

**PUUMALAN KUNNAN  
SUUNNITELMA  
IKÄÄNTYNEEN VÄESTÖN TUKEMISEKSI  
2014 – 2016**



## SISÄLLYS:

- 1 Ikääntyneiden hyvinvoinnin tila Puumalassa
  - 1.1 Hyvinvointi-indikaattorit
  - 1.2 Koettu hyvinvointi
  - 1.3 Kunnan strategia ikääntyneiden hyvinvoinnin edistäjänä
  - 1.4 Kunnan hyvinvointikertomus ja –suunnitelma ikääntyneiden näkökulmasta
- 2 Puumalan kunnan palvelut ikääntyneille
- 3 Tavoitteet ja toimenpiteet
- 4 Suunnitelman tarkistaminen ja arviointi

## 1 Ikääntyneiden hyvinvoinnin tila Puumalassa

### 1.1 Hyvinvointi-indikaattorit

Ikääntyneiden hyvinvointi-indikaattoreita on tarkasteltu ajanjaksolla 2008 – 2013. Indikaattorit ovat liitteenä, [liite nro 1](#).

Indikaattoreiden pohjalta voidaan todeta seuraavaa:

- 65 vuotta täyttäneiden osuus väestöstä on kasvanut yli 6 % vuodesta 2008 vuoteen 2013 eli Puumalan väestö on vanhusvoittoista ja toimenpiteitä heidän tukemiseksi tarvitaan.
- Yksin asuvien 75 vuotta täyttäneiden osuus vastaavanikäisestä väestöstä on vaihdellut 46,6 %:n ja 50,9 %:n välillä vuosien 2008 – 2013 aikana, joten yksinäisyyttä ja syrjäytyneisyyttä on paljon.
- Kotona asuvien 75 vuotta täyttäneiden osuus vastaavanikäisestä väestöstä on pysynyt aika ennallaan, n. 90 %:ssa.
- KELAn ikävakioitu sairastavuusindeksi on noussut 6 % vuodesta 2008 vuoteen 2012 eli ennaltaehkäisevä työ ja etenkin ihmisten kunnon kohottaminen on yhä tärkeämpää.
- Ikävakioitu dementia indeksi on noussut 11,8 % vuodesta 2008 vuoteen 2010 eli muistisairaiden tukemiseen tulee panostaa.
- Säännöllisen kotihoidon piirissä on 65 vuotta täyttäneistä 6,2 %, 75 vuotta täyttäneistä 11,7 % ja 85 vuotta täyttäneistä 16,7 % väestöstä. Kotihoito ja erilaiset aktiviteetit tukevat ikäihmisten kotona asumista.
- Toimeentulotukea on saanut 65 vuotta täyttäneistä noin 2 % vastaavanikäisestä
- Demografinen huoltosuhde on noussut 14,3 % vuodesta 2008 vuoteen 2013.

Terveiden ja hyvinvointilaitoksen alueellisessa terveys- ja hyvinvointitutkimuksessa 2013 Etelä-Savon alueella yli 75-vuotiaista 56,9 % kokivat elämänlaatunsa keskimääräistä paremmaksi. 84,0 % oli tyytyväisiä ihmissuhteisiinsa, 20,5 % osallistuvat aktiivisesti, 11,7 % tuntevat itsensä yksinäisiksi ja 18,2 % osallistui aktiivisesti (1-3 krt/vko) kulttuuriyhdistyksen toimintaan.

### 1.2 Koettu hyvinvointi

Tietoa ikääntyneiden kuntalaisten hyvinvoinnista ja tarpeista kerättiin kuulemalla kuntalaisia eri foorumien kautta, pääasiassa kotihoidossa, päivätoiminnassa, vanhusneuvostossa uuden lain hengen mukaisesti ja ennakoivien kotikäyntien yhteydessä.

Puumalan kunnassa tehdään ennakoivan työn kotikäynnit 80 vuotta täyttäneille. Asiakkaalle postitetaan saateen kera kyselylomake, johon hän voi tutustua etukäteen ennen mahdollista kotikäyntiä. Asiakkaaseen otetaan yhteyttä puhelimitse ja sovitaan kotikäynti. Käynti on asiakkaalle vapaaehtoinen ja maksuton. Vuoden 2014 aikana kirjeitä postitettiin 38 kuntalaiselle. Suurin osa otti haastattelijan vastaan ja haastateltavilta saatava tieto heidän ajatuksistaan tulevasta avuntarpeesta ja palveluista on todella tärkeää.

Ennakoivien kotikäyntien parhainta ja tärkeintä antia suunnitelmaa varten ovat eri puolilla kuntaa eri elämäntilanteissa asuvien kuntalaisten näkemykset omasta tulevaisuudesta ja mahdollisesta palvelutarpeesta. Kyselyssä selvitetään asiakkaan tausta, nykyhetki ja ennen kaikkea mahdollinen, tuleva palvelutarve. Käynnistä ja tulevaisuuden ajatuksista tarpeineen tehdään yhdessä asiakkaan kanssa yhteenveto, jota voidaan sitten tarvittaessa tarkastella myöhemminkin. Eri ikäluokkien vastauksissa on havaittavissa selkeitä eroja. Tämän hetken 80 vuotta täyttäneet ovat hyväkuntoisia ja pääasiassa vähän palveluja käyttäviä.

Puumalan ikääntyneiden kuntalaisten ensimmäisiä tarpeita omassa kodissa asumisen mahdollistamiseksi ovat

- asioinnin ja sosiaalisen kanssakäymisen mahdollistavat kulkuyhteydet sekä
- kodin turvallisuuteen,
- lämmitykseen ja
- siivoukseen liittyvät avut.

Suurella osalla kuntalaisilla on vähän apujoukkoja paikkakunnalla ja apua tarvitaan joko julkisen tai yksityisen sektorin toimijoilta.

**Ilonaiheet: Terveys, lapset, ystävät, omassa kodissa asuminen.**

**Huolenaiheet: Terveys, avun saaminen (siivous, lämmitys, ruoan valmistus, lumityöt), yksinäisyys, kulkeminen asioille.**

### 1.3 Kunnan strategia ikääntyneiden hyvinvoinnin edistäjänä

Puumalan kuntastrategiassa on 4 kulmakiveä:

- Elinkeinojen, yrittäjyyden, ympäristön puhtauden ja matkailun edistäminen.
- Henkisen ja fyysisen elämänlaadun parantaminen.
- Monipuoliset ja viihtyisät vapaa-ajan ja vakituisen asumisen mahdollisuudet keskellä puhdasta Saimaata.
- Toimivat ja taloudellisesti järjestetyt peruspalvelut.

Kunnan visiossa vuoteen 2020 on kirjattu seuraavat ikääntyneen väestön hyvinvoinnin edistämiseen liittyviä asioita:

- Puumalassa kattava palvelutarjonta takaa hyvän ja terveellisen elämän edellytykset.
- Puumalassa on tarjolla hyvälaatuiset ja taloudellisesti järjestetyt kunnalliset peruspalvelut ja kunnassa on panostettu merkittävästi asukkaiden henkiseen ja fyysiseen hyvinvointiin.

Ikäihmisten näkökulmasta katsottuna tavoitteeksi on asetettu

1. yli 90 % yli 75-vuotiaista asuu kotona itsenäisesti
2. yli 20 % väestöstä osallistuu kansalaisopiston toimintaan
3. erilaisia kulttuuri- ja liikuntatapahtumia järjestetään vähintään 30/vuosi
4. peruspalvelut saavat asiakastyytyväisyyskyselyssä vähintään arvosanan 4 asteikolla 1-5

### 1.4 Kunnan hyvinvointikertomus ja –suunnitelma ikääntyneiden näkökulmasta

Puumalan kunnanvaltuusto on hyväksynyt syksyllä 2013 hyvinvointikertomuksen valtuustokaudelta 2009 – 2012 ja hyvinvointisuunnitelman valtuustokaudelle 2013 – 2016.

Puumalan hyvinvointikertomuksen mukaan keskeisimmäksi havainnoksi nousee huoltosuhteen heikentyminen ja väkimäärän tasainen pieneneminen ikärakenteen vuoksi. Huoltosuhteeseen vaikuttaa suuresti lasten vähäinen määrä suhteessa muuhun väestöön. Väestökehitys on ollut ja on ennusteen mukaan laskeva määrän ollessa noin 50 henkilö vuosittain. Syynä tähän on etenkin kunnan korkea keski-ikä ja siitä seuraava suhteellisen korkea kuolleisuus.

Kelan sairastavuusindeksi (2011) on korkea ja tämän myötä seuraavan valtuustokauden painopistealueeksi nousee ikääntyneiden kuntalaisten kunnan kohottaminen. Puumalassa on myös

korkea ikävakioitu dementiaindeksi, joka johdetaan Alzheimerin tautiin myönnettyjen reseptilääkemääräysten määrästä. Korkeaa indeksilukua selitetään taudin aktiivisella hoitamisella muuhun maahan verrattuna, mutta selittävänä tekijänä voidaan nähdä myös korkea sairastavuusindeksi.

Sydän- ja verisuonisairaudet, diabetes ja masennus heikentävät selvästi muistia ja muita kognitiivisia toimintoja. Terveys, hyvä kunto ja liikunta ovat muistin toimintaa edistäviä tekijöitä yhdessä aktiivisuuden, uusien kokemusten, harjoitusten, hyvän motivaation ja myönteisten asenteiden, virkeän olon ja hyvän ravinnon kanssa.

Hyvinvointikertomuksessa todetaan Puumalan kunnan väestön olevan ikääntynyttä ja säännöllistä kotihoitoa saavien yli 75-vuotiaiden osuus on tasaisessa kasvussa. Lain ja asetusten tavoitetta kotona asumisen mahdollistamisesta tukee 75 vuotta täyttäneiden, kotona asuvien määrän keskiarvon pysyminen lähellä 90 %:ia, vaikkakin määrä vaihtelee vuosittain huomattavasti. Puumalan kunnan eletävän valtuustokauden tavoitteena on ikäihmisten selviytyminen arjessa ja arviointimittarina toimii 75 vuotta täyttäneiden, itsenäisesti kotona asuvien prosenttimäärä.

Hyvinvointisuunnitelmaan on otettu seuraavat painopistealueet ja kehittämiskohteet:

- 1) Henkisen ja fyysisen elämänlaadun parantaminen
- 2) Toimivat ja taloudellisesti järjestetyt peruspalvelut

Henkisen ja fyysisen elämänlaadun parantamisessa tavoitteeksi on nostettu ikäihmisten näkökulmasta katsottuna

- 1) osallistuvat ja aktiiviset kuntalaiset, mittarina yli 20 % väestöstä opiskelee kansalaisopistossa
- 2) ikäihmiset selviytyvät arjessaan hyvin, mittarina yli 90 % 75 täyttäneistä asuu itsenäisesti

Toimivien ja taloudellisesti järjestettyjen peruspalvelujen tavoitteeksi on nostettu ikäihmisten näkökulmasta katsottuna

- 1) kuntalaiset ovat tyytyväisiä palveluihinsa, mittarina toteutettujen asiakastyytyväisyyden tulokset
- 2) ennaltaehkäisyllä saadaan vähennettyä palvelujen tarvetta, mittarina tarvevakiodut sote-menot alle maan keskiarvon

## **2 Puumalan kunnan palvelut ikääntyneille**

Päivätoimintaa järjestetään viikoittain osana vanhustyötä. Päivätoiminta on useille ensimmäinen ja usein ainoa kosketus kunnan palveluihin. Päivätoimintaan osallistumisen syy on monilla asiakkaila sosiaalinen (yksinäisyys tai syrjäytymisen uhka), puutteelliset peseytymistilat tai muut asuintilat, liikkumisen ja asioinnin vaikeudet tai hoidollinen tarve. Lisätietoja antaa kotihoidonohjaaja.

Tukipalvelut ovat ensisijaisia palveluja kotona asumisen tukena. Tukipalveluja ovat sauna-, kauppa-, ateria- ja turvapalvelut. Lisätietoja antaa kotihoidonohjaaja.

Kotihoito tukee kuntalaisen itsenäistä selviytymistä omassa kodissa. Kotihoitoa annetaan Mikkelin Seutusoten kriteereiden mukaan kaikille kriteerit täyttäneille asiakkaille. Lisätietoja antaa kotihoidonohjaaja.

Sosiaalipalveluja tarjotaan sosiaalityössä ja kehitysvammahuollossa. Puumalassa on sosiaalityöntekijä ja sosiaaliohjaaja sekä kehitysvammahuollossa avohuollon toimintaa. Sosiaalipalveluista haetaan mm. sosiaalihuoltolain mukaista kuljetuspalvelua ja vammaispalvelulain mukaista kuljetuspalvelua. Lisätietoja antaa sosiaalityöntekijä tai sosiaaliohjaaja.

Vanhusneuvosto toimii ikääntyneiden vaikutuskanavana. Vanhuspalvelulain mukaan kunnan on huolehdittava sen toimintaedellytyksistä. Vanhusneuvostolle on annettava mahdollisuus vaikuttaa kunnan eri toimialojen toiminnan suunnitteluun, valmisteluun ja seurantaan asioissa, joilla on merkitystä ikääntyneen väestön hyvinvoinnin, terveyden, osallisuuden, elinympäristön, asumisen, liikkumisen tai päivittäisistä toiminnoista suoriutumisen taikka ikääntyneen väestön tarvitsemien palvelujen kannalta.

Ennakoivat kotikäynnit tehdään vuosittain 80 vuotta täyttäneille. Kuntalaiselle postitetaan saatteellinen kyselykaava ja siihen liittyen ehdotetaan kotikäyntiä. Haastattelijan vastaanottaminen on vapaaehtoista ja palveluohjauksellinen käynti on maksuton. Käynnin tavoitteena on jakaa tietoa jo olemassa olevista palveluista ja saada tietoa ikääntyneiden kuntalaisten palvelutarpeista.

Kulttuuritoimi tuottaa ikääntyneille teatteri- ja konserttipalveluja. Kirjastopalvelua tuottaa Puumalassa Mikkelin kaupunki.

Liikuntapalvelut antaa yli 70-vuotiaille ilmaiset kuntosalikäynnit. Alle 70-vuotiaat eläkeläiset saavat käyttää kuntosalia puoleen hintaan. Liikuntapalvelut järjestää uimahalliretkiä syyskuusta huhtikuuhun noin kolmen viikon välein 8 euron hintaan sisältäen matkat ja sisäänpääsymaksun. Liikuntapalvelut järjestää terveystoimen kanssa yhteistyössä fysiokimppajumppaa. Senioriliikuntaa järjestetään ohjaajaresurssin mukaan.

Tekninen toimi tuottaa palveluja esteettömään asumiseen ja kulkemiseen.

Kansalaisopisto tarjoaa monipuolista opetusta ja kunnon kohotusta myös ikääntyneille. Eläkkeellä olevien ja 63 vuotta täyttäneiden on mahdollista saada vapautus yhdestä kurssimaksusta. Vapautus ei koske lukukausimaksuja eikä erikoiskursseja. Lisätietoja antaa Puumalan kansalaisopisto.

Talouden tiekartassa on yhtenä toimenpide-ehdotuksena mainittu fysioterapeutin kotikäynnit tietyn ikäisille vanhuksille. Tämä toimenpide on tällä hetkellä suunnittelun alla ja se olisi tarkoitus toteuttaa yhteistyössä kunnan vanhustyön ja liikuntapalvelujen kesken.

Tarvittaessa kaikki kunnan toimialat tekevät yhteistyötä palvelujen tarjonnassa.

### **3 Tavoitteet ja toimenpiteet**

Tavoitteet kunnan suunnitelmassa ikääntyneen väestön tukemiseksi 2014 – 2016 muotoutuu kolmen pääkohdan ympärille:

- esteetön asuminen ja kulkeminen,
- yksinäisyyden ja syrjäytymisen ehkäisy sekä
- osallistumisen/osallisuuden tukeminen.

Tavoitteille on laadittu toimenpiteet, aikataulut, tarvittavat resurssit ja vastuutahot. Laadinnassa on hyödynnetty hyvinvointi-indikaattoreita, hyvinvointikertomuksen tuloksia, Puumalan kunnan tavoitteita sekä vanhuspalvelujen seudullista toimintaohjelmaa.

Taulukko tavoitteista ja toimenpiteistä liitteenä, liite nro 2.

#### 4 Suunnitelman tarkistaminen ja arviointi

Suunnitelma ikääntyneen väestön tukemiseksi laaditaan osana kunnan strategista suunnittelua. Suunnitelman hyväksyy kunnanvaltuusto ja se tarkistetaan valtuustokausittain.

Arviointi tapahtuu sovittujen mittareiden avulla. Vastuuhenkilöinä ovat toimialueiden esimiehet.

Hyvinvointikertomuksen arviointitieto	Ikääntyneen väestön hyvinvointi
Omavalvonta	Toiminta suhteessa lakisääteisiin velvoitteisiin ja laatuun
KuntaMaisema	Toiminta suhteessa talouteen
Palvelurakenneindikaattorit	Palvelurakenne
Ravatar	Asiakkaan toimintakyky
HaiPro	Riskien hallinta





Suunnitelma ikääntyneen väestön tukemiseksi, liite 1.

Indikaattorit

	2008	2009	2010	2011	2012	2013
<b>Vuosi</b>	<b>2008</b>	<b>2009</b>	<b>2010</b>	<b>2011</b>	<b>2012</b>	<b>2013</b>
Asukasluku	2645	2549	2477	2419	2374	2319
Ikääntyneiden ikäkauma = % väestöstä						
- 65 - 74 v	13,4	14,5	15	16,5	17,6	18,9
- 75 - 84 v	10,5	10,6	10,9	10,7	10,8	11,5
- 85 vuotta täyttäneet	4,7	4,2	4,5	4,8	4,5	4,4
- 90 vuotta täyttäneet	1	2	2	2	2	2
65 vuotta täyttäneet % väestöstä	28,6	29,3	30,4	31,9	33	34,8
Yksin asuvat 75 vuotta täyttäneet % vastaavanikäisestä väestöstä	46,6	46,2	49,8	50,9	49,2	46,6
Kotona asuvat 75 vuotta täyttäneet % vastaavanikäisestä väestöstä	89,1	88,9	91,1	88,5	91,2	
Kelan sairastavuusindeksi, ikäväkioitu	124,2	126,9	128,2	131,8	130,2	
Dementiaindeksi, ikäväkioitu	131	140,2	142,8			
Säännöllinen kotihoito 65 täyttäneet % vastaavanikäisestä väestöstä	14,1	6,7	10	10,4	8,7	6,2
Säännöllinen kotihoito 75 täyttäneet % vastaavanikäisestä väestöstä	23,1	10,6	18,1	17,6	16,5	11,7
Säännöllinen kotihoito 85 täyttäneet % vastaavanikäisestä väestöstä	30,6	14	31,3	29,3	25,2	16,7
Toimeentulotukea saaneiden määrä % kaikista asukkaista	5	5,7	6	5	4,8	
Toimeentulotukea saaneet 65 vuotta täyttäneet % vastaavanikäisestä väestöstä	1,1	2	2,3	1,9	1,8	
Demografinen huoltosuhde	62,5	63,3	65,9	70,1	72,6	76,8
Kunnan yleinen pienituloisuusaste	19,1	18,8	19,3	17,6	18,5	



## Tavoitteet ja toimenpiteet

	Toimenpide Mitä, Miksi, Miten?	Aikataulu ja tarvittavat resurssit	Vastuu
<b>Tavoite 1:</b> Jokaiselle kunnan ikäihmiselle mahdollisesta esteetön asuminen ja kulkeminen	Kaikessa rakentamisessa huomioidaan vastaisuudessa: uudet rakennukset ja peruskorjattavat rakennukset, otetaan joka tavoin huomioon asukkaan mahdolliset liikuntarajoitteet ja esteetön kulkeminen	2014- 2016	Puumalan tekninen toimi
	Kunnan kulkuväylät tarkistetaan vuosittain esteettömyyttä ajatellen; palaute kerätään mm. Vanhusneuvostolta, vapaana asukaspalautteena ja avo- ja hoivapalvelun henkilöstöltä	2014- 2016	Puumalan tekninen toimi
	Kotihoidon piirissä otetaan käyttöön esteettömyyttä koskeva kartoitus→ raportointi tekniselle toimialalle mahdollisista kodin muutostöistä	2014- 2016	Anne Partti, Raija Hakala-Ewing
<b>Tavoite 2:</b> Ikäihmisten yksinäisyyden ja syrjäytymisen ehkäisy	Ystäväpalvelutoimintaa kehitetään: <ul style="list-style-type: none"> <li>• uusi ystäväpalvelukurssi järjestetään</li> <li>• tällä hetkellä ystäväpalvelussa toimivat kootaan yhteen ja pidetään vertaisryhmä</li> </ul>	2015 kurssinjärjestäjät  v.2015- 2016 aikana	SPR (Helena Kuronen), Seurakunnan diakoni, Raija Hakala-Ewing, Anne Partti
	Laaditaan Puumalan-lehteen artikkeli vanhusten hyvinvoinnista ja rohkaistaan siinä yksinäisiä ottamaan yhteyttä yhdyshenkilöön(ihin) / tarvittaessa nimettömänä. Myös huoli naapurista tai läheisestä huomioiden. Artikkelissa avataan hyvinvointiteknologian	v. 2015	Raija Hakala-Ewing, Anne Partti

	mahdollisuuksia.		
	Otetaan vanhuksiin kirjeitse yhteyttä "kirje/kortti kotiin"-kampanjalla. Kirjoitetaan nimettömiä kirjeitä/kortteja virkistämään vanhuksia.	2015–2016	Helena Kuronen, Raija Hakala-Ewing, Anne Partti, Seurakunta, Eläkejärjestöt
<b>Tavoite 3:</b> Osallistumisen tukeminen/ osallisuuden mahdollistaminen	Järjestetään "vanhusfoorumi"	Kevät 2015, tila, järjestävät henkilöt	Anne Partti, Anne Julin, Raija Hakala-Ewing, Vanhusneuvosto, Seurakunta
	Ylläpidetään monipuolista harrastustarjontaa yhteistyössä eri toimijoiden kanssa (yhteinen suunnittelu, lukuvuosittainen kalenteri toiminnoista). Järjestetään kuljetuksia haja-asutusalueen ikäihmisille.	2015-2016	Liikuntatoimi, Kansalaisopisto, Seurakunta, järjestöt, yrittäjät