



**Ikääntyneiden hyvinvointiin keskittyvän
avustusohjelman teemakyselyn
yhteenveto**

21.12.2023

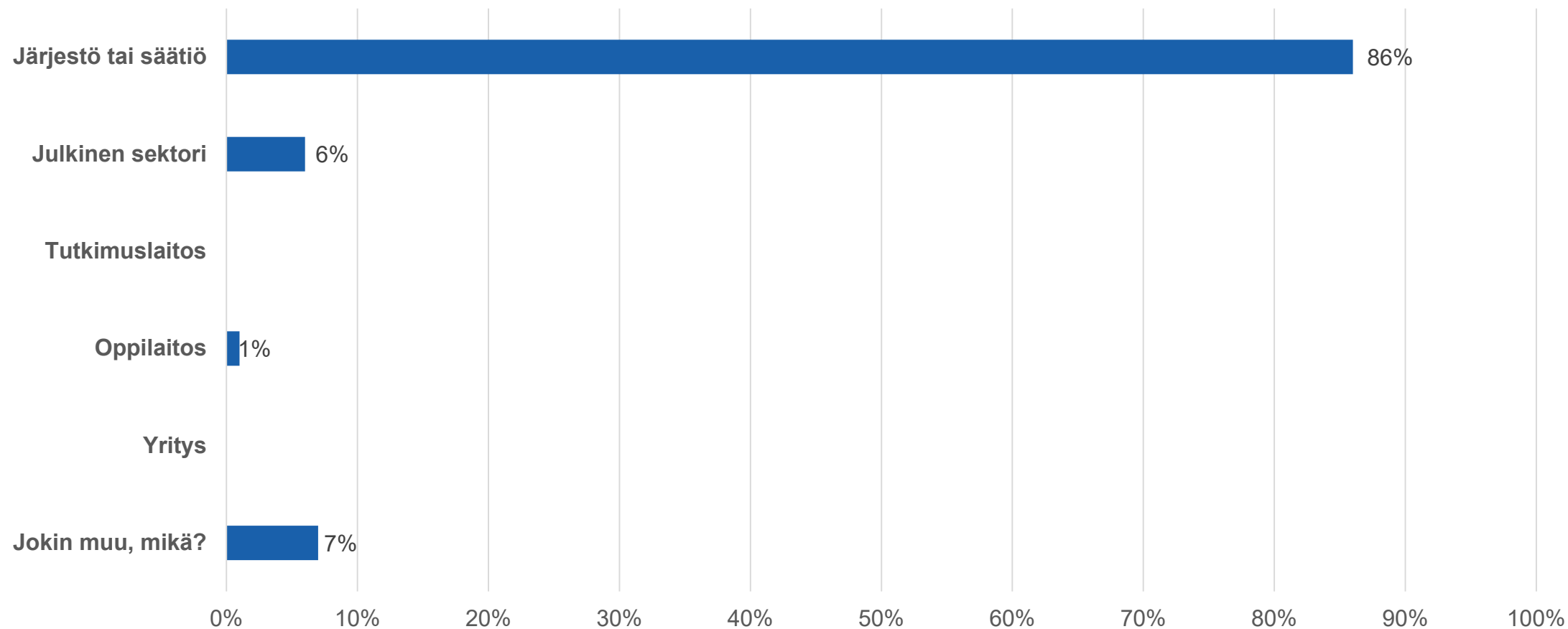


Kyselyn perustiedot

- Kysely oli avoinna 15.11.–5.12.2023
- Kyselystä tiedotettiin STEAn verkkosivuilla, sosiaalisessa mediassa ja uutiskirjeessä
- Vastauksia saatiin yhteensä 265 kpl
- Suurin osa (86%) vastaajista edusti järjestöä tai säätiötä
- Kyselyyn vastattiin nimettömästi
- Kysymykset eivät olleet pakollisia, mutta eri kysymyksiin vastattiin hyvin
 - Eniten vastauksia saatiin monivalintakysymyksiin (n=261, n=264)
 - Vähiten vastauksia saatiin tulevaisuutta käsittelevään avoimeen kysymykseen (n=231)

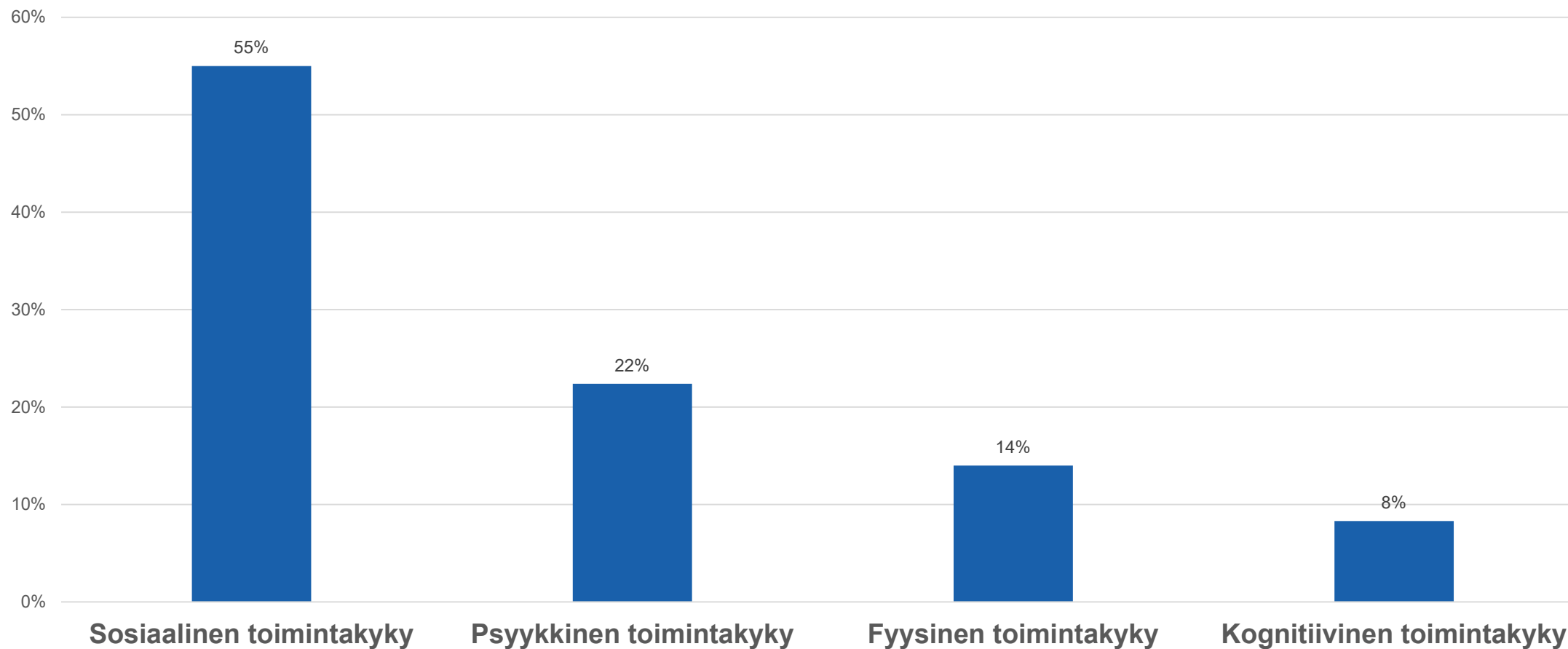


Vastaajat (n=263)





Mihin toimintakyvyn ulottuvuuteen ohjelmassa tulisi kiinnittää erityistä huomiota? (n=264)



Toimintakyvyn ulottuvuudet ovat yhteydessä toisiinsa



- Monissa avovastauksissa mainittiin vähintään kaksi toimintakyvyn ulottuvuutta, joilla on yhteys toisiinsa.
 - ”Sosiaaliset suhteet, sosiaalinen tuki ja sosiaalinen aktiivisuus ovat yhteydessä myös fyysiseen ja psyykkiseen toimintakykyyn.”
 - ”Kaikkia toimintakyvyn muotoja tulisi tukea, mutta kognitiivista toimintakykyä tuettaessa tulisi huomioida myös fyysinen, psyykinen ja sosiaalinen toimintakyky, kun yksilö pystyy itse säilyttämään harkintakykynsä.”
- Kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin ja elämänlaadun huomioimista pidetään avovastausten perusteella tärkeänä. Elämänlaadun nähtiin edellyttävän useampien toimintakyvyn ulottuvuuksien huomioimista ja holistista lähestymistapaa.
 - ”Toimintakyky on moniulotteinen ilmiö, jota tulisi tarkastella kokonaisuutena. Toimintakyvyn rinnalla yhtä tärkeänä tulisi tunnistaa toimijuus, joka sisältää siihen liittyviä erilaisia ulottuvuuksia. Esimerkiksi, mitä ihminen haluaa, osaa, pystyy, ehtii jne. Toimintakyky toimii yhtenä näiden asioiden taustatekijänä ja osa-alueena (esim. pystymiseen). Toimintakyvyn eri ulottuvuudet linkittyvät toisiinsa, ympäristöön, terveydentilaan ja yksilöllisiin ominaisuuksiin. Niitä ei oikeastaan voi eikä pidä erotella toisistaan. Erityisesti näin on ikääntyneiden ihmisten kohdalla.”

Perustelut sosiaalisen toimintakyvyn valinnalle



- Yli puolet (55 %) vastaajista on sitä mieltä, että avustusohjelmassa tulisi kiinnittää huomiota erityisesti sosiaalisen toimintakyvyn ulottuvuuteen.
- Sosiaalisen toimintakyvyn perusteluissa painottui erityisesti ikääntyneiden kokema yksinäisyys.
 - ”Ikääntyneiden yksinäisyys ja sosiaalisten kontaktien vähyys on suuri ongelma yhteiskunnassamme. Yksin asuvilla, mutta myös omaishoitotilanteissa omaishoitaja voi kokea suurta yksinäisyyttä hoidettavan vuorovaikutustaitojen heiketessä ja hoitotilanteen sitovuuden vuoksi.”
- Järjestöillä nähdään olevan hyvät edellytykset vaikuttaa toiminnallaan sosiaaliseen hyvinvointiin ja yksinäisyyden vähentämiseen.
 - ”Sosiaalinen toimintakyky on merkittävä tekijä kokonaistoimintakyvyn kannalta ja sellainen, johon juuri järjestöillä on hyvät edellytykset vaikuttaa.”
- Sosiaalisen toimintakyvyn osalta keskeisimpiä haasteita ovat avovastausten perusteella yksinäisyys, mielen hyvinvoinnin heikentyminen sekä osallisuuden ja mielekkään tekemisen puute. Sosiaalisen toimintakyvyn edistämisen nähdään tukevan sekä fyysistä, psyykkistä että kognitiivista toimintakykyä.
 - ”Entistä enemmän on signaaleja yksinäisyydestä, osallisuuden ja vaikuttamisen mahdollisuuksien vajeesta, syrjäytymisestä ja mielen hyvinvoinnin ja voimavarojen vahvistamisen tarpeesta sekä yksilö-, että ryhmätoiminnan keinoin.”



Perustelut psyykkisen toimintakyvyn valinnalle

- Noin neljäsosa (23 %) vastaajista koki, että huomiota tulisi kiinnittää erityisesti psyykkiseen hyvinvointiin.
- Avovastausten perusteella ikäihmisten mielen hyvinvointiin ja mielenterveyteen on kiinnitetty vähemmän huomiota niin julkisella sektorilla kuin järjestöjen toiminnassa.
 - ”Fyysiseen toimintakykyyn panostetaan jo hyvinvointialueiden toimesta ja sosiaaliseen toimintakyvyn tukemiseen löytyy myös verrattain hyvin vaihtoehtoja. Psyykkisen toimintakyvyn tukeminen on tällä hetkellä näistä vähäisintä ja vaikeinten saavutettavaa. Se myös tukee kognitiivista toimintakykyä.”
- Perusteluissa tuotiin esille positiivista mielenterveyttä sekä voimavara- ja ratkaisukeskeisyyttä.
 - ”Huomion kiinnittäminen psyykkiseen toimintakykyyn tukee vastoinkäymisistä selviytymistä, muutosten kohtaamista ja arjessa pärjäämistä. Se myös vahvistaa ikääntyneiden voimavaraisuutta ja elämönhallintaa. Tämä näkökulma auttaa tuomaan esiin ikääntyneiden elämänkokemuksen ja voimavaraisuuden merkityksen. Ja edelleen auttaa vahvistamaan myönteistä näkökulmaa ikääntymiseen.”

Perustelut fyysisen toimintakyvyn valinnalle



- Vastaajien mukaan fyysinen toimintakyky mahdollistaa kotona asumisen, asioiden itsenäisen hoitamisen ja kodin ulkopuoliseen toimintaan osallistumisen.
 - ”Ikääntyvän kotona selviytyminen ei onnistu ilman fyysistä toimintakykyä.”
 - ”Fyysisen toimintakyvyn heikkeneminen on toiseksi yleisin syy kotihoidon palveluihin siirtymisessä. Liikkumiskyvystä huolehtiminen mahdollistaa autonomiasia (omannäköisen elämän elämisen, osallistumisen mielekkääseen toimintaan, omista asioista huolehtimisen). Liikkuminen tukee myös vahvasti psyykkistä, kognitiivista ja sosiaalista toimintakykyä.”
- Fyysiseen toimintakykyyn panostamisen todetaan hillitsevän sosiaali- ja terveydenhuollon kustannuksia ja edistävän iäkkäiden elämänlaatua.
 - ”Ikääntyneet joutuvat helpommin laitoshuoltoon, jos fyysinen toimintakyky ei ole kunnossa. Liikunnalla toimintakyky säilyy pidempään ja samalla ennaltaehkäistään psyykkisiä sairauksia, esim. muistisairaudet.”
- Vastauksissa painottui liikkuminen ja liikunta, mutta myös hyvän ravitsemustilan merkitys toimintakykyyn tuotiin esille.



Perustelut kognitiivisen toimintakyvyn valinnalle

- Vastaajien mukaan kognitiivinen toimintakyky on jäänyt vähemmälle huomiolle.
 - ”Ikääntyneiden tieto oman kognitiivisen toimintakyvyn ylläpitämisestä/tukemisesta on vähäistä verrattuna muihin toimintakyvyn osa-alueisiin.”
- Muistisairauksien ennaltaehkäisy on tärkeää, sillä muistisairaudet ovat jo nyt yleisiä ja muistisairaiden palveluiden saatavuudesta on haasteita.
 - ”Muistisairaiden määrä kasvaa nopeasti ja ennaltaehkäisyllä on myös suuri taloudellinen ja yhteiskunnallinen merkitys.”



Millaisia mahdollisuuksia järjestöillä on tukea ikääntyneiden kotona asumista huomioiden ikääntyneille kuuluvat lakisääteiset palvelut (1/3)?

- Järjestöillä on avovastausten perusteella hyvät mahdollisuudet tukea ikääntyneiden kotona asumista täydentäen lakisääteisiä palveluja esimerkiksi etsivän ja jalkautuvan työn, kohtaavan toiminnan sekä vertaistuen ja vapaaehtoistoiminnan keinoin.
 - ”Näen paljon mahdollisuuksia täydentää ja tukea lakisääteisiä palveluita järjestöjen tuottamalla tuella ja avulla. Järjestöjen löytävää työtä suunnataan haastavassa asemassa oleville ikääntyneille, jotka ovat kokonaan julkisten palveluiden ulkopuolella tai saavat niitä riittämättömästi omiin tarpeisiinsa nähden. Kyse voi olla myös esimerkiksi yksinäisyyttä ja turvattomuutta vähentävästä tuesta, jota kotihoidon palveluissa ei ole riittävästi tai se ei kohdennu oikein.”
- Järjestöjen rooli painottuu avovastausten perusteella ehkäisevään toimintaan, ikääntyneiden toimintakyvyn ylläpitoon ja omaishoitajien jaksamisen tukemiseen. Järjestöjen tehtävänä mainittiin myös julkisiin palveluihin ohjaaminen ja niistä tiedottaminen.
 - ”Mielettömän paljon mahdollisuuksia tukea erilaisissa tilanteissa olevia, moninaista ikääntyvien joukkoa. Erityisesti ennaltaehkäisevät ja toimintakykyä tukevat palvelut ovat tärkeitä ja myös yhteiskunnan talouden kannalta merkittäviä, johon erityisesti nyt tulisi entisestään kiinnittää huomiota.”



Millaisia mahdollisuuksia järjestöillä on tukea ikääntyneiden kotona asumista huomioiden ikääntyneille kuuluvat lakisääteiset palvelut (2/3)?

- Järjestötoiminnan vahvuuksia ovat mm. yksilöllisten tarpeiden huomiointi, joustavuus, ketteruus ja nopea reagoitukyky sekä kokonaisvaltainen lähestymistapa suhteessa lakisääteisiin palveluihin. Järjestöillä on avovastausten perusteella hyvät mahdollisuudet tukea ja ylläpitää erityisesti sellaisten ikääntyneiden toimintakykyä, joilla ei ole mahdollisuuksia syystä tai toisesta päästä julkisten palvelujen piiriin.
 - ”Järjestöt voivat tehdä asioita paljon joustavammin, nopeammalla aikataululla ja asiakkaita kuunnellen, kuin virallinen (lakisääteisiä palveluita tuottava) sektori. Etenkin kohtaamistilanteet, joissa voidaan käydä yksilöllisesti läpi ikäihmisen arkea, tukee ja näissä tilanteissa voidaan etsiä ja kartoittaa kaikkea toimintaa, joka on ikäihmisen saatavilla.”

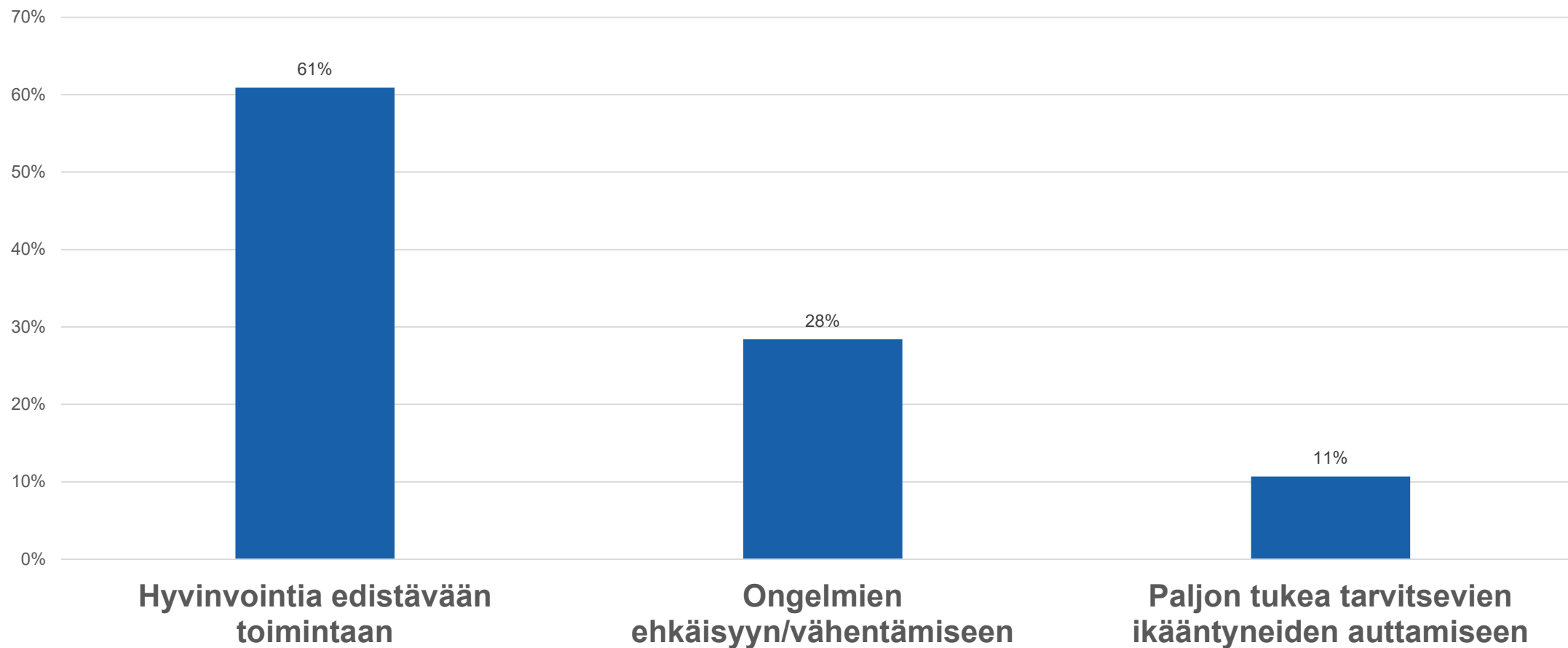
Millaisia mahdollisuuksia järjestöillä on tukea ikääntyneiden kotona asumista huomioiden ikääntyneille kuuluvat lakisääteiset palvelut (3/3)?



- Järjestöjen toimintaa mahdollistaviksi tekijöiksi mainittiin riittävät taloudelliset resurssit ja toimiva yhteistyö julkisten palvelujen kanssa. Vastausten mukaan hyvinvointialueiden ennaltaehkäisevän toiminnan rahoituksen väheneminen ja epävarmuus tulevaisuudesta haastaa myös järjestöjen mahdollisuuksia tukea kotona asumista.
 - ”Järjestöjen tulee luoda toimivat yhteydet lakisääteisiä palveluja tuottaviin tahoihin. Kotona asumisen tukemiseen liittyy hyvin paljon eri elementtejä. Rinnakkain toimimalla, yhteistyössä, oman toiminnan rajat tuntien tämä onnistuu.”
- Järjestöjen nähtiin osittain myös huolehtivan julkisen sektorin vastuulle kuuluvasta työstä, koska kotona asuvat ikääntyneet ovat entistä haasteellisemmassa tilanteessa ja huonommassa kunnossa lakisääteisten palveluiden vähäisen saatavuuden vuoksi.



Millaiseen toimintaan ohjelman tulisi kohdistua? (n=261)





Avustusohjelman kohdentuminen (1/2)

- Hyvinvointia edistävään toimintaan keskittymistä perusteltiin useimmiten sillä, että tätä kautta voidaan myös ehkäistä ja vähentää ongelmia. Hyvinvointia edistävää toimintaa kuvattiin pitkäjänteiseksi työksi ja että siihen satsaamalla voidaan vaikuttaa myös tulevaisuuden palvelutarpeisiin.
 - ”Kaikilla ikäihmisillä on jäljellä hyvinvointia. Sitä pitää tukea, että se paranisi tai pysyisi ennallaan. Tällä toiminnalla samalla ehkäistään ongelmien syntymistä tulevaisuudessa ja saadaan paljon tukea tarvitsevien ikäihmisten määrää pienennettyä tai myöhennettyä.”
- Avovastauksissa korostettiin hyvinvoinnin edistämisen inhimillistä ja taloudellista näkökulmaa.
- Hyvinvointia edistävää toimintaa kuvailtiin kokonaisvaltaisena, myönteisenä ja voimavaraistavana. Edistävän toiminnan avulla voidaan tavoittaa laajasti ikääntyneiden moninainen ryhmä, myös haasteellisessa asemassa olevat.
 - ”Näen tämän hyvinvointia edistävän toiminnan niin, että se kattaa niin ongelmien ennaltaehkäisy/vähentämisen että voimavarojen löytämisen ja vahvistamisen.”
- Hyvinvointia edistävän toiminnan nähtiin olevan ominaista järjestöille, mutta toisaalta kuvattiin, että edistävää toimintaa ei tehdä riittävästi ja toiminta on vaarassa jäädä ”ei kenenkään alueelle”. Myös eri toimijoiden yhteistyön merkitystä tuotiin esille.
 - ”Hyvinvointia edistävä toiminta, varsinkin nyt soteuudistuksen jälkeen jää lakisääteisten palveluiden jalkoihin. Kunnat ja kaupungit eivät välttämättä tähän osallistu vaikka hyvinvoinnin edistäminen on myös kuntien vastuulla.”



Avustusohjelman kohdentuminen (2/2)

- Ongelmia ehkäisevän toiminnan valinnan perusteluissa nousi esille mm. päihde- ja mielenterveysongelmat sekä yksinäisyys.
 - ”Tarvitsemme ehdottomasti ennaltaehkäiseviä palveluja. Ongelmien syntymistä pitäisi pyrkiä ennaltaehkäisemään jo varhaisessa vaiheessa. Hyvänä esimerkkinä ikääntyneiden päihde- ja mielenterveyden ongelmat - meillä on olemassa valtavan paljon hyviä toimintamalleja ennaltaehkäisevästä näkökulmasta katsottuna. Niiden käyttöönottoa pitäisi tukea enemmän. Järjestöt voivat tukea hyvinvointialueita siinä, missä he tukea ja apua tarvitsevat (vrt. kustannustehokkuus, win-win tilanne).”
- Vastuu paljon tukea tarvitsevien palveluista ja hoivasta nähtiin olevan julkisella palvelujärjestelmällä, mutta toisaalta todettiin, että järjestötoiminnalla voidaan tavoittaa niitä ikääntyneitä toiminnan piiriin, joita julkinen sektori ei tavoita. Kohderyhminä mainittiin mm. paljon tukea tarvitsevat, joilla ei ole omaisia, yksin asuvat muistisairaat sekä omaishoitajat.
 - ”Monissa vanhuspalveluissakin on haasteena se, että apu ja tuki eivät tavoita niitä ikääntyneitä, jotka tarvitsisivat kaikkein eniten apua ja tukea pärjätäkseen päivittäisissä toimissa ja voidakseen elää hyvää ja ihmisarvoista elämää. Kun kriteerit ympärivuorokautiseen hoitoon pääsemiseksi ovat kiristyneet, on se tarkoittanut sitä, että omassa kodissaan asuu aiempaa huonokuntoisempia ikääntyneitä, joilla ei välttämättä ole enää voimavaroja tai kykyäkään etsiä ja vaatia itselleen riittävää tukea ja apua.”

Mihin tämän hetkiseen haasteeseen määräaikaisella ohjelmalla voitaisiin saada ratkaisuja? (1/2)



- Vastauksissa korostuu ikääntyneiden kokema yksinäisyys. Yksinäisyyden rinnalla tuodaan esiin muita terveyden ja toimintakyvyn ulottuvuuksia, erityisesti mielen hyvinvointia ja mielenterveyden ongelmia. Yksinäisyys yhdistetään myös turvattomuuden kokemuksiin.
 - ”Yksinäisyys on vanhuspalvelujen yleisin ongelma ja palvelujärjestelmän keinoin vaikeasti ratkaistava haaste. Samaan aikaan ikääntyneiden odotetaan asuvan kotonaan aiempaa pidempään ja kynnyks ympäri vuorokauden hoivaan pääsemiseksi nousee. Myös tämä kehitys lisää ikääntyneiden turvattomuuden ja yksinäisyyden kokemuksia, kun kotona pitää pärjätä aiempaa iäkkäämpänä ja huonokuntoisempana.”
 - ”Laajalle levinnyt yksinäisyys on ajankohtainen haaste, joka voitaisiin ratkaista määräaikaisella avustusohjelmalla. Ohjelmassa voitaisiin tukea hankkeita, joilla luodaan malleja yksinasuvien ikääntyneiden sosiaalisten kontaktien ja elvytyksen lisäämiseksi.”
- Haasteina tuodaan esiin myös mm. eriarvoisuus, omaishoitajien jaksamiseen liittyvät haasteet, muistisairauksien lisääntyminen, ikääntymisen mukanaan tuomat moninaiset elämänmuutokset ja palvelujen digitalisaatio.
 - ”Läheisten/omaishoitajien jaksaminen ja heidän tukeminen on keskeistä siinä, että ikääntyneet voivat asua kotona. Erityisen haavoittuvassa asemassa ovat sellaiset ikääntyneet, joilla ei ole omaisia tukena.”

Mihin tämän hetkiseen haasteeseen määräaikaisella ohjelmalla voitaisiin saada ratkaisuja? (2/2)



- Avustusohjelman toivotaan irtautuvan ns. taakka-puheesta ja ongelmakeskeisestä suhtautumisesta ikääntymiseen. Lisäksi vastauksissa tulee esiin mm. ikääntyneiden moninaisuus ja tarve ikäystävällisille asuinympäristöille.
 - ”Ohjelma voi tuoda ratkaisuja 1) ikääntyneiden positiivisen mielenterveyden/mielen hyvinvoinnin & mielen taitojen vahvistumiseen (voimaantuminen), 2) erityisesti muutostilanteita kohtaavien ikääntyneiden resilienssin vahvistamiseen (selviytymiskyvykyys) sekä 3) laajemmin myönteisen näkökulman kautta ikääntyneisiin ja ikääntymiseen liittyvään julkisen kuvan & keskustelun muuttamiseen sekä syrjivien käytäntöjen poistamiseen (ikäsyjinnän poistaminen ja yhdenvertaisuuden varmistaminen).”
- Vastauksissa tulee esille monialaisen yhteistyön merkitys, jotta ikääntyneet tavoitetaan ja he pääsevät tarvitsemiinsa toimintoihin ja palveluihin. Lisäksi järjestöjen toiminnalla voidaan vähentää ns. häiriökysyntää ja sosiaali- ja terveydenhuollon kuormitusta.
 - ”Hyvinvointialueet ovat tällä hetkellä suurien haasteiden ja kehitystehtävien edessä. Kolmannen sektorin kanssa tehtävä yhteistyö on vielä kehitteillä. Tavoitteena on, että ikäihmisten hyvinvoinnin edistämiseksi on sujuvaa verkostoyhteistyö vähintäänkin alueellisesti. Asiakas siirtyisi joustavasti ammattilaisesta toiselle, mistä hän saa parhaiten tukea tilanteessaan.”

Ikääntyvän väestön tulevaisuuden mahdollisuudet ja haasteet (1/2)



- Tulevaisuutta koskevissa vastauksissa toistui jonkin verran samat teemat (mm. yksinäisyys, mielen hyvinvointi ja kotona asumisen tukeminen), kuin mitä oli vastattu kyselyn aikaisempiin kysymyksiin.
- Tulevaisuuden osalta nähtiin tärkeäksi ikäystävällisen yhteiskunnan edistäminen. Tässä yhteydessä tuotiin esiin mm. ikäihmisten aktiivista roolia, ikääntyvien omien voimavarojen parempaa hyödyntämistä ja elämän merkityksellisyyden esille tuomista. Ikäystävällisyyteen kuuluu myös ikäystävällisen asumisen ja asuinympäristöjen kehittäminen, joissa huomioidaan turvallisuuden lisäksi yhteisöllisyys.
 - ”Pitäisi lisätä ikäihmisten kokemusta siitä, että he eivät ole liian vanhoja toimijoiksi, että heillä on annettavaa tähän yhteiskuntaan.”
 - ”Ottamalla ikääntynyt väestö entistä enemmän yhteiskunnan osallistuvaksi osaksi. Nyt ikäystävällisyyttä ei juurikaan näy.”

Ikääntyvän väestön tulevaisuuden mahdollisuudet ja haasteet (2/2)



- Tulevaisuuden osalta keskeistä on myös digitaalisuuteen ja teknologiaan liittyvät asiat. Vastauksissa tuotiin esille teknologian mahdollisuuksia ja digiosallisuuden edistämisen tärkeyttä, mutta toisaalta myös mahdollisuutta vaihtoehtoihin palveluihin.
 - ”Tulevaisuudessa ikääntyviä voisi tukea hyödyntämään edistynyttä teknologiaa, kuten terveydenhuollon sovelluksia, etähoitopalveluita ja älykkäitä laitteita, jotka parantavat elämänlaatua, itsenäisyyttä ja terveyden seuranta. Koulutus ja osallisuus auttaa ikääntyneitä pysymään ajan tasalla mm. digitaalisessa maailmassa ja mahdollistaisi jatkuvan oppimisen. Lisäksi, tukemalla ikääntyneiden osallisuutta yhteiskunnassa, voidaan edistää aktiivista ja mielekästä elämää.”
 - ”Digitalisoitumisen tilalle saataisiin vaihtoehtoisia palveluja ja ikääntyneiden yksinäisyyden ja syrjäytyneisyyden ehkäisemistä.”
- Vastauksissa tuotiin esiin myös vanhenemista ennakoivan toiminnan merkitystä sekä kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin ja toimintakyvyn ylläpitämisen tärkeyttä. Ikääntyvien moninaisuus ja heterogeenisyys tulisi huomioida myös toiminnoissa ja palveluissa.
 - ”Hyvinvointia edistävän toiminnan monimuotoistuminen, jotta jokainen ikäihminen löytäisi jonkin itselleen sopivan jutun taloudellisten seikkojen tai saavutettavuusongelmien estämättä.”



Kyselystä tehdyt keskeiset havainnot

- Vastauksissa painottuu ikääntyneiden psykososiaalinen toimintakyky ja erityisesti ikääntyneiden kokema yksinäisyys ja mielen hyvinvointi.
- Valtaosa vastaajista valitsi edistävän tai ehkäisevän toiminnan. Tällöin voidaan tavoittaa ikääntyvien moninainen ryhmä. Lisäksi avovastauksissa korostettiin hyvinvoinnin edistämisen inhimillistä ja taloudellista näkökulmaa.
- Edistävän ja ehkäisevän toiminnan nähdään olevan luontaista järjestöille. Paljon palveluja tarvitsevien hoiva nähtiin kuuluvan julkiselle sektorille, mutta toisaalta järjestöt voivat tavoittaa niitä ikääntyneitä, joita julkinen palvelujärjestelmä ei tavoita.
- Järjestöjen ja julkisen sektorin yhteistyö korostuu vastauksissa.
- Ohjelmalta toivotaan voimavara- ja ratkaisukeskeistä lähestymistapaa. Ikäystävällinen yhteiskunta, ikääntyneiden arvostaminen ja heidän mukaan ottaminen toimintojen suunnitteluun nähtiin tärkeäksi.