

Ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelma

Sisällys

Johdanto	3
Tuusulan hyvinvointisuunnitelma 2021–2025	3
Keski-Uudenmaan hyvinvointialueen alueellinen hyvinvointisuunnitelma	4
Alueellinen ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelma	4
Tuusulan väestökehitys	4
Ikääntyneiden hyvinvoinnin tila	5
Ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelma	5
Ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelman tavoitekokonaisuudet	6
1 Tuemme ikääntyneiden hyvinvointia, toimintakykyä ja terveyttä	6
2 Edistämme ikääntyvien turvallista ja omatoimista elämää	8
3 Vahvistamme osallisuutta ja yhteisöllisyyttä	10
Ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelman arviointi	11

Johdanto

Kuntalain (410/2015) mukaan "Kunta edistää asukkaidensa hyvinvointia ja alueensa elinvoimaa sekä järjestää asukkailleen palvelut taloudellisesti, sosiaalisesti ja ympäristöllisesti kestävällä tavalla." Kuntalaisten hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen on yhteinen tehtävä. Kunnan ja eri toimijoiden palvelut luovat puitteita sujuvalle arjelle ja hyvälle elämälle: turvalliselle ja viihtyisälle asuin- ympäristölle, oppimiselle ja kasvatukselle, monipuolisille harrastuksille ja vapaa-ajan vietolle, osallisuudelle ja yhteisöllisyydelle. Myös asukkaalla itsellään on vastuunsa hyvinvointinsa ja terveytensä edistämiseksi.

Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveystalouksista määrää, että osana hyvinvointisuunnitelmaa ja -kertomusta kunnan tulee laatia suunnitelma toimenpiteistä ikääntyneen väestön hyvinvoinnin, terveyden, toimintakyvyn ja itsenäisen suoriutumisen tukemiseksi.

Tuusulan ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelma toteuttaa osaltaan kuntastrategiaa ja kunnan hyvinvointisuunnitelmaa. Kunnan hyvinvointisuunnitelmaan kirjatut tavoitteet koskevat kaikkia kuntalaisia; ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelma tarkentaa näitä tavoitteita ja toimenpiteitä erityisesti ikääntyviin kohdistuviksi. Ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelman keskeinen tavoite on edistää ikääntyneiden tuusulalaisten toimintakykyä, hyvinvointia ja osallisuutta.

Ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelmaa on valmisteltu kunnan toimialueiden välisessä poikkihallinnollisessa yhteistyössä. Toimialueet ovat laatineet hyvinvointisuunnitelmaan vuodelle 2025 toimenpanevia toimenpiteitä erityisesti ikääntyville suunnattujen palveluiden näkökulmasta.

Tuusulan hyvinvointisuunnitelma 2021–2025

Tuusulan kunnan hyvinvointisuunnitelma tavoitteineen perustuu kuntastrategian 2021–2025 päämääriin ja tavoitteisiin. Strategian visiota "Elämisen taidetta kestävästi kasvavassa Tuusulassa" toteuttavat kolme päämäärää - Tuusulassa on mahdollisuuksia kasvaa ja menestyä, Tuusulassa on hyvä elää ja Tuusula kehittyy kestävästi - sekä valtuustokaudelle määritetyt 14 tavoitetta. Näihin kaikkiin liittyy hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseen liittyviä välillisiä tai välittömiä tavoitteita.

Elämisen taidetta kestävästi kasvavassa Tuusulassa		
Tuusulan strategiset päämäärät ja valtuustokauden tavoitteet		
TUUSULASSA ON MAHDOLLISUUKSIA KASVAA JA MENESTYÄ	TUUSULASSA ON HYVÄ ELÄÄ	TUUSULA ON KESTÄVÄSTI KEHITTYVÄ
Veto- ja pitovoima 1. Tarjoamme laadukkaita ja saavutettavat palvelut uudistuvassa ympäristössä	Hyvinvointi 6. Kehitämme hyvinvoinnin edellytyksiä ja mahdollisuuksia. Ehkäisemme pahoinvointia, eriytymistä ja yksinäisyyttä.	Kestävyys- ja ilmastoteot 11. Rakennamme kestävää tulevaisuutta ja edistämme ilmastotekoja kaikessa toiminnassa
Asuminen ja elinympäristö 2. Luomme tiiviimpiä keskusta-alueita, jotka mahdollistavat monipuolisemmat palvelut 3. Tarjoamme monipuolisia asumisen mahdollisuuksia varmistamalla tonttitarjonnan ja erilaiset asumismuodot	Osallisuus ja yhteisöllisyys 7. Vahvistamme kunnan, asukkaiden ja yhteisöjen yhteistyötä ja kumppanuutta 8. Olemme osallisuuden edelläkävijä ja jatkamme demokratian eri muotojen ja osallistumisen tapojen kehittämistä	Luonnon monimuotoisuus 12. Vaalimme viherympäristöä, vesistöjä ja niiden saavutettavuutta sekä luonnon monimuotoisuutta
Yritykset ja työpaikat 4. Tarjoamme yrityksille laadukkaita palveluita, osaavaa työvoimaa ja työpaikkatontteja erinomaisilla liikenneyhteyksillä	Oppiminen ja osaaminen 9. Olemme kasvatuksen ja koulutuksen kärkikunta vahvistaen yhdenvertaisuutta ja elinikäistä oppimista	Liikkuminen 13. Kehitämme monipuolista ja sujuvaa liikumista Tuusulassa ja seudulla
Vapaa-aika, harrastaminen ja kulttuuri 5. Tarjoamme upeat ja uudistuvat mahdollisuudet kulttuuriin, vapaa-aikaan ja harrastamiseen	Turvallisuus 10. Varmistamme arjen ja lähiympäristön turvallisuuden	Talous 14. Kasvamme taloudellisesti kestävästi rakenteita ja toimintatapoja uudistaen

Hyvinvointisuunnitelmassa hyvinvoinnin ilmiöt ja näkökulmat kuvataan yhteisinä ja kohderyhmästä riippumattomina; suunnitelmaan kirjatut tavoitteet koskevat siten kaikkia kuntalaisia. Kokoavan hyvinvointisuunnitelman tavoitteita täydentävät erilliset strategiset suunnitelmat ja ohjelmat, kuten lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma, kotoutumisohjelma, ehkäisevän päihdetyön suunnitelma, sekä ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelma.

Keski-Uudenmaan hyvinvointialueen alueellinen hyvinvointisuunnitelma

Alueellinen hyvinvointisuunnitelma määrittelee, mitä hyvinvointialue tekee omana toimintanaan sekä yhdessä muiden toimijoiden kanssa asukkaiden hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseksi ja eriarvoisuuden vähentämiseksi. Hyvinvointisuunnitelma kuvaa alueellista yhteistyötä, jonka tavoitteena on tuottaa hyvinvointi- ja terveyshyötyä alueen asukkaille. Hyvinvointisuunnitelma täydentää ja tukee kuntien omaa hyvinvointityötä.

Alueellisen hyvinvointisuunnitelman tavoitteet ovat, että alueen asukkaiden

1. Sairastavuus vähenee
2. Liikunta lisääntyy vähän liikkuvien ja liikkumattomien parissa
3. Ylipainoisten ja lihavien määrä laskee
4. Yksinäisyyden kokemus vähenee
5. Sähköinen omahoito ja asiointi hyvinvoinnin ja terveyden edistämässä lisääntyy
6. Mielenterveysongelmien määrä vähenee
7. Päihteiden (nikotiinituotteet, alkoholi, huumeet) käyttö vähenee.

Alueellinen ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelma

Alueellisen ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelman 2022–2025 tavoitteena on alueen ikääntyneen väestön hyvinvoinnin, terveyden ja toimintakyvyn edistäminen sekä osallisuuden vahvistaminen; hyvinvoiva ja aktiivinen ikääntyvä väestö.

Suunnitelmassa on kuvattu, miten hyvinvointialueella edistetään ikääntyneen väestön hyvinvointia, osallisuutta ja terveyttä, tuetaan kotona asuvien, toimintakyvyltään rajoittuneiden ikääntyneiden toimintakykyä ja osallisuutta, sekä parannetaan ikääntyneiden palveluiden saatavuutta ja saavutettavuutta. Merkittävää ennaltaehkäisevää työtä tehdään yhteistyössä eri toimijoiden, kuten kuntien, kanssa, ennen kuin ikääntynyt tarvitsee vahvempaa sote-palvelujen tukea.

Hyvinvointialueen hyvinvointisuunnitelmaan ja alueelliseen ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelmaan kirjatut tavoitteet huomioidaan soveltuvasti Tuusulan kunnan omissa ja yhteistyössä muiden toimijoiden kanssa toteutetuissa, ikääntyviin kohdentuvissa palveluissa ja toiminnoissa.

Tuusulan väestökehitys

Tuusulan väestön ikääntymisprosessi jatkuu nopeana. Kunnan kaikki eläkeikäisen väestön kasvu kohdistuu tällä hetkellä yli 74-vuotiaiden ryhmään, joka kasvaa erittäin nopeasti. Tämä kasvu on seuraus kunnan ikärakenteen kehityksestä, ei niinkään muuttoliikkeestä tai muista väestökehityksen osatekijöistä. Yli 74-vuotiaan ja etenkin yli 84-vuotiaan väestön kasvun suurin vaikutus heijas-

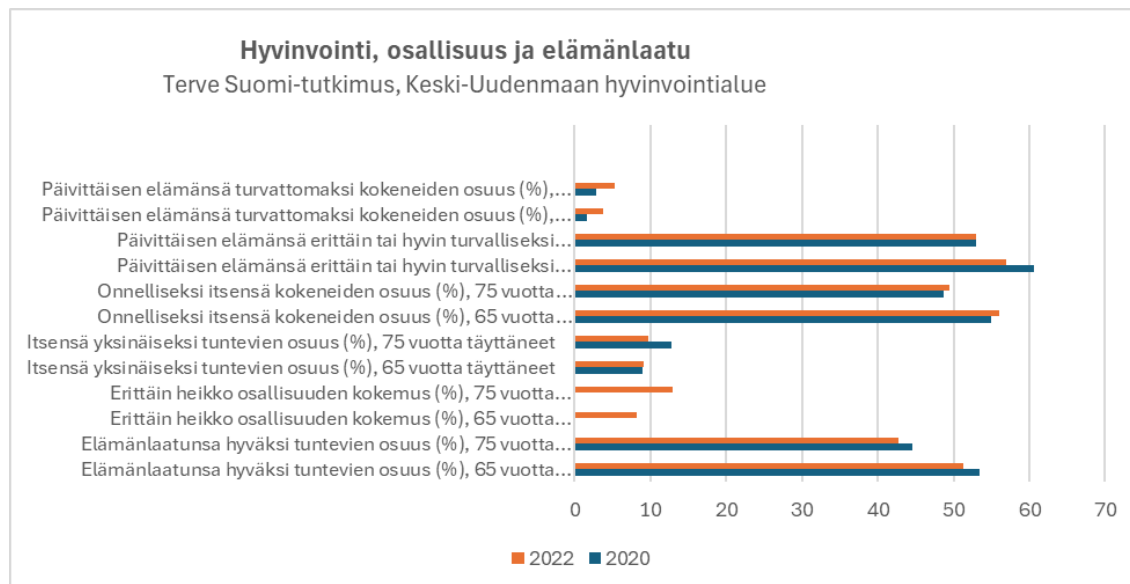
tuu hyvinvointialueelle, mutta väestön ikääntyminen tuottaa kuntatasollakin muun muassa asumiseen, liikkumiseen ja toimintakyvyn ylläpitämiseen liittyviä tarpeita. Näihin pyritään vastaamaan kunnan eri palveluissa ja toiminnoissa.

Ikääntyneiden hyvinvoinnin tila

Terve Suomi -tutkimus tuottaa kattavaa tietoa aikuisten terveydestä, hyvinvoinnista ja palveluista Suomessa. Vuoden 2022 tiedot on kerätty kyselylomakkein ja terveystarkastusmittauksin Manner-Suomessa ja Ahvenanmaalla. Tutkimustiedot on kerätty ja ne raportoidaan hyvinvointialueittain.

Keusoten alueella onnellisuuden kokemus on lisääntynyt hieman sekä 65 vuotta täyttäneiden ryhmässä, että yli 75-vuotiaiden ryhmässä. Yksinäiseksi itsensä tuntevien osuus on laskenut hieman 75 vuotta täyttäneiden ryhmässä, 65 vuotta täyttäneiden ryhmässä osuus on pysynyt lähes samana.

Kokemus päivittäisen elämän turvallisuudesta on yli 75-vuotiailla säilynyt samana (noin 53 %), 65 täyttäneiden ryhmässä osuus on laskenut hieman edellisestä tutkimusvuodesta. Turvattomuuden kokemus on lisääntynyt molemmissa ikäryhmissä; osuus on kuitenkin edelleen varsin matala (3,8 % ja 5,3 %). Elämänlaadun tunne on laskenut kummassakin ikäryhmässä; yli 65-vuotiaiden ryhmässä elämänlaatunsa hyväksi tuntee hieman yli puolet, yli 75-vuotiaiden ryhmässä noin 40 %.



© THL, Tilasto- ja indikaattoripankki Sotkanet.fi 2005-2025

Tuusulassa toteutetaan alkuvuodesta 2025 ikääntyneille suunnattu palvelu- ja hyvinvointikysely. Kyselyllä kerätään kokemustietoa tuusulalaisten ikääntyneiden hyvinvoinnista ja kunnan ikääntyneille kohdennetuista palveluista ja toiminnasta, sekä palveluihin liittyviä kehitysehdotuksia.

Ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelma

Tuusulan hyvinvointisuunnitelmassa erityisesti ikäihmisiin kohdentuvia tavoitteita ovat strategiaan päämääriin *Tuusulassa on mahdollisuuksia kasvaa ja menestyä* ja *Tuusulassa on hyvä elää* liittyvät alakohdat.

Tuusulassa on mahdollisuuksia kasvaa ja menestyä -päämäärään liittyvä valtuustokauden tavoite kuntastrategiassa on tavoite *Tarjoamme monipuolisia asumisen mahdollisuuksia varmistamalla tonttitarjonnan ja erilaiset asumismuodot*.

Hyvinvointisuunnitelmassa tämä tavoite kohdentuu ikääntyneisiin seuraavasti:

3.1. Toteutamme ikääntyneiden yhteisöllisen asumisen hanketta

3.2. Laadimme kartoituksen ikääntyneiden asumisen nykytilasta ja teemme toimenpidesuunnitelman ikääntyneiden asumisen ennakoimiseksi.

Tuusulassa on hyvä elää -päämäärään liittyvä valtuustokauden tavoite kuntastrategiassa on tavoite *Kehitämme hyvinvoinnin edellytyksiä ja mahdollisuuksia. Ehkäisemme yksinäisyyttä, eriytymistä ja pahoinvointia.*

Hyvinvointisuunnitelmassa tavoite kohdentuu ikääntyneisiin seuraavasti:

6.3. Tuemme tuusulalaisten toimintakykyä.

6.3.4. Panostamme ikäihmisten hyvinvointiin, terveyden edistämiseen sekä heille suunnattuihin palveluihin.

Edellisten rinnalla ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelman tavoitteita ovat alueellista suunnitelmaa mukailleen ikääntyneen hyvinvoinnin, toimintakyvyn ja terveyden tukeminen, turvallisen ja omatoimisen elämän edistäminen sekä osallisuuden ja yhteisöllisyyden vahvistaminen.

Kunnan palvelut eivät yksinään riitä vastaamaan hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen tarpeisiin ja tavoitteisiin. Alla olevaan taulukkoon on koottu esimerkkejä toiminnoista ja toiminnasta, joita eri tahot Tuusulassa toteuttavat ikääntyneiden hyvinvoinnin, toimintakyvyn ja terveyden tueksi:

Ikääntyneiden hyvinvoinnin edistäminen yhdessä ja yhteistyössä

Kunnan palvelut	Seurakunnan toiminta	Yhdistysten ja asukkaiden toiminta	Yhdyspinta Keusoten kanssa	Keusoten palvelut
Asumisen asiat	Diakoniaruokailu	Kerhotoiminta	Asumisen asiat	Neuvonta ja ohjaus
Ikäihmisten ruokailu	Diakoniatyö	Olohuonetoiminta	Järjestöyhteistyö	Ikääntyneiden päivätoiminta
Kirjastopalvelut, kuten kotipalvelu ja Celia	Digikerhot	Tilaisuudet ja tapahtumat	Liikkumis- ja elintapaneuvonta	Ikääntyneiden palvelutarpeen arviointi, sosiaaliohjaus, sosiaalityö
Kulttuurisen vanhustyön tapahtumat ja tilaisuudet	Ikäihmisten syntymäpäiväjuhla	Vapaaehtoistoiminta	Tilaisuudet ja tapahtumat	Kotihoito
Liikuntaryhmät	Hyvän Tuulen Tuvat yhteistyössä kunnan kanssa	Vapaa sivistystyö		Kotipupalvelu
Museopalvelut	Kiva-nähdä ryhmät	Välittämisen keikat		Omaishoidontuki
Olohuonetoiminta	Tilaisuudet ja tapahtumat	Ystävöiminta		Ikääntyneet - Keski-Uudenmaan hyvinvointialue
Tuusulan opiston kurssit ja luennot ikääntyneille	Vapaaehtoistyö			

Ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelman tavoitekokonaisuudet

1 Tuemme ikääntyneiden hyvinvointia, toimintakykyä ja terveyttä

- Tarjoamme ikäihmisille monipuoliset ja laadukkaat mahdollisuudet kulttuuriin, vapaa-aikaan ja harrastamiseen.

- Huomioimme liikunnan ja kulttuurin merkityksen hyvinvoinnin edistämässä ja mahdollistamme elämyksiä myös vähävaraisille.
- Kehitämme paikkoja ja tiloja vapaa-ajan viettoon ja omaehtoiseen harrastamiseen.

Liikunta ja vapaa-aika

Riittävä ja säännöllinen liikunta on yksi keskeisistä toimintakykyä ja terveyttä ylläpitävistä tekijöistä. Tuusulassa on erinomaiset mahdollisuudet monipuoliseen liikkumiseen ja ulkoiluun sekä omaehtoisesti että ohjatusti. Ikäihmisille suunnattua, monipuolista liikuntaa organisoivat kunnan liikuntapalveluiden lisäksi liikuntaseurat ja Tuusulan opisto. Eri puolilla kuntaa järjestetään erilaisia ikääntyville soveltuvia liikuntaryhmiä, kuntosalitoimintaa ja jumppia.

Tammikuussa 2025 Tuusulan urheilukeskukselle avautuva monitoimihalli lähiliikuntapaikkoineen lisää myös ikääntyvien liikuntamahdollisuuksia.

Keväällä 2025 alkavan uimahallin peruskorjauksen yhteydessä kiinnitetään erityistä huomiota yhdenvertaisuus- ja saavutettavuusasioihin. Halliin teetetään laaja esteettömyyttä korostava opaste-suunnitelma, ja yhdenvertaisuutta palveluissa ja toiminnassa kehitetään osana hallin peruskorjausta.

Myös uimahallin peruskorjauksen aikana järjestetään ikäihmisille erilaisia mahdollisuuksia ryhmässä liikkumiseen eri tiloissa, esimerkiksi senioreiden vesijumppia Järvenpään ja Keravan uimahalleissa sekä kuntosaliryhmiä ja muita senioreiden ohjattuja liikuntaryhmiä Tuusulan urheilukeskuksen tiloissa.

Liikuntapaikkojen suunnittelu- ja kunnostustyön yksi tärkeä tavoite on mahdollistaa yhdenvertainen pääsy mahdollisimman monelle kohderyhmälle, ja liikuntapalveluiden nykytilaa kartoitetaan ja parannetaan yhdessä toimijoiden kanssa.

Kulttuuri

Kulttuuripalveluiden vuosittaisesta tuotannosta kaksi tapahtumakokonaisuutta kohdennetaan erityisesti ikäihmisille. Yhteistyössä Meidän Festivaalien kanssa toteutettava palvelutalokiertue järjestetään vuonna 2025 alkukesällä, ja lokakuussa valtakunnallisella Vanhustenviikolla on tarjolla useita kulttuuripalveluiden tapahtumia. Lisäksi Tuusulassa toteutetaan kulttuurisen vanhustyön hanketta, jonka puitteissa kulttuuria, esimerkiksi pienimuotoisia konsertteja, viedään palvelutaloihin ja yksityiskoteihin.

Valtakunnallinen Kaikukortti parantaa taloudellisesta tiukassa tilanteesta olevien aikuisten, nuorten ja perheiden mahdollisuuksia osallistua kulttuurielämään ja harrastaa taiteen tekemistä. Tuusulassa Kaikukortti otettiin käyttöön vuonna 2023. Kaikukorttia jakavat omille, tuusulalaisille asiakkailleen sosiaali- ja terveysalan tai hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen toimijat. Kaikukortilla voi hankkia pääsylippuja verkostoon kuuluviin kulttuurikohteisiin tai kurssipaikkoja Tuusulan Opistoon.

Tuusulan museo järjestää ikääntyneille tarkoitettuja muisti- ja muistelupajoja, sekä vierailee palvelutaloissa, eläkeläisyhdistyksissä ja -kerhoissa kertomassa alueen historiasta.

Kirjastot

Kirjastot mahdollistavat ikääntyneille avoimia kohtaamis- ja kokoontumispaikkoja sekä erilaisia luentoja ja tapahtumia. Kirjastot tarjoavat myös digitukea ja laiteopastuksia sekä omana palveluna että yhteistyössä muiden toimijoiden kanssa.

Kirjaston kotipalvelu tarkoittaa kirjastopalveluiden tuottamista asiakkaille kotiin. Kotipalvelu on tarkoitettu liikuntaesteisille tuusulalaisille, jotka eivät vammaan, sairauden tai korkean iän vuoksi voi

itse asioida kirjastossa. Palvelulla pyritään turvaamaan kaikille kuntalaisille tasapuolinen mahdollisuus käyttää kirjaston palveluja. Kirjaston kotipalvelu on maksutonta, henkilökohtaista ja asiakaslähtöistä.

Kotipalvelun asiakkaat voivat lainata aineistoa kaikista Kirkes-kirjastoista. Lainattavissa on esimerkiksi kirjoja, lehtiä, musiikkia, äänikirjoja ja elokuvia. Kirjaston kotipalvelukäynnillä saa myös neuvontaa kirjaston tarjoamien e-aineistojen käytössä.

Elinikäinen oppiminen

Tuusulan Opisto tarjoaa kaikille avointa opetusta. Opetus on yleissivistävää eikä tutkintotavoitteista. Opintoja järjestetään elinikäisen oppimisen periaatteen pohjalta, mikä edistää yhteiskunnan eheyttä, tasa-arvoa ja aktiivista kansalaisuutta. Kansalaisopisto-opinnot perustuvat ihmisen omaan haluun oppia ja kehittyä.

Opistoissa voi opiskella kieliä, tietotekniikkaa, kuvataiteita, kädentaitoja; lisäksi tarjolla on muun muassa tuolijoogaa, muistijoogaa, senioritanssia ja vesijumppaa. Opetuksesta pyritään tekemään sosiaalisesti esteetöntä mm. opetuksen kohtuullisin hinnoin. Opisto on myös yksi Kaikukortti-kohteista.

2 Edistämme ikääntyvien turvallista ja omatoimista elämää

- Edistämme palveluiden saatavuutta yhteistyössä hyvinvointialueen kanssa.
- Ennakoimme ikääntyneen väestön asumisen tarpeita ja kehitämme asumisen vaihtoehtoja
- Edistämme kunnan tilojen esteettömyyttä sekä viestinnän selkokielisyyttä ja saavutettavuutta.
- Tarjoamme ikäihmisille vaikuttamisen mahdollisuuksia.
- Edistämme turvallista liikkumista ja katujen kunnossapitoa

Ikääntyneen väestön asumista koskevien tarpeiden ennakointi ja niitä vastaavan asumisen kehittäminen

Yhteiskunnan tavoitteena on kotona asuminen mahdollisimman pitkään ja kunta tukee tätä monin tavoin. Ikääntyneen väestön asumistarpeita pyritään ennakoimaan kattavasti muun muassa Keusote-yhteistyön, asukastutkimusten, väestöennusteen, kansallisen tutkimuksen sekä sidosryhmäyhteistyön avulla (esim. vanhus- ja vammaisneuvostot). Parhailtaan kunta osallistuu Tampereen yliopiston koordinoimaan Tulevaisuuden senioriasuminen -tutkimushankkeeseen. Asumisen ennakointiin pyritään myös ikääntyneiden asumiseen soveltuvien tonttien tarjonnassa.

Tuusulan kunta tarjoaa ikääntyneille suunnattua asumisneuvontaa, jonka avulla asumistarpeita voi ennakoita ja ratkaista. Asumisneuvoja auttaa löytämään kotona asumista tukevia ratkaisuja, neuvoo vaihtoehtoisissa asumisen ratkaisuissa, tukee asumisessa tapahtuvissa muutoksissa sekä ratkoo erilaisia asumisen ongelmatilanteita yhdessä ikäihmisen kanssa. Lisäksi kunnan internet-sivuille on koottu kattavasti ikääntyneiden asumista koskevaa tietoa.

Tuusulassa edistetään monipuolisten asumisvaihtoehtojen toteutumista ikääntyneille tekemällä tiivistä yhteistyötä rakennuttajien kanssa ja seuraamalla alan tutkimusta ja kehitystä. Tavoitteena on yleisesti monipuolinen asuntotarjonta talotyyppien ja hallintamuotojen puolesta. Erityisesti ikääntyneille suunnatussa asuntotarjonnassa tavoitellaan monipuolisuutta (senioriasunnot, yhteisöllinen asuminen, ympärivuorokautinen palveluasuminen). Esteettömyys on asuntojen keskeinen vaade, ja esimerkiksi rivitaloasunnoissa kaivataan yksitasoisia vaihtoehtoja. Asuinympäristöjen esteettömyyttä sekä ikä- ja muistiystävällisyyttä pidetään aktiivisesti esillä eri tilaisuuksissa. Myös asuinympäristön yleinen viihtyisyys ja erityisesti luonnonläheisyys ovat keskeisiä ikäystävällisessä asuinympäristössä huomioitavia ja esiin nostettavia asioita.

Tuusula on ollut kahdessa Ympäristöministeriön rahoittamassa tutkimuksessa kehittämässä ikääntyneiden asumista. Ensimmäisessä hankkeessa muun muassa kartoitettiin ikääntyneiden asumisen nykytilaa Tuusulassa. Toisessa ikäystävällisen asuinympäristön kehittämishankkeessa (2022–2023) suunniteltiin asuinympäristöä, joka tukee ikäihmisten kotona asumista, liikkumista ja yhteisöllisyyttä sekä etsittiin uusia palvelumuotoja kotona asumisen tukemiseksi. Hankkeessa laaditun ikäystävällisen asuinkonseptin tavoitteena on toteuttaa yhteisöllinen ja ikäystävällinen asuinkortteli, joka tarjoaa ikääntyneille sopivia monipuolisia asumisen ratkaisuja. Ikäystävällinen kortteli Rykmentinpuistossa on näillä näkymin etenemässä ja tulee tarjoamaan tulevaisuudessa erilaisia yhteisöllisiä asumisvaihtoehtoja.

Turvallista, viihtyisää asuinympäristöä voi edistää ikääntyvä itsekkin. Esimerkiksi aktiivinen asukastointi, kaavasuunnitelmien kommentointi, aloitteiden laatiminen ja erilaisiin asukastilaisuuksiin osallistuminen tarjoavat vaikuttamisen mahdollisuuksia asumisen asioihin.

Turvallinen liikkuminen ja katujen kunnossapito

Ikääntyneiden turvallisen ja esteettömän liikkumisen edellytyksistä huolehditaan osana kaavoitusta, yleisten alueiden ja katujen suunnittelua sekä ylläpitoa. Uusien asuinalueiden, katujen ja kevyen liikenteen reittien suunnittelussa huomioidaan ikääntyneen väestön tarpeet mahdollisuuksien mukaan.

Ikääntyneiden itsenäistä liikkumista ja sen myötä toimintakyvyn ylläpitoa edistetään kunnassa esimerkiksi kevyen liikenteen väylien kunnossapidolla, kuten auraamisella ja hiekoituksella, katujen ja ympäristön valaistuksella sekä esteettömillä kulkureiteillä. Ikääntyneen väestön liikkumistarpeista viestitään HSL:lle osana HSL-yhteistyötä.

Vaikuttaminen

Ikäihmisten neuvosto

Tuusulan kunnanhallituksen nimeämä vaikuttamistoimielin, ikäihmisten neuvosto, tuo ikääntyneiden näkökulmaa kuntaorganisaation toimintaan sekä kunnan ja sen palveluiden kehittämiseen.

Ikäihmisten neuvosto toimii ikäihmisten äänenä esimerkiksi kunnan palveluverkon kehittämisessä, palveluiden saavutettavuuden parantamisessa sekä esteettömyyden huomioimisessa lähiympäristön suunnittelussa ja toteutuksessa. Ikäihmisten neuvosto ottaa kantaa, antaa lausuntoja sekä järjestää ikäihmisille suunnattuja ajankohtaisia tilaisuuksia.

Ikäihmisten neuvostolla on edustus kunnan eri toimielimissä sekä hyvinvointialueen vanhusneuvostossa.

Ikäihmisten hyvinvoinnin edistämisen työryhmä

Ikäihmisten hyvinvoinnin edistämisen työryhmä on verkosto, joka kokoaa yhteen seniorijärjestöjen edustajia, vapaaehtois- ja järjestötoimijoita, kunnan eri toimijoita, Keusoten asiantuntemusta sekä seurakunnan edustuksen. Työryhmä kokoontuu 4–6 kertaa vuodessa muun muassa tiedon jakamisen, ajankohtaisten asioiden sekä mahdollisten kehittämiskohteiden pariin.

Osallistuva budjetointi

Tuusulan osallistuvan budjetoinnin ideointi- ja äänestystyöpajojen kautta ikääntyvällä on mahdollisuus vaikuttaa oman ja muiden kuntalaisten asuin- ja elinympäristön viihtyisyyteen monin eri tavoin. Osallistuvan budjetoinnin pajoja ja äänestystilaisuuksia toteutetaan siellä, missä ikääntyneet liikkuvat.

Palveluiden saatavuus

Kunnan edunvalvonnalla pyritään varmistamaan, että hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen toteutuu yhteistyössä hyvinvointialueen kanssa Tuusulan tarpeiden mukaisesti. Edunvalvonnan tavoitteena on, että palveluiden yhdenvertainen saatavuus, toimivat palvelupolut ja ohjaaminen palveluiden pariin toteutuvat. Kohtaavien palveluiden ja digipalveluiden tasapaino on tärkeää: toimivilla digipalveluilla on mahdollista saada työaikaa lähipalveluiden tuottamiselle ja asiakkaiden kohtaamiselle.

Kuntalaisten yhdenvertaisuuden kannalta on tärkeää, että niin sosiaali- ja terveystalvueluita kuin kunnan asiakaspalveluitakin toteutetaan kohtaavasti ja vuorovaikutuksessa asiakkaiden kanssa. Toisaalta kunnan palveluissa huomioidaan mahdollisimman sujuva digiasiointi. Neuvontaa ja ohjausta erilaisten laitteiden käytössä, sähköisessä asiointissa ja sovellusten toiminnassa tarjotaan Tuusulan kirjastoissa, TuusInfossa, Tuusulan opistossa sekä eri yhdistyksissä. Vuonna 2025 tavoitteena on kehittää digineuvonnan ja -opastuksen koordinaointia.

Keusote ja Tuusulan kunta valmistelevat Hyrylään sote-keskusta, joka palvelee kaikkia hyvinvointialueen asukkaita. Sote-keskus ja sen ympärille rakentuva hyvinvointikortteli parantavat Hyrylässä tarjolla olevia sosiaali-, terveys- ja hyvinvointipalveluja. Tavoitteena on, että sote-keskuksen rakentaminen alkaa keväällä 2026.

Jokelan terveysasema avautui vuonna 2024 sote-yksikkönä, jossa sosiaali- ja terveystalvuelut voidaan tuottaa liikkuvana palveluna tai kiinteänä palveluna toimipisteessä. Sote-yksikön kehittäminen jatkuu vuonna 2025. Tavoitteena on tuoda sote-yksikköön myös erilaisia hyvinvointia edistäviä palveluita Tuusulan kunnan, yritysten ja yhdistysten toimesta.

Linjasto- ja palvelutasosuunnittelussa HSL:n kanssa pyritään huomioimaan Keusoten palveluverkoston, erityisesti Hyvinkään sairaalan, parempi saavutettavuus Hyrylän, Kellokosken ja Jokelan suunnista.

3 Vahvistamme osallisuutta ja yhteisöllisyyttä

- Edistämme ikääntyvien kohtaamisen ja yhteisöllisyyden kokemuksia yhteistyössä järjestöjen, vapaaehtoisten ja seurakunnan kanssa.
- Mahdollistamme vertaistuen mahdollisuuksia ja osallistumisen kokemuksia vapaaehtoistoiminnassa.

Osallistuminen ja vaikuttaminen yhteisiin asioihin antaa merkitystä elämälle, vähentää yksinäisyyttä ja tukee kokonaisvaltaista hyvinvointia. Osallistuminen myös lisää asukkaiden välistä vuorovaikutusta ja vahvistaa yhteisöllisyyttä. Tuusulassa tarjotaan monenlaisia mahdollisuuksia ikääntyneiden yksinäisyyden ehkäisemiseksi, sosiaalisen verkoston vahvistamiseksi sekä yhteisöllisyyden edistämiseksi. Arkisillakin vuorovaikutustilanteilla ja kohtaamisilla voidaan parhaimmillaan vahvistaa iäkään ihmisen mielen hyvinvointia, voimavaroja ja toimintakykyä.

Olohuonetoiminta

Ikäihmisten olohuonetoiminta on kaikille avointa matalan kynnyksen toimintaa, jonka toteuttamiseen voivat myös ikäihmiset itse osallistua. Ikäihmisten olohuonetoiminta on käynnistynyt Kallio-pohjassa vuonna 2021, ja vuoden 2024 aikana toiminta laajeni Hyrylään, Jokelaan, Kellokoskelle ja Riihikallioon. Olohuonetoiminnan lisäksi Tuusulassa jatkavat toimintaansa seurakunnan kanssa yhteistyössä organisoidut kohtaamispaikat, Hyvän Tuulen Tuvat.

Olohuonetoimintaa jatketaan ja kehitetään vuonna 2025. Toiminnan organisointivastuu säilyy Tuusulan kunnalla toteuttamisvastuun siirtyessä Siskot ja Simot -järjestölle.

Ikäihmisten ruokailu

Riittävä ja monipuolinen syöminen ovat tärkeässä asemassa ikääntyneiden terveyden ja toimintakyvyn ylläpidossa. Yhteinen ruokailuhetki tarjoaa mahdollisuuden luonteviin kohtaamisiin tärkeän, jaetun asian äärellä.

Vuonna 2025 Tuusulassa jatketaan ikäihmisten ruokailua viidellä koululla eri puolilla kuntaa. Uutena ikäihmisten ruokailua tarjoavana kouluna mukana on lukio ja kulttuuritalo Monio. Yhteisöllinen lounasruokailu tarjoaa ikäihmisille edullisen, täysipainoisen aterian ja sosiaalisia kontakteja, sekä auttaa vähentämään koulujen ruokahävikkiä.

Palveluverkkouudistus

Tuusulan palveluverkon tiloja avataan yhä laajemmin asukkaiden ja yhteisöjen käyttöön. Palveluverkkoa uudistettaessa luodaan lisää esteettömiä, saavutettavia ja kaikille kuntalaisille avoimia tiloja. Tiloja tarjoamalla mahdollistetaan asukkaiden ja yhteisöjen omaehtoinen tekeminen, kohtaukset ja kokoontumiset. Ikäihmisten näkökulmasta erityisen tärkeää on, että yhteisö- ja muita tiloja on käytettävissä päiväaikaiseen toimintaan.

Järjestö- ja vapaaehtoistoiminta

Tuusulassa toimii useita satoja järjestöjä ja yhdistyksiä, jotka omalla toiminnallaan edistävät ikääntyvien kuntalaisten hyvinvointia. Kunta tukee järjestöjen ja yhdistysten toimintaa tarjoamalla kokoontumistiloja, myöntämällä toiminta-avustuksia sekä tekemällä yhteistyötä esimerkiksi tapahtumien järjestämisessä.

Yhdistysten ja järjestöjen ikääntyville kohdennettu toiminta vaihtelee kerhoista tapahtumiin, retkiin, harrastepiireihin ja kulttuuriaktiiviteetteihin. Myös seurakunta tarjoaa ikäihmisille monipuolista hyvinvointia tukevaa toimintaa, kuten kerhoja, tapahtumia ja vertaistoimintaa.

Ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelman arviointi

Hyvinvointisuunnitelman keskeisiä seurannan kohteita ovat ikääntyneiden hyvinvoinnin tila eri selvitysten valossa (Terve Suomi -tutkimus, Sotkanet -tietopankki, alueellinen ja kunnan oma tiedonkeruu) sekä kunnan ikääntyville kohdennettujen palveluiden tarkoituksenmukaisuus ja kohtaavuus.

Ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelman toteutusta raportoidaan hyvinvointikertomuksen yhteydessä vuosittain ja laajemmin valtuustokausittain (laaja hyvinvointikertomus). Valmistelutyöryhmänä toimii kunnan hyte-ryhmä ja ohjausryhmän roolissa kunnan johtoryhmä.

Ikäihmisten hyvinvointisuunnitelmaa päivitetään kunnan hyvinvointisuunnitelman laatimisen yhteydessä valtuustokausittain. Päivityksen yhteydessä arvioidaan tavoitteiden toteutumista ja toimenpiteiden vaikutuksia. Samalla tarkastellaan tulevia kehittämistarpeita ja tehdään suunnitelma mahdollisista uusista toimenpiteistä ja tavoitteista.