

11.12.2019

Yhteenvedo iltapäivän pöytäkeskusteluista

Vanhusneuvostopäivässä 7.11.2019 oli aiheena vanhusneuvosto koko ikäväestön asialla – turvallisuus, palvelut ja hyvä arki. Aamupäivän ohjelma keskittyi turvallisuuteen ja sähköisiin palveluihin. Iltapäivän aiheena oli hyvä arki ja osallisuus. Pöytäkeskustelua käytiin kahdessa osassa aamupäivällä ja iltpäivällä. Osassa pöydistä jakaannuttiin kahteen ryhmään ja osassa pöydistä koko pöytä kävi yhdessä keskustelut. Ryhmätöitä tekivät myös etäyhteydellä osallistuneet vanhusneuvostot.

Iltapäivän pöytäkeskusteluiden aiheena oli: ”Miten varautua, varmistaa hyvä arki ja torjua taloudellista kaltoinkohtelua?” Kysymys oli tehtävänannossa jaettu kolmeen osaan:

- Mikä on keskeisin asia?
- Mitä kokemuksia tästä on?
- Mitä vanhusneuvosto voi tehdä tiedon levittämiseksi?

Vastauksissa toistuivat samat asiat vastauksena kysymykseen: ”Miten varautua, varmistaa hyvä arki ja torjua taloudellista kaltoinkohtelua? Mikä on keskeisin asia?”. Tähän yhteenvedoon on koottu ryhmien vastaukset kaikkiin kolmeen kysymykseen esille nousseiden teemojen alle. Keskeisimmiksi asioiksi mainittujen asioiden alle on kirjoitettu ryhmätöissä kirjoitetut osallistujien kokemukset asioista, jonka jälkeen on listattu ryhmätöissä mainitut keinot siitä mitä vanhusneuvosto voi tehdä tiedon levittämiseksi.

Miten varautua, varmistaa hyvä arki ja torjua taloudellista kaltoinkohtelua? Mikä on keskeisin asia? Mitä kokemuksia tästä on? Mitä vanhusneuvosto voi tehdä tiedon levittämiseksi?

Kysymykseen ”Mitä vanhusneuvosto voi tehdä tiedon levittämiseksi?” tuli hyvin samankaltaisia ehdotuksia ja toteutuksia asiasta riippumatta. Hyviksi tiedon levittämisen keinoiksi koettiin erilaiset info- ja asiantuntijatilaisuudet, lehtikirjoittelu, sosiaalinen media, tiedon jakaminen kunnan nettisivuilla, yhteistyö kunnan päättäjien ja eri järjestöjen kanssa. Todettiin, että vanhusneuvostot voivat tehdä esityksiä ja kannanottoja kunnanhallitukselle. Vanhusneuvostot voivat levittää tietoa yhteistyöllä kunnan eri toimialojen kanssa. Vanhusneuvosto voi vaikuttaa seuraamalla päätöksiä ja arvioinneilla. Vanhusneuvosto voi vaikuttaa kaavoitukseen. Mainittiin, että kunnissa on oltava vanhusasiamies

Tiedonsaanti ja tiedottaminen

Riittävän tiedonsaannin varmistaminen ja tiedottaminen mainittiin useammassa pöytäryhmän vastauksessa keskeisimmäksi asiaksi siihen, miten varautua, varmistaa hyvä arki ja torjua taloudellista kaltoinkohtelua. Ylipäättänsä tietoisuutta asioista pitää lisätä. On tärkeää, että koko senioriväestö saa tiedon.

Passiiviset ihmiset pitää aktivoida. Tiedonsaannin keinoina ja tiedon jakamisena mainittiin erilaiset seniorineuvontaryhmät, eläkeläisjärjestöt, viranomaiset ja Mummon markan vartijat. Vanhusneuvoston päätöksistä tiedottaminen nostettiin esille. Paikallislehdet mainittiin hyväksi tiedon levittämisen kanavaksi. Paikallislehdessä voi olla esimerkiksi vanhus- ja vammaisneuvoston yhteisöpalstapaikka. Kuntalaisille voidaan jakaa tiedotteita. Tiedonpuutteen vuoksi asiat jäävät hoitamatta. Esimerkkinä oli mainittu kodin remontti, mistä voi saada apua rahoitukseen ja miten saa korjausavustusta.

Tiedottamisen pitää olla selkokielistä, jotta ymmärretään omat oikeudet. On tärkeää, että vanhusneuvosto kertoo omasta toiminnastaan selkokielistä. Vanhusneuvosto tekee aloitteen kunnanhallitukselle, että kunta muuttaa tiedotteet, kotisivut ja päätökset selkokielistä. Paikallislehdelle annetaan palautetta, että kirjoittavat selkokielistä. Ikäihmisten osallistaminen on tärkeää. Pitää selvittää miten ikäihmiset haluavat saada tietoa ja miten tiedottaminen tavoittaa heidät. Pitää muistaa tiedottaa ikäihmisiä, jotka eivät enää paljon liiku ulkona.

Mitä kokemuksia on tästä

- asiantuntijoiden luennot ja infotilaisuudet
- eläkeläisjärjestöiltä saa tietoa
- paikallislehdet
- ikäihmisten palvelukeskukset tiedon välittäjinä
- Liikaa luotetaan tiedon tarvitsijan aloitekykyyn tiedon hankinnassa.
- Usein samat henkilöt toimivat useassa järjestössä.

Mitä vanhusneuvosto voi tehdä tiedon levittämiseksi?

- Järjestää keskustelu- ja infotilaisuuksia
- lehtikirjoittelu
- sosiaalinen media
- Painostetaan kunnan päättäjiä tiedottamiseen. Vanhusneuvoston jäsenet jakavat tiedon verkostoissaan.
- Lautakunnille ja kunnanhallitukselle kirjelmä koska tämä vaatii vastausta.
- Valvonta, että aloitteista saadaan toimenpiteitä aikaan
- Kerromme omasta toiminnastamme selkokielistä
- Aloite kunnanhallitukselle, että kunta muuttuu selkokielistä tiedotteet, kotisivut ja päätökset
- Palaute paikallislehdelle, että kirjoittavat selkokielistä
- Ikäihmisten osallistaminen
- Miten he haluavat saada tietoa
- Miten tiedottaminen tavoittaa heidät
- Asiantuntijoiden luennot
- Asiantuntijoiden infotilaisuudet
- aktivoida tiedotusta eläkeläisjärjestöjen ja virkamiesten kanssa
- tiedon on kohdattava jokainen ikäihminen

- tiedon pitää kulkea myös toisinpäin eli kentältä vanhusneuvostolle
- tiedottamisstrategian tekeminen, jotta tiedottaminen on jatkuvaa
- puskaradio ns. suusta suuhun tiedon levittäminen
- Henkilökohtainen kontakti tutulta ihmiseltä on hyvä keino jakaa tietoa.
- Pitää yhteyttä kunnalliseen sosiaalitoimeen ja vaatia että heikkouksiin puututaan

Sosiaaliset suhteet ja osallisuus

Turvaverkon ja ylipäättänsä oman sosiaalisen elämän ylläpito työelämän jälkeen oli koettu monen pöytäryhmän ja vanhusneuvoston vastauksessa merkittäväksi asiaksi. Yksinäisyyden ehkäisemiseksi oli vastattu turvaverkon rakentaminen yksin ja yhdessä. Ihmissuhteiden ylläpito on tärkeää. Hyvä naapurisopu on yksi tapa sosiaalisten suhteiden ylläpidossa. Mielekäs yhteisöllisyys on keskeistä.

Mitä kokemuksia tästä on:

- Jää yksin, jos ei ole luonut verkostoa ajoissa -> kynnyks lähteä mukaan toimintaan.
- Merkityksellinen ja mielekäs tekeminen on tärkeää.
- Puolison kuolema. Leski jää yksin ja syrjäytyy / terveelliset rutiinit häviävät
- Lanseerataan kauppakaveritoiminta (Valkeakoski ns. Sampo-bussit)
- Keravalla on avunvälitystä
- yhteiset toiminnot (kävelyt, saunavuorot, torien yms. keskusteluryhmät)
- eri yhdistysten ja muiden toimijoiden toiminta
- Kaikkia ei tavoiteta
- Joissakin kunnissa kutsutaan esimerkiksi 75- tai 80-vuotiaat yhteiseen tilaisuuteen. Tiettyjen ikäryhmien kontaktointi.
- ongelmana yksinäisyys
- Monien ikäihmisten lapset asuvat toisella paikkakunnalla.
- Omaiset hylkäävät vanhukset hoivakotiin
- Edunvalvonta ei ole kunnossa
- yhdistyksissä toimiminen
- kulttuuriin osallistuminen
- osallistuminen erilaisiin kerhoihin ja toimintoihin omien voimien mukaan

Mitä vanhusneuvosto voi tehdä tiedon levittämiseksi?

- Jakaa tietoa erilaisista osallistumismahdollisuuksista
- Annetaan kaikille mahdollisuuksia osallistua esim. järjestämällä kaikille avoimia matalan kynnyksen tilaisuuksia.
- Järjestämällä koulutuksia esim. mikä on hyvä arki
- Tiedottamalla kunnan tarjoamista palveluista ja seuraamalla niitä ja antamalla evästyksiä palveluiden turvaamiseksi

- Tiedottaminen paikallislehtien ja kunnan kotisivujen välityksellä
- vanhusneuvoston esittelyt oppilaitoksille
- avoimia kokouksia
- Selkeästi yksi palvelunumero kaikkiin ikäihmisten asioihin.
- järjestöjen kautta tiedon levittäminen
- Vanhusneuvosto ottaa yhteyttä eri toimijoihin
- erilaiset ystävärinkimallit
- jalkautua eri puolille kuntaa/kaupunkia
- vapaaehtoistoiminnan edistäminen
- hoivakodeilla tilaisuuksia, joihin omaiset kutsutaan mukaan
- edunvalvonnan varmistaminen riittävän ajoissa
- jokaisen velvollisuus kertoa ”kylällä”
- asiantuntijaluentoja
- aloitteita hyvän arjen toteuttamiseksi
- Kun jää leskeksi, raha-asiat puhuttaisiin siitä yhteisissä vanhusten tilaisuuksissa
- Muita tilaisuuksia: edunvalvontatilaisuus/edunvalvoja
- Kulttuuri-, liikunta- ja palvelusetelit
- aloitelaatikot
- hyvät suhteet jälkipolviin ja ystäviin ajoissa

Asiakirjojen kuntoon laittaminen

Asiakirjojen eli edunvaltuutuksen, hoitotahdon, hautaustestamentin ja testamentin kuntoon laittaminen hyvissä ajoin on ollennaista. On tärkeää, että asiat laitetaan kuntoon jo silloin, kun pystyy päättämään omista asioista. Voisi olla ”omat asiakirjat kuntoon kampanja”. Myös palvelutarpeiden kartoitus on tärkeää tehdä ajoissa. Mainittiin myös valmennus eläkkeelle jäämiseen.

Mitä kokemuksia tästä?

- Edunvalvontavaltuutus kuntoon. Luo turvaa, kun asiat on sovittu.
- oman tahdon ilmaisu -> edunvalvojan nimittäminen
- edistää/takaa vanhuksen mielen hyvinvoinnin
- edunvalvontatilaisuudet ovat olleet suosittuja
- Palvelutarpeen kartoitus koetaan myönteisenä
- erilaisiin testamenttivaihtoehtoihin tutustuminen
- Valmennus eläkkeelle -kursseja ei tällä hetkellä järjestellä
- Seniorineuvontaryhmät suosittuja
- Eläkeläisjärjestöt aktiivisia ja siellä paljon jäseniä

Mitä vanhusneuvosto voi tehdä tiedon levittämiseksi?

- infotilaisuudet
- jokainen sitoutuu tiedon viemiseen omille järjestöille
- lehtiartikkelit
- yhteistyö eri viranhaltijoiden ja lautakuntien kanssa

Hyvinvointi ja hyvä arki

Hyvä arki koostuu turvallisuudesta, päätösvallasta, lähellä olevista palveluista ja sosiaalisista suhteista. Hoitoa tarvitsevien ikäihmisten hyvinvoinnin kannalta on keskeistä hoitajien ja omaishoitajien jaksaminen. Omasta kunnostaan ja terveydestään huolehtiminen. Tulevaan kannattaa suhtautua realistisesti.

Keskeiseksi keinoksi oli kirjattu varautuminen hyvissä ajoin omasta hyvinvoinnista ja sekä fyysisestä että psyykkisestä terveydestä huolehtiminen. Yksi pöytäryhmistä oli kiteyttänyt asian näin: ” Omasta hyvinvoinnista huolehtiminen. Saada ihminen hoivaamaan ja huolehtimaan hyvinvoinnistaan (ruoka, liikunta, sosiaaliset suhteet, mieliala)”.

Monia ikäihmisiä hoitavat omaiset. Omasta ja omaisten kunnosta ja jaksamisesta huolehtiminen on tärkeää.

Mitä kokemuksia tästä?

- Osallisuuden lisääminen luo turvallisuutta – palvelut lähelle.
- terveenä pysyminen
- taloudellinen päätösvalta
- itsemääräämisoikeus – mielenrauha
- ei kuntoutusta tarpeeksi
- liikkuminen
- taloudellinen varautuminen
- positiivinen asenne
- merkityksellisyys
- osallisuus
- verkostot
- muistisairaus
- vanhuspalveluiden ulkoilu vapaaehtoisten toimesta.
- omaishoitajien vapaapäivät
- hoidettavien ja hoitajien näkemyserot
- motivaatio ja kemia eivät aina toimi
- hoitajien nätevyys hoitotyöhön

- hyvä ammatti turvasi tulevaisuuden
- Asiat kannattaisi järjestää ajoissa kuntoon ja oma ikääntyminen tiedostaa ja hyväksyä. Tilanteet vaikeita, joissa pärjääminen hankalaa muttei halua lähteä esimerkiksi omasta kodista.
- kaltoin kohdellut eivät ole saaneet esim. omaisuutta mukaan palvelutaloihin
- ei uskalleta ilmoittaa viranomaisille -> pelko seurauksista
- vanhusneuvosto tutustuu palvelutaloihin hyvän arjen luomiseksi
- valmistautuminen jo ennen eläkkeelle jäämistä
- epäilyjä taloutta koskevasta kaltoinkohtelusta

Mitä vanhusneuvosto voi tehdä tiedon levittämiseksi?

- koulutus
- keskustelut = vertaistuki = keskustelufoorumi yhdessä muiden neuvostojen kanssa
- tiedon kerääminen ja jakaminen
- hyödyntää kolmannen sektorin toimijoiden asiantuntemusta
- verkostoituminen
- erilaiset tempaukset, tapahtumat ja teemapäivät
- kukin jäsen voi levittää tietoa omissa verkostoissa
- mielipidekirjoitukset ja lehtikirjoittelu ylipäättänsä
- sosiaalinen media
- lausunnot ja kannanotot
- kokousten ja tilaisuuksien suoratoistot
- matalan kynnyksen kohtaamispaikat
- lobbaus
- verkostoituminen
- selkeiden nettilinkkien jako
- ikäinstituutti.fi mielen hyvinvoinnin taitopankki
- yhteistyö järjestöjen ja lautakuntien kanssa. Edustus lautakuntiin.
- www.vanheneminen.fi
- Tehdä näkyväksi hyvän arjen tarpeita ja pitämällä niistä ääntä
- kulttuuri-, liikunta- ja palvelusetelit
- mielenterveystyö näkyviin
- päihteiden käytön ennaltaehkäisytyö
- Nastakenkien avustusta. Yhdellä loukkaantumisen hoidolla kustannetaan useat nastakengät

Ongelmien esiin nostaminen

Ikäihmistien ongelmien esiin nostaminen koettiin keskeiseksi asiaksi. Ongelmat pitää nostaa esiin ja ottaa yhteys asiaa hoitavaan viranomaiseen, muihin tahoihin ja mediaan. Avun saannin pitää olla sujuvaa, kun sitä tarvitaan. Kynnys huoli-ilmoituksen tekemiseen on syytä olla matala.

Mitä kokemuksia tästä?

- nettihuijaukset
- yhteistyö eri tahojen kanssa esim. ystäväpalvelu ja viranomaiset
- Tutustuminen hoiva-arkeen mm. kunnan työntekijän mukana.

Mitä vanhusneuvosto voi tehdä tiedon levittämiseksi?

- vapaaehtoistoimijat yhteen esim. ystäväpalvelu
- eläkeläisjärjestöjen kautta tiedottaminen lehdessä ja nettisivuilla
- vanhusneuvosto mukaan tilaisuuksiin, niin tulee tutuksi
- kokemusasiantuntijana olo
- netti-TV
- omat nettisivut
- sosiaalinen media
- huoli-ilmoitus viranomaisille
- lehtijuttuja
- yhteistyö viranomaisten kanssa

Palvelujen saatavuus

Palveluita pitäisi olla tasapuolisesti kaikille. On tärkeää, että kaikilla ikäihmisillä on perusasiat kunnossa. Asiointi, pankki, verot, taksi ja KELA mainittiin keskeisten palveluasioiden joukossa. Tärkeäksi koetaan, että apua saa myös syrjäseuduilla. Hinnoittelun pitäisi olla sellainen, että palveluihin on varaa. Kunnalla on tärkeä rooli ikäihmistien hyvinvoinnin tukemisessa siten, että kunnan palvelukeskusten liikunta- ja kulttuuripalvelut ovat ilmaisia tai alennettuja tietyn tulorajan alittaville.

Mitä kokemuksia tästä

- Palveluita on saatavilla, mutta ei itse kykene. Saavutettavuus voi olla vaikeaa.
- Kaupungeissa yksinäisyys, ei voi mennä, ei hyväksyttyä, ei rohkeutta mennä.
- Tieto etuuksista ja oikeuksista ei tavoita kakkia tarvitsevia.
- Yksinolijalla oma aloitteellisuus häviää
- Ei työmaltakaan ystäviä.
- Ei halua palvelua.
- Palveluita lopetetaan

- Liian paljon asioita on netin varassa
- Taksipalvelu ei toimi
- Ei julkisia yhteyksiä
- Välimatkat
- autottomuus
- tietokoneettomat
- tietoturvariskit
- Tampere: palvelukortin laitto tuloista riippuvaksi romahdutti ruokailijoiden määrän palvelukeskuksessa.

Mitä vanhusneuvosto voi tehdä tiedon levittämiseksi?

- yleisötilaisuudet aiheesta
- paikallislehden hyödyntäminen
- tiedon jakaminen ja lehtijuttujen kirjoittelu
- palveluneuvojat kuntiin

Talous

Taloudellista kaltoinkohtelua voi ehkäistä tekemällä hyvissä ajoin edunvalvontavaltuutus. Esim. lehtien tilausesto muun muassa muistisairaat. Todettiin, että puhelinmyynti on mennyt ihan kohtuuttomaksi.

Rahan puute kirjattiin keskeiseksi asiaksi. Rahan puutteesta seuraa, että lääkkeitä jää ottamatta ja ruuassa säästetään.

Mitä kokemuksia tästä

- ylihintaisten palvelujen myyjät ”huijaavat”
- valepoliisit
- vanhusneuvosto tutustuu palvelutaloihin hyvän arjen luomiseksi
- epäilyjä taloutta koskevasta kaltoinkohtelusta

Mitä vanhusneuvosto voi tehdä tiedon levittämiseksi?

- Estonumerot puhelinmyyjille kieltää soittelut.
- lehtien tilausesto mm muistisairaat. Puhelinmyynti on mennyt ihan kohtuuttomaksi
- tiedon levittäminen kokouksissa
- kertoo toisille tapauksistaan
- info- ja tiedotustilaisuudet
- kunnalliset päättäjät
- välittää tietoa taloudellisista oikeuksista
- kertoa esimerkkejä huijauksista varoituksena

- kutsua kuluttajaliiton kouluttaja kertomaan
- Vanhusneuvosto voisi tehdä esitteen, missä tiedottaa:
 - tunnuslukujen käytöstä
 - peliriippuvaisten löytämisestä
 - avustusten saantimahdollisuuksista
 - kotitalousvähennyksen mahdollisuudesta
 - maksukatoista
 - ikäihmisten kuljetuspalveluista
 - asumistuen hakemisneuvonnasta
 - huoli-ilmoituksesta
- kotipalvelu voi viedä tietoa asiakkailleen
- lehtijuttujen tekeminen
- palvelunumero helposti saataville
- vanhusneuvoston jäsenenä on eläkeläisjärjestöjä, joiden kautta tietoa voi viedä eteenpäin
- tiedon levittäminen kokouksissa
- virheelliset laskut/valvonta

Asuminen

Asuminen oli listattu joidenkin pöytäryhmien ja vanhusneuvostojen keskeisimmäksi asiaksi. Kotona asuminen mainittiin. Kodin esteettömyys on tärkeää. Esteettömyyden tarvetta on hyvä ennakoida. Mainittiin, että kannattaa hankkia sellainen asunto ajoissa, jossa voi asua vanhanakin. Ikäihmisiä asuu myös palvelutaloissa. Palveluasumisen kehittäminen on keskeinen keino ikäihmisten hyvän arjen varmistamiseksi.

Mitä kokemuksia tästä?

- ongelmatilanteiden ennakointi/varautuminen/estäminen
- kodissa käyvät avustajat eivät aina ole kovin ystävällisiä. Heitä pitäisi kouluttaa lisää ja harkita heidän sopivuutta alalle.
- asumisen muodot / turvallisuus ikäihmisten tarpeisiin
- kotona asuminen liian huonokuntoisena
- turvallinen asuminen
- tutustuminen erilaisiin asumisvaihtoehtoihin
- korjausneuvonta

