet aloitteen yhteisestä monitoimitilasta nuorille ja ikäihmisille. Monitoimitila tarjoaisi myös mahdollisuuden avoimen päivätoiminnan kehittämiseen. Avoin kohtaamispaikka tarjoaisi mahdollisuuden etsivän vanhustyön tekemiseen. Keminmaan kunnan ikäihmisten päivätoiminnan osalta tilakysymykseen on kunnassa varauduttu. Päivätoiminta on suunniteltu siirtyvän ryhmäkoti Einolaan, jonne on suunniteltu tehtävän myös remontti, mutta varsinaisen monitoimitilan tilakysymys on vielä ratkaisematta. Keminmaan kunnan ikäihmiset toivovat, että Keminmaan uusi monitoimitila on samantyyppinen kuin Kemin kaupungin ikäihmisten palveluja tuottava Kemikammari, joka tarjoaa monipuolisia palveluja ikäihmisille. Tutustumiskäynti Kemikammariin on suotavaa, sillä sieltä voi saada hyviä vinkkejä Keminmaan uudelle monitoimitilalle.

Parhaimmillaan kohtaamispaikka toimisi etsivän vanhustyön luontevana tapana, toiminnan yhteydessä kävijöille voidaan antaa tietoa palveluista ja kannustaa oman hyvinvointinsa ylläpitämiseen sekä ohjata oikeanlaisten palveluiden piiriin. Kohtaamispaikka parantaisi merkittäväällä tavalla mahdollisuutta kuntalaisten tuottaa omia erilaisia arjen kulttuuripalveluita.

Päivätoimintaan ja/tai kohtaamispaikkaan tulee järjestää mahdollisuus osallistua esimerkiksi palveluliikenteen kuljetuksilla. Tällä tavoin ikäihmisten osallistuminen on mahdollisimman sujuvaa ja toimintaan lähtemisen kynnys säilyy matalana. Kohtaamispaikkaan voidaan myös sijoittaa matalan kynnyksen ohjauspiste, joista saa tietoa ja neuvoa arkeen. Verkkoympäristöä hyväksikäyttäen ikäihminen voi itse osallistua läheisensä kanssa oman tilanteensa selvittämiseen jo ennen kuin varsinainen palveluntarve on syntynyt. Etäpalveluna netistä voi löytää esimerkiksi muistitestejä, ravitsemusneuvontaa ja suun terveydenhoitoa sekä kodin turvallisuuteen liittyviä ohjeita. Nettisivuilta löytyy seuraavia sivustoja: terveyskirjasto.fi, virtu.fi, kanta.fi ja muita vastaavia palveluja. Lähipalveluita ovat esimerkiksi tilaisuudet ja ryhmätoiminnot.

Kulttuuri on osana asiakkaan hoito- ja palvelusuunnitelmaa, palveluiden ja hoidon suunnittelussa on yhä keskeisempää se, että ikäihminen nähdään arvokkaana

yksilönä ja hänen elämänsä ja elämän sisältönsä ovat keskeisesti mukana juuri hänelle soveltuvien palveluiden suunnittelussa.

Ikäihminen ei ole pelkästään palveluiden kohde, vaan hänen elämänsä, toiveillaan, tavoillaan ja mieltymyksillään on keskeinen arvo palveluiden suunnittelussa ja niiden toteuttamisessa. Näiden asioiden sisällyttäminen asiakkaiden hoito- ja palvelusuunnitelmiin on tärkeää laadukkaiden palveluiden takaamiseksi.

Kulttuurisuunnitelman sisällyttäminen hoito- ja palvelusuunnitelmaan vaatii henkilön omien mieltymysten huomioimista. Hoitohenkilökunnan ja asiakkaan yhteiset tavoitteet vahvistavat toiminnan vaikuttavuutta, mutta se lisää myös henkilökunnan työssä jaksamista. Toiminnan tulisikin olla mahdollisimman monipuolista, sisältäen esimerkiksi kuvataidetta, musiikkia, näytelmiä, kirjallisuutta ja liikuntaa. Onkin tärkeää huomioida ikäihmisten omat voimavarat, fyysiset rajoitteet, mieliala, sairaudet sekä aistien heikkeneminen. Tavoitteena on, että virikkeellinen toiminta jatkuisi verkostoituneen yhteistyön avulla, joka vahvistaa ikäihmisten elämän merkitystä ja hyvinvointia.

6.3 Ikäihmisten hyvinvointia tukevien asuinympäristöjen ja liikennepalveluiden kehittäminen

Kun Keminmaalla ikäihmisten määrä kasvaa, niin kaikkien kunnan hallintokuntien tulee ottaa huomioon jo suunnittelussa ja päätöksenteossa ikäihmisten hyvinvointia tukevat toimet. Yli 75- vuotiaiden määrä lähes kaksinkertaistuu vuoteen 2040 mennessä, on keskeistä, että ikäihmisille tarjotaan todellinen mahdollisuus asua sellaisessa ympäristössä, jossa liikkuminen on turvallista ja esteetöntä, asunnot toimivat myös toimintakyvyn muuttuessa, asunnot ovat lähellä palveluita tai kauempaakin pystytään kulkemaan palveluiden piiriin.

Koska ikääntyneiden määrä tulee nousemaan lähitulevaisuudessa, tulee ikärakenteen muutos ottaa huomioon asumismuotoja suunniteltaessa. Tavoitteena on mahdollistaa ikäihmisten kotona asuminen mahdollisimman pitkään, joten kunnilta vaaditaan kehittämistyötä kaikkien hallintokuntien tiiviillä yhteistyöllä. Keminmaan

kunnan tulee ottaa huomioon ikärakenteen muutos, kun suunnitellaan kunnan vuokra-asuntojen peruskorjauksia.

Keminmaan vuokra-asunnoilla on mahdollisuus olla mukana kehittämässä monimuotoisia asumisen muotoja. Keminmaan vuokra-asuntojen, vanhusneuvoston ja hyvinvointipalveluiden on edelleen tärkeää tehdä kiinteästi yhteistyötä, ikäihmisten tarpeiden huomioimiseksi muun muassa asuntotuotannon suunnittelussa.

Palveluliikennettä tulee kehittää niin, että välttämättömien asiointien lisäksi on mahdollisuuksia osallistua myös erilaisiin kulttuuritapahtumiin. Ikäihmisten oma aktiivisuus on myös tärkeää, esimerkiksi kimpakyytien järjestämisessä. Keminmaassa ikäihmisten hyvinvoinnin tukemisessa yhtenä keskeisenä tekijänä on myös mahdollisuus saada palveluita omalle kylälle sekä päästä liikkumaan eri kyliltä kuntakeskukseen sekä asioimaan että virkistäytymään kulttuurin parissa.

Toimia asuinympäristöjen turvallisuuden parantamiseksi on jo tehty. On tärkeä parantaa ikäihmisten turvallisuutta, esimerkiksi vähentämällä heidän kaatumisen pelkoa. On torjuttava tehokkaasti ikäihmisten kaatumisia esimerkiksi talvisin liukkailla keleillä. Keminmaan tekninen lautakunta on useina vuosina jakanut yli 75-vuotiaille keminmaalaisille hiekoitusmurskettä ja tällä tavalla pyrkinyt vähentämään liukastumisista johtuvia tapaturmia. Kunnanhallitus on päättänyt syksyllä 2018, että Keminmaassa pidetään katuvalot päällä myös yöaikaan, joka osaltaan parantaa ikäihmisten turvallisuuden tunnetta.

Keminmaahan tulee suunnitella ikäihmisille sopivia ulkoilureittejä, joiden varrella on penkkejä levähdystä varten. Tiet tulee myös hiekoittaa erityisen huolella, jolloin ikäihmisten liikkuminen on turvallista. Esimerkiksi reitit voivat kulkea kaupan ohitse, jolloin ne palvelevat myös asiointimahdollisuuksia. Samoille reiteille on hyvä suunnitella myös lähiliikunta-alueita sopivien välimatkojen päähän, jolloin kävelyn ohella myös ikäihmisten kuntoilu ulkona mahdollistuu.

Asuntokantaa peruskorjattaessa tulee kiinnittää huomiota siihen, että asunnot sopisivat myös ikäihmisten käyttöön. Esteetön asunto tukee ikäihmisen kotona

selviytymistä. Laurilan ja Lautiosaaren vanhustentalojen sijainti suhteessa palveluihin nähden on hyvä.

Kunnan kiinteistöstrategian yhteydessä on syytä kiinnittää huomiota siihen, että palveluiden läheisyydessä on ikäihmisille tarjolla riittävästi esteettömiä, pieniä, viihtyisiä ja hyväkuntoisia asuntoja.

Tavoitteena on, että esteettömyyttä ei toteuteta erillISRatkaisuuina, vaan tavanomaisena kaikkia hyödyttävänä, taloudellisena toimintamallina kaikessa rakentamisessa ja liikkumisessa. Esteettömyydellä halutaan parantaa elämänlaatua, ehkäistä syrjäytymistä ja helpottaa arjen sujumista. Palvelut suunnitellaan ja toteutetaan siten, että ne sopivat myös niille kuntalaisille, joiden kyky toimia on rajoittunut.

6.4 Ikäihmisten hyvinvointipalveluiden kehittäminen

Hyvinvointipalvelu huolehtii ja vastaa hyvinvointilautakunnan johdolla kunnan lakisääteisistä sosiaali- ja terveydenhuollon viranomaistehtävistä sekä sosiaali- ja terveyspalvelujen tuottamisesta ja järjestämisestä, siten kuin lainsäädännössä edellytetään ja kunta omilla päätöksillään päättää. Sosiaalipalvelujen tehtävänä on tukea kuntalaisten selviytymistä elämän eri tilanteissa oikein mitoitettulla laadukkaalla sosiaalipalvelujärjestelmällä. Hoiva- ja asumispalvelujen tehtävänä on tarjota ikääntyville henkilöille heidän tarpeitaan vastaava palvelukokonaisuus oikean aikaisesti ja tarvittava määrä. Terveyspalvelujen tehtävänä on tuottaa kuntalaisille laadukkaita yksilöön kohdistuvia sekä ennaltaehkäiseviä että sairaanhoidollisia perusterveydenhuollon palveluja. Hyvinvointilautakunta kehittää, johtaa ja valvoo hyvinvointipalvelujen toimintaa ja huolehtii sille laissa määrätyistä tehtävistä. Kuntaan on palkattu hyvinvointiohjaaja.

Hyvinvointipalvelujen päävastuualue jakaantuu seuraaviin tulosalueisiin:

- **sosiaalipalvelut**, jonka tulosalueeseen kuuluu aikuissosiaalityö, lapsi- ja perhepalvelut, päihde- ja mielenterveyssofiaalityö, vammais- ja kehitysvammopalvelut, vanhussosiaalityö, kuntouttava työtoiminta, ja vammaisneuvosto

- **hoiva- ja asumispalvelut**, joiden tulosalueeseen kuuluvat kotona asumista tukevat palvelut (kotihoito ja tukipalvelut), tehostettu palveluasuminen,

palveluasuminen, tukiasuminen, omaishoito- ja lomituspalvelut ja vanhusneuvosto

- **terveyspalvelut**, joiden tulosalueeseen kuuluvat perusterveydenhuolto-palvelut, ennalta ehkäisevä terveydenhoito, vastaanotto- ja päivystys, työterveyspalvelut, terveyskeskussairaala, suun terveydenhuolto ja erikoissairaanhoido

Tulosalueiden kesken harjoitetaan asiantuntijuuteen perustuvaa moniammatillista yhteistyötä.

Hyvinvointipalveluissa tulee varautua ikäihmisten palveluissa palvelutarpeiden huomattavaan kasvuun. Ennaltaehkäiseviin palveluihin on tärkeä panostaa välittömästi. Keskeistä ikäihmisten palveluiden kehittämisessä on se, että sosiaali- ja terveydenhuollon palveluiden painopiste on ennaltaehkäisevissä ja varhaisen vaiheen palveluissa. Ikäihmisten määrän nousun vuoksi palveluohjaukseen tulee olla käytössä riittävät resurssit. Hyvällä palveluohjauksella ja riittävän aikaisella hoidon ja palveluiden suunnittelulla pystytään aidosti tukemaan kotona asumista pidempään. Hyvinvointipalveluiden näkökulmasta on olennaista se, että asumisvaihtoehdot kunnan alueella ovat tätä työtä tukevia.

Ikäihmisten määrän noustessa hyvinvointipalveluissa, on tarpeen kehittää uudenlaisia toimintamuotoja. Kunnassa ikäihmisten määrän voimakas kasvu näkyy jo lisääntyneenä palveluneuvonnan tarpeena. Tämän takia on tärkeä suunnitella ja ennakoida riittävän ajoissa esimerkiksi uudenlaisten toimintojen ja asumismuotojen kehittämisessä.

Palveluneuvonnan ja ohjauksen lisäksi painopisteiden tulee olla kotihoidon ja kotihoidon tukipalveluiden sekä lisäksi omaishoidon ja perhehoidon kehittämisessä. Nämä palvelut osaltaan auttavat, että vältytään kalliimmilta palveluvaihtoehdoilta.

Terveyspalveluissa on tärkeää hyvin toimivat peruspalvelut sekä hyvä pitkäaikaissairauksien hoito. Keskitetty hoidon tarpeen arviointi auttaa tekemään

etsivää työtä. Lisäksi keskitetyssä hoidon tarpeen arvioinnissa on mahdollista tunnistaa palveluita tarvitsevat ikäihmiset ja ohjata heidät oikeiden palveluiden piiriin.

Uudet suositukset velvoittavat maakuntia ja kuntia parantamaan taiteen ja kulttuurin saatavuutta ja saavutettavuutta sosiaali- ja terveydenhuollossa. Suositukset sisältävät käytännön toimia, joilla lisätään ihmisten hyvinvointia ja osallisuutta sekä vahvistetaan kulttuuriin osallistumista. Toimenpiteet on tarkoitettu kaikille. Maakuntia suositellaan sisällyttämään sosiaali- ja terveydenhuollossa toteutettavan taide- ja kulttuuritoiminnan osaksi maakuntastrategiaa, järjestämisen suunnitelmaa, palvelustrategiaa ja palvelulupausta. Hyvinvointia ja terveyttä edistävä taide- ja kulttuuritoiminta suositellaan otettavaksi huomioon resursoinnissa suuntaamalla osa maakuntien käyttötalousmenoista tähän tarkoitukseen.

Maakunnat voivat sisällyttää sosiaali- ja terveystalouden tuottajien kanssa tehtäviin sopimuksiin yhdeksi laatukriteeriksi sen, että taidetta ja kulttuuria tuodaan sinne, missä ihmiset ovat. Tämä tulee ottaa huomioon esimerkiksi pitkäaikaisen hoidon ja hoivan asiakkaiden palvelutarpeen arvioinnissa sekä hoito- ja palvelusuunnitelmassa. Kunnat varaavat määrärahat hyvinvointia ja terveyttä edistävään sekä osallisuutta tukevaan taide- ja kulttuuritoimintaan käyttötalousmenoista. Rakennushankkeissa määräosa hankkeen kustannuksista varataan rakennuksen taidehankintoihin.

6.4.1 Terveiden ja hyvinvoinnin edistämistä tukevien palveluiden kehittäminen

Keminmaan kunnassa kehitetään ikäihmisten palveluita vahvistamalla yhä ennaltaehkäisevää näkökulmaa. Sosiaaliset ja psyykkiset ongelmat lisäävät myös palveluntarvetta. Iäkkäällä ihmisellä kognitiiviset ongelmat vaikeuttavat itsenäistä selviytymistä ja kotona pärjäämistä. Merkittäviä elämänlaatua heikentäviä tekijöitä ovat yksinäisyys, masennus, alkoholiongelmat ja ns. kansantaudit. Etsivää toimintaa voivat suorittaa luonnollisella tavalla omalääkäri ja omaterveydenhoitaja potilaskontaktien yhteydessä sekä palveluohjauksen, neuvonnan, omaishoitajien kontakteissa. Kaikilla toimijoilla tulee olla hyvät tiedot ikäihmisten palvelujärjestelmästä, jotta ikäihmiset osataan riittävän varhaisessa vaiheessa ohjata oikean avun piiriin. Terveystalouden ja toimintakyvyn säilymistä elinvuosien loppuun saakka

ei turvata ainoastaan terveydenhuollon palvelujen turvin, vaan itsenäisellä ja omaehtoisella toiminnalla, joilla yksilö voi itse vaikuttaa parhaiten tuleviin elinvuosiinsa ja niiden laatuun.

Keminmaan kunnan kotisivuilla on ikäihmisten ja heidän omaistensa mahdollista perehtyä asioihin, joita ikääntyminen tuo mukanaan. "Mitä sitten?" oppaassa ohjeistetaan lukijaa miettimään omaa tulevaisuutta ja ikääntymistä sekä mahdollisia toimintakyvyn muutoksia. Opas löytyy nettiosoitteesta

<https://www.keminmaa.fi/index.php?p=lkaihmiset?p=lkaihmiset>

On tärkeä jakaa opasta myös terveysneuvonnan ja palveluneuvonnan yhteydessä sekä esimerkiksi kirjastossa tai muissa helposti saavutettavissa paikoissa.

Tärkeistä toimintakykyyn vaikuttavista tekijöistä ja palveluista tiedottaminen vaatii kunnalta monipuolisten neuvontapalveluiden kehittämistä. Mahdollisia keinoja välittää tietoa esimerkiksi ravitsemuksesta ja liikunnasta ovat esimerkiksi säännölliset terveystarkastukset ja ennaltaehkäisevät kotikäynnit.

Terveydenhoitajan toteuttamaan terveystarkastukseen on mahdollisuus kaikilla 70-vuotta täyttäneillä sekä omaishoitajilla. Tämä on lisäpalvelu, vaikka ikäihminen voikin olla jo muutoin säännöllisen seurannan piirissä terveyskeskuksessa. Palvelu pyritään kohdentamaan juuri niille, jotka sitä eniten tarvitsevat. Terveyskeskuskäynneillä tartutaankin herkemmin mahdollisiin ongelmiin ja niiden syitä ryhdytään selvittämään, jos ilmenee esimerkiksi lisääntyneitä terveyskeskuskäyntejä.

Ennaltaehkäisevän työn näkökulmasta ajatellen, kaikessa toiminnassa ikäihmisten kanssa tulisi kartoittaa myös ikäihmisten omat voimavarat sekä heidän mahdollinen valmistautumisensa ikääntymiseen, siihen liittyviin elämänmuutoksiin.



Kuvio: Mukaillen Honkanen, Häggman-Laitila ja Eriksson 2011. Järvenpään kaupunki Voimavaralähtöinen kotonaasuminen- hanke.

Ennaltaehkäisevällä toiminnalla ehkäistään ikääntymisen lisäämiä sosiaalisia ja terveydellisiä riskejä sekä vähennetään ja lykätään palvelujen tarvetta. Etsivällä toiminnalla voidaan ajoissa tunnistaa sellaiset ikäihmiset, jotka hyötyisivät joko yksilöllisistä tai rakenteellisista ennaltaehkäisevistä toimenpiteistä. Tavoitteena on, että keminmaalainen ikäihminen on hyvinvoiva ja selviytyy kotona itsenäisesti mahdollisimman pitkään. Ennaltaehkäisevään toimintaan tulee kiinnittää entistä enemmän huomiota, esimerkiksi kulttuuri ja liikunta palvelujen tarjontaa ja toteuttamista on harkittava myös ikääntyvien näkökulmasta.

Tavoitteena on tehdä ennaltaehkäisevää työtä myös kotihoidon ja terveydenhoidon puolella. Asiakkaan kokonaisvaltainen toimintakyvyn huomioiminen terveyskeskuksessa sekä kotihoidossa edesauttaa ikäihmisten kotona asumisen mahdollisuuksia. Asiakkaan kanssa yhteistyössä asetetaan henkilökohtaiset hyvinvoinnin tavoitteet ja sovitaan niiden toteuttamisesta sekä seurannasta. Samoja mittareita käyttäen voidaan tehdä tarkempi ja parempi palvelu- ja hoitosuunnitelma asiakkaan parhaaksi, asiakaskeskeisesti.

Ravitsemusneuvontaa annetaan mm. terveydenhoidon yhteydessä, mutta ne ikäihmiset, jotka eivät ole vielä palveluiden piirissä eivät välttämättä saa tarvitsemaansa tietoa ikääntymiseen liittyvistä ravitsemusseikoista.

Voidaan tutkitusti todistaa, että sydän- ja aivoterveys ovat kiinteässä yhteydessä toisiinsa ja, että korkea kolesteroli, kohonnut verenpaine, tyypin 2-diabetes ja vyötärölihavuus keski-ikässä lisäävät kaikki itsenäisesti muistisairauden riskiä vanhuudessa. Terveellinen ja monipuolinen ruokavalio on aivo-, sydän ja valtimoterveyden ylläpitämiseksi tärkeää ottaa huomioon. Ikäihmisten ravinnon tärkeys toimintakyvyn ylläpitäjänä on asia, josta tiedottaminen kuuluu ennakoivaan vanhustyöhön. Apuna voidaan käyttää esimerkiksi Gerontologinen ravitsemus, Gery ry:n jakamaa informaatiota ravinnon tärkeydestä. (Suominen, M. 2018.)

Myös ruokailun järjestämistä asiakkaan toiveiden mukaan voidaan luonnehtia kulttuuriin kuuluvaksi oikeudeksi. Kaikki eletty elämä ja kokemus näkyvät myös ruokalautaselle valituissa tuotteissa. Ruokailun puitteet, paikka ja viihtyisyys ovat osa ruokailuhetkeä. Niiden vaikutus ruoan maistuvuuteen on vahva miellelyhtymiseen. Perinteisen perheruokailun tilalle voi olla mahdollisuus järjestää yhteisruokailuja muiden vanhusten kanssa, mutta miksi ei myös muiden sukupolvien kesken. Järjestetyissä yhteistilaisuuksissa voisi ruokailun lisäksi olla jaossa terveystoimintaa ja neuvvoja.

Ikäihmisten suunterveys Keminmaan kunnassa on järjestetty niin, että palvelut ostetaan Mehiläinen Terveyspalvelut Oy:ltä. Suun hyvinvointi on osa kokonaisterveyttä. Ikäihmisille on myös tärkeää säännöllinen hampaiden ja suun terveystarkastus, sillä se ennalta ehkäisee ongelmien syntymistä. Suun hyvä terveys vaikuttaa myös ennalta ehkäisevästi muihin sairauksiin, kuten sydänsairauksiin ja infektioihin. Mehiläinen tarjoaa hammashoitopalveluja ajanvarauksella Keminmaan kunnan asukkaille ja siellä on käytössä takaisinsoittopalvelu. Tiedot palvelusta löytyy Mehiläisen nettisivuilta.

Ikäihmisten jalkojenhoito on myös osa kokonaisterveyttä. Jalkojenhoito jää usein pienemmälle huomiolle kuin muun terveydenhoito. Jalkoihin kannattaa kuitenkin kiinnittää huomiota, sillä hyvin hoidetut jalat ovat myös tärkeä osa monien sairauksien

ennalta ehkäisyn kannalta. Erityisesti jalkojen hyvä hygienia on tärkeää erityisryhmille, kuten diabeetikoille ja ihosairauksista sairastaville. Jalkojenhoidon järjestäminen lääketieteellisin perustein kuuluu Mehiläinen Terveyspalvelut Oy:n vastuulle ulkoistamissopimuksen mukaisesti. Mehiläinen on jalkojenhoidon kilpailuttanut keväällä 2020 ja palveluntuottaja on valittu Tornioista. Palveluun pääsy on tuottanut haasteita keminmaalaisille ikäihmisille. Kehittämiskohteeksi ikäihmiset toivovat, että he voivat saada palvelun jatkossa helpommin ja lähempää.

6.4.2 Palveluohjauksen, -neuvonnan ja palvelutarpeen arvioinnin kehittäminen

Yhteisen kohtaamispaikan yhteyteen voitaisiin suunnitella varhaisemman vaiheen palveluneuvontaa, erilaisia itsehoitoon, oman hyvinvoinnin tukemisen ja omaan ikääntymisen varautumisen informaatiokanavia. Ikäihmisten palveluneuvonnasta saa neuvontaa ja ohjausta esimerkiksi kuntien palveluista, tukipalveluista, järjestöjen ja yksityisten palveluista sekä autetaan lomakkeiden täytössä ja etuuksiin liittyvissä kysymyksissä.

Laatusuositus hyvän ikääntymisen turvaamiseksi ja palvelujen parantamiseksi 2020-2023 linjaa neuvonta- ja asiakasohjauksen järjestämistä seuraavien periaatteiden mukaisesti: Laatusuosituksen keskeiset sisällöt ovat iäkkäiden toimintakyvyn edistäminen, vapaaehtoistyön lisääminen, digitalisaation ja teknologioiden hyödyntäminen, asumisen ja asuinympäristöjen kehittäminen sekä palveluiden tuottaminen ja järjestäminen, asiakas- ja palveluohjaus, osaava ja hyvinvoiva henkilöstö sekä laadun varmistaminen. Esille on nostettu muutamia hyväksi havaittuja käytäntöjä järjestöjen tekemästä työstä sekä näyttöön perustuvia käytäntöjä. Suositusten toimeenpanon seurantaindikaattorit on myös kuvattu. (<https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/handle/10024/162455>, 2021.)

Keminmaan kunnassa palveluohjausta ja neuvontaa antaa tällä hetkellä kaksi palveluohjaajaa. Toisen palveluohjaajan työ painottuu enemmän jo palveluiden tarpeessa olevien ikäihmisten palvelutarpeiden arviointiin ja palveluiden suunnitteluun. Puolestaan toisen palveluohjaajan työ painottuu päivätoiminnan suunnitteluun ja toteutukseen yhdessä kuntahoitajan kanssa. Lisäksi palveluohjaaja

vastaa intervalliasiakkaiden hoidon suunnittelusta ja järjestämisestä. Tulevina vuosina kevyempää palveluneuvonnan työtä tulisi vahvistaa.

Palveluohjaaja vastaa ikäihmisten palvelutarpeen arvioinnista. Palvelutarpeen arvioinnilla selvitetään ikäihmisen palveluiden tarvetta ja suunnitellaan tarpeiden mukaisia palveluita. Hyvin toteutunut palvelutarpeiden arviointi ja palveluiden suunnittelu auttaa ikäihmisten hyvinvoinnin tukemisessa ja on keskeistä ikäihmisen kotona selviytymisen kannalta.

Keminmaan kunnassa palveluohjauksen tehtävänä on tarjota ohjausta ikääntyneiden ja omaishoitajien palveluista, kuten omaishoidon tukeen liittyvistä asioista. Palveluohjaaja on yhdyshenkilö myös intervallihoitoon ja palveluasumiseen liittyvissä asioissa.

Palveluohjaajat opastavat ja tarjoavat tietoa ikääntyvälle väestölle tarkoitetuista palveluista sekä auttavat arjen sujumiseen asioissa, kuten turvallisuuteen ja kotihoidon palvelujen saantiin liittyvissä kysymyksissä. Lisäksi palveluohjaajat voivat tulla uuden asiakkaan luokse ns. arviointikäynnille, jolloin kartoitetaan ikäihmisen sen hetkinen palveluiden tarve ja laaditaan palvelu- ja hoitosuunnitelma. Kun kuntaan saapuu ikäihmisen palvelutarpeen arviointipyyntö, otetaan asiakkaaseen yhteyttä kahden arkipäivän kuluessa. Palvelutarpeen selvitys suoritetaan seitsemän arkipäivän kuluessa.

Palvelutarpeen arvioinnin yhteydessä asiakkaan kanssa laaditaan asiakassuunnitelma. Asiakassuunnitelma sisältää yksilöllisen hoito-, palvelu- ja kuntoutumissuunnitelman. Suunnitelmaan nostetaan asiakkaan yksilölliset hoidon tarpeet sekä asiakkaan kanssa sovitut tavoitteet, osatavoitteet ja keinot tavoitteisiin pääsemiseksi. Näitä arvioidaan säännöllisin väliajoin suunnitelman mukaisesti. Suunnitelma päivitetään asiakkaan tilanteen muuttuessa.

Kotihoidon palvelujen myöntämisedellytysten täytyessä asiakkaan kanssa sovitaan tarvittavista palveluista, kuten tilapäisestä kotihoidosta tai muista tukipalveluista. Tuolloin sovitaan alustavasta asiakassuunnitelmasta ja palvelutarpeesta. Kotihoito

aloitetaan kuntouttavalla arviointijaksolla, jonka aikana asiakkaan avun tarvetta arvioidaan. Kuntouttavan arviointijakson aikana asiakkaan säännöllisten palvelujen tarve kartoitetaan. Asiakkaalle tehdään päätös suunnitelluista kotihoidon palveluista. Kotihoito toteuttaa asiakkaan kanssa sovittua asiakassuunnitelmaa, joka sisältää arkikuntoutuksen. Säännöllinen kotihoito jatkuu asiakassuunnitelman mukaisesti ja palvelutarpeen muuttuessa suunnitelmaa päivitetään. Palveluohjauksessa kielteisen päätöksen saanut asiakas ohjataan löytämään omiin tarpeisiinsa sopivia palveluja kolmannen sektorin, yksityisten palveluntuottajien, kuntien hyvinvointia ja terveyttä edistävien ja julkisyhteisöllisten palvelujen piiristä.

Palvelutarpeen arvioinnissa huomioidaan asiakkaan kokonaisvaltainen toimintakyky. Päätös palvelujen myöntämisestä tai epäämisestä perustuu aina asiakkaan kokonaistilanteeseen ja erilaisten mittareiden perusteella saadut arvot ovat ohjeellisia. RAI -järjestelmä tuottaa tietoa asiakkaan toimintakyvystä ja arkiselviytymisestä sekä muista palvelutarpeista. RAI -arviointi sisältää kysymyksiä, joiden avulla selvitetään ikäihmisen toimintakykyä, terveydentilaa, saatuja palveluita ja mm. lääkkeiden käyttöä. Saaduista tunnusluvuista saadaan lähtökohta hoidon ja palvelun suunnitteluun sekä toteutuksen että seurannan ja arvioinnin määrittelyyn. (Kotihoidon asiakkaan polku, 2018, 18.)

Palvelutarpeen arvioinnin yhteydessä asiakkaan kanssa yhdessä laadittava asiakassuunnitelma sisältää yksilöllisen hoito-, palvelu- ja kuntoutumissuunnitelman. Lisäksi hoito- ja palvelusuunnitelmaan lisätään asiakkaan toiveet taiteen ja kulttuurin käytöstä osana hoitoa. Suunnitelmaan nostetaan säännöllisesti arvioitavat yksilölliset hoidon tarpeet, tavoitteet, osatavoitteet ja keinot tavoitteisiin pääsemiseksi. Suunnitelma päivitetään asiakkaan tilanteen muuttuessa. Tavoitteita on hyvä jakaa esim. viikoittaisiin tai kuukausittaisiin osatavoitteisiin, pitkäjänteisten tavoitteiden lisäksi. Kunnissa on käytössä vielä erilaisia asiakas- ja potilastietojärjestelmiä. Tällä hetkellä Lapin kotihoidon kehittämisen verkostossa on yhdessä sovittu minimisuunnitelmasta, joka tulisi jokaiselle asiakkaalle tehdä päivittäiseen asiakassuunnitelmaan. (Kotihoidon asiakkaan polku, 2018, 21-22.)

6.4.3 Ikäihmisten hyvinvointia tukevien kotiin vietävien palveluiden kehittäminen

Kotipalvelulla tarkoitetaan sosiaalihuoltolain 19§:n mukaan asumiseen, hoitoon ja huolenpitoon, toimintakyvyn ylläpitoon, lastenhoitoon ja kasvatukseen, asiointiin sekä muihin jokapäiväiseen elämään kuuluvien tehtävien ja toimintojen suorittamista tai niissä avustamista. Kotisairaanhoidon järjestetään terveydenhuoltolain 25 §:n nojalla ja kotihoidolla tarkoitetaan näiden palveluiden kokonaisuutta. Kotipalvelun tukipalvelut täydentyvät muuta kotipalvelua. Tukipalveluita ovat esimerkiksi siivouspalvelu, turvapalvelut tai sosiaalista kanssakäymistä tukevat palvelut. Niitä voidaan järjestää myös erikseen, ilman muita kotipalveluita.

Ennen kotihoidon asiakkuuden alkamista asiakkaalle on tehty palvelutarpeen arviointi sekä hoito- ja palvelusuunnitelma. Tavoitteena on, että kotihoidon asiakkuus alkaa arviointijaksolla, joka toteutettaisiin joko kotona tai Einolan arviointiyksikössä. Keminmaan kotihoidossa kehitetään asiakkaiden kotihoidon kuntouttavia toimintoja kotikuntoutuksen toimesta. Ennen säännöllisen kotihoidon aloittamista asiakkaan toimintakykyä ja palveluiden tarvetta arvioidaan kuntouttavan arviointijakson aikana. Toimintamalli on kehitetty Toimiva kotihoito Lappiin -mallin mukaisesti.

Kuntouttava arviointijakso on moniammatillista yhteistyötä, jossa ovat mukana asiakkaan lisäksi hänen läheisensä sekä kotihoidon henkilöstä eri osaamisaloilta, kuten kotikuntoutuksesta, kotisairaanhoidosta ja palveluohjauksesta. Asiakkaan arjessa suoriutumista ja palvelujen määrää arvioidaan koko jakson ajan. Arvioinnin perusteella arvioidaan myös, minkälaisia tavoitteita voidaan asettaa asiakkaan kuntoutukselle.

Keminmaassa on käytössä alueelliset kotihoidon myöntämisen perusteet. Kotihoidon palveluiden myöntämisen kriteerejä on selkeytetty, jotta palvelut kohdentuisivat ensisijaisesti paljon hoitoa ja huolenpitoa tarvitseville asiakkaille. Palvelujen myöntämisen edellytykset ovat alueellisesti yhtenäiset. Palvelujen järjestämisen ja yhtenäisten palvelujen myöntämisen perusteiden lähtökohtana on asiakkaiden tasavertainen ja oikeudenmukainen kohtelu asuinalueesta riippumatta.

Kotihoidon kehittämishaasteena on digitaalisten palvelujen käyttöönotto asiakkaiden hoidossa. Digipalveluja on tarjolla monenlaisiin hoitotarpeisiin ja uusia tuotteita ilmaantuu markkinoille tiheään tahtiin. Laitteista tulee etsiä ne, jotka ovat eniten

tarkoituksenmukaisia sekä palvelevat hoitohenkilökuntaa ja asiakkaita. Kotihoidon henkilökunta tulee kouluttaa digilaitteiden oikeanlaiseen käyttöön. Toisaalta myös ikäihmiset tarvitsevat digipalveluneuvontaa, joka on tärkeä ottaa huomioon, kun suunnitellaan kunnan palveluita ikäihmisille tulevaisuudessa. Tästä esimerkkinä voidaan mainita neuvontapuhelin, josta ikäihminen voi saada neuvoja ja ohjausta tarvitsemisinaan asioissa.

Lapin maakunnan (hyvinvointialueen) tavoitteena on, että ikäihmisille tarjotaan riittävässä laajuudessa tukea kotiin – tarvittaessa tehostetusti ympärivuorokauden ja kaikkina viikon päivinä. Lyhyen aikavälin tavoite vuoden 2021 loppuun mennessä on, että ympärivuorokautista (24/7) kotihoidon palvelua on tarjota vähintään kaikkien kuntakeskusten alueilla.

Keminmaan kunnassa on tarjottu ympärivuorokautista kotihoitoa jo usean vuoden ajan. Keminmaan kunnasta puuttuu kuitenkin kotisairaaloiminta ja sen kehittämiseen nykyiset kotihoidon ja kotisairaanhoidon resurssit ovat vähäiset. Kotisairaalaan tarve koetaan tärkeäksi muun muassa saattohoidon toteuttamiseen ja ei-välttämättömien sairaalasiirtojen välttämiseksi.

Keminmaassa kotikuntoutus on muodostunut kiinteäksi osaksi kotihoitoa. Kotikuntoutus on mukana kotihoidon kuntouttavissa arviointijaksoissa. Kotikuntoutuksen yksi keskeinen tehtävä on vahvistaa kuntouttavia työmenetelmiä kotihoidossa ja toimia kotihoidon muun henkilöstön tukena. Kotikuntoutus on mukana kotihoidon asiakkaiden RAI -toimintakykyarvioinneissa sekä asiakkaan suunnitelmien laadinnassa. Kotikuntoutus on myös mukana kehittämässä yhteistyössä muun hoitohenkilöstön kanssa sujuvaa ja ennakoivaa asiakkaan kotiutumisprosessia sairaala- tai terveyskeskushoidosta kotiin.

Hoitajien saatavuus on heikentynyt, loma-aikoina sijaisten saaminen on jo huomattavan vaikeaa, sillä hakijamäärät vakituisiinkin toimiin ovat vähentyneet. Jotta kaikissa tilanteissa voidaan taata kotihoidon asiakkaille apu kotiin, on suunniteltava toimenpiteitä hoitajien saatavuuden varmistamiseksi. Lisäksi niissä tilanteissa, joissa kotihoito ei pysty vastaamaan esimerkiksi ikäihmisten äkillisesti lisääntyneeseen

palvelutarpeeseen, tulee turvata näitä toimintoja esim. kohdentamalla palvelusetelitoimintoja oikealla tavalla.

Kotihoidossa tulee lisätä henkilöstön määrää ja rekrytoida eri-ikäistä henkilöstöä, että henkilökuntarakenne säilyy monipuolisena. Hoitamisen haasteellisuuden lisääntyminen vaatii myös kotihoitoon moniammatillista rakennetta. Entistä vaativammat hoidolliset tilanteet vaativat kotihoidon hoitajien työn tueksi kotisairaanhoidon resurssin lisäämistä. Tämä sen vuoksi, että ikäihmisten kotona selviytymisen tukemiseen tarvitaan myös lisää kuntoutuksen ammattilaisia. Sosionomeilla ja geronomeilla on myös annettavanaan toisenlaista näkökulmaa kotihoidon kehittämiseksi. Tätä resurssia kannattaa hyödyntää mahdollisuuksien mukaan.

Joustavasti saatavilla tukipalveluilla parannetaan ikäihmisen kotona asumisen mahdollisuuksia. Keminmaassa on yksityisiä palveluntuottajia, joiden tarjoamat palvelut parantavat ikäihmisten kotona selviytymistä. Kotiin tuotettaviin palveluihin on tullut uusia palveluntuottajia, jota tuottavat esimerkiksi ateria-, kauppa- ja siivouspalveluja. Tarjonnan lisääntyessä myös asiakkaiden valinnanvapaus kasvaa.

6.4.3 Ikäihmisten hyvinvointia tukevien omais- ja perhehoidon kehittäminen

Keminmaan kunnassa on mahdollisuus järjestää ikäihmisten hoiva muun muassa omais- tai perhehoitona. Omais- ja perhehoidon tuen saantia on uudistettu. Tavoitteena on ollut parantaa omaishoidon houkuttelevuutta ja tukea omaishoitajien jaksamista. Sosiaali- ja terveysministeriön tavoitteiden mukaan, omais- tai perhehoidon järjestäminen antaa mahdollisuuksia asua kotona mahdollisimman pitkään. Kunta järjestää hoitajille tarvittaessa koulutusta ja tukea työhyvinvoinnin lisäämiseksi sekä hoitotyön jaksamiseksi.

Omaishoidontuella tarkoitetaan vanhuksen, vammaisen tai sairaan henkilön hoidon tai muun huolenpidon järjestämistä kotioloissa omaisen tai muun hoidettavalle läheisen henkilön avulla. Omaishoidon tuen kokonaisuus tarkoittaa hoitopalkkion ja hoidettavalle annettavien palvelujen lisäksi myös omaishoitajalle annettavia sosiaalipalveluja. Ne on määritelty omaishoitoa koskevassa sopimuksessa sekä

hoidettavan hoito- ja palvelusuunnitelmassa. Määräytymisperuste päätetään kunnittain paikallistasolla. Laki omaishoidon tuesta (937/2005) säätelee mm. omaishoidontuen maksuperusteita ja se oikeuttaa omaishoitajaa lakisääteiseen kolmen päivän vapaaseen kuukausittain. Kunnan tulee huolehtia omaishoidettavan hoidon järjestämisestä omaishoitajan vapaan ajaksi. Kunnan kanssa sopimuksen tehneelle hoitajalle kertyy työstään eläketurvaa edellyttäen, ettei hän ole jo eläkkeellä. Kunta huolehtii myös omaishoitajan tapaturmavakuutuksesta. Sopimuksessa määritellään hoidettavalle annettavien palvelujen lisäksi myös hoitajalle suunnatut omaishoitoa tukevat palvelut.

Omaishoidon tukea haetaan kirjallisella hakemuksella vanhus- ja vammaispalveluista. Erillistä hakuaikaa ei ole. Omaishoidon tukea hakevan luokse tehdään kotikäynti, jonka tarkoituksena on kartoittaa hoidettavan toimintakyky, hoidon sitovuus sekä hoidettavan olosuhteet. Omaishoitajille ja heidän hoidettavilleen tulisi järjestää virikkeellistä toimintaa arjessa jaksamiseksi. Taiteen ja kulttuurin menetelmin voidaan tuoda osallisuutta ja virkistystä myös heidän arkeensa. Toimintaa voitaisiin järjestää esimerkiksi päivätoiminnassa/kohtaamispaikassa tai kolmannen sektorin tahoja kanssa yhteistyössä.

Perhehoidolla tarkoitetaan henkilölle annettavaa ympäri- ja osavuorokautisesti järjestettävää hoitoa yksityiskodeissa hänen oman kotinsa ulkopuolella. Perhehoitoa järjestetään, kun se on perusteltua hoidollisesta tai huollollisesta syystä. Perhehoidon tavoitteena on turvata hoidon kodinomaisuus ja siinä pystytään lisäksi huomioimaan paremmin asiakkaiden yksilölliset tarpeet ja päivärytmi. Hoitajan pysyvyys tuo turvaa ja jatkuvuutta ikäihmisen elämään. Lisäksi perhehoitoa tarjoava henkilö saa hyvän mahdollisuuden työllistyä. Perhehoidon katsotaan soveltuvan hyvin kotona asumisen tueksi tai palveluasumisen vaihtoehdoksi, mutta se ei kuitenkaan korvaa ympärivuorokautista hoitoa.

Hoitoa tarjotaan sekä lyhyt- että pitkäaikaisena tai osavuorokautisena hoitona. Pitkäaikaisessa hoidossa asiakas muuttaa asumaan perhehoitajan kotiin toistaiseksi, kun taas lyhytaikaisessa hoidossa perheessä asutaan ennalta sovittu ajanjakso, muutamasta päivästä muutama kuukauteen. Lyhytaikainen hoitojakso on hyvä vaihtoehto omaishoitajan vapaanaikaiseksi hoidoksi tai jos ikäihminen tarvitsee

hetkellisesti enemmän huolenpitoa. Osavuorokautisessa perhehoidossa vietetään 7-8 tuntia tai muu sovittu tuntimäärä. Päivällä tapahtuva osavuorokautinen perhehoito on vaihtoehto päivätoiminnan palveluille.

Perhehoitoa säätelevään lainsäädäntöön sisältyy säännökset perhehoitopaikan yleisistä laatuvaatimuksista, kuten henkilöstön koulutusvaatimuksista siellä hoidettavien henkilöiden enimmäismäärästä. Perhehoidossa voidaan myös määrittää, millaista palvelua asukas haluaa, kuten taide- ja kulttuuripalvelua osana palvelu- ja hoitosuunnitelmaa. Tämä toteutetaan hoitohenkilökunnan ja asiakkaan kanssa yhteistyössä osana asiakkaan hyvinvoinnin kehittämistä.

6.4.5 Ikäihmisten hyvinvointia tukevien asumispalveluiden kehittäminen

Ensisijaista asumispalveluiden kehittämisessä on, että asiakkaiden asuinympäristöt olisivat kotona selviytymistä tukevia. Osa ikäihmisistä asuu pitkienkin matkojen päässä palveluista ja tällöin liikenneyhteydet kauppaan, apteekkiin, terveyskeskukseen ja kulttuuritarjontaan ovat merkityksellisiä kotona selviämiseen.

Keminmaassa on lisätty tehostetun palveluasumisen tarjontaa, mutta tulevana vuosina on syytä kehittää myös erilaisia vaihtoehtoisia asumismuotoja. Kotihoidon hoitaessa ikäihmisiä yhä pidempään kotona, esteettömät hyväkuntoiset asunnot, joissa on mahdollisuus yhteisölliseen kohtaamistilaan, ovat tärkeitä kotona selviytymisen kannalta. Tämä antaa mahdollisuuden asua kotihoidon turvin kotona pitkään.

Keminmaan kunnanvaltuusto hyväksyi kokouksessaan joulukuussa 2019 kuntoutus- ja arviointiyksikön perustamisen ryhmäkoti Einolaan. Akuuteissa haastavissa asiakastilanteissa tulee välttää päätöksen tekemistä liian nopeasti tehostetun asumispalveluun. Arviointi asiakkaan toimintakyvystä tulee tehdä yksikössä, jossa on arviointiin koulutettu henkilökunta ja näkemys siitä, miten kotona asumista voidaan kuntouttavain toimin tukea. Tavoitteena on, että asiakas pystyy asumaan jatkossakin omassa kodissaan. Lisäksi Einolassa voidaan järjestää myös intervallihoitajaksoja omaishoitajien lomitusta huomioiden. Kaikki tilapäinen hoito on hyvä erottaa vakituisesta asumisesta, jotta vakituisten asukkaiden koti saadaan rauhoitettua.

Kuntoutus- ja arviointiyksikön toiminnan aloittaminen ja kehittäminen oli tarkoitus aloittaa vuonna 2020. Kehittämistyö on keskeytynyt osittain vuoden 2020 keväällä koronapandemian ja toisaalta osittain Einolaan tulevan remontin vuoksi vuoden 2021-2022 vaihteessa.

STM:n laatusuosituksen (2020) keskeiset sisällöt ovat seuraavat: iäkkäiden toimintakyvyn edistäminen, vapaaehtoistyön lisääminen, digitalisaation ja teknologioiden hyödyntäminen, asumisen ja asuinympäristöjen kehittäminen sekä palveluiden tuottaminen ja järjestäminen, asiakas- ja palveluohjaus, osaava ja hyvinvoiva henkilöstö sekä laadun varmistaminen.

75- vuotta täyttäneet	Tavoitetaso
Kotona asuvat 75 vuotta täyttäneet % vastaavan ikäisestä väestöstä	91-92%
Säännöllisen kotihoidon piirissä 75- vuotta täyttäneet asiakkaat % vastaavan ikäisestä väestöstä	13-14%
Ikääntyneiden tehostetun palveluasumisen 75- vuotta täyttäneet asiakkaat % vastaavan ikäisestä väestöstä	6-7%
Vanhainkodeissa tai pitkäaikaisessa laitoshoidossa, terveyskeskuksessa 75- vuotta täyttäneet asiakkaat % vastaavan ikäisestä väestöstä	2-3%

Tehostettu palveluasuminen on sosiaalihoitolain 21 §:n mukaista asumispalvelua, jossa asiakas saa ympärivuorokautista hoitoa ja huolenpitoa sekä jatkuvaa apua selviytyäkseen päivittäisissä toiminnoissa. Tehostetun palveluasumisen tarpeen kasvamiseen vaikuttavat mm. muistisairauksien määrän lisääntyminen.

Vuosi	Yli 75 vuotiaiden määrä	Tehostettu asumispalvelu 6%:lle yli 75 vuotiaista	Tehostettu palveluasuminen 7%:lle yli 75 vuotiaista
2020	820	49	57
2025	1091	65	76
2030	1274	76	89

Tehostetun palveluasumisen tarpeen kasvaminen nykysuositusten mukaan

6.4.6 Ikäihmisten hyvinvointia tukevien terveystalveluiden kehittäminen

Keminmaan Terveystalvelut on ulkoistettu ja palvelut tuottavat Mehiläinen Terveystalvelut Oy. Mehiläinen kehittää hoitajien vastaanottoja ja pyrkii parantamaan kansansairauksien ennalta ehkäisevää hoitoa. Terveystalveluita tarjotaan myös digitaalisina palveluina, jotka mahdollistavat ikäihmisten terveystalveluiden tuottamisen kotiin. Mehiläinen-LänsiPohja tuottaa erikoissairaanhoidon palveluita Keminmaan kunnalle. Mehiläinen kehittää erikoissairaanhoidon ja perusterveydenhuollon yhteistyönä hoitoprosesseja, jotka parantavat ikäihmisten sairaanhoitoa ja tekevät palveluiden saamisesta selkeämpää. Hoitoprosessien kehittyminen lisää henkilökunnan osaamista myös kotihoidossa ja kotisairaanhoidossa. Muistisairaiden hyvä hoito ja erilaisten kansansairauksien hyvä hoito ovat tärkeitä ikäihmisten hyvinvoinnin ylläpitämisessä.

Palvelutarvetta lisää erityisesti muistisairauksien lisääntyminen. Muistihäiriö- ja dementiapotilaat ovat yhä kasvava haaste hyvinvointipalveluille. On arvioitu, että vaikeaa tai keskivaikeaa dementiaa sairastavista noin puolet tarvitsee palvelukoti, ryhmäkoti- tai laitostasoista hoitopaikkaa. Varhaisen sairauden tunnistaminen ja hoitokäytäntöjen kehittäminen ovat ratkaisevan tärkeitä kustannusten kannalta.

Keminmaan Kallinrannassa toimii muistineuvola, jossa muistihoitaja työskentelee. Häneltä saa neuvoa ja apua muistisairautta koskevissa asioissa. Keminmaassa on luotu myös oma toimintamalli dementian varhaiseksi havaitsemiseksi yhteistyössä sosiaali- ja terveystoimen kanssa. Muistihoitajaan voi ottaa yhteyttä, jos on huolissaan omasta tai läheisensä arkielämää haittaavasta muistin heikentymisestä.

On tärkeää, että kaikki muistihäiriöt tutkitaan viivytyksettä, sillä osa muistihäiriöistä voidaan hoitaa ja ajoissa havaitun muistisairauden etenemistä voidaan hidastaa. Asiakkaat voivat varata ajan suoraan muistihoitajalta ja tarvittaessa muistihoitaja voi tehdä myös kotikäyntejä. Muistihoitajan vastaanotto- ja kotikäynti ovat asiakkaalle maksuttomia.

Terveyspalveluita tulee pystyä tarjoamaan ikäihmisille myös elämänkaaren loppuvaiheessa. Keminmaan kunnalla on oma "saattohoitomalli", jota toteutetaan yksilöllisesti saattohoidettavan toiveiden mukaisesti. Tämä on mahdollista silloin, kun lääkärin on yhdessä hoitohenkilökunnan sekä omaisten kanssa kartoittanut saattohoidettavan kokonaistilanteen. Hyvä saattohoito edellyttää, että saattohoidettavalla on kattava kotihoito, kotisairaanhoido ja aktiiviset omaiset, jotka pystyvät yhteistyössä osallistumaman saattohoitoon. Keminmaan kunnan kotisairaanhoidaja on tarvittaessa käytettävissä sekä iltaisin että viikonloppuisin, esimerkiksi kipulääkitykseen liittyvissä asioissa.

Keminmaan kunnassa kotisairaanhoidossa saattohoidettavia on ollut vähän. Tulevaisuudessa, kun siirrytään hyvinvointialueisiin, on hyvä varautua myös kotisairaaloimintaan yli kuntarajojen. Aiemmin keskusteluja on käyty naapurikuntien kanssa. Resurssien ja kustannusten jakaminen usean kunnan kesken, voi olla yksi mahdollisuus toteuttaa hyvää kotona annettavaa saattohoitoa.

7.Yhteenveto Keminmaan kunnan ikäihmisten palveluiden kehittämissuunnitelmasta vuosille 2020-2030

Asuinympäristöjen kehittäminen ikäihmisten hyvinvointia tukevaksi

Tavoitteet	Toimenpiteet	Aikataulu	Vastuutahot	Huomioitavaa
------------	--------------	-----------	-------------	--------------

<p>Keminmaan kunnan alueella on tarjolla riittävästi ikäihmisille soveltuvia esteettömiä asuntoja</p>	<p>Keminmaan vuokra-asunnot ottaa huomioon ikäihmiset ja esteettömyyden talojen peruskorjauksia suunniteltaessa.</p> <p>Kunnan kiinteistö- ja investointisuunnitelmissa huomioidaan ikäihmisten tarpeet.</p> <p>Elinkeinotoimi toimii aktiivisesti uusien asuntohankkeiden saamiseksi kuntaan.</p>	<p>Aina peruskorjaus-suunnitelman yhteydessä</p> <p>Vuosittain talousarvion laadinnan yhteydessä</p> <p>2022-2024</p>	<p>Tekniset palvelut</p> <p>Hyvinvointipalvelut</p> <p>Elinkeinotoimi</p>	
<p>Liikenne- ja ulkoilureittien suunnittelussa ja kunnossapidossa huomioidaan ikäihmisten tarpeet ja sukupolvien kohtaamispaikat</p>	<p>Ikäihmisten käytössä oleville asiointi- ja ulkoilureiteille hiekoitus ja levähdyspenkit tukemaan liikumista.</p> <p>Kallinjärven ympäristön kehittäminen lähiliikuntapaikaksi lapsille ja ikäihmisille.</p>	<p>2021 ensimmäinen asiointireitin kunnossapito ja levähdyspenkit suunniteltuna Laurilaan ja Lautiosaareen. Toteutus 2022</p> <p>2024 keskustan lähiliikuntapaikka penkkeineen on valmis.</p>	<p>Tekninen</p> <p>Hyvinvointi</p>	
<p>Joukkoliikennettä suunniteltaessa huomioidaan ikäihmisten tarpeet.</p>		<p>Suunnitelma ja tarpeen kartoitus 2024 mennessä.</p>	<p>Hallinto</p> <p>Hyvinvointi</p> <p>Sivistys</p>	

Kulttuuri osaksi ikäihmisten arkea

Tavoitteet	Toimenpiteet	Aikataulu	Vastuutahot	Huomioitavaa
Keminmaassa on ikäihmisille kohtaamispaikka, jossa on mahdollisuus olla osallisena arjen kulttuurista.	<p>Huomioidaan kunnan investointi- ja kiinteistösuunnitelmissa.</p> <p>Järjestöt ja vapaaehtoiset mukaan tuottamaan arjen kulttuuria.</p>	Vuonna 2022 tila on käytettävissä	<p>Tekninen</p> <p>Hyvinvointi</p> <p>Sivistys</p>	
<p>Ihmisen oma elämänsä historia ja kulttuuri osana asiakkaiden palveluiden suunnittelua.</p> <p>Kulttuuripalveluiden vieminen sinne, missä ikäihmiset ovat tai minne ikäihmiset pääsevät.</p>	<p>Ikäihmisten hoito- ja palvelusuunnitelmiin kirjataan omat mieltymykset, tottumukset ja suunnitelma kulttuuritottumusten ylläpidosta.</p> <p>Kunta, järjestöt ja harrastepiirit toteuttavat toimintaansa osana ikäihmisten arkea.</p> <p>Taidenäyttelyitä, esityksiä sinne, missä ikäihmiset liikkuvat, asuvat, esim. päivätoiminta.</p>	<p>Työ aloitetaan vuonna 2021</p> <p>Työ aloitetaan vuonna 2021</p>	<p>Hyvinvointi</p> <p>Johtoryhmä</p> <p>Vanhusneuvosto</p> <p>Kunta, Seurat ja järjestöt</p>	

Ikäihmisten osallisuuden vahvistaminen

Tavoitteet	Toimenpiteet	Aikataulu	Vastuutahot	Huomioitavaa
Vanhusneuvoston roolin vahvistaminen kunnan päätöksenteossa.	<p>Kerran vuodessa tapaaminen johtoryhmän kanssa.</p> <p>Lausuntokierros vanhusneuvostolle</p> <p>Valtuustoon osallistuminen</p> <p>Vanhusneuvosto kertoo toiveensa kunnassa järjestettävästä toiminnasta ja palveluista kerran vuodessa.</p>		Kaikki hallintokunnat, johtoryhmä ja vanhusneuvosto	
Digiopastus	Ikäihmisten osallisuuden parantaminen	Jatkuvaa	Sivistystoimi	
Ikäihmisten osallisuus seminaari vuosittain		2021	Kaikki hallintokunnat	

Lähteet

Malmivirta, H. 2017. Taide, taidetoiminta ja niiden vaikutukset ikääntyneiden hyvinvointiin teoksessa Taide ja hyvinvointi. Katsauksia kansainväliseen tutkimukseen. Toim. Lehikoinen, K., Vanhanen, E. V

https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/227963/Kokos_1_2017.pdf?sequence=4

Opetus ja kulttuuriministeriö. 2019.

https://minedu.fi/artikkeli/-/asset_publisher/maakunnilla-ja-kunnilla-on-vastuu-parantaa-taiteen-ja-kulttuurin-saatavuutta-sosiaali-ja-terveydenhuollossa

Rosenlöf, A-M. 2014. Rakenteita ratkomassa – Kulttuurisen seniori- ja vanhustyön käytäntöjä ja toimintamalleja.

Sitra. Tulevaisuustalo, rahasto.

<https://www.sitra.fi/artikkelit/nakokulmia-taiteen-ja-kulttuurin-vaikutuksiin/>

<https://www.sitra.fi/artikkelit/nakokulmia-taiteen-ja-kulttuurin-terveysvaikutuksiin/>

<https://www.sitra.fi/artikkelit/nakokulmia-taiteen-ja-kulttuurin-sosiaalisen-hyvinvoinnin-vaikutuksiin/>

Sotka net. 2019. Tilastokeskus.

<https://sotkanet.fi/sotkanet/fi/taulukko/?indicator=szaJAgA=®ion=szYMAQA=&year=sy6rAAA=&gender=t&abs=f&color=f&buildVersion=3.0-SNAPSHOT&buildTimestamp=201802280718>

Taikusydan. 2019. Taiteen ja hyvinvoinnin yhteyksien kehittämisen ja viestinnän yhteistyöverkosto.

<https://taikusydan.turkuamk.fi/info/taiteesta-hyvinvointia/>

TEA viisari.

<https://teaviisari.fi/teaviisari/fi/tiedonkeruu/54/>

Valtioneuvosto.

<https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/161228/Prosenttiperiaatteen%20k%C3%A4rkihanke-esite.pdf>