

# KYSELY VANHUSNEUVOSTOILLE IÄKKÄIDEN TOIMINTAKYVYN EDISTÄMISESTÄ

Ohessa on kysely, joka on tarkoitettu kuntien vanhusneuvostojen vastattavaksi. Kysymyksillä kartoitetaan keinoja edistää iäkkäiden toimintakykyä, joka on olennaista päivittäisessä elämässä toimimisen kannalta. Vastauksia tullaan käyttämään poikkihallinnollisen Ikäohjelman suuntaamisessa ja iäkkäiden laatusuosituksen valmistelussa. Ikäohjelma tähtää siihen, että yhteiskunnassa varaudutaan väestön vanhenemiseen sosiaalisesti ja taloudellisesti kestäväällä tavalla. **Pyydämme ystävällisesti yhtä vastausta per vanhusneuvosto. Kiitos vastauksistanne!**

## TAUSTATIEDOT

### \* Alue

- Etelä-Suomi
- Itä-Suomi
- Keski-Suomi
- Länsi-Suomi
- Pohjois-Suomi

### \* Kunnan koko

- alle 6.000 asukasta
- 6.000-10.000 asukasta
- 10.001-50.000 asukasta
- 50.001-100.000 asukasta
- yli 100.000 asukasta

Seuraava >>



# KYSELY VANHUSNEUVOSTOILLE IÄKKÄIDEN TOIMINTAKYVYN EDISTÄMISESTÄ

## LIIKUNTA

Minkä kouluarvosanan (4-10) antaisit kunnallesi ikääntyneiden liikuntamahdollisuuksien järjestämisestä?

4    5    6    7    8    9    10

Mitkä olisivat kunnassanne iäkkäiden liikunnan kehittämistarpeet? Valitse neljä tärkeintä.

- Liikuntaryhmien määrä
- Toimintakyvyltään heikentyneiden ikäihmisten liikuntaryhmät
- Voima- ja tasapainoharjoittelu
- Kuljetukset liikuntapalveluihin
- Liikuntapaikkojen maksuttomuus
- Eläkeläisalennukset liikuntapaikkoihin
- Vapaaehtoisten apu liikuntaan
- Vertaisohjaajatoiminta
- Tilojen järjestäminen järjestöille
- Ulkoiluryhmät ja ulkoiluapu
- Etäjumppatoiminta
- Liikunta- ja elintapaneuvonta

## Mitkä asiat iäkkäiden liikunnassa toimivat kunnassanne hyvin?

Kirkonkylässä on useita mahdollisuuksia liikunnan harrastamiselle, mm. tuolijumppa kerran viikossa (Hengitysyhdistys), kuntosali (Ohjaus maanantaisin, Eläkeliitto), uimahallimatkat Outokumpuun kerran viikossa (kunta / Hengitysyhdistys vuoroviikoin), siellä ohjattu vesijumppa. Hyvät hiihtoladut lähellä kirkonkylää, hyvin hoidetut ulkoilureitit --> penkkilenkki, kuntoportaat keskustssa, kansalaisopiston ohjatut erilaiset liikuntaryhmät,

517/4000

## YHDESSÄOLO JA KOHTAAMISET

Mitkä olisivat kunnassanne iäkkäiden yhdessäolon ja kohtaamisten kehittämistarpeet? Valitse kolme tärkeintä.

- Tapaamispaikat ja -tilat
- Kuljetukset
- Ohjatun toiminnan riittävyys
- Osallistumisen kohtuuhintaisuus
- Iäkkäiden äänen kuuluminen paikallisessa päätöksenteossa
- Vapaaehtoistyön vahvistaminen
- Vertaisohjaajatoiminta

Minkä kouluarvosanan (4-10) antaisit kunnallesi ikääntyneiden kohtaamismahdollisuuksien järjestämisestä?

- 4    5    6    7    8    9    10

Mitkä asiat iäkkäiden yhdessäolossa ja kohtaamisissa toimivat kunnassanne hyvin?

Esteettömät järjestötilat keskellä kirkonkylää, yhteiset tilat nuorisotilojen kanssa.  
Kuntosali  
Uimahallimatkat  
Muistiryhmä  
Seurakunnan virkistyspäivät ja muu toiminta, eläkeläisjärjestöjen kerhotoiminta  
Etelä-Tuusniemellä kokoavaa toimintaa

241/4000

## MUISTIN SÄILYMINEN

Muistin säilymistä iäkkäillä voidaan edistää ja muistisairauksia voidaan ennaltaehkäistä useilla eri keinoilla samanaikaisesti: liikunnalla, hyvällä ravitsemuksella, myönteisillä kohtaamisilla ja uusia asioita oppimalla sekä huolehtimalla verenpaineesta ja veren sokeri- ja rasva-arvoista.

**Miten arvioitte seuraavien neljän vaihtoehdon toteutumista kunnassa iäkkäiden muistin säilymisen näkökulmasta (kouluarvosana 4-10)?**

	4	5	6	7	8	9	10
Diabeteksen ja sydän- ja verisuonisairauksien ennaltaehkäisy ja hoito	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Elintapaneuvonta (mm. ravitsemus- ja liikuntaneuvonta sekä päihteet)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Uuden oppimisen mahdollisuudet	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Harrastustoiminta	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>

**Mitkä toiminnot tai ratkaisut tukevat kunnassanne hyvin iäkkäiden mahdollisuuksia ylläpitää muistiaan?**

Liikunna mahdollistaminen monipuolisesti  
Muistikerho (kunta) ja kansalaisopiston pitämä muistiryhmä  
Osallistumismahdollisuuksia paljon: kunta, eläkeläis- ym. järjestöt, seurakunta  
Geriatripalvelut omassa terveyskeskuksessa (ostopalveluna) kerran kuussa  
Muistipolitoiminta hyvin järjestetty terveyskeskuksessa  
Kunnan virikeohjaajan toiminta

339/4000

**PSYKKINEN TOIMINTAKYKY**

Psyykkisellä toimintakyvyllä tarkoitetaan mielen voimavaroja, joiden avulla ihminen kokee elämänhallintaa ja elämän mielekkyyttä ja joiden avulla ihminen kykenee selviytymään arjen haasteista ja kriisitilanteista.

**Miten arvioitte seuraavien väittämien toteutumista kunnassanne (kouluarvosana 4-10)?**

	4	5	6	7	8	9	10
Kunnassani panostetaan iäkkäiden psyykkiseen toimintakykyyn	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Kunnassani tuetaan iäkkäitä heidän elämänsä kriisitilanteissa (esim. läheisen sairastuminen tai menehtyminen)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Minkä kouluarvosanan (4-10) antaisit kunnallesi ikääntyneiden psyykkisen toimintakyvyn tukemisesta?

4  5  6  7  8  9  10

Mitkä ovat hyviä esimerkkejä siitä, että kunnassanne edistetään iäkkäiden psyykkistä toimintakykyä?

Virikeohjaajan toiminnot

24/4000

## ASUINYMPÄRISTÖ

Minkälaisen kouluarvosanan (4-10) annat asuinympäristöjen soveltuvuudesta iäkkäille kunnassasi?

	4	5	6	7	8	9	10
Esteettömien asuntojen riittävyys	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Palveluiden saavutettavuus	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Liikkumisen esteettömyys	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Asuinympäristöjen kunnossapito	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Asuinympäristöjen turvallisuus ja viihtyisyys	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Asuinympäristöjen monisukupolvisuus ja yhteisöllisyys	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Lähiviheralueiden riittävyys	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Julkisen liikenteen toimivuus ja esteettömyys	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

## Mitä hyviä esimerkkejä kunnassanne on ikäystävällisistä asuinympäristöistä?

Kirkonkylässä on huomioitu esteettömyys huomioiden apuvälineillä liikkuvat henkilöt. Moniin julkisiin tiloihin on automaattisesti avautuvat ovet tai ovi avautuu nappia painamalla. Huomioitu valaistukset ja turvallisuus kevyenliikentee reiteillä. Sinne laitettu kesäksi penkkejä, jotta liikujat voivat välillä levähtää. Kirkonkylässä ja yhdessä pikkukylässä on lähiliikuntapaikat. Käytössä ns. kymppitaksikuljetukset, eli missä tahansa kunnassa asuva henkilö voi tilata taksin kerran viikossa

565/4000

## JÄRJESTÖJEN JA VAPAAEHTOISTOIMIJOIDEN ROOLI

**Kuinka suuri rooli järjestöillä ja vapaaehtoisilla on kunnassanne toimintakykyä ylläpitävien palvelujen tuottamisessa? Asteikko 4-10; 4=erittäin pieni, 10 = erittäin suuri)**

- 4 Erittäin pieni    5    6    7    8    9
- 10 Erittäin suuri

**Minkä kouluarvosanan (4-10) antaisit kunnallesi yhteistyöstä järjestöjen ja vapaaehtoistoimijoiden kanssa ikääntyneiden toimintakykyä tukevien toimintojen sisältöjen suunnittelussa ja tuottamisessa?**

- 4    5    6    7    8    9    10

**Miten kunnan kannattaisi mielestäsi parantaa yhteistyötä, jotta kunta ja järjestöt/vapaaehtoiset voisivat paremmin yhteisvoimin tuottaa ikääntyneille heidän tarvitsemiaan toimintakykyä ylläpitäviä palveluita? Valitse kaksi tärkeintä.**

- Kutsumalla vanhusneuvostoon mukaan järjestöjen edustajia ja vapaaehtoisia
- Kutsumalla järjestöjä ja vapaaehtoisia mukaan palveluiden kehittämistyöhön
- Kutsumalla järjestöjä ja vapaaehtoisia yhteisiin kumppanuuspöytiin ja yhteistyöhön sen miettimiseksi, miten ikääntyneille voidaan tuottaa heidän tarvitsemiaan palveluita?
- Tukemalla kansalaistoimijoiden ja vapaaehtoistoimijoiden toimintaedellytyksiä (avustukset, tilojen tarjoaminen, koulutukset, hallinnollinen tuki)
- Muu, mikä?

## Lopuksi: Terveiset kansallisen ikäohjelman valmisteluun

Tuusniemen kunta on mukana Voimaa Vanhuuteen - hankkeessa. Miten huomioitten erilaisten hankkeiden toiminnota ja niiden kanssa varmaan on hyvä tehdä yhteistyötä. Ikäinstituutin aiemmissakin hankkeissa olemme olleet mukana ja saaneet paljon tietoja ja koulutusta niiden kautta sekä kannustusta ja ohjausta.

305/4000

Lähetä

100 % valmis

© Copyright [www.guestback.com](http://www.guestback.com). All Rights Reserved.  
Trial Essentials for free - [Click here to create your survey today.](#)