

Pohjois-Savon hyvinvointialue

Kumppanuusavustus, väliraportti

Vanhustyön keskusliitto

Tarja Siltanen, koordinaattori ja geronomi

Timo Pakkanen, korjausneuvoja ja rakennusmestari

1. Avustettava toiminta ja sen tavoitteet

Avustuksella edistettiin Pohjois-Savossa asuvien ikääntyvien henkilöiden ennakointia asumisen, talouden, terveyden edistämisen, sosiaalisten suhteiden sekä asiakirjojen omaksumisen teema-alueilla, joiden vahvistumisen on tutkitusti todettu edistävän iäkkäiden hyvinvointia, elämänlaatua ja koettua terveyttä. Avustuksella toteutettiin myös maksutonta korjausneuvontaa edistämään ikääntyvien kotona asumista sekä asumisen ennakkoinnin konkreettisia toimenpiteitä.

Ennakointia jalkautettiin siihen koulutettujen vapaaehtoisten Ikäoppaiden sekä korjausneuvojan avulla. Ikäopas-toiminta on Suomessa verrattain uutta vapaaehtoistoimintaa, jota on pilotoitu Pohjois-Savossa v. 2023–2024 hyvin tuloksin. Avustuksella vanheneminen.fi koordinaattori kouluttaa vuosittain 7 Ikäopasta, jotka johdattelevat kohderyhmää ennakkoinnin teemoihin, ja nostavat esiin ns. tavallisten iäkkäiden ihmisten voimavaralähtöisen äänen. Tämä on avustettavan toiminnan keskeinen tavoite koko kolmivuotisen kumppanuussopimuskauden ajan, sillä kansalaiskyselyjen mukaan (VTKL 2022, 2024) juuri iäkkäitä ihmisiä syrjitään ja heidän ääntään ei kuulla riittävästi. Ikäoppaat käyvät kertomassa ja kannustamassa ikääntymisen ennakkoinnista esim. koulutustilaisuuksissa, työterveyshuollossa, messuilla ja senioritapahtumissa.

Vanheneminen.fi koordinaattori viestii Ikäopas -toiminnasta, ja rekrytoi yhteistyössä PS-hyvinvointialueen kanssa osallistujia Ikäopas -koulutukseen. Koulutusta järjestettiin vuoden aikana 2 pienryhmää, joihin osallistujat koordinaattori haastatteli ennen koulutusta ja kartoitti heidän tavoitteensa ja toiveensa koulutukseen. Koulutuksen keskeinen sisältö oli vapaaehtoistoiminnan periaatteet ja käytännöt, ennakkoinnin teemat ja kokemustarinoiden sanoittamisen keinot sekä vertaistuellinen ohjaus ryhmässä.

Korjausneuvoja tekee kotikäyntejä Pohjois-Savossa asuvien ikääntyvien sekä osallistuu yllä mainittuihin tilaisuuksiin asiantuntijana. Korjausneuvontatoimet ovat konkreettinen keino ikääntyvien asumisen suunnittelulle. Ne vähentävät asumiseen liittyviä riskejä ja edistävät kotona asumista mahdollisimman pitkään.

Tavoite 1: Ikäopas -toiminnan laajentaminen

Tavoitteena toimintakaudella 24/25 oli lisätä eläkeiän molemmin puolin olevien vapaaehtoistoiminnan mahdollisuuksia Pohjois-Savossa. Ikäoppaiden kokemus elämän merkityksellisyydestä vahvistuu mielekkään vapaaehtoistoiminnan myötä. Tavoitteena oli myös Ikäoppaana toimiessaan ikäoppaiden kokemus vaikuttamisen mahdollisuuksista ja osallisuuden kokemuksista kasvaa.

Ikäopas-toiminta on Suomessa verrattain uutta vapaaehtoistoimintaa, jota on pilotoitu Pohjois-Savossa v. 2023–2024 hyvin tuloksin. Sen levittäminen ja juurruttaminen oli keskeinen tavoite. Tämän toteutumiseksi ja vanhuuden ennakkoinnin toimenpiteiden edistämiseksi tavoitteena oli kouluttaa vähintään 7 vapaaehtoista ikäopasta vuodessa (kolmen kumppanuusvuoden aikana yhteensä 21) Koulutuksen tavoitteena oli, että Ikäopas-koulutuksen koetaan vastaavan tarpeita hyvin tai erittäin hyvin (asteikolla 1.. erittäin huonosti.. 5.. erittäin hyvin). Ikäopas löytää muista ikäoppaista ja toimintaan osallistuvista vertaisryhmän, johon kiinnittyä.

Menetelmät ja toiminta

Koordinaattori suunnitteli Ikäoppaiden koulutusmallin keväällä 2023, jonka pohjalta on järjestetty Ikäopas -koulutusta. Ikäoppaiden rekrytointia toteutettiin markkinoimalla toimintaa eri tapahtumissa ja luennoilla sekä kohdennetulla markkinoinnilla Kuopion ja Kiuruveden alueella. Kumppanuussopimus kauden 2024/2025 aikana koulutuksia on järjestetty Kuopiossa ja Kiuruvedellä.

Ikäoppaat osallistuivat vuoden aikana tapahtumiin, joissa he kertoivat elämänsäkulusta, ikääntymisestä ja ikääntymisen ennakkoinnista omin sanoin. Ikäoppaat osallistuivat myös Vanhustyö lehden toimitukseen syksyllä 2024 sekä esimerkiksi Verohallinnon kanssa yhteistyöhön.

Tulokset

Toimintakaudella 2024/ 2025 koulutettiin yhteensä 13 ikäopasta. He osallistuivat yhteensä 9 tapahtumaan ja 6 podcastiin, jossa he kertoivat omasta ennakkoinnistaan ja varautumisestaan yhdessä koordinaattorin kanssa. Ikäoppaat toivat omien kokemusasiantuntijatarinoidensa kautta esille mm. terveyteen, hyvinvointiin ja eläkkeelle jäämiseen liittyviä ennakkoinnin teemoja. Toimintakaudella nostettiin esille varsinkin aivoterveys ja taloudellinen ennakkointi.

Ikäoppaiden tarinat ja kokemukset auttoivat ymmärtämään ikääntyvien ihmisten omia näkemyksiä siitä, miten yhteiskunta ottaa ihmiset huomioon. Ikäopas-toiminta myös

jäsensi tietoutta siitä, miten voimme luoda ikäystävällisempää yhteiskuntaa. Ikäoppaiden kokemustarinoiden kautta kuva ikääntyvistä ihmisistä voi monipuolistua ja rikastua.

Ikäoppaat kokivat toiminnan mielekkäänä, 90 % Ikäoppaista koki toiminnan tärkeänä tai erittäin tärkeänä. He kokivat toiminnan kautta pystyvänsä vaikuttamaan niin omaan arkeensa kuin toisten ikääntyneidenkin. ”Tässä toiminnassa pääsee kokemaan kaikkea itsellekin uutta ja mielekästä.” ”Sain toiminnasta uudenlaista osallisuutta” ” Olen saanut uusia ystäviä, Saanut käyttää omaa osaamistani ja jakaa elämäkokemustani. Olen joutunut pohtimaan syvällisemmin ikäihmisten tarpeita ja tiedonsaantia.”

Mittarit

Ikäoppaiden kokemuksia toiminasta mitattiin haastatteluin sekä kyselylomakkeella.

Tavoite 2: Ennakoinnin avoimet tilaisuudet

Koordinaattorin (OLVI-säätiön rahoituksella), ikäoppaiden (vapaaehtoisia) ja korjausneuvojan (STEA ja kumppanuusavustus) järjestämät avoimet tapaamiset ja tilaisuudet lisäävät niihin osallistuvien henkilöiden ikääntymisen ennakointia ja myönteisyyttä. Ikäoppaat yhdessä koordinaattorin kanssa johdattelivat ikääntymisen ennakoinnin kohderyhmää ennakoinnin teemoihin, ja nostivat esiin ns. tavallisten iäkkäiden ihmisten voimavaralähtöisen äänen. He kävivät kertomassa ja kannustamassa ikääntymisen ennakoinnista esim. koulutustilaisuuksissa, messuilla ja senioritapahtumissa. Tavoitteena oli kohdentaa toimintaa kaikkiin Pohjois-Savon kuntiin fyysisesti läsnäolotilaisuuksina ja etäkatsomoita hyödyntävinä vuorovaikutteisina etätilaisuuksina. Näissä erilaisissa avoimissa tilaisuuksissa tavoitteena oli tavoittaa pitkälle yli 600 henkilöä kolmen vuoden aikana. Ennakoinnin konkreettisia toimenpiteitä ryhtyy tekemään vähintään 140 henkilöä vuodessa.

Tavoitteena oli vähintään 70 % osallistujista (ensimmäisenä toimintavuonna 140/200, kolmessa vuodessa 420/600) ryhtyy ennakoimaan tai lisää ennakoinnin toimiaan vähintään jollakin vanhuuden ennakoinnin osa-alueella (mm. terveys, sosiaaliset suhteet, talous, asiakirjat, asuminen). Tapaamiset ja tilaisuudet koetaan osallistujien tarpeita vastaavina (vähint. 3,8) ja mielekkäinä (vähint. 4). Laajana jatkuvana tavoitteena on, että ”Itä-Suomi on ikääntymisen ennakoinnin edelläkävijä” (esimerkiksi Ikäopas-toimintaa ei ole vielä muualla Suomessa).

Menetelmät ja toiminta

Tavoitteena oli vahvistaa vanhuuteen varautumisen etä- ja lähikursseille osallistuvien elämänhallinnan ja itsemääräämisoikeuden toteutumista, turvallisuuden tunnetta, hyvinvointia ja elämänlaatua vanhuuden ennakkoinnin toimenpiteiden keinoin.

Vuoden 2024 aikana lisättiin tietoa ennakkoinnista ja omaehtoisen ennakkoinnin merkityksestä erilaisin julkaisuin, luennoin ja vanheneminen.fi aineistopankin kautta. Järjestettiin webinaareja ja tapahtumia ikääntyneille ja alan ammattilaisille.

Fyysisiä ennakkoinnin kursseja järjestettiin yhteistyössä kansalaisopiston kanssa. Syksyllä 2024 yksi kurssi toteutui. Tavoitteiden mukaiset muut kurssit eivät toteutuneet osallistujamäärän vähyyden vuoksi. Fyysisiä kursseja tarjottiin myös työterveyshuollon yksiköille Kuopion alueella tarkoituksena pilotoida kurssia vielä työelämässä oleville yli 55-vuotiaille.

Koordinaattorin näkökulmasta ”koulumaiset” ennakkoinnin kurssit eivät toimintamallina vastanneet tämänhetkiseen yhteiskunnalliseen aikaan ja ikääntyvien ihmisten omiin tarpeisiin. Jo edellisen vuoden aikana koulumaista työtapaa häivytettiin, ja kurssimuotoisuus muokattiin Hyvän olon olohuoneiksi yhteistyössä Kuopion kansalaisopiston kanssa. Hyvän olon olohuone lanseerattiin maksuttomaksi matalankynnyksen kohtaamispaikaksi, jossa nostettiin ennakkoinnin kurssin mukaisia teemoja, mutta enemmänkin workshop-muodossa yhdessä keskustellen ja pienten tehtävien kautta.

Hyvän olon olohuoneisiin pystyi osallistumaan paikan päällä Kuopion kansalaisopistolla tai etänä. Hyvän olon olohuone saikin vuonna 2024–2025 etäkatsomoita Leppävirran, Rautavaaran, Tervon, Kiuruveden, Vieremän ja Sonkajärven kansalaisopistoilta ja kunnilta. Hyvän olon olohuone on muodostumassa pikkuhiljaa koko Itä-Suomen ikääntyvien yhteiseksi kohtaamispaikaksi. Olohuone-kokoontumisten sisältöä kehitetään asiakaslähtöisesti.

Tulokset

Työikäisten tavoittaminen ikääntymisen ennakkoinnin teeman äärelle osoittautui vaativaksi, vaikka kyseinen väestöryhmä on keskeinen ennakkoinnin kannalta. Työterveys yksiköistä yksikään ei innostunut pilotoimaan kurssia, mutta jakoivat Ennakoiden eläkkeelle -webinaarimainosta. Webinaareja pidettiin toimintakauden aikana 2, joihin osallistui yhteensä 25 osallistujaa. Loppuvuodesta 2024 myös Ikäinstituutti nosti omassa toiminnassaan esille eläkkeelle jäämisen tuomat muutokset, ja tämän parissa 2024 aloitettu yhteistyö jatkuu vuodelle 2025.

Ikääntyvien moninaisuus näkyi osallistujissa. Osa halusi pohtia ennakkoinnin teemoja omassa rauhassa, kun taas toiset kaipaivat ryhmämuotoisempaa lähestymistapaa.

Ennakoinnin lähikurssille osallistui 6 osallistujaa. Hyvän olon olohuone tavoitti kauden 24/25 aikana 600 osallistujaa.

Maksuttomille ennakoinnin -luennoille ja tapahtumiin (13 eri paikkakunnalla) osallistuminen oli aktiivista (yht. n. 732 osallistujaa luennoille, tapahtumiin 510 osallistujaa), kuva 1



Kuva1. Ennakoinnin avoimet tapahtumapaikkakunnat kaudella 2024–2025

Luennoille osallistujista 66 % ilmoitti tehneensä konkreettisia toimia ennakkoinnin suhteen, Tyypillisempiä toimia olivat

1. Edunvalvontavaltuutuksen hoitaminen kuntoon
2. Liikunnan lisääminen
3. Asumisen ennakointi (esteettömyyden lisääminen, sopivampaan asuntoon muutto, turvallisuuden lisääminen)
4. Uuden harrastuksen aloittaminen

Vastauksista ilmenee myös, että vain reilu 30 % oli pohtinut omaan ikääntymisen ennakointia ennen luentoa, joten tiedon lisääminen jatkossakin on tärkeää.

Mittarit

Luennoilla ja avoimissa tapahtumissa kerätty palautekysely sekä kuulijamäärä.

Tavoite 4: Kodin ikäystävällisyyden ja turvallisuuden edistäminen

Korjausneuvonnan (ja kansallisena iäkkäiden hyvinvointia edistävänä) päätavoitteena oli toimintakaudella lisätä iäkkäiden ihmisten mahdollisuutta asua kotonaan turvallisesti ja mahdollisimman pitkään sekä saada kotona-asumisen turvaamiseksi yksilöllisen tuen ja tarvittavan tukiverkoston (THL 2020). Konkreettisena tavoitteena oli kodin ikäystävällisyyden ja turvallisuuden edistäminen sekä turvallisuusriskien vähentäminen.

Menetelmät ja toiminta

Pohjois-Savossa työskentelee alueelle nimetty korjausneuvoja. Korjausneuvoja teki toimintakaudella kotikäyntejä Pohjois-Savon kaikissa kunnissa ikääntyvien luona (kolmessa vuodessa n=500) tarveperusteisesti. Korjausneuvontatoimet toivat konkreettisen keinon ikääntyvien asumisen suunnittelulle. Ne vähensivät asumiseen liittyviä riskejä ja edistivät kotona asumista mahdollisimman pitkään. Korjausneuvontaa tuki siihen liittyvät viestintätoimet: mm. ammattimaiset nettisivut ja näkyminen laajasti radiokampanjan myötä. Tietoisuutta korjausneuvonnasta edistettiin aktiivisesti niin ikääntyneille kuin ammattialaisille. Hyvinvointialueen ammattilaisille järjestettiin toimintakaudella 2 koulutustapahtumaa.

Korjausneuvoja teki kotikäyntejä kaikissa Pohjois-Savon kunnissa (poissulkien Varkaus ja Joroinen, jotka kuuluvat toisen korjausneuvojan työalueeseen) tarveperusteisesti. Kotikäynnit pitivät sisällään yli 65-vuotiaille asuntojen korjaus- ja muutostarpeiden arviointia ja korjausten edistämistoimenpiteitä sekä korjausavustuksien hakemisen tukea. Kotikäynnit olivat iäkkäille maksuttomia.

Tulokset

Korjausneuvoja teki toimintakaudella 135 asiakaskäyntiä ikääntyneiden kodeissa, joista yli puolessa asui useampi henkilö. Käynnit sijoituivat kaikkiin Pohjois-Savon kuntiin lukuun ottamatta Varkautta ja Joroista, jotka kuuluvat toisen korjausneuvojan toiminta-alueeseen ja tulivat hänen toimestaan hoidettua.

Korjausneuvonnan kautta asiakkaat saivat tietoa kodin esteettömyyttä ja turvallisuutta lisäävistä vaihtoehdoista sekä saivat apua oman kodin tilanteeseen. Korjausneuvojan näkemyksen mukaan ikääntyneillä ei aina ole tietoa mahdollisuuksista lisätä kodin turvallisuutta sekä siihen saatavista avustuksista. Korvausneuvonnan ja korjaustoimenpiteiden ansiosta kotona asuminen helpottuu, on turvallisempaa ja mahdollistaa kotona asumisen pidempään. ”Kiitos avustasi kulkuluksien saamiseksi talomme c-portaaseen. Yhtiökokouksessa esitys hyväksyttiin luonnoksesi perusteella yksimielisesti. Kyllä ammattimiehen apu saa osakkaat ymmärtämään mikä on kaikkien etu.”

Korjausneuvoja lisäsi yhteistyötä hyvinvointialueen kanssa lisäämällä henkilöstökoulutuksen kautta tietoisuutta korjausneuvonnasta ja sen mahdollisuuksista parantaa ikääntyneiden asumisen esteettömyyttä ja turvallisuutta. Koulutuksia järjestettiin kolmessa tilaisuudessa ja lisää on tulossa syksyn mittaan. Yhteistyötä tehtiin myös lisäämällä kotikäyntien yhteydessä tietoa Ikäkeskuksesta (jaettu yli 250 Ikäkeskuksen mainosta), arvioimalla huoli-ilmoituksen tarvetta sekä yhteisillä kotikäynneillä esim. fysioterapeutin kanssa.

Hyvinvointialueen lisäksi yhteistyötä korjausneuvoja teki alueen järjestöjen, sosiaalitoimen ja Kaupunkien/kuntien rakennustarkastuksen kanssa järjestämällä yhdessä avoimia tilaisuuksia sekä kotikäyntien järjestämisessä. Näitä avoimia tilaisuuksia mainostettiin järjestäjän ilmoituksilla alueella ja jäsenistölleen, sosiaalisen median kautta sekä sanomalehtien sivuilla.

Vanheneminen.fi ja korjausneuvonta tekivät myös kattavan radiomainoskampanjan Radio Sandelsin aalloilla tietoisuuden lisäämiseksi ja tätä kautta korjausneuvontaan tulikin 150 yhteydenottoa, joista osaan korjausneuvoja pystyi antamaan neuvoja puhelimitse ja osa johti kotikäyntiin.

Mittarit

Mittareina käytetty asiakasmäärät, kysynyt asiakaspalautteet heti asiakkuuden jälkeen sekä vuosittaiset palaute kyselyt.

2. Kohderyhmä ja sen tavoittaminen

Ikääntymisen ennakkoinnin kohderyhmänä ovat Pohjois-Savossa asuvat 65 ikävuoden molemmin puolin olevat henkilöt, jotka kokevat terveyden, hyvinvoinnin ja mielekkään asumisen teemat omaan elämäntilanteeseen oikea-aikaisina ja tarpeellisina, ja jotka eivät ole vielä välttämättä tehneet minkäänlaisia ennakkoinnin toimenpiteitä tai elämänsuunnittelua vanhuuden varalle.

Ikäopas-toiminnan kohderyhmänä ovat Pohjois-Savossa asuvista kohta eläkkeelle jäävistä ja eläkeiän ylittäneistä (yli 18 000 henkilöä) he, jotka ovat kiinnostuneita uudesta vapaaehtoistoiminnan muodosta, ikäoppaana toimimisesta ja ovat motivoituneita ohjaamaan ennakkoinnin avoimia tapaamisia ja osallistumaan kokemusasiantuntijana erilaisiin tilaisuuksiin.

Korjausneuvonnan kohderyhmän muodostavat 65 vuotta täyttäneet kotona asuvat iäkkäät ihmiset.

Yleisötilaisuudet ovat avoimia ja maksuttomia matalan kynnyksen tilaisuuksia kaikille ikääntyneille ja ikääntyville (ei ikärajaa).

Kumppanuusavustuksen avulla, vanheneminen.fi koordinaattori, Ikäoppaat ja korjausneuvoja jalkautuivat yhteistyössä Pohjois-Savon kuntiin puhumaan ennakkoinnista mm. erilaisiin tapahtumiin ja yleisötilaisuuksiin. Korjausneuvoja teki konkreettisia asumisen ennakkoinnin ja neuvonnan kotikäyntejä. Ikäopas-toimintaa juurruttaminen aloitettiin Pohjois-Savon eri kuntiin, tavoitteena saada toiminta asukkaita lähelle. Hyvän olon olohuoneisiin oli toimintakaudella mahdollisuus osallistua omalta kotisohvalta videoneuvotteluna tai etäkatsomossa esimerkiksi omassa kyläyhteisössä. Etäkatsomoita järjestettiin eri paikoissa ympäri Pohjois-Savoa yhdessä yhteistyökumppaneiden kanssa (kunnat ja kansalasiopistot). Etäkatsomot tukevat toiminnan kustannustehokkuutta, kestävän kehityksen periaatteita ja ovat erittäin osallistujalähtöisiä: esimerkiksi Vieremän kansalaisopiston etäkatsomoon voi osallistua ilman matkustamista, vaikka luento järjestettiin Kuopiossa. Etäkatsomo on vuorovaikutteinen tilaisuus: etäkatsomoissa omaksutaan uutta tietoa (asiantuntijapuheenvuoro), keskustellaan ja tutustutaan muihin.

3. Hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistäminen

Avustus edisti Pohjois-Savossa asuvien ikääntyvien henkilöiden ennaltaehkäisevää toimintaa ja ohjasi muiden ennaltaehkäisevien palveluiden käyttämiseen.

Kumppanuusavustuksella vahvistettiin konkreettisesti ennakointia asumisen, talouden, terveyden edistämisen, sosiaalisten suhteiden sekä asiakirjojen omaksumisen teema-alueilla, joiden vahvistumisen on tutkitusti todettu edistävän iäkkäiden hyvinvointia, elämänlaatua ja terveyttä. Avustuksella toteutettiin myös maksutonta korjausneuvontaa

edistämään ikääntyvien kotona asumista sekä asumisen ennakkoinnin konkreettisia toimenpiteitä (www.vtkl.fi; vanheneminen.fi 2024).

Elämän muutostilanteissa, joita vanheneminen tuo vääjäämättä tullessaan, varautumiseen liittyvät kompensointikeinot ovat tärkeitä. Suomalaisten ikääntyneiden ihmisten kuvausten ja gerontologisen teoriatiedon perusteella hyvän vanhenemisen taustalla on kyky sopeutua elämäntilanteiden ja toimintakyvyn muutoksiin valintojen, optimoinnin ja kompensoinnin avulla. Nämä kolme osatekijää liittyvät Paul ja Margaret Baltesin kollegoineen kehittämään SOC-malliin (selective optimization with compensation). Sitä soveltaen esimerkiksi itselle tärkeitä toimintoja tehdään eri tahdissa, toimintaa porrastaen tai vaikkapa toisen ihmisen avustamana. Vanhuuteen aktiivinen varautuminen luo mahdollisuuden kompensointikeinojen pohtimiseen itsenäisesti, yhdessä asiantuntijoiden ja/tai vertaisten kanssa. Esimerkiksi vertaisten avulla vanhuuden ennakkoinnin tilaisuuksissa on oivallettu miten ”ikäntymiseen liittyvistä asioista pitäisi puhua enemmän. Hyvän olon olohuoneessa huolet puolittuvat ja vinkit vanhuuteen tuplaantuvat”. Varautuminen tukee ihmisen omaa toimijuutta ja toimivaltaa elämässään, mikä lisää osallisuutta ja omatoimisuutta.

Varsin tuoreessa väitöskirjatutkimuksessa tarkastellaan sitä, miten ihmiset osallistuvat vanhuuteen varautumiseen ja ennakoivaan elämänsuunnitteluun kohdattuaan erilaisia terveyteen liittyviä muutoksia – eivät niinkään itsessään, vaan muissa ihmisissä. Tiedyt terveyteen liittyvät elämäntapahtumat konkretisoivat ajatuksia terveyttä koskevista riskeistä. Muiden ihmisten elämäntarinat ja vanhenemiseen liittyvät näkyvät elämäntilanteiden muutokset vaikuttavat ihmisen ajatteluun ja pohdintaan siitä, mitä seurauksia vastaavilla tilanteilla voi olla heille itselleen tulevaisuudessa. Nämä ”skenaariot” voivat myös herättää pohtimaan ja suunnittelemaan ratkaisuja. Jaetuista elämäntarinoista tulee perusteluja omalle elämänsuunnittelulle (Rantanen 2023). Tähän tarvitaan ikäoppaita.

–Semmoinen varautumisjuttu varmasti olis se, että pitäis olla mietittynä, mitä mä alan tekemään, kun en enää oo töissä. Olis joku varautumissuunnitelma, edes pieni, että kokee itsensä edelleen tarpeelliseksi ja oma elämä on mielekästä. Töiden jälkeen itse huomasin, että se oli aika iso juttu, kun kukaan ei enää soita eikä kysy mitään. -Mies 64, eläkkeellä (Rantanen 2021)

Avustuksen avulla lisäämme Pohjois-Savossa asuvien ikääntyvien oman tulevan vanhuuden konkreettista suunnittelua, mikä edistää omannäköisen, mielekkään ja hyvältä tuntuvan elämän ja arjen jatkumisen mahdollisimman pitkään. Tuloksena yhä useampi kansalainen varautuu vanhuuteen yksilöllisten tarpeidensa pohjalta terveyden, sosiaalisten suhteiden, taloudellisen ennakkoinnin, oikeudellisten kysymysten tai mielekkään asumisen tulevaisuuden ratkaisuja pohtien. He saavat myös konkreettista maksutonta tukea asumisen ennakkointiin ja ikäystävällisen asumisen edistämiseen, mikä edistää kotona asumista mahdollisimman pitkään. Toimintakauden tulosten perusteella voidaan sanoa

omannäköisen ikääntymisen rakentamisen kiinnostavan Pohjois-savolaisia ikääntyviä, mutta tiedon lisäämistä ennakkoinnin konkreettisista toimista tarvitaan yhä. Ikäoppaiden puheenvuorot tapahtumissa koettiin osallistujien keskuudessa tärkeälle, ja usein Ikäoppaat saivatkin raikuvat aplodit puheenvuoronsa päätteeksi.

Vanhuuteen varautuminen vaikutukset voivat olla kauaskantoisia. Se voi edistää yksilön hyvinvointia ja vähentää yhteiskunnan kustannuksia. Ennaltaehkäisy tulee moninkertaisesti halvemmaksi kuin ongelmien korjaaminen jälkikäteen. Tutkimukset ovat osoittaneet terveyden edistämisen ja sairauksien ennaltaehkäisyyn hyödyt erityisesti sydän- ja verisuonisairauksien hoidossa, kaatumisen ja murtumien ehkäisyssä, fyysisen toimintakyvyn ylläpitämisessä ja yksinäisyyden vähentämisessä (mm THL kustannusvaikutusesimerkit, Jansson ym. 2022). Näitä kumppanuusavustus tukee merkittäväällä tavalla.

4. Resurssit

Kumppanuusavustuksen piirissä olevaa toimintaa toteutti vanheneminen.fi koordinaattori Tarja Siltanen, joka avustuksella juurruttaa ja levittää OLVI-säätiön tuella pilotoitua tuloksellista toimintaa Pohjois-Savoon. Koordinaattori on koulutukseltaan geronomi.

Pohjois-Savon alueella työskentelee yksi korjausneuvoja, rakennusmestari Timo Pakkanen, jonka STEA:n osittain rahoittamaa työosuutta tämä haettava kumppanuusavustus tukee merkittävästi. Timolla on laaja ja pitkä kokemus niin korjausrakentamisen kuin turvallisuutta, terveyttä ja itsenäistä asumista edistävästä kodin muutostöistä.

Toiminnan tietopankkina toimii valtakunnallinen vanheneminen.fi sivusto, joka tavoittaa valtakunnallisesti lähes 30 000 kävijää vuodessa. Tietopankki sisältää vanhuuden ennakkointia vahvistavaa ja jatkuvasti koordinaattorin työllä ja toimilla uusiutuvaa, ajantasaista ennakkoinnin ja varautumisen materiaalia. Sen ylläpitoa ja materiaalin tuottamista tukee OLVI-säätiö.

Liiton viestintäosasto tukee toimintaa laajasti ja kustannustehokkaasti mm. tiedotteilla, vuorovaikutuksella sosiaalisessa mediassa ja erilaisella kansalaisviestinnällä.

Vastuuhenkilönä toimii liiton viestintäjohtaja Merja Lankinen, koulutukseltaan yhteiskuntatieteiden maisteri. Hänellä on lähes 30 kokemus viestinnän eri tehtävistä. Merja vastaa liiton viestinnän kokonaisuuden strategisesta suunnittelusta ja kehittämisestä sekä liiton viestintäkanavista.

5. Toiminnan tavoitteiden seuranta ja arviointi

Tavoitteita seurataan, mitataan ja tarvittaessa asetetaan uudelleen toiminnan edetessä, mistä hyvinvointialuetta pidetään huolellisesti informoituna. Arviointia ja mittaamista ei tehdä pelkästään mittaamisen vuoksi. Sen peruslähtökohta on tuottaa tietoa ikääntyvien Pohjois-Savossa asuvien ikääntyvien toiveista ja palautteesta ja näin vastata ikääntyvien kansalaisten tarpeisiin. Palautteen perusteella toimintaa muokataan ja kehitetään ikääntyvien ihmisten ja ikäoppaiden tarpeita vastaavaksi.

Kansalaisten tiedon omaksumista vanhuuteen varautumisen teemojen äärellä mitataan kurssipalauttein, jotka analysoidaan. Varautumisen vaikutuksia seurataan lomakekyselyin (mm. elämänhallinta, turvallisuuden tunne, hyvinvointi) henkilöiltä, jotka osallistuvat mm. vanhuuteen varautumisen etä- tai lähikursseille. Vanhuuteen varautumisen tietopankin käytettävyyttä ja hyödyllisyyttä mitataan käyttäjäkyselyllä. Ikäoppaiden kokemusasiantuntijuutta dokumentoidaan ja haastateltuja kokemuksia analysoidaan. Vapaaehtoistoiminnan hyvinvointivaikutukset ikäoppaille todennetaan kyselyin. Viestinnällisiä tavoitteita mitataan mediaosumin.

Korjausneuvoja lähettää kuukausittain raportin toiminnastaan sähköisellä lomakkeella toiminnan päällikölle. Raportointi sisältää korjausneuvojan ajankäytön, toimenpiteet ja korjausten kustannustiedot. Tilastoitavia asioita ovat; korjausneuvojalle tulevat yhteydenotot, asiakasprofiilit, asuntojen kohdetyypit, kohdekäynnit, tehtyjen suunnitelmien lukumäärä, korjaus- ja muutostöiden kustannusarviot ja rahoitus. Palautetta kerätään myös korjausten jälkeiseltä ajalta. Näin saadaan tietoa oman toiminnan laadullisuuden lisäksi myös asiakkaan arjen muuttumisesta ja korjausten hyödyistä asiakkaiden kannalta.

Palautetta käsitellään henkilökohtaisesti kehityskeskusteluissa ja yleisesti toiminnan kehittämisen tarpeiksi koulutuspäivillä. Palvelua voidaan muokata asiakkailta tulleen palautteen ohjaamaan suuntaan.

- **Tavoite 1.** Ikäoppaat haastatellaan ennen koulutukseen osallistumista yksilöllisesti. Kysytään mm. tavoitteista ja tarpeista koulutusta kohtaan sekä kokemuksista ikääntymiseen ja vanhuuteen liittyen. Koulutukseen osallistumisesta anonyymi kysely, useita osoittimia mm. tarpeisiin vastaaminen, sisällöt, menetelmät. Ikäopas haastatellaan 1 ja 6kk kohdalla: kokemukset ikäoppaana toimimisesta. Anonyymi kysely yhteisöllisyydestä, osallisuudesta ja vaikuttamisen mahdollisuuksista, useita osoittimia.
- **Tavoite 2.** Avoimiin yleisötapauksiin osallistujilta kysytään anonyymi kysely, useita osoittimia mm. tarpeisiin vastaaminen, ennakointi, menetelmät, sisältö.
- **Tavoite 3.** Korjausneuvoja kuukausiraportoinneista kootaan tiedot vuotuisista asiakkaiden yhteydenottomäärästä, tehdyistä neuvontakäynneistä ja suunnitelmista sekä kohteiden rakennustyypeistä. Jatkuvan ja systemaattisen

asiakaspalautteen keräämisjärjestelmän kautta kerätään tietoa sekä oman toiminnan laadukkuudesta että myös siitä, miten tehdyt korjaukset ovat vaikuttaneet asiakkaiden arjen toimivuuteen. Asiakaspalautteessa kerätään useita hyvinvoinnin alueita eri osoittimin. Asiakkaisiin otetaan yhteyttä vielä sen jälkeen, kun korjaukset on tehty, ja asiakkaat pystyvät arvioimaan tehtyjen korjaus- ja muutostöiden onnistumista ja vaikutuksia jokapäiväiseen elämään ja arkeen.

