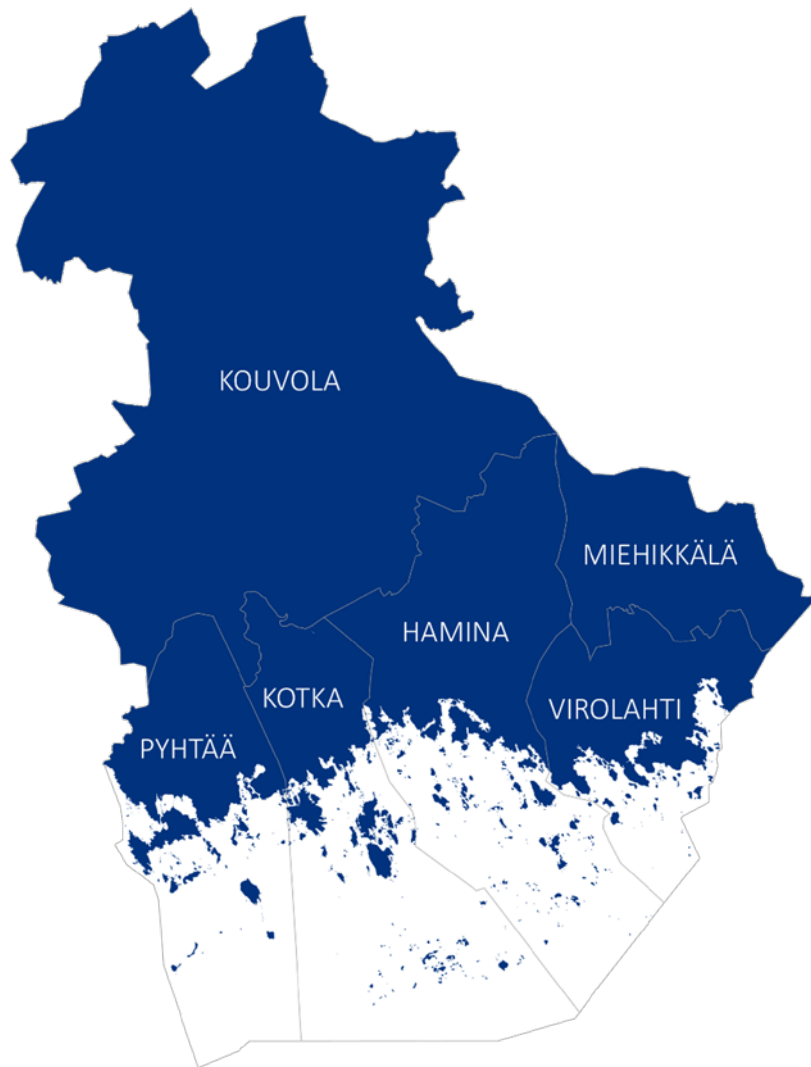




Kymenlaakson alueellinen
**Ikääntyneen väestön
hyvinvointisuunnitelma
2021–2025**

*"ikääntyessä eletään täyttä
oman näköistä elämää"*



1 Johdanto	4
2 Valtakunnallisia linjauksia ja tavoitteita	6
3 Kunnat hyvinvoinnin ja terveyden edistäjinä	7
4 Alueellisen hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen sekä monitoimialaisen yhdyspintatyön rakenne Kymenlaaksossa	8
5 Järjestötoimijat	10
6 Maakunnalliset kumppanuudet ja vastuutoimijoiden roolit	11
7 Ikääntyneet Kymenlaaksossa	13
8 Ikääntyneiden palveluiden nykytilan kuvaus ja kehittämisen painopisteitä	15
8.1. Ikääntyneiden palvelu	17
8.2. Terveyspalvelut	18
9 Ikääntyneen väestön hyvinvointisuunnitelman strategiset painopisteet ja tavoitteet	19
9.1. Merkityksellinen elämä	19
9.2. Päihteetön elämä ja sen tukeminen	20
9.3. Terveelliset elintavat ja hyvä mielenterveys	21
9.4. Turvallinen arki ja terveellinen ympäristö	21
10 Ikääntyneen väestön hyvinvointisuunnitelman välitavoitteet, toimenpiteet ja seuranta	22
Hamina	24
Kotka	28
Kouvola	32
Kymsote	36
Miehikkälä & Virolahti	39
Pyhtää	41
Lähteitä	45
Työryhmä	46

Kymenlaakso - Suomi pienoiskoossa

Kymenlaakson on kuvattu olevan kuin Suomi pienoiskoossa. Maakunnassa saadaan nauttia niin merenranta-, saaristo-, joki- kuin järvimaisemista.

Kymenlaakson alueella asutus on keskittynyt suurimmaksi osaksi kuntakeskuksiin ja niiden taajamiin, samalla väestöä asuu kuitenkin paljon myös maaseudulla, josta välimatkat voivat olla pitkiä eri palveluiden pariin.

Väestön jakautuminen niin kuntakeskusten kuin maaseutujen välille luo alueen palveluiden järjestämiselle omat haasteensa. Toisaalta esimerkiksi pienten kylien yhtenäisyys tulee nähdä osallisuutta ja sosiaalista pääomaa lisäävänä voimavarana.

(Lähde 6.2.2021: www.kymenlaakso.fi/tietoja-kymenlaaksosta/kymenlaakson-maakunta.)



1 | Johdanto

Tämä Kymenlaakson ensimmäinen maakunnallinen ikääntyneen väestön hyvinvointisuunnitelma on laadittu vuosille 2021–2025. Se on yhdessä laadittu strateginen asiakirja päätöksenteon pohjaksi, strategisen johtamisen yhdeksi työkaluksi. Tuemme yhdessä ikääntyneen väestön terveyttä ja hyvinvointia, sekä mahdollistamme ikäystävällisen Kymenlaakson.

KUNTALAIN MUKAAN kunnan yhtenä tehtävänä on edistää asukkaidensa hyvinvointia. Väestön hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen ovat toimintaa, joka kohdentuu yksilöihin, perheisiin ja yhteisöihin sekä elinympäristöön. Toimintaa toteuttavat yhteistyössä kaupungit/kunnat ja kuntayhtymä eri toimialoineen ja verkostoineen. Tärkeinä kumppaneina ovat muun muassa järjestötoimijat, yritykset ja seurakunta. Ikäihmisten sujuvan arjen kannalta myös monet muut palvelut kuin sosiaali- ja terveyspalvelut, ovat tärkeitä ja keskeisiä. Kulttuuri-, liikunta- ja vapaa-ajan palveluiden turvaamiseen ikäihmiselle tulee kiinnittää huomiota. Ikäihmisten osallisuutta, osallistumista ja kokoontumista edesautetaan esimerkiksi sujuvalla joukkoliikenteellä ja esteettömillä tilaratkaisuilla. Kaavoituksessa ja liikennejärjestelyissä tulee huomioida edellytysten luominen ikäystävälliselle yhteiskunnalle. Terveyden ja hyvinvoinnin tukeminen tulee olla suunnitelmallista toimintaa. Vanhuspalvelulain (980/2012) perusteella kuntien tulee laatia suunnitelma ikääntyneen väestön hyvinvoinnin tukemiseksi.

Ensimmäinen maakunnallinen ikääntyneen väestön hyvinvointisuunnitelma

Tämä hyvinvointisuunnitelma on tehty yhteistyössä kaikkien Kymenlaakson kuntien ja Kymenlaakson sosiaali- ja terveyspalvelujen kuntayhtymän, järjestöjen ja seurakuntien kanssa. Suunnitelman valmisteluun nimettiin ohjausryhmä, jossa oli edustus kaikista Kymenlaakson kunnista, kuntayhtymästä sekä järjestötoimijoiden edustaja. Alueen ikäihmisten ääni on suunnitelman valmisteluun tullut kuulluksi alueen vanhusneuvostojen ja eläkeläisjärjestöjen kautta.

Kymenlaakson hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen (hyte) strategiset painopisteet on kirjattu alueelliseen hyvinvointikertomukseen. Tämän Ikääntyneenväestön hyvinvointisuunnitelman painopisteet ja niiden tavoitteet on johdettu alueellisesta hyvinvointikertomuksesta. Ikääntyneen väestön hyvinvointisuunnitelmassa on yhteisesti sovitut alueelliset välitavoitteet, joille on laadittu kuntakohtaiset toimenpiteet,

"ikäntyessä eletään täyttä oman näköistä elämää"

kuntien erityispiirteet huomioiden. Välitavoitteiden valmistelussa on huomioitu myös valtakunnalliset vanhuspoliittiset linjaukset, joissa nousee esille ikääntyneen väestön toimintakyvyn, toimijuuden ja osallisuuden sekä kotona asumisen tukeminen. Tavoitteissa korostuu ennaltaehkäisy ja varhainen tuki. Välitavoitteet sekä niihin liittyvät toimenpiteet ja mittarit on esitetty kuntakohtaisesti.

Ikääntyneen väestön hyvinvointisuunnitelma viehdään hyväksyttäväksi kuntayhtymän (Kymsote) valtuustoon sekä käsiteltäväksi kuntien toimielimiin. Hyvinvointisuunnitelman suunnittelukauden tavoitteiden ja niihin sisältyvien ikääntyneiden hyvinvoinnin tilaa kuvaavien indikaattoreiden toteutumista seurataan osana alueellisen hyvinvointisuunnitelman toteutumista. Ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelmasa määriteltujen välitavoitteiden seuranta toteutuu vuosittain, niin ikään alueellisen suunnitelman seurannan yhteydessä. Välitavoitteiden arvioinnin yhteydessä tehdään myös tarvittavia päivityksiä tavoitteiden painotuksiin ja määritelmiin.

Ikääntyneet ovat tiivis osa yhteiskuntaa

Ikääntyneen väestön hyvinvointisuunnitelmassa valmistelun lähtökohtana on ollut sosiokulttuurinen ihmiskäsitys, näkemys aktiivisesta ja myönteisestä vanhuudesta. Ikääntynyt ihminen nähdään persoonana suhteessa yhteisöön, osallisena ja osallistuvana, siis tekijänä ja toimijana. Ikääntyminen on hyvin yksilöllistä ja ikääntyneet ovat heterogeeninen ryhmä. Tänä päivänä yhä useam-

pi ikääntynyt elää aktiivista elämää. Monella terveydentila, toimintakyky ja taloudellinen tilanne ovat hyvät. Mutta ikääntymiseen liittyy muutoksia, jotka saattavat tuoda haasteita ikääntyneen ihmisen suoriutumiseen arkipäivän askareista sekä itsenäiseen toimijuuteen ja osallisuuteen. Niin välitavoitteiden kuin niihin liittyvien toimenpiteiden laadinnassa on huomioitu ikääntymiseen liittyvät muutokset. Ikääntymiseen usein liittyvät elämäntilannemuutokset, kuten eläköityminen ja leskeytyminen, ovat riskitekijöitä syrjäytymiselle ja yksinäisyydelle. Ikääntyneen hyvinvoinnin edistämiseksi on tärkeää, että erityisesti näissä muutostilanteissa ikääntyneellä on mahdollisuus saada tukea. Myös vallitseva Covid-19 pandemiatilanne ja sen mukanaan tuomat rajoitukset haastavat vahvistamaan toimenpiteitä ikääntyneen väestön hyvinvoinnin tukemiseksi. Rajoitusten mukanaan tuomat sosiaalisten verkostojen ja toimintojen vähentyminen vaikuttavat ikääntyneiden toimintakykyyn ja sen myötä hyvinvointiin.

Ikääntyneet ovat tiivis osa yhteiskuntaa. He elävät omaa arkeaan ympäristössä ja yhteiskunnassa, jossa tapahtuu myös muutoksia. Tärkeää on miten, omaa toimintakyvyn potentiaaliaan kykenee käyttämään. Kymenlaaksossa haluamme yhdessä tehden tukea ikääntyneen väestön hyvinvointia varhaisella tuella, ennaltaehkäisevillä toimilla sekä laadukkailla palveluilla. Strategisena päätavoitteena on ikääntyneen väestön hyvinvoinnin lisääntyminen sekä osallisuuden ja toimijuuden tukeminen ja mahdollistaminen.



2 | Valtakunnallisia linjauksia ja tavoitteita

Valtakunnallisissa linjauksissa ja tavoitteissa korostuu ennalta ehkäisevä toiminta ja yhteistyö eri asiantuntijatahojen sekä alueellisten toimijoiden, kolmannen sektorin ja järjestöjen kanssa.

LAKI IKÄÄNTYNEEN VÄESTÖN toimintakyvyn tukemisesta ja iäkkäiden sosiaali- ja terveyspalveluista (1980/2012) eli ns. vanhuspalvelulaki sekä sosiaali- ja terveysministeriön Laatusuositus hyvän ikääntymisen turvaamiseksi ja palvelujen parantamiseksi 2020–2023: Tavoitteena ikäystävällinen Suomi velvoittavat ja ohjaavat kuntia panostamaan alueensa ikäihmisten terveyden, hyvinvoinnin ja toimintakyvyn tukemiseen monipuolisesti ja huomioiden yhteistyön eri toimijoiden kanssa. Vanhuspalvelulailla pyritään lisäämään ikääntyneen väestön mahdollisuutta vaikuttaa niin elinoloihinsa vaikuttavien päätösten valmisteluun kuin tarvitsemiensa palveluiden sisältöön ja toteutukseen.

Hallitusohjelmissa (Rinne & Marin) tavoitellaan ikäystävällistä Suomea, jossa tunnustetaan väestön ikääntymisen tuoma yhteiskunnallinen muutos siihen varautuen. Ikääntyneet nähdään yhteiskunnan voimavarana ei vain palveluiden kohteena. Hallitusohjelmissa tavoitteena on terveiden elinvuosien lisääntyminen, toi-

mintakyvyn paraneminen sekä palvelujen toimiminen oikea-aikaisesti ja tehokkaasti. Raportissa Kansallinen ikäohjelma vuoteen 2030 - tavoitteena ikäkyvykäs Suomi korostuu ikääntyvän väestön hyvinvoinnin, osallisuuden ja toimijuuden tukeminen toimintaympäristön muutokset huomioiden.

Valtakunnallisissa linjauksissa ja tavoitteissa korostuu ennalta ehkäisevä toiminta ja yhteistyö eri asiantuntijatahojen sekä alueellisten toimijoiden, kolmannen sektorin ja järjestöjen kanssa. Ikääntyneiden asumisen ratkaisuja suunniteltaessa tulee laatusuosituksen mukaan pyrkiä ns. normaaliuden periaatteeseen. Toimintaympäristön muutokset, esimerkiksi digitalisaatio tulee huomioida. Laatusuosituksen mukaan digitalisaatio ja uudet teknologiat luovat uudenlaisia mahdollisuuksia hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseen. Ne voivat kuitenkin tuoda myös haasteita esimerkiksi ikääntyneen väestön toimijuuteen ja osallisuuteen. Ikääntyneen väestön digitaalisten tukemi-

seen ja vahvistamiseen tulee kiinnittää huomiota.

Kansallinen ikäohjelma 2030 korostaa osallisuuden merkitystä. Osallistumiselle pitää luoda yhdessä sellaiset tavat, että jokainen löytää itselleen sopivan kanavan vaikuttaa esimerkiksi digitaalisista ja -kyvykkyyksistä riippumatta. Hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseksi on tärkeää lisätä ikääntyneiden osallistumista, ylläpitää hyvinvointia ja terveyttä sekä kehittää palveluita. Kaikki ihmiset, myös ikääntyneet, haluavat kokea elämänsä merkitykselliseksi. He sitoutuvat asioihin ja tavoitteisiin, jotka ovat heille tärkeitä ja merkittäviä. Ikääntyneet eivät ole samankaltainen joukko, joten merkitykset ja arvostukset voivat olla heille hyvinkin erilaisia. Merkitystä elämään voi antaa niin aineettomat kuin aineelliset hyödykkeet. Tulevaisuudessa yhä useammin innovaatiot ovat materiaalistien ja teknologisten sijaan aineettomia. Myös sosiaaliset ongelmat ovat yhä vahvemmin aineettomia, elämän mielekkyyteen liittyviä haasteita. Osallisuus ja aktiivinen kansalaisuus luovat hyvinvointia, avoimuutta ja turvallisuutta. Merkitykselliseksi elämänsä kokeva ihminen tuntee vastuuta myös toisista ja ympäristöstään sekä arvostaa terveyttään ja huolehtii siitä. (Kansallinen ikäohjelma vuoteen 2030.)

3 | Kunnat hyvinvoinnin ja terveyden edistäjinä

Hyvinvointi on laaja käsite kattaen sekä yksilön että yhteisötason hyvinvoinnin. Terveiden edistäminen voidaan nähdä toimina, joilla tuetaan ja mahdollistetaan yksilöille sekä yhteisöille mahdollisuuksia hallita terveyttään ja siihen vaikuttavia tekijöitä.

HYVINVOINNIN JA TERVEYDEN TUKEMINEN edellyttää laaja-alaista yhteistyötä kuntien, kuntayhtymän, järjestöjen ja muiden toimijoiden kesken. Avainasemassa on ikäihmisten omaehtoinen terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen. Merkityksellistä on, miten ikäihmisten arki sujuu. Sujuvan arjen kannalta kuntien palvelut sekä toimet ovat tärkeitä. Ikääntyneen väestön mahdollisuudet toimia tasavertaisina kuntalaisina mahdollistetaan huomioimalla heidän erityistarpeitaan kunnan palveluiden ja toiminnan suunnittelussa. Keskeistä on ikääntyneen väestön äänen kuuleminen. Tätä voidaan vahvistaa tukemalla kuntien vanhusneuvostojen mahdollisuutta vaikuttaa kuntien asioihin jo valmistelu- ja suunnitteluvaiheessa. Kunnat tekevät aktiivisesti verkostoissa ikääntyvien hyvinvointityötä. Yhdistystoiminta on merkityksellistä erityisesti ikäihmisille. Kunnat tukevat järjestöjä avustuksilla ja tarjoamalla kuntien tiloja yhdistysten käyttöön.

Huomiointi kuntien toiminnassa

Kunnat tukevat ikääntyneen väestön hyvinvointia ja terveyttä huomioimalla ikääntyneet esimerkiksi kulttuur-, liikunta- ja vapaa-ajan palveluiden suunnittelussa ja toteuttamisessa. Ikääntyneen väestön huomioiminen kuntien kaavoitus- ja kunnossapitosuunnittelussa ja toteutuksessa tukee ikääntyneen väestön hyvinvointia ja osallisuutta. Toimintaympäristön muutokset huomioidaan kuntien toiminnassa. Digitaalinen viestintä on kaikkien arkea. Siihen tarvitaan tukea ja digitaaliseen osallistumiseen on voitava harjaantua. Kuntien ja järjestöjen yhteistyönä toteuttama digineuvonta tukee osaltaan ikääntyneen väestön osallisuutta ja itsenäistä toimintaa muuttuvassa toimintaympäristössä sekä tuo muun muassa uudenlaisia vaihtoehtoja sosiaalisten suhteiden ylläpitämiseen.

Esteettömyys ja saavutettavuus

Ikääntyessä halu ja tarpeet liikkua kodin ulkopuolella eivät välttämättä vähene, mutta ikääntymiseen liittyvät tekijät voivat sitä estää. Mahdollisuudet liikkumiseen ja sen myötä osallistumiseen saattavat vähetä esimerkiksi ajo-oikeuden menettämisen ja puuttuvien liikenneyhteyksien myötä. Esteetön ja toimiva julkinen joukkoliikenne, huomioiden myös kutsu- ja palveluliikenne, on tarkoituksenmukainen tapa järjestää monelle soveltuva liikkumisen muoto. Kuntien tuleekin huomioida ikääntynyt väestö joukkoliikenteen kehittämisessä. Huolehtimalla palveluiden ja toiminnan esteettömyydestä ja saavutettavuudesta kannustetaan ikäihmisiä omaehtoiseen toimimiseen sekä osallistumiseen.

Osallisuuden tukeminen

Osallisuuden tukeminen on Kymenlaakson alueella nostettu vahvasti keskiöön. Osallistuminen ja osallisuus luovat hyvinvointia tuomalla merkitystä ja sisältöä asukkaiden elämään. Ikäihmisten toimintakyky, yhteenkuuluminen tunne ja hyvinvointi vahvistuvat mieluisissa yhteisöissä. Osallisuuden tunne syntyy yhteisöön kuulumisesta ja mahdollisuudesta vaikuttaa palveluihin, ympäristöön ja yhteiskuntaan. Tiedotustoiminnan parantaminen ja avointen kohtaamispaikkojen kehittäminen yhdessä ikäihmisten, kuntien, järjestöjen ja Kymsoten kesken tukee osaltaan ikäihmisten osallisuuden vahvistamista.



4 | Alueellisen hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen sekä monitoimialaisen yhdyspintatyön rakenne Kymenlaaksossa

Hyvinvointikertomus on johtamisen työväline ja se toimii kunnan strategiatyön ja suunnittelun perustana. Hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä tehdään kaikilla kunnan toimialoilla yhteistyössä järjestöjen kanssa.

TERVEYDENHUOLTOLAKI (1326/2010, §12) velvoittaa kuntia raportoimaan valtuustolle vuosittain kuntalaisien terveydestä ja hyvinvoinnista sekä toteutetuista toimenpiteistä. Kerran valtuustokaudessa on valmisteltava laajempi hyvinvointikertomus.

Kymenlaakson alueen kunnat, kuntayhtymä ja järjestötoimijat tekevät tiivistä yhteistyötä alueen ihmisten hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseksi. Monialaista yhteistyötä tehdään eri asiakasryhmille kohdennettuna eri toimijoiden kesken. Alueellista hyte- ja yhdyspintatyötä sekä yhteistyössä kuntien ja alueen muiden toimijoiden kanssa valmisteltavaa alueellista hyvinvointikertomusta koordinoi Kymenlaakson sosiaali- ja terveystalouden kuntayhtymä Kym-

sotessa koordinoivastuu on hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen kehittämisäälliköllä.

Alueellinen hyvinvointikertomus

Alueellinen hyvinvointikertomus määrittelee, mitä alueelliset toimijat tekevät yhdessä muiden toimijoiden kanssa asukkaiden hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseksi sekä eriarvoisuuden vähentämiseksi. Alueelliset linjaukset muodostetaan kuntien hyvinvointikertomuksista nousevan tiedon pohjalta.

Kymenlaakson ensimmäinen alueellinen hyvinvointikertomus valmistui syksyllä 2020. Asiakirja on hyväksytty Kymnsoten hallituksessa lokakuussa 2020

ja yhtymävaltuustossa marraskuussa 2020. Kunnat ja muut alueelliset toimijat ovat käsitelleet hyvinvointikertomuksen omissa toimielimissä. Hyvinvointikertomuksen suunnitelmaosaan on kirjattu alueelliset hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen strategiset painopisteet sekä näille tavoitteet ja toimenpiteet vuosille 2020–2025 eri ikäryhmien osalta. Alueelliset painopisteet on muodostettu tutkimus- ja asiantuntijatiedon vuoropuhelussa ja ne perustuvat väestön terveysseurantatietoihin sekä asiantuntija- ja kokemustietoon. Monialaiseen hyvinvointikertomuksen työryhmätyöskentelyyn osallistui yli 200 henkilöä ja samalla se on toiminut alueen eri toimijoita yhdistävänä prosessina.

Alueellinen hyvinvointikertomus on strateginen asiakirja, joka toimii tiedolla johtamisen välineenä ja tarjoaa päätöksenteon tueksi kokonaiskuvan maakunnan hyvinvoinnin ja terveyden tilasta. Strategian tavoitteet perustuvat väestöstä nouseviin tarpeisiin. Ne ohjaavat väestön hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä poikkihallinnollisena ja monialaisena yhteistyönä. Tarkoituksena on tuottaa yhtenäinen tilannekuva kaikille toimijoille ja koota eri toimijoiden resursseja yhteisten tavoitteiden suuntaiseksi. Tavoitteet on suunniteltu toteutettaviksi yhteisesti alueellisella tasolla Kymsotessa, alueen kunnissa ja järjestöissä.

Työskentelyn eteneminen hyvinvointikertomuksen valmistumisen jälkeen

Alueellinen yhteistyö on jatkunut hyvinvointisuunnitelman valmistumisen jälkeen alueellisten hyte-yhteistyöverkostojen järjestäytymisellä. Painopisteiden mukaiset alatyöryhmät, kuten osallisuuden, ehkäisevän päihdetyön ja elintapaneuvonnan kehittämistyöryhmät, ovat jatkaneet työskentelyä toiminnan suuntaamisella yhteisten hyvinvointitavoitteiden saavuttamiseksi.

Alueellinen hyvinvointikertomus ja -suunnitelma kytketään osaksi kuntayhtymän ja kuntien strategisia suunnitteluprosesseja. Hyvinvointisuunnitelmaa toteutetaan ja arvioidaan vuosittain osana taloussuunnittelua. Toteutuneista toimenpiteistä ja kuntalaisten hyvinvoinnin- ja terveydentilasta informoidaan vuosittain kuntien ja kuntayhtymän talous- ja toimintasuunnittelun yhteydessä. Tavoitteiden toteutuksen, seurannan ja arvioinnin varmistamiseksi hyvinvointisuunnitelma täydentyy vuosittain kuntien, kuntayhtymän ja järjestöjen strategioiden mukaisilla painotuksilla ja toimenpiteillä.

Kymenlaakson hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen strategiset painopisteet ovat:

- 1) Kymenlaakson asukkailla on mahdollisuus **elää päihteetöntä elämää ja saada tukea siihen**
- 2) Kymenlaakson asukkailla on mahdollisuus **terveellisiin elintapoihin ja hyvään mielenterveyteen**
- 3) Kymenlaakson asukkailla on mahdollisuus **elää turvallista arkea terveellisessä ympäristössä**
- 4) Kymenlaakson asukkailla on mahdollisuus **merkitykselliseen elämään**



5 | Järjestötoimijat

Kymenlaakson alueella järjestöt järjestävät ikäihmisille monenlaista toimintaa ja yhdessä tekemisen mahdollisuuksia. Ne toimivat yhdistävänä ja välittävänä rakenteena ikääntyneen väestön ja julkisen sektorin välillä. Lisäksi järjestöt ja niiden verkostot ovat tunnistettuja kumppaneita palveluiden kehittämisessä, ennakoinnissa ja toiminnan onnistumisen arvioimisessa.

JÄRJESTÖJEN KANSSA TEHTÄVÄÄ YHTEISTYÖTÄ määrittelee vanhuspalvelulaki, jonka 4 §:n mukaan julkisen sektorin on tehtävä yhteistyötä ikääntyneitä väestöä edustavien järjestöjen ja muiden yleishyödyllisten yhteisöjen kanssa ikääntyneen väestön hyvinvoinnin, terveyden, toimintakyvyn ja itsenäisen suoriutumisen tukemiseksi.

Järjestöjen roolina ikääntyneiden hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen kentällä voidaan nähdä toiminta, joka perustuu yhteisöllisyyteen ja vahvistaa yhteisöllisyyttä ja yhteenkuuluvuutta sekä tarjoaa arvokkaita elämänsisältöjä. Lisäksi järjestöjen toiminta täydentää ikääntyneille suunnattuja ennaltaehkäiseviä ja kotona asumista tukevia toimintoja, esimerkik-

si yksinäisyyden torjumisen ja vähentämisen näkökulmasta. Järjestöjen toiminta tukee asiakkaiden arjessa selviytymistä, ehkäisee syrjäytymistä ja tilanteiden kriisiytymistä sekä tukee ammatillista työtä.

Järjestöjen hyvinvointia ja terveyttä edistävää toimintaa voidaan järjestää ilman rahoitusta vapaaehtoistyönä, julkisen sektorin (kunnat ja sote-kuntayhtymä) avustamana, Veikkauksen tuotoilla avustettuna ja ostopalveluina. Järjestöjen toiminnot voivat olla hyvin paikallisia, kunnallisia, seutukunnallisia, maakunnallisia tai maakuntarajat ylittäviä. Järjestöjen toiminnan kohderyhmänä voivat järjestöstä ja toiminnasta riippuen olla kaikki maakunnan asukkaat tai hyvinkin pieni erityisryhmä. Usein toiminta suunnataan tiet-

tyyn erityistä tukea tarvitsevaan ihmisryhmään, esim. terveydellisessä tai sosiaalisessa riskiryhmissä olevat, syrjäytymisvaarassa olevat tai jo syrjäytyneet, pitkäaikaissairaat ja vammaiset henkilöt, omaiset, maahanmuuttajat, eri ikäryhmät, työelämän ulkopuolella olevat tai muut erityistä tukea tarvitsevat ihmisryhmät.

Järjestöjen ja julkisen sektorin aito kumppanuus edistää maakunnan ikääntyneen väestön hyvinvointia ja terveyttä. Kumppanuutta tukevat yhteiset tavoitteet alueen asukkaiden osallisuuden lisäämiseksi ja hyvinvoinnin edistämiseksi. Järjestökumppanuuksien kautta maakunta saa yhdistysten ammatillisen ja kokemus- asiantuntijuuden mukaan strategiseen suunnitteluun, palveluiden kehittämiseen ja maakunnan päätöksentekoon.

YHDISTYSINFO.FI-SIVUSTO (www.yhdistysinfo.fi) kokoaa tiedot Kaakkois-Suomessa toimivista järjestöistä ja niiden tuottamasta toiminnasta sekä vapaaehtoistehtävistä. Yhdistysinfon kautta asukkaat, järjestöt ja julkisen sektorin toimijat löytävät oman kotikunnan ja maakunnan alueella toimivat järjestöt, joiden kohderyhmänä ovat ikääntyneet.



6 | Maakunnalliset kumppanuudet ja vastuutoimijoiden roolit

Kuntalain mukaan kunnan ja kuntayhtymän tulee edistää asukkaidensa hyvinvointia. Kuntalaisten hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen on eri toimijoiden yhdessä toteuttamaa toimintaa.

VANHUSPALVELULAIN 4 §:n mukaan kunnan eri toimialojen on toimittava yhteistyössä ikääntyneen väestön hyvinvoinnin, terveyden, toimintakyvyn ja itsenäisen suoriutumisen tukemiseksi sekä tehtävä yhteistyötä kunnassa toimivien julkisten tahojen, yritysten sekä ikääntyneitä väestöä edustavien järjestöjen ja muiden yleishyödyllisten yhteisöjen kanssa. Kymenlaakson alueella ikääntyneen väestön hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä toteuttavat alueen kunnat ja kuntayhtymä yhteistyössä järjestöjen sekä muiden toimijoiden kanssa. Yhteistyötä tehdään tiiviisti eri toimijoiden välillä.

Kunnat

Kunnan roolina on huomioida kokonaisvaltaisesti ikääntynyt väestö kunnan eri toimialojen palveluiden sekä toimenpiteiden suunnittelussa ja toteutuksessa. Kuntien

rooli korostuu erityisesti ennalta ehkäisevissä toimenpiteissä, joilla tuetaan ikääntyneen väestön hyvinvointia, toimintakykyä ja terveyttä. Kuntien toimilla on merkittävä vaikutus ikääntyneen väestön sote-palvelutarpeen ehkäisyssä ja myöhentämisessä. Kunnalla on tärkeä rooli ikääntyville merkityksellisten järjestö- sekä vapaaehtoisuustoiminnan rakenteiden tukemisessa.

Kuntayhtymä – Kymsote

Kuntayhtymän (Kymsote) rooli alueellisessa hyvinvoinnin ja terveyden edistämistyössä on osaltaan huolehtia siitä, että strategian tavoitteet kohdistuvat väestöstä nouseviin tarpeisiin ja ohjaavat väestön hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä poikkihallinnollisena sekä monitoimijaisena yhteistyönä. Kymsoten roolina on tuoda sote-ammattilaisten osaaminen kuntien, jär-

jestöjen ja muiden toimijoiden kanssa tehtävään yhteistyöhön. Kymsoten palveluissa halutaan panostaa ikäihmisten omatoimisuuden tukemiseen ja raskaaman tuen tarpeen ehkäisyyn ja myöhentämiseen. Tämä vaatii onnistuakseen tiivistä yhteistyötä kuntien ja järjestöjen kanssa.

Järjestöt

Järjestöillä on tärkeä rooli hyvinvoinnin ja terveyden edistämisessä. Järjestöjen vertaistuki sekä vapaaehtois-toiminta ovat ammatillisesti johdettua sekä tuettua. Toisaalta järjestöt tuottavat asukaslähtöistä ja osallistavaa toimintaa kohderyhmilleen. Järjestötoiminta on pääsääntöisesti kaikille avointa matalan kynnyksen toimintaa. Se on hyvinvointia ja terveyttä edistävää sekä palvelutarpeita ehkäisevää toimintaa. Järjestöjen toiminta ei kuitenkaan korvaa kuntien tai kuntayhtymän palveluja, vaan täydentää niitä. Se tukee ikääntyneen väestön toimijuutta, osallisuutta ja itsenäistä arjesta selviytymistä. Järjestöjen toiminnalla on merkittävä rooli ikääntyneen väestön sote-palvelujen tarpeen ehkäisyssä ja myöhen-tymisessä.

Vanhusneuvostot

Kuntalain (410/2015) § 27 mukaan "Ikääntyneen väestön osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuuksien varmistamiseksi kunnanhallituksen on asetettava vanhusneuvosto ja huolehdittava sen toimintaedellytyksistä. Vanhusneuvosto voi olla useamman kunnan yhteinen. Vanhusneuvostolle on annettava mahdollisuus vaikut-

taa 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 heidän tarvitsemiensa palvelujen kannalta."

Kymenlaakson alueen kaikissa kunnissa toimii omat vanhusneuvostot. Vanhusneuvostot ovat merkittävässä roolissa alueen ikäihmisten äänen kuulemisen mahdollistajana. Vanhusneuvostojen roolia tulee korostaa osallistamalla neuvostoja entistä vahvemmin valmistelutyöhön.

Seurakunnat

Seurakunnan perustehtävä on elää ihmisen rinnalla kaikissa hänen elämänvaiheissaan. Ikäihmisten määrän kasvu näkyy jo tällä hetkellä seurakunnan toiminnassa. Esimerkiksi diakoniatyön koko asiakaskunnasta 30 % on yli 70-vuotiaita ja 60 % yksinasuvia, jotka tarvitsevat laaja-alaista tukea.

Seurakunnan diakoniatyöntekijät kohtaavat ikäihmisiä sekä yksilökohtaisesti että ryhmissä. Diakoniatyön kokoontumisia ovat erilaiset kerhot, retket, leirit sekä monenlaiset tapahtumat. Monet ryhmät ovat luonteeltaan ennaltaehkäiseviä. Suuri osa niistä on avoimia kaikille, mutta mielenterveys- ja päihdekuntoutujille, sureville ja leskille järjestetään myös omia ryhmätapaamisia. Seurakunnan työntekijät vierailevat yhteistyökumppaneiden ryhmissä ja järjestävät keskustelu-, hartaus- sekä ehtoollishetkiä.

Ryhmätoiminnan ohella diakoniatyöntekijät koh-

taavat ihmisiä kodeissa, hoitolaitoksissa, seurakunnan sekä yhteistyöverkostojen tiloissa. Keskustelut ovat usein hoidollisia, aihepiireinä ihmissuhteet, menetys, suru, terveys, taloudelliset huolet ja hengelliset kysymykset. Diakoniatyö on myös palveluohjausta; asiakkaita ohjataan sosiaali- ja terveydenhuollon eri palveluihin (mm. KELA, lääkäri, Ikäopastin). Yksilökohtainen työ voi olla luonteeltaan myös etsivää, jolloin pyritään löytämään avun tarpeessa olevia ihmisiä eri tavoin. Yhteistyö omaisten ja perheiden kanssa on tärkeää ikäihmisen rinnalla kulkemisen toteutumisessa.





7 | Ikääntyneet Kymenlaaksossa

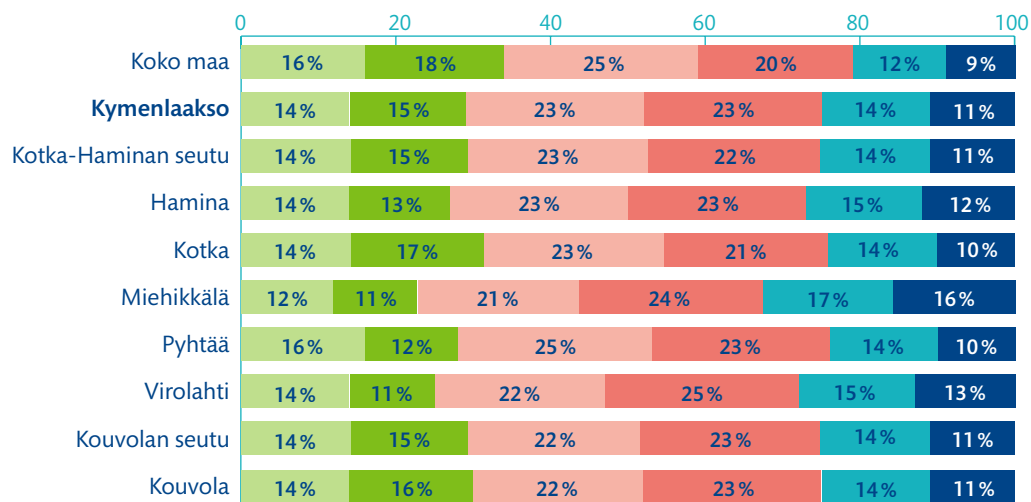
Alueen toimintaympäristössä tapahtuvat muutokset vaikuttavat myös väestön hyvinvoinnin kehittymiseen. Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen näkökulmasta väestön tulisi pysyä terveenä, hyvinvoivana ja toimintakykyisenä mahdollisimman pitkään.

KYMENLAAKSON VÄESTÖRAKENTEEN kehityssuunta on haastava. Ikäihmisten määrä kasvaa voimakkaasti koko maakunnan alueella ja samanaikaisesti väestömäärä vähenee. Väestön ikärakenteessa tapahtuvat muutokset vaikuttavat koko alueen toimintaan ja palveluiden tarpeeseen. Ikääntyvän väestön hyvinvoinnin tukemiseksi tulee kiinnittää erityistä huomiota ennaltaehkäisevään ja varhaiseen tukeen vahvistamalla ja tukemalla yhteistyössä alueen kuntien, järjestöjen, seurakuntien ja Kym-soten kanssa ikääntyvän väestön osallisuutta sekä itse- näistä toimintakykyä.

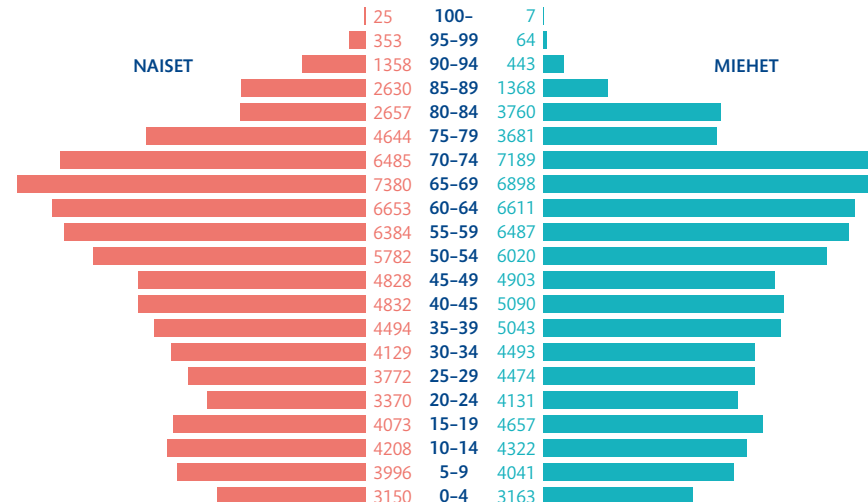
Väestörakenne ja maantieteellinen erityisyys

Kymenlaakso on maantieteellisesti hyvin vaihtelevaa aluetta. Alueella on suurempia väestökeskittymiä ja

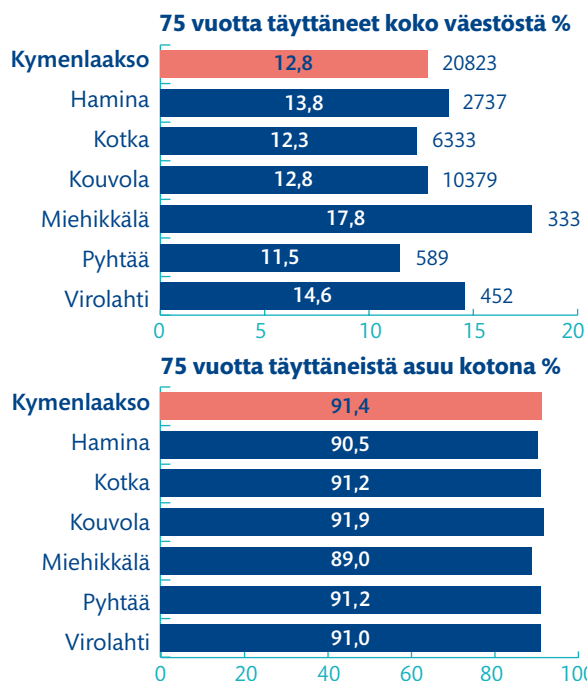
harvaan asuttuja alueita sekä saaristoaluetta. Ikäihmisiä asuu paljon kuntakeskuksissa, mutta myös maaseudulla, mistä on pitkät välimatkat palveluiden pariin. Tämä alueen erityisyys tulee huomioida erityisesti palveluiden saatavuuden näkökulmasta. Tilastokeskuksen vuoden 2020 lopun väestömäärän perusteella laskettuna alueen yli 75-vuotiaista 91,4% asuu omassa kodissaan, mikä tarkoittaa muualla kuin ympärivuorokautisessa asu- misyksikössä asuvia. Valtakunnan tasolla vastaava luku on 91,7%. Yli 75-vuotiaista yksinasuvia on maakunnan alueella paljon, 48% koko väestöstä. Valtakunnan tasol- la vastaava luku on 46,7%. Yksin asuminen ei sinällään aiheuta ikäihmiselle ongelmia, vaan siitä mahdollises- ti seuraava yksinäisyyden tunne. Yksinasuvilta puuttuu asuinkumppanin mahdollistama läheistuki. Yksinasu- vien ikäihmisten suuri määrä tuo haasteita palvelujär- jestämiselle. (Sotkanet 2019, Tilastokeskus 2020.)



Kuva 1. Ikärakenne Kymenlaaksossa 0-14 15-29 30-49 50-64 65-74 75-



Kuva 3. Väestöpyramidi, Ikärakenne Kymenlaaksossa 2019 (Tilastokeskus 2019.)



Kuva 2. 75 vuotta täyttäneet kunnittain (Tilastokeskus 31.12.2020.)

Kymenlaakson väkiluku on 162 812 (Tilastokeskus 12/2020). Kymenlaakson väestömäärä on ollut pitkään laskusuunnassa johtuen väestön ikärakenteesta ja muuttotappiosta. Väestökehitys on samansuuntainen eri kuntien alueella. Ikääntyneen väestön määrä kasvaa kaikkien kuntien alueella. 65 vuotta täyttäneiden osuus Kymenlaakson väestöstä vuoden 2020 lopussa oli 28,6% ja 75 vuotta täyttäneiden 12,8%. Kymenlaakson kuntien alueella 75 vuotta täyttäneiden osuus väestöstä on pitkälti samansuuntainen. Miehikkälässä ja Virolahdella on väestömäärään suhteutettuna jonkin verran enemmän 75 vuotta täyttäneitä (kuva1, kuva 2). Eläkeikäisten osuus väestöstä kasvaa voimakkaasti tulevana vuosina samaan aikaan kun työikäisten väestö alueella vähenee. Tilastokeskuksen väestömäärän kehityksestä laskettuna 65 vuotta täyttäneiden osuus Kymenlaaksossa on vuonna 2025 31 % koko väestöstä.

Väestöpyramidi (kuva 3) havainnollistaa Kymenlaakson väestön ikärakennetta. Pyramidi kuvaa sekä

eri ikäluokkien välisiä suhteita, että sukupuolten välisiä määrällisiä eroja. Naisten osuus väestömäärässä kasvaa erityisesti yli 75-vuotiaista ylöspäin verrattuna miesten osuuteen.

Sairastuvuus, päihteet ja elämän laatu

Tiettyjen indikaattorien mukaan Kymenlaaksossa väestön sairastuvuus on suurempaa kuin keskimäärin Suomessa. Erityisesti tuki- ja liikuntaelinsairaudet, syöpäsairaudet sekä muistisairaudet ovat yleisiä. Alueella päihteiden käytöstä johtuvat terveyshaitat ovat kasvessaan vaikuttaneet osaltaan muuhun sairastuvuuteen. Kymenlaaksossa ikääntyvä väestö kokee yksinäisyyden tunnetta enemmän kuin saman ikäinen väestö maassa keskimäärin. Sitä vastoin, Kymenlaaksossa elämän laatusa kokee hyväksi suurempi osa ikääntyneistä kuin maassa keskimäärin.



8 | Ikääntyneiden palveluiden nykytilan kuvaus ja kehittämisen painopisteitä

Kymenlaaksossa sosiaali- ja terveysterveystoimintatunnus (Kymsote). Kymsoten strategisissa linjauksissa korostuvat asiakaskokemus, palveluiden saavutettavuuden helppous ja yhdenvertaisuus sekä palveluiden ennaltaehkäisevä näkökulma, laadukkuus ja kustannustehokkuus.

KYMSOTESSA IKÄÄNTYNEIDEN PALVELUT kuuluvat Koti-, asumis- ja hoivapalvelut -palveluketjuun. Ne toteutetaan Kymsoten strategisten linjausten ja arvojen pohjalta. Ikääntyneiden palveluiden painopisteenä on valtakunnallisten linjausten mukaisesti kotona asumisen tukeminen sekä kotiin annettavien palveluiden ja ennaltaehkäisevien toimien vahvistaminen. Palveluissa halutaan panostaa ikääntyneen väestön omatoimisuuden tukemiseen ja sen myötä palvelun tarpeen ehkäisyyn ja/tai myöhentämiseen.

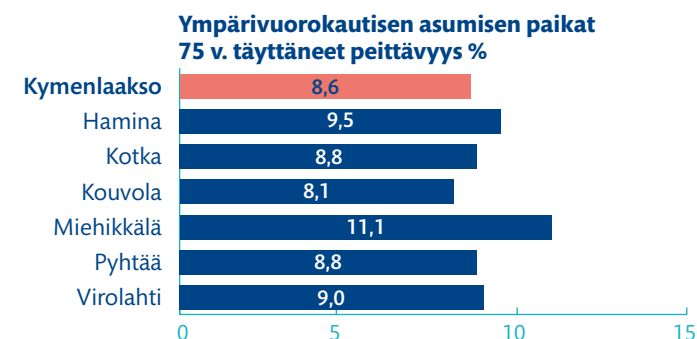
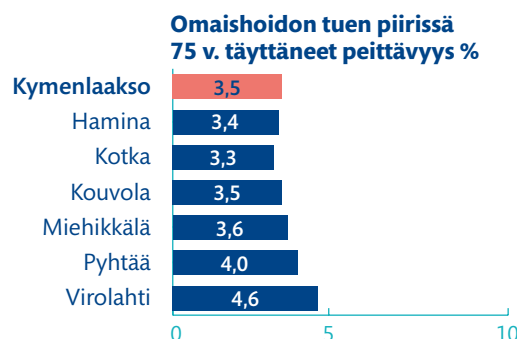
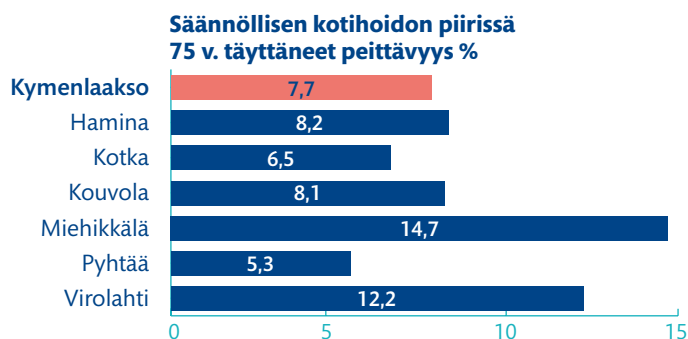
Palvelurakenne ja sen muutos

Kymenlaaksossa ikäihmisten palvelurakenne on ollut valtakunnallisesti vertailtuna raskas. Kansallisten tavoitteiden mukaisesti tavoitteena on palvelurakenteen keventäminen siirtämällä palveluiden painopistettä ym-

päri- ja vuorokautisesta asumispalvelusta kotiin annettaviin palveluihin. Ennakoivilla hyvinvointia edistävillä ja monipuolisilla kuntouttavilla toimenpiteillä sekä varhaisella diagnosoinnilla palveluiden piiriin tuleminen voidaan siirtää myöhemmäksi. Erityisesti varhaisella tuella ja ennaltaehkäisevillä palveluilla tuetaan ikäihmisten kotona asumista. (THL 2019.)

Palvelurakennemuutokseen liittyvät tavoitteet ja toimenpiteet on määritelty palveluiden saatavuus ja saavutettavuus -toimenpidesuunnitelmassa. Ympäri- ja vuorokautisen asumispalvelun peittävyys osalta ollaan asetetussa tavoitteessa (tilanne 2020 lopussa). Tavoitteena on, että vuonna 2025 ympärivuorokautisen asumispalvelun peittävyys on enintään 6 %.

Toteutuneet palvelurakenteen muutokset eivät vielä näy säännöllisen kotihoidon tai omaishoidon peittävyyskuvassa. Peittävyyskuvaa tarkasteltaessa tulee huomioida



Kuva 4. Palveluiden peittävyys eli säännöllisen koti- ja omaishoidon palvelun piirissä otanta ajankohtana olevat 75 v. täyttäneet (Koti- ja omaishoito 11/2020 tilanne, tehostettu palveluasuminen paikat 31.12.2020.)

palveluasumisen (ei ympärivuorokautinen asuminen) osuus kotihoidon, omaishoidon ja ympärivuorokautisen asumisen rinnalla. Kymenlaakson alueella on yhteensä 372 palveluasumisen paikkaa, joten palveluasumisen peittävyys on 2,3 %.

Kotona asumisen mahdollistaminen

Kotiin annettavat palvelut, erityisesti kotihoito ja omaishoito, ovat yhtenä vahvana kehittämiskohdeena ikääntyneiden palveluissa. Tavoitteena on, että vuonna 2025 kotihoidon peittävyys olisi 12 % ja omaishoidon 5 %. Ikääntyneen väestön kotona asumisen mahdollistamisessa tärkeä merkitys on myös niin varhaisen tuen kuin gerontologisen sosiaalityön ja sosiaaliohjauksen palveluilla. Erityisesti gerontologisen sosiaalityön ja sosiaaliohjauksen asiakasmäärissä on kasvua. Tähän vaikuttaa luonnollisesti ikääntyneiden määrän kasvu, mutta myös erilaisten sosiaalisten ongelmien lisääntyminen ja moninaistuminen.

Ikääntyvien kotona asumisen mahdollistaminen nykyistä pidempään onnistuu kotiin vietävien palveluiden kokonaisvaltaisella vahvistamisella ja asiakasohjauksen toimivuudella. Tarkoituksenmu-

kaisesti kohdennetuilla terveyspalveluilla, erityisesti kuntoutuspalveluilla, tuetaan osaltaan ikääntyneen väestön kotona asumista. Ikääntyneiden palveluissa korostuukin sote-toimijoiden yhteistoimijuus ja tiivis yhteistyö palveluiden kehittämisessä. Myös erilaisten vaihtoehtoisten asumismuotojen kehittäminen sekä digipalveluiden käytön lisääminen tuovat mahdollisuuksia vastata jatkossa tarkoituksenmukaisemmin ikääntyneen väestön palveluiden tarpeeseen. Oleellista on pystyä järjestämään kullekin ikäihmiselle juuri hänen tarvitsemansa tuki, joka mahdollistaa kotona asumisen turvallisesti.

Palveluiden kehittämistyö ja hallituksen tavoitteet

Ikääntyneiden palveluiden osalta on vuonna 2019–2020 tehty mittava selvitys kehittämistarpeista ja niihin liittyvistä toimenpiteistä. Kehittämistyö on käynnistynyt vuonna 2020. Kehittämistyöllä parannetaan palveluiden saatavuutta ja laatua sekä tuetaan asiakkaiden osallisuutta. Kehittämistyön tavoitteena on myös turvata riittävä ja ammattitaitoinen henkilöstö ikääntyneiden palveluiden kasvavaan tarpeeseen. Ikääntyneiden palveluiden kehittämistyötä tehdään

myös tiiviisti osana valtionavustushankkeita.

Hallitus on asettanut tavoitteeksi sosiaali- ja terveyspalveluiden saatavuuden parantumisen sekä sote-rakenteen uudistamisen. Tätä tavoitetta tukemaan hallitus myöntää maakunnille valtionavustusta tulevaisuuden sosiaali- ja terveyskeskus -ohjelman ja sote-rakenneuudistuksen toteuttamiseen. Tulevaisuuden sote-keskushankkeen kantavana teemana on toiminnan painopisteen siirtyminen raskaista palveluista ennaltaehkäiseviin toimenpiteisiin. Rakenneuudistushankkeella edistetään palveluiden uudistumista. Kymenlaaksossa tulevaisuuden sote-keskus ja sote-rakenneuudistus -hankkeiden kehittämistyöllä edistetään alueellisen hyvinvointikertomuksen tavoitteiden ja toimenpiteiden toteuttamista (Sosiaali- ja terveydenhuollon uudistus 2020). Sote-rakenneuudistuksessa huomioidaan myös ikääntyneille suunnattujen palveluiden kehittäminen ikäihmisen toimijuutta tukien sekä yhteistyön tiivistäminen eri toimijoiden välillä. Ikäihmisten hyvinvointia tuetaan ennaltaehkäisevien ja varhaisen tuen palveluilla ja toiminnalla alueen kuntien, kuntayhtymän ja muiden toimijoiden kesken. Ikääntyneiden mahdollisuuksia huolehtia itse omasta terveydestään ja hyvinvoinnista vahvistetaan.

8.1. Ikääntyneiden palvelut

IKÄÄNTYNEIDEN PALVELUT TOTEUTETAAN Kymenlaakson alueella yhdenvertaisesti ja samojen perusteiden mukaisesti. Palveluiden myöntäminen perustuu asiakkaan palvelutarpeen ja toimintakyvyn arviointiin. Palvelutarpeen arvioinnissa hyödynnetään laaja-alaista RAI-toimintakykyarviointia. Palvelutarpeen arvioinnit ja päätökset palveluiden myöntämisestä hoidetaan keskitetysti asiakasohjausyksikön kautta.

Ikääntyneiden palveluissa asiakas- ja palveluohjauksen **Ikäopastin** toimii ensikontaktina, kun tarvitaan tietoa alueen ikääntyneiden palveluista tai tukea kotona asumiseen. Ikäopastimisesta saa tietoa, neuvontaa ja ohjausta hyvinvoinnin edistämisestä sekä varhaisen tuen palveluista, kotihoidosta, asumis- ja hoivapalveluista. Ikäopastin antaa tietoa niin kuntayhtymän kuin yksityisten palveluntuottajien palveluista. Tarvittaessa asiakkaalle järjestetään palvelutarpeen arvioon perustuvat tarpeen mukaiset palvelut. Ikäopastimeen voi olla yhteydessä puhelimitse, sähköpostilla tai chatilla.

Ikääntyneiden palveluissa on käytössä **palveluseteli** kotihoidon ja asumisen palveluissa sekä omaishoitossa. Palveluita järjestetään myös ostopalveluna. Palveluiden toteutuksessa hyödynnetään digipalveluita osana muuta palvelua.

Ennaltaehkäisevät palvelut

Koti-, asumis- ja hoivapalveluiden ennaltaehkäisevät palvelut kohdentuvat ikääntyneen väestön parissa tehtävään ennakoivaan ja varhaiseen työhön. Palveluista muun muassa tarjotaan kunakin vuonna 75 vuotta täyt-

täville kuntalaisille, jotka eivät ole säännöllisten palveluiden piirissä, hyvinvointia edistäviä ryhmätapaamisia, kotikäyntejä tai puheluita. Erilainen informointi, neuvonta ja ohjaustyö ikääntyneiden palveluihin liittyen kuuluu vahvasti varhaisen tuen palveluihin. Varhaisen tuen palveluissa painottuu myös kuntien, seurakuntien ja muiden toimijoiden kanssa tehtävä yhteistyö esimerkiksi avoimien kohtaamispaikkojen toiminnan toteuttamisessa.

Sosiaalityö ja -ohjaus

Gerontologinen (vanhus) sosiaalityö ja sosiaaliohjaus tukevat ikäihmisiä sosiaalisissa ongelmissa ja erilaisissa vaikeissa elämäntilanteissa. Sosiaalityö ja sosiaaliohjaus toimivat kokonaisuutena. Asiakkailta on usein yhtäaikaista toisiinsa kietoutuneita tuen tarpeita, joiden taustalla on monesti sekä sosiaalisia että terveydellisiä tekijöitä. Sosiaalityö ja sosiaaliohjaus ovat usein pitkäjänteistä, tavoitteellista muutoksen aikaansaantiin tähtäävää työtä, joka perustuu luottamukseen. Gerontologinen sosiaalityö- ja sosiaaliohjaus toimii usein verkostoissa. Asiakas-tilanteissa yhteistyötahoina ovat mm. muut sosiaali- ja terveyspalvelut, eri viranomaiset, järjestötoimijat ja seurakunnan diakoniatyö.

Kotihoidon palvelut

Tarvittaessa ikääntyneen on mahdollisuus saada kotihoidon palveluja ja/tai kotihoidon tukipalveluja, kun hän tarvitsee apua selviytyäkseen kotioloissa oman toimintakykynsä heikennettyä, joko pysyvästi tai tilapäisesti. Kotihoito sisältää kotipalvelun ja kotisairaanhoidon palvelut. Kotihoidon palvelut perustuvat asiakkaan tar-

peeseen ja niitä on mahdollisuus saada viikon jokaisena päivänä, myös yöaikaan. Kotihoidon tukipalveluja ovat ateriat-, kylpy- ja turvapalvelu sekä päiväkeskustoiminta.

Omaishoito

Ikääntyneen hoivan tarpeeseen voidaan vastata myös omaishoidon palvelulla. Omaishoito on kokonaisuus, joka koostuu palkkiosta ja palveluista. Omaishoito on hoitomuoto, joka tukee heikentyneen toimintakyvyn, sairauden ja/tai vamman vuoksi säännöllistä hoitoa ja/tai huolenpitoa tarvitsevien henkilöiden kotona asumista. Hoito ja huolenpito järjestetään hoidettavan kotona omaisen tai muun läheisen henkilön toimesta.

Ikääntyneiden asumispalvelut

Ikääntyneiden asumispalvelujen kokonaisuuteen sisältyvät palveluasuminen, tehostettu palveluasuminen, laitoshoidon ja lyhytaikainen asuminen. Palveluasuminen on tarkoitettu henkilöille, jotka eivät tarvitse runsasta hoivaa ympärivuorokautisesti, mutta kuitenkin soveltuvan asunnon sekä hoivaa ja huolenpitoa. Tehostettua palveluasumista järjestetään ikääntyneille, joilla hoidon ja huolenpidon tarve on ympärivuorokautista. Lyhytaikaisen asumisen tarkoituksena on tukea kotona selviytymistä lyhytaikaista asumista järjestämällä esimerkiksi intervallijaksoina tai omaishoidon vapaan aikaisen hoidon järjestämiseen.

Tuettu asuminen on sosiaalihuoltolain (21§) mukaista sosiaalipalvelua, joka tukee itsenäiseen asumiseen tai itsenäiseen asumiseen siirtymisessä. Tuetulla asumisella tarkoitetaan asumisen tukemista sosiaaliohjauksella ja muilla sosiaalipalveluilla.

8.2. Terveyspalvelut

IKÄÄNTYNEET TARVITSEVAT MYÖS TERVEYSPALVELUITA, jotka Kymsotessa toteuttaa terveyden ja sairaanhoidon palveluiden palveluketju. Nykyisillä terveysasemilla on saatavilla terveystieteiden ja hoitajan vastaanottopalveluita ajanvarauksella. Suun terveydenhuollon palveluita tarjotaan Kymsoten alueen hammashoitoloissa ajanvarauksella. Terveys- ja hyvinvointipisteet keskittyvät terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseen matalalla kynnyksellä ilman ajanvarausta. Kaatumisseula toimii tällä hetkellä eteläisen Kymenlaakson alueella ja toimintamallin laajentaminen pohjoiseen Kymenlaaksoon on käynnissä. Kaatumisseulan tavoitteena on ennaltaehkäistä kaatumisia, lisätä iäkkäiden ja heidän läheistensä tietämystä kaatumisen vaaratekijöistä, kertoittaa olemassa olevia vaaratekijöitä sekä antaa neuvontaa ja ohjausta kaatumisen ehkäisemiseksi. Kaatumisseula-vastaanotolle voi hakeutua yli 55-vuotias kymenlaaksolainen ilman ajanvarausta.

Geriatrinen poliklinikka

Geriatrinen poliklinikka palvelee sekä eteläisessä että pohjoisessa Kymenlaaksossa. Poliklinikalla hoidetaan muistipotilaiden lisäksi myös muuta geriatria arviointia tarvitsevia yli 65-vuotiaita. Muistitutkimuksiin hakeutuessa ei tarvitse lähetettä, vaan muistineuvojalle voi varata ajan puhelimitse tai sähköisen ajanvarauksen kautta. Geriatrisella poliklinikalla työskentelee myös muistikoordinaattoreita, jotka hoitavat ja koordinoivat

erityistä tukea vaativien muistipotilaiden jatkohoitoa. Geriatrinen poliklinikka tarjoaa myös konsultaatioapua alueen terveystieteiden palveluihin, koska ikääntyneiden määrä lisääntyy ja geriatrisen osaamisen tarve kasvaa. Geriatrien potilaiden jatkohoito tapahtuu alueen terveysasemilla.

Kotisairaalapalvelua

Osana perusterveydenhuollon terveyspalveluja Kymenlaaksossa tarjotaan myös kotisairaalapalvelua. Kotisairaalan potilaaksi soveltuu potilas, joka tarvitsee sairaalahoitoa, mutta potilaan tila sallii kotiin annettavan hoidon. Asumispalveluyksiköihin ja kotihoitoon järjestyy myös liikkuvan sairaanhoidajan arviointipalveluita, jotta ikäihmisten tarpeettomien päivystyskäyntien määrä vähenisi ja terveysongelman hoito voidaan aloittaa jo kotona, joka lisää hoidon vaikuttavuutta.

Kuntoutuspalvelut

Terveyspalveluiden kuntoutuspalvelut ovat tärkeässä asemassa ikääntyneen väestön toimintakyvyn ylläpitämisessä. Muiden kuntoutuspalveluiden ohella korostuu kotikuntoutus. Kotikuntoutuksella ylläpidetään ja edistetään asiakkaiden arjen toimintakykyä ja tuetaan turvallista kotona asumista silloin, kun kotona pärjääminen ja arjen toiminnoista suoriutuminen on heikentynyt ikääntymisen, sairastumisen tai onnettomuuden seurauksena ja toimintakyky on laskenut merkittävästi. Kotona tapahtuvan kuntoutuksen tavoitteena on vahvis-

taa asiakkaan kykyä toimia mahdollisimman itsenäisesti omassa arjessaan ja löytää asiakkaalle mielekkäät tavat pitää huolta omasta terveydestään ja toimintakyvystään. Kotikuntoutukseen voidaan ohjautua kotihoidon tai omaishoidon kautta, sairaalan tai Kymen hoito- ja kuntoutuskeskuksen suosituksesta tai muiden sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisten kuntoutustarpeen arvioinnin esimerkiksi muistipoliklinikan, apuvälinekeskuksen tai vammaispalvelun kautta sekä asiakkaan tai hänen omaisensa omasta aloitteesta.

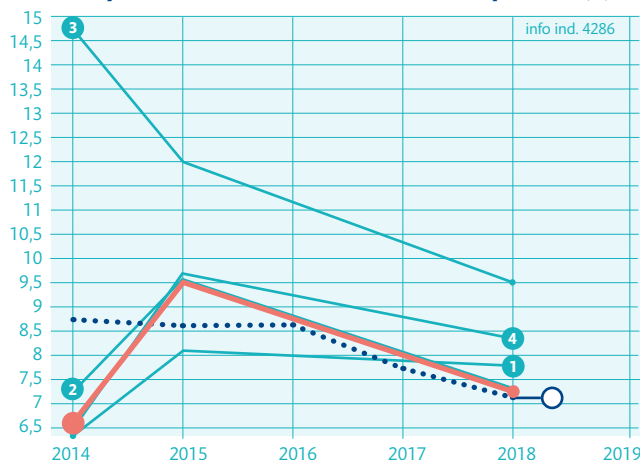
Sosiaali- ja terveyspalveluiden yhteistyö

Erityisesti ikääntyneiden palveluiden järjestämisessä korostuu tiivis yhteistyö sosiaali- ja terveyspalveluiden välillä. Palveluiden kehittämisen vahvana painopisteenä on yhteistyön edelleen tiivistäminen tulevaisuuden sote-keskus -hankkeen kehittämistyön myötä. Nykyisistä terveyskeskuksista tullaan kehittämään laaja-alaisia sosiaali- ja terveyskeskuksia, joissa terveydenhuollon palveluiden lisäksi on sosiaalityön ja perustason päihde- ja mielenterveyspalveluita. Sote-keskusten lisäksi palveluita tuotetaan terveys- ja hyvinvointipisteillä, joiden toiminta painottuu hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseen. Perustason palvelut tuotetaan lähellä ihmistä ja kotiin vietäviä palveluita lisätään myös kasvattamalla etäpalveluiden ja digitaalisten palveluiden määrää.

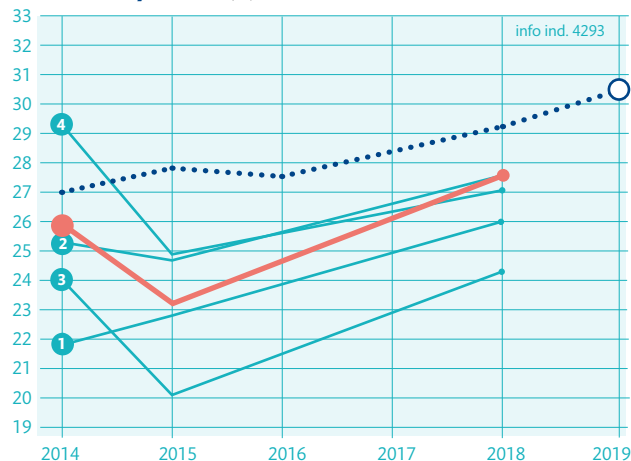
9 | Ikääntyneen väestön hyvinvointisuunnitelman strategiset painopisteet ja tavoitteet

Ikääntyneen väestön hyvinvointisuunnitelmassa ovat samat strategiset painopisteet ja niille määritellyt suunnittelukauden tavoitteet ikääntyneiden näkökulmasta kuin alueellisessa hyvinvointisuunnitelmassa määritellyt tavoitteet.

Itsensä yksinäiseksi tuntevien osuus, 65 v. täyttäneet (%)



Aktiivisesti järjestötoimintaan tms. osallistuvien osuus, 65 vuotta täyttäneet (%)



● Kymenlaakso ○ Koko maa

1 Etelä-Karjala 2 Etelä-Savo 3 Pohjois-Karjala 4 Pohjois-Savo

TAVOITTEIDEN OSALTA indikaattorien toteutumisen seuranta tapahtuu alueellisen hyvinvointisuunnitelman seurannan yhteydessä. Strategisten painopisteiden osalta tavoitteena on kokonaisvaltainen ikääntyneiden hyvinvoinnin vahvistuminen. Valittujen indikaattoreiden avulla seurataan tavoitteiden mukaisesti hyvinvointiin haitallisesti vaikuttavien elementtien heikentymistä ja hyvinvointia tukevien vahvistumista.

9.1. Merkityksellinen elämä

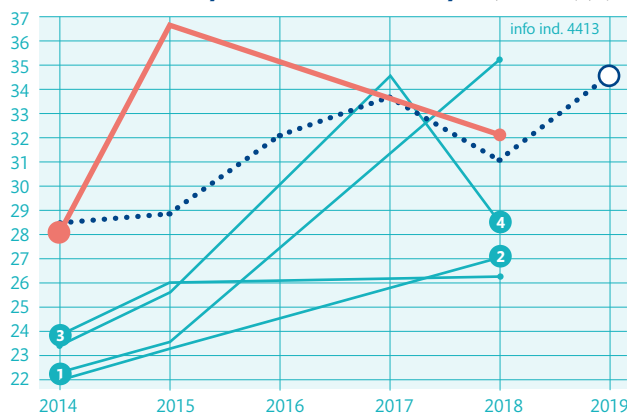
Yksinäisyys ja yksinasuminen heikentävät kaikenikäisten hyvinvointia. Kymenlaaksossa aikuisväestön yksinäisyyden kokemus on keskimääräistä pienempi vertailumaakuntiin ja Suomen keskiarvoon verrattuna. Ikääntyvä väestö kokee yksinäisyyden tunnetta enemmän kuin saman ikäinen väestö maassa keskimäärin. Yli 75-vuotiaissa on paljon yksinasuvia koko maakunnan alueella. (FinSote 2019, Sotkanet 2019.)

Aktiivisesti järjestötoimintaan osallistuvia on Kymenlaaksossa vähemmän kuin Suomessa keskimäärin ja lukumäärä on laskenut alueella aiempiin vuosiin verrattuna. Kulttuurisen hyvinvoinnin tuottamisessa Kymenlaakson kunnissa on suurta eroavaisuutta ja erityisesti Kouvola sijoittuu tässä vertailussa valtakunnallisesti hyvin. (FinSote 2019, Sotkanet 2019.)

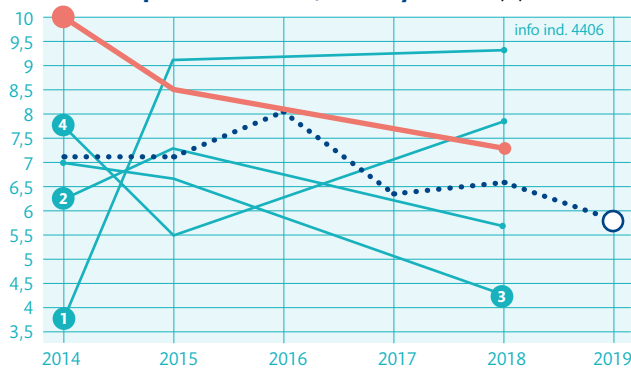
Suunnittelukauden tavoitteet:

- 1) Ikääntyneet asukkaat innostuvat osallistumaan ja vaikuttamaan omaan, yhteisönsä ja ympäristönsä hyvinvointiin
- 2) Kymenlaakson alueen eri toimijat mahdollistavat yhdessä asukkaiden kanssa paikallistoiminnan ja saumattoman yhteisen tekemisen

Alkoholia liikaa käyttävien osuus, 65 v. täytt. (AUDIT-C) (%)



Päivittäin tupakoivien osuus, 65 v. täyttäneet (%)



● Kymenlaakso ○ Koko maa

1 Etelä-Karjala 2 Etelä-Savo 3 Pohjois-Karjala 4 Pohjois-Savo

9.2. Päihteetön elämä ja sen tukeminen

Alkoholin kokonaiskulutus väheni valtakunnallisesti vuoteen 2018 saakka, mutta kääntyi jälleen nousuun vuonna 2019. Samanaikaisesti sairastavuus on pysynyt samana ja alkoholikuolleisuus on kasvanut myös Kymenlaaksossa. Alkoholin liikkäyttö on Kymenlaaksossa yleisempää matalasti koulutetuilla miehillä verrattuna koko maan tilanteeseen ja erot eri ryhmien välillä ovat suurempia kuin vertailumaakunnissa. Vertailumaakunnista alkoholia liikaa käyttävien osuus on suurempi ainoastaan Etelä-Karjalassa (32,6%) verrattuna Kymenlaaksoon (30,9 %). Kymenlaaksossa alkoholia liikaa käyttävien osuus 65 vuotta täyttäneistä on 32,1 % (koko maa 31,1 %). Alkoholijuomien kokonaismyynti asukasta kohden 100 %:n alkoholina on alueella laskenut tasaisesti 10 vuoden tarkastelujaksolla, ollen nyt 7,5 l, kun koko maan luku on 6,9 l. Alueella suurinta alkoholijuomien kokonaismyynti on Virolahdella (9,1 l). (Sotkanet 2019.)

Päivittäinen tupakointi on Kymenlaaksossa ollut laskusuunnassa jo pitkään kaikkien ikäryhmien osalta, mutta tupakointi on edelleen yleisempää verrattuna muuhun Suomeen. Kymenlaakson aikuisväestöstä 16,5 % tupakoi (koko maa 15,5 %). Yli 65-vuotiaiden tupakointi on ollut myös laskusuunnassa ollen 7,3 % (koko maa 6,2 %). Erityisesti erot näkyvät matalammin

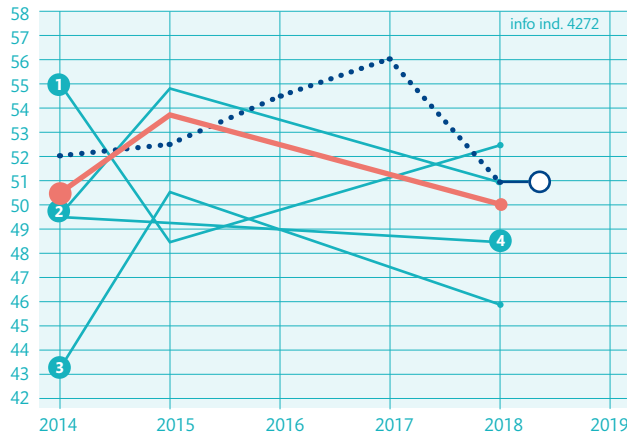
koulutetuilla naisilla sekä miehillä. Naisilla sekä alkoholinkäyttö että tupakointi ovat vertailumaakuntiin nähden yleisempää Kymenlaaksossa. (Sotkanet 2019.)

THL:n vuonna 2019 toteuttaman Suomalaisten **rahapelaaminen** -tutkimuksen mukaan vähintään kerran viikossa 12 viime kuukauden aikana pelanneita oli eniten Kymenlaaksossa ja Etelä-Karjalassa (41,8 %). Miehet pelaavat rahapelejä enemmän kuin naiset. Viikoittainen rahapelaaminen oli vähentynyt kaikissa muissa maakunnissa vuosien 2007 ja 2019 välillä paitsi Kymenlaaksossa, Etelä- ja Pohjois-Karjalassa sekä Etelä- ja Pohjois-Savossa. Rahapelejä pelaavat eniten 45–54-vuotiaat ja yli 65-vuotiaiden rahapelaaminen on noussut 10 % vuodesta 2007. Läheisnäkökulmasta ongelmallista rahapelaamista oli puolestaan kohdattu vähiten Kymenlaaksossa ja Etelä-Karjalassa (16,8 %).

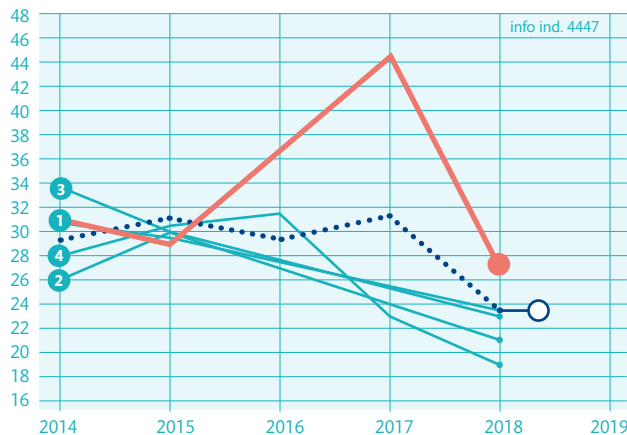
Suunnittelukauden tavoitteet:

- 1) Päihteiden kulutuksen ja käyttöön liittyvien haittojen vähentäminen
- 2) Rahapelaamiseen liittyvien haittojen vähentäminen

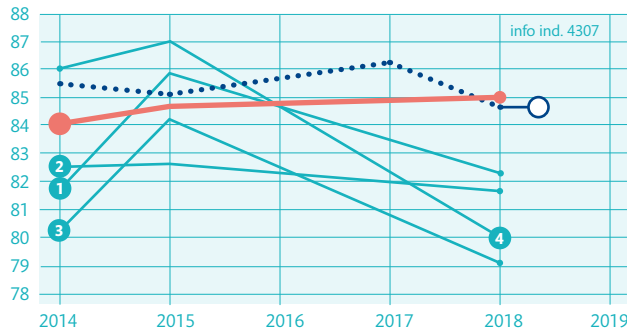
Elämänlaatunsa hyväksi tuntevien os., 65 v. täytt. (EuroHIS-8) (%)



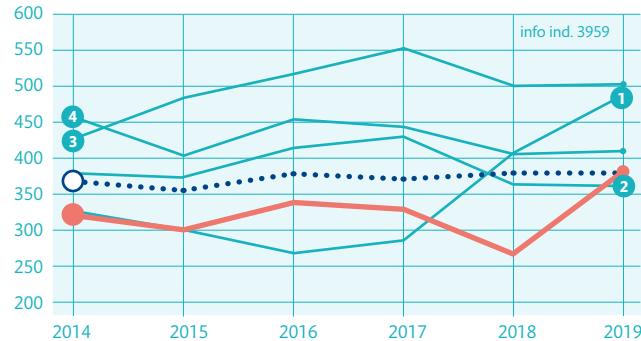
Vapaa-ajan liikuntaa harrastamattomien os., 65 v. täytt. (%)



Asuinalueensa olosuhteisiin tyytyväisten os., 65 v. täytt. (%)



Kaatumisiin ja putoamisiin liittyvät hoitojaksot., 65 v. täytt. / 10 000 vastaavan ikäistä (kpl)



9.4. Turvallinen arki ja terveellinen ympäristö

Kymenlaaksolaiset ikäihmiset ovat **verrattain tyytyväisiä asuinalueensa olosuhteisiin** (84,8 %). Työikäisten tyytyväisyys asuinalueensa olosuhteisiin on puolestaan laskenut ja se on matalampi kuin vertailumaakunnissa ja maassa keskimäärin.

Kaatumiset ovat yleinen tapaturman aiheuttaja ikääntyneillä. Kaatumiset aiheuttavat toimintakykyyn vaikuttavia vammoja, esimerkiksi päävammoja ja lonkkamurtumia, jotka voivat aiheuttaa pidempiaikaista toimintakyvyn vajetta ja avuntarvetta. Yli 65-vuotiailla tilastoitiin lonkkamurtumia vuonna 2018 yhteensä 319, mikä oli enemmän kuin muissa vertailumaakunnissa Pohjois-Savo lukuun ottamatta. Määrä on pysynyt kymmenen vuoden tarkastelujaksolla viimeiset kuusi vuotta lähes muuttumattomana. (Sotkanet 2019.)

9.3. Terveelliset elintavat ja hyvä mielenterveys

Yli 65-vuotiaista 50 % **kokee elämänlaatunsa hyväksi**, mutta suunta on ollut laskeva viime vuosien aikana. Elämänlaatunsa keskimääräistä paremmaksi koki Kymenlaaksossa 54,6 % väestöstä. Luku jää kuitenkin sekä maan keskiarvon (58,6 %) että vertailumaakuntien alapuolelle. (Sotkanet 2019.)

Yli 65-vuotiaiden osuus **vapaa-ajan liikuntaa harrastamattomien keskuudessa** (37,3 %) oli suurempi Kymenlaaksossa kuin vertailumaakunnissa. Ikääntyvän väestön toimintakyvyn heikkenemisestä ollaan huolestuneita sekä sote-sektorilla että alueen kunnissa. (Sotkanet 2019.)

Suunnittelukauden tavoitteet:

- 1) Terveellisten ravinto- ja liikuntatottumusten edistäminen
- 2) Muistisairauksien väheneminen
- 3) Mielen hyvinvoinnin edistäminen

Suunnittelukauden tavoitteet:

- 1) Tapaturmien ja lähisuhdeväkivallan ehkäisy
- 2) Syrjäytymisen ehkäisy
- 3) Ympäristöterveyden edistäminen



10 | Ikääntyneen väestön hyvinvointisuunnitelman välitavoitteet, toimenpiteet ja seuranta

Hyvinvointisuunnitelman valmistelutyössä on tunnistettu haasteet ikääntyneen väestön hyvinvoinnin ja terveyden tukemisessa. Ikääntyneen väestön yhteisesti sovitut maakunnalliset tavoitteet on kirjattu neljän painopisteen alle.

SUUNNITELMAAN ON KIRJATTU maakunnalliseen hyvinvointisuunnitelmaan pohjautuvat maakunnallisesti yhteiset välitavoitteet vuodelle 2022 sekä niille sovitut toimenpiteet. Välitavoitteissa on huomioitu strategiset tavoitteet ikääntyneen väestön hyvinvoinnin sekä osallisuuden ja toimijuuden tukemisesta ja mahdollistamisesta. Toimenpiteissä on huomioitu kuntakohtaiset tarpeet sekä eri tahojen osallistuminen niiden toteuttamiseen. Toimenpiteissä kuvataan konkreettisia toimenpiteitä välitavoitteiden saavuttamiseksi. Toimenpiteiden valmistelussa on huomioitu alueen vanhusneuvostojen antamat kommentit. Välitavoitteet ovat maakunnallisesti yhtenevät, mutta niiden toimenpiteet on laadittu kuntakohtaisesti.

Painopiste 1:
Kymenlaakson asukkailla on mahdollisuus merkitykselliseen elämään

Välitavoitteet vuoteen 2022

- 1) Oman toimijuuden ja osallisuuden tukeminen
- 2) Yhteisöllisyyden vahvistaminen
- 3) Avoimien kohtaamispaikkojen kehittäminen yhdessä ikäihmisten, kuntien, järjestöjen ja Kymsoten kanssa

Painopiste 2:
Kymenlaakson asukkailla on mahdollisuus elää päihteetöntä elämää ja saada tukea siihen

Välitavoitteet vuoteen 2022

- 1) Vahvistetaan ennakoivaa puheeksi ottoa ikääntyneiden päihteiden ja rahapelaamisen osalta
- 2) Lisätään osaamista päihteettömän elämän tukemiseen Kymsoten, kunnan ja järjestöjen toiminnassa
- 3) Elämänhallinnan tukeminen elämän muutostilanteissa

Painopiste 3:
Kymenlaakson asukkailla on mahdollisuus terveellisiin elintapoihin ja hyvään mielenterveyteen

Välitavoitteet vuoteen 2022

- 1) Toimintakyvyn ylläpitäminen eri toimintakyvyn osa-alueet huomioiden
- 2) Mielen hyvinvoinnin tukeminen
- 3) Vahvistetaan muistisairauksien varhaista tunnistamista, ja tietoisuutta miten toimia

Painopiste 4:
Kymenlaakson asukkailla on mahdollisuus elää turvallista arkea terveellisessä ympäristössä

Välitavoitteet vuoteen 2022

- 1) Kaatumisseula toimintamallin jalkauttaminen ja vahvistaminen
- 2) Osaamisen vahvistaminen lähisuhdeväkivallan tunnistamiseen ja ehkäisyyn Kymsoten, kunnan ja järjestöjen toiminnassa
- 3) Osaamisen vahvistaminen syrjäytymisen tunnistamiseen ja ehkäisyyn Kymsoten, kunnan ja järjestöjen toiminnassa
- 4) Ympäristöterveyden huomioiminen toiminnan suunnittelussa ja toteuttamisessa

Alueellinen hyvinvointisuunnitelma kytketään osaksi kuntayhtymän ja kuntien strategisia suunnitteluprosesseja. Ikääntyneen väestön hyvinvointisuunnitelman raportointi toteutetaan osana alueellista hyvinvointisuunnitelman arviointia. Luvussa yhdeksän esitelty ikääntyneen väestön pitkän aikavälin alueelliset indikaattorit raportoidaan alueellisen hyvinvointisuunnitelman raportoinnin yhteydessä joka toinen vuosi.

Maakunnallisesti sovitut ikääntyneen väestön hyvinvointisuunnitelman välitavoitteet ja niille asetettujen kuntakohtaisten toimenpiteiden toteutuminen raportoidaan vuosittain osana maakunnallista hyvinvointisuunnitelman raportointia.

10.1. Kuntien ja Kymsoten toimenpiteet välitavoitteille

Kuntien ja Kymsoten välitavoitteista nousee esille yhteisiä toimenpiteitä muun muassa avoimien kohtaamispaikkojen, digitukeen ja kaatumisseulaan liittyvien toimenpiteiden osalta. Toimenpiteissä korostuu myös ikääntyvän väestön osallisuuden tukeminen ja päihteiden käytön ehkäisy sekä puheeksi ottaminen. Toimenpiteiden teemoissa nousee vahvasti esille alueellinen yhteistyö eri toimijoiden kanssa ja sen vahvistaminen. Alueellisen hyvinvointikertomuksen mukaisten painopisteiden alatyöryhmissä tehdään monialaista yhteistyötä muun muassa osallisuuden ja ehkäisevän päihdetyön osalta.



PAINOPISTE 1.

Kymenlaakson asukkailla on mahdollisuus merkitykselliseen elämään

Välitavoitteet	Toimenpiteet	Vastuutaho/jatkovalmistelu yhdyspinnat	Mittarit
Oman toimijuuden ja osallisuuden tukeminen	Kuullaan ikäihmisiä heidän elinympäristössään ja tuetaan yhteisöllisyyttä kylissä ja keskustassa (Kylät lentoon-hanke, Yksinäisten miesten tapaamiset. Vapaaehtoistoiminnan koordinointi ja hyödyntäminen (esim. soittoringit, talotsemparit, ystävätoiminta). Vanhusneuvostoa kuullaan ja osallistetaan aiempaa enemmän. Mahdollistetaan vanhusneuvoston digiosaamisen vahvistaminen. Mahdollistetaan vähävaraisten osallistuminen esim. kulttuuripassi. Erityisliikuntakorttien myöntäminen jatkuu. Otetaan käyttöön ikäihmisten vaikuttajafoorumi. Otetaan käyttöön pysyvä digihyvinvointia ja syrjäytymistä ehkäisevä toimintamalli. Tuetaan taloyhtiöitä vaikuttamaan asumiseen aktiivisuuden, toimeliaisuuden ja yhteisöllisyyden edistämiseksi.	Etsivä vanhustyö, seurakunta, järjestöt. Osallisuus- ja hyvinvointikoordinaattorit, seurakunta, järjestöt. Osallisuusjohtaja ja vanhusneuvoston sihteeri, vanhusneuvoston puheenjohtaja. Johtotiimi, valiokunnat, Kulttuuripalvelut. Liikuntakoordinaattori. Osallisuuskoordinaattori, järjestöt. Hyvinvointikoordinaattori, järjestöt, Etsivä vanhustyö ja kirjastopalvelut. Hyvinvoinnin edistämisen tulosalue, järjestöt, Hamina Asunnot Oy.	Kylien tapaamiset toteutuu, kerran vuodessa pidetään isompi foorumi (Vanhusten messut tms.). Osallistujien määrä, käynnistetyt toiminnot. Vanhusneuvoston mielipiteitä on kuultu/aloitteiden määrä/toteutuneet. Toimintamalli valmistuu ja otetaan käyttöön. Liikuntakortti sosiaalisin perustein / määrä Ilmainen uinti 1x viikossa / osallistujat. Foorumi syntyy, tapaamiset vähintään 2 kertaa vuodessa. Pysyvän toimintamalli käyttöön Digineuvonnan määrä / v. Kuinka monta taloyhtiötä mukana, asukaskysely, muiden toimijoiden osallistumisen määrä.

Yhteisöllisyyden vahvistaminen	Tuetaan mahdollisuuksia yhteisöllisyyden edistymiseksi: - Kylät lentoon hankkeen jatkaminen - Kuntalaisaktiivisuus ja sen hyödyntäminen	Hyvinvoinnin edistäminen ja yhteistyökumppanit sekä kaupungin muut tulosalueet.	Tapahtumien ja toiminnan määrä, osallisuus- ja hyvinvointikysely / yksilön kokemus yhteisöllisyydestä.
Avoimien kohtaamispaikkojen kehittäminen yhdessä ikäihmisten, kuntien, järjestöjen ja Kymsoten kanssa	Kohtaamispaikkojen tuominen tutuksi kaikenikäisille. Tukea kylien omatoimista kohtaamispaikkatoimintaa. Kohtaamispaikat kylien "olohuoneiksi".	Hyvinvoinnin edistäminen, Kymsote, järjestöt.	Kohtaamispaikkojen määrä. Kontaktien määrä. Kohtaamispaikkojen itsenäisyys, jatkuvuus ja omatoimisuus.

PAINOPISTE 2.

Kymenlaakson asukkailla on mahdollisuus elää päihteetöntä elämää ja saada tukea siihen

Välitavoitteet	Toimenpiteet	Vastuutaho/jatkovalmistelu yhdyspinnat	Mittarit
Vahvistetaan ennakoivaa puheeksiottoa ikääntyneiden päihteiden ja rahapelaamisen osalta	Edistetään tietoisuutta päihteiden ja rahapelaamisen vaikutuksista ja niiden haitoista.	Ehkäisevän päihdetyönyhdyshenkilö / osallisuuskoordinaattori, järjestöt, Kymsote.	Päihdetietovalistustilaisuudet vähintään kaksi kertaa vuodessa ja pyydetään palaute osallistujilta.
Lisätään osaamista päihteettömän elämän tukemiseen Kymsoten, kunnan ja järjestöjen toiminnassa	Jalkautetaan puuttumisen toimintamalli organisaation ja yhteistyötahojen toimintaan.	Alueellinen järjestöasiantuntija, järjestöt, kumppanuustalo Hilma.	Puuttumisen toimintamalli otetaan käyttöön.
Elämänhallinnan tukeminen elämän muutostilanteissa	Järjestetään päihteettömyyttä tukevaa toimintaa kaupungin tiloissa esimerkiksi kohtaamispaikoissa.	Ehkäisevän päihdetyön yhdyshenkilö / Osallisuuskoordinaattori, Kymsote, järjestöt.	Tilaisuuksien määrä.

PAINOPISTE 3.

Kymenlaakson asukkailla on mahdollisuus terveellisiin elintapoihin ja hyvään mielenterveyteen

Välitavoitteet	Toimenpiteet	Vastuutaho/jatkovalmistelu yhdyspinnat	Mittarit
Toimintakyvyn ylläpitäminen eri toimintakyvyn osa-alueet huomioiden	Tuetaan syrjäytymisvaarassa kuuluvien ikäihmisten toimintakykyä, kehitetään etsivän vanhustyön toimintamallia. Elinikäisen oppimisen mahdollisuuksien edistäminen. Mahdollistetaan ikäihmisten monipuoliset liikuntaryhmät yhdessä kolmannen sektorin kanssa. Kehitetään vertaisohjaajien verkostoa. Edistetään liikuntaneuvonnan roolia ja tunnettavuutta ikäihmisten parissa. Tuetaan omaishoitajia hoivatyössä kokeilemalla vertaisryhmätoimintaa. Suunnitellaan Kymsoten kanssa toimivampaa paikkaa terveyskioskille.	Osallisuuskoordinaattori, liikuntapalvelut, järjestöt. Kulttuuripalvelut, kansalaisopisto, ikäihmisten yliopisto. Liikuntapalvelut, yhdistykset. Liikuntapalvelut. Hyvinvoinnin tulosalue, vanhusneuvosto, Kymsote Liikuntapalvelut. Kymsote, kiinteistöpalvelut, hyvinvoinnin edistämisen tulosalue.	Kuultujen ihmisten määrä, osallisuus- ja hyvinvointikysely (yksinäisyys, elämän merkityksellisyys, tuleeko kuulluksi, pääseekö liikkumaan) Tarjonnan määrä ja laatu, osallistujien määrä. Yhteistyöyhdistysten määrä. Liikuntaneuvonnan asiakaskontaktit. Osallistujien määrä. Käyttäjien tyytyväisyys kioskin sijoittumiseen.
Mielen hyvinvoinnin tukeminen	Senioripysäkkitoiminnan laajentaminen ja markkinointi. Hyödynnetään kulttuurin keinoja mielenterveyden edistämiseksi.	Etsivä vanhustyö, Hilma yhdistystalo, Kymsote. Kulttuuripalvelut, Kymsote.	Uudet osallistujat, tyytyväisyys toimintaa. Tapahtumien määrä.
Vahvistetaan muistisairauksien varhaista tunnistamista ja tietoisuutta miten toimia	Teematilaisuudet kohtaamispaikoissa ja seniorimessuilla.	Kymsote, Hyvinvoinnin edistäminen, yhdistykset.	Muistiluotsien järjestämien tilaisuuksien määrä.

PAINOPISTE 4.**Kymenlaakson asukkailla on mahdollisuus elää turvallista arkea terveellisessä ympäristössä**

Välitavoitteet	Toimenpiteet	Vastuutaho/jatkovalmistelu yhdyspinnat	Mittarit
Kaatumisseula toimintamallin jalkauttaminen ja vahvistaminen	Kaatumisseulan toiminnan systematisointi ja saavutettavuuden parantaminen Kymsoten kanssa sekä markkinointi.	Kymsote, Liikuntapalvelut.	Kymsote, Liikuntapalvelut.
Osaamisen vahvistaminen lähisuuhdeväkivallan tunnistamiseen ja ehkäisyyn Kymsoten, kunnan ja järjestöjen toiminnassa	Hyvinvointi- ja terveystietoisuuden lisääminen.	Kymsote, hyvinvoinnin edistäminen.	Koulutussuunnitelma on/ei.
Osaamisen vahvistaminen syrjäytymisen tunnistamiseen ja ehkäisyyn Kymsoten, kunnan ja järjestöjen toiminnassa	Hoksauta-kortti. Opastetaan, miten huoli-ilmoituksen voi tehdä. Järjetetään kampanja huoli-ilmoituksen tekemisestä.	Osallisuuskoordinaattori Kymsote. Hyvinvoinnin edistäminen, Hilma, Kymsote. Hyvinvoinnin edistäminen, kirjastopalvelut, liikuntapalvelut, Kymsote.	Huoli-ilmoitusten määrä. Toteutunut / ei toteutunut.
Ympäristöterveyden huomioiminen toiminnan suunnittelussa ja toteuttamisessa	Luonnon virkistyskäytön lisääminen. Esteettömyyden edistäminen.	Aluepalvelut, Liikuntapalvelut. Kaupunki, vanhusneuvosto, järjestöt.	Ihmisten ulkoilun lisääntyminen / määrät. Turvallisuuskävely ja sen tulokset, esteettömyyttä edistävät toimenpiteet/määrä.

PAINOPISTE 1.

Kymenlaakson asukkailla on mahdollisuus merkitykselliseen elämään

Välitavoitteet	Toimenpiteet	Vastuutaho/jatkovalmistelu yhdyspinnat	Mittarit
Oman toimijuuden ja osallisuuden tukeminen	Vahvistetaan ikäihmisten hyvinvointia edistävää toimintaa vakiintunein toimin ja ohjelmin, Kotkan kaupungin osallisuus-ohjelma ja kulttuuriohjelma, digituki, avoimet kohtaamispaikat (asiantuntija-apu, viestintä, keskitetty asiakasohjaus), Kotkan kaupungin osallistuva budjetointi, ikäihmisten yksinäisyyttä ehkäisevän ja hyvinvointia edistävän vapaaehtoistoiminnan kehittäminen, Yhes eteenpäin -hanke, kulttuurisen seniori- ja vanhustyön vahvistaminen, Kotkan kaupungin ikäihmisten neuvosto, vaalibussi, 70-vuotiaiden hyvinvointitilaisuus vuosittain.	Kotkan kaupunki, Kymsote, järjestöt ja yhdistykset.	Vapaaehtoistyö (näkyvyys mediassa, uudet käyttäjät ja istuntojen määrät vapaaehtoistyö.fi/kotka -sivustolla), osallistuvaan budjetointiin osallistuneiden kuntalaisten määrä, aktiivisten eläkeläis-yhdistysten määrä, Ikäihmisten neuvoston kokoontumiskerrat, äänestysaktiivisuus kuntavaaleissa, osallisuuden kokemus (ei vielä mittaristoa, taustoittava amk-opinnäytetyö tehty, yamk-opinnäytetyössä tehdään mittaristo).
Yhteisöllisyyden vahvistaminen	Jatketaan edelleen hyvää työtä osallisuuden ja yhteisöllisyyden tukemiseksi laadittujen ohjelmien mukaisesti kuten mm. Kotkan kaupungin osallisuusohjelma ja kulttuuriohjelma, Kotkan kaupungin osallistuva budjetointi, ikäihmisten yksinäisyyttä ehkäisevän ja hyvinvointia edistävän vapaaehtoistoiminnan kehittäminen, kulttuurisen seniori- ja vanhustyön vahvistaminen. Toimintaa ja tukea ikääntyville maahanmuuttajille.	Kotkan kaupunki, järjestöt ja yhdistykset.	Vapaaehtoistyö (näkyvyys mediassa, uudet käyttäjät ja istuntojen määrät vapaaehtoistyö.fi/kotka -sivustolla), osallistuvaan budjetointiin osallistuneiden kuntalaisten määrä, aktiivisten eläkeläisyhdistysten määrä, osallisuuden kokemus (ei vielä mittaristoa, taustoittava amk-opinnäytetyö tehty, yamk-opinnäytetyössä tehdään mittaristo), Kotona täälläkin -hanke.
Avoimien kohtaamispaikkojen kehittäminen yhdessä ikäihmisten, kuntien, järjestöjen ja Kymsoten kanssa	Kehitetään edelleen yhteistyötä ikäihmisille tarkoitettujen avoimien kohtaamispaikkojen kanssa (Kumppanuustalo Viikari, Kodintalo, Muistojen talo, Korttelikodit, kirjastot). Avoimissa kohtaamispaikoissa kehitetään erityisesti digitukea. Saatavilla myös erilaisia apuja ja asiakasohjausta.	Kotkan kaupunki, Kymsote, järjestöt ja yhdistykset.	Aktiivisten eläkeläisyhdistysten määrä, osallisuuden kokemus; ei vielä mittaristoa, taustoittava amk-opinnäytetyö tehty, yamk-opinnäytetyössä tehdään mittaristo.

PAINOPISTE 2.

Kymenlaakson asukkailla on mahdollisuus elää päihteetöntä elämää ja saada tukea siihen

Välitavoitteet	Toimenpiteet	Vastuutaho/jatkovalmistelu yhdyspinnat	Mittarit
Vahvistetaan ennakoivaa puheeksiottoa ikääntyneiden päihteiden ja rahapelaamisen osalta	Osallistutaan alueellisen puheeksiottamisen toimintamallin valmisteluun.	Kymsote ja Kotkan kaupunki/ hyvinvoinnin ja terveyden vastuualue, srk ja järjestöt.	Alueellinen puheeksiottamisen toimintamalli valmis (kyllä/ei).
Lisätään osaamista päihteettömän elämän tukemiseen Kymsoten, kunnan ja järjestöjen toiminnassa	Vahvistetaan päihdeosaamista yhteistyön ja tuen tiivistämisellä päihdepalvelujen kanssa sekä kohdennetulla koulutuksella. Suunnataan tiedottamista päihteistä, lääkkeistä ja rahapelaamisesta ikäihmisille.	Kotkan kaupunki, järjestöt ja Ikäihmisten neuvosto, Apteekit.	Toteutuneiden koulutusten määrä (kpl) sekä ammattilaisille että kuntalaisille. Yhteisapelillä!-hankkeen: infotilaisuudet kohderyhmittäin, huomioidaan myös läheiset.
Elämänhallinnan tukeminen elämän muutostilanteissa	Huomioidaan elämän kriisitilanteet mm. leskeytyminen, omaishoitajat.	Kotkan kaupunki, srk, KaksPy, SPR.	Toteutuneet ohjaukset ja ryhmät.

PAINOPISTE 3.

Kymenlaakson asukkailla on mahdollisuus terveellisiin elintapoihin ja hyvään mielenterveyteen

Välitavoitteet	Toimenpiteet	Vastuutaho/jatkovalmistelu yhdyspinnat	Mittarit
Toimintakyvyn ylläpitäminen eri toimintakyvyn osa-alueet huomioiden	Palkittuja hyviä toimintamalleja jatketaan (puisto-, piha- ja parvekejummat). Terveyttä ja hyvinvointia edistävä liikuntaneuvonta ja -ohjaus (kerrotaan terveellisten elintapojen, hyvän unen ja liikunnan merkityksestä asiakaskontakteissa). Omaishoidon liikuntaryhmät. Yhdistysten, järjestöjen ja seurojen yhteistyö kunnan kanssa (esim. Ikäinstituutin Yhdessä kotikulmilla -hankkeen Talotsempparit). Kuntopolku-toiminnan kehittäminen yhteistyössä kunnan hyten ja liikuntapalveluiden kanssa.	Kotkan kaupunki, Kymsote.	Liikuntaryhmiin sekä -neuvontaan osallistuneiden määrä.

Mielen hyvinvoinnin tukeminen	Kulttuurihyvinvointitapahtumilla edistetään ikääntyneiden mielen hyvinvointia (mm. 70-vuotiaiden hyvinvointitapahtuma, Mielessä tuulee -viikko, kirjastokuriiritoiminta).	Järjestöt ja yhdistykset.	Jäämistövaroista toteutetut virkistystapahtumat ikäihmisille (Vellamokäynnit/ryhmien määrä ja kävijät). 70-vuotiaiden hyvinvointitapahtuma (osallistujamäärä). Kirjastokuriiripalveluiden käyttäjät.
Vahvistetaan muistisairauksien varhaista tunnistamista ja tietoisuutta miten toimia	Muistisairaiden, heidän omaistensa ja läheistensä tukeminen, tiedottaminen ja neuvonta (edunvalvonta-asioista tiedottaminen, tapahtumat). Muistipoliklinikan kanssa uudelleen yhteistyön käynnistäminen.	Kotkan kaupunki/hyvinvointi ja terveys, Kymsote, Kotkan seudun muistiyhdistys ry.	Kotkan seudun muistiyhdistyksen tapahtumat, koulutukset ja ryhmät, Kotkan kaupungin hyvinvoinnin ja terveyden vastuualueen moniammatillisen yhteistyö.

PAINOPISTE 4.

Kymenlaakson asukkailla on mahdollisuus elää turvallista arkea terveellisessä ympäristössä

Välitavoitteet	Toimenpiteet	Vastuutaho/jatkovalmistelu yhdyspinnat	Mittarit
Kaatumisseula toimintamallin jalkauttaminen ja vahvistaminen	KaatumisSeula -toiminnan kanssa tiivis yhteistyö jatkuu edelleen ja toimintaa kehitetään säännöllisesti tulevaisuudessakin. Hyvinvoinnin ja terveyden vastuualueen liikunnanohjaajien ryhmään ja liikuntaneuvontaan ohjautuu KaatumisSeulasta asiakkaita.	Kymsote ja Kotkan kaupunki.	Kaatumisseula (asiakasmäärä). Parveke- piha- ja puistojumput (osallistujamäärät).
Osaamisen vahvistaminen lähisuhdeväkivallan tunnistamiseen ja ehkäisyyn Kymsoten, kunnan ja järjestöjen toiminnassa	Osallistutaan alueellisen lähisuhdeväkivallan kehittämiseen ja jalkauttamiseen.	Kotkan kaupunki, Kymsote, poliisi.	Toimintamalli kehitetty kyllä/ei.
Osaamisen vahvistaminen syrjäytymisen tunnistamiseen ja ehkäisyyn Kymsoten, kunnan ja järjestöjen toiminnassa	Etsivän vanhustyön käynnistäminen.	Kotkan kaupunki, järjestöt, srk.	Toimintamalli käynnistetty kyllä/ei.

Välitavoitteet	Toimenpiteet	Vastuutaho/jatkovalmistelu yhdyspinnat	Mittarit
Ympäristöterveyden huomioiminen toiminnan suunnittelussa ja toteuttamisessa	Kotkan kaupungin kestävä liikumisen ja ilmasto-ohjelman toimenpiteet. Esteettömyyden ja saavutettavuuden huomioiminen. (esim. katuvalot ympärivuorokauden päällä, hiekoitus, puistot, esteettömät liikuntareitit). Ympäristöterveydenhuollon ohjaus ja neuvonta. Ikäihmisten turvallisuusasioiden huomioiminen (mm. kotitapaturmat ja liikenneturvallisuus).	Kotkan kaupungin kestävä liikumisen ja ilmasto-ohjelman toimenpiteet. Esteettömyyden ja saavutettavuuden huomioiminen. (esim. katuvalot ympärivuorokauden päällä, hiekoitus, puistot, esteettömät liikuntareitit). Ympäristöterveydenhuollon ohjaus ja neuvonta. Ikäihmisten turvallisuusasioiden huomioiminen (mm. kotitapaturmat ja liikenneturvallisuus).	Kotkan kaupungin kestävä liikumisen ja ilmasto-ohjelman toimenpiteet. Esteettömyyden ja saavutettavuuden huomioiminen. (esim. katuvalot ympärivuorokauden päällä, hiekoitus, puistot, esteettömät liikuntareitit). Ympäristöterveydenhuollon ohjaus ja neuvonta. Ikäihmisten turvallisuusasioiden huomioiminen (mm. kotitapaturmat ja liikenneturvallisuus).

PAINOPISTE 1.

Kymenlaakson asukkailla on mahdollisuus merkitykselliseen elämään

Välitavoitteet	Toimenpiteet	Vastuutaho/jatkovalmistelu yhdyspinnat	Mittarit
Oman toimijuuden ja osallisuuden tukeminen	1. Digiopastusta tarjotaan matalan kynnyksen kohtaamispaikoissa. 2. Lisätään ulkoilu-, kulttuuri- ja liikuntatapahtumien tarjontaa ja opastetaan asiointi- ja ulkoiluavun saamisessa. 3. Senioriliitteen kokoaminen 4x/vuosi.	1. Kouvolan kaupunki / Hyvinvoinnin työryhmä. 2. Kouvolan kaupunki / liikunta- ja kulttuuripalvelut, Hyvinvoinnin työryhmä, Kouvolan seurakunnat. 3. Kouvolan kaupunki / Viestintä / Hyvinvoinnin työryhmä.	1. Digitukea järjestävien kohtaamispaikkojen lkm. 2. Ikäihmisille suunnattujen kulttuuri- ja liikuntatapahtumien lkm Keskustelupuhelin/ytteydenottojen lkm. 3. Toteutunut/lkm.
Yhteisöllisyyden vahvistaminen	1. Vahvistetaan järjestöjen ja aluetoimikuntien kanssa tehtävää yhteistyötä ikäihmisten osallisuuden tukemiseksi, esim Seniorien suhinat. 2. Vanhusneuvoston osallistaminen palvelujen kehittämisessä.	1. Kouvolan kaupunki / Hyvinvoinnin työryhmä, järjestöt ja aluetoimikunnat, Kouvolan seurakunnat. 2. Kouvolan kaupunki / Hyvinvoinnin palveluyksikkö, Vanhusneuvosto.	1. Yhteiset tilaisuudet ja tapahtumat lkm. 2. Toteutuneet kuulemiset lkm.
Avoimien kohtaamispaikkojen kehittäminen yhdessä ikäihmisten, kuntien, järjestöjen ja Kymsoten kanssa	1. Yhteisötilojen toiminnan vakiinnuttaminen . 2. Joukkoliikenteen kehittäminen.	1. Kouvolan kaupunki / Hyvinvoinnin palveluyksikkö, aluetoimikunnat, järjestöt, Kouvolan seurakunnat. 2. Kouvolan kaupunki / Joukkoliikenne ja kuljetukset.	1. Yhteisötilojen lkm, asiakkaiden lkm. 2. Asiointitaksit ja palvelulinjat, nousujen lkm, asiakastytyväisyys.

PAINOPISTE 2.

Kymenlaakson asukkailla on mahdollisuus elää päihteetöntä elämää ja saada tukea siihen

Välitavoitteet	Toimenpiteet	Vastuutaho/jatkovalmistelu yhdyspinnat	Mittarit
Vahvistetaan ennakoivaa puheeksiottoa ikääntyneiden päihteiden ja rahapelaamisen osalta	1. Yhdistykset, järjestöt ja muut vapaa-ajan toimijat vahvistavat ikääntyneiden tietoisuutta päihteiden / rahapelaamisen haitoista.	1. Kouvolan kaupunki / Hyvinvoinnin työryhmä, Kymsote, järjestöt ja yhdistykset, Kouvolan seurakunnat.	1. Yhdistystoimijoiden käymät koulutukset, lkm.
Lisätään osaamista päihteettömän elämän tukemiseen Kymsoten, kunnan ja järjestöjen toiminnassa	1. Tietoiskut ikäihmisille, täsmäinfot. 2. Ikäopastimen markkinointi. 3. Koulutus ja tuki yhdistyksille ja järjestöille päihteiden käytön tunnistamiseen ja tukeen ohjaamiseen.	1. Kouvolan kaupunki / Hyvinvoinnin työryhmä, Kymsote, järjestöt ja yhdistykset. 2. Kouvolan kaupunki / Hyvinvoinnin työryhmä, Kymsote. 3. Kouvolan kaupunki / Hyvinvoinnin työryhmä, Kymsote, järjestöt ja yhdistykset.	1. Tietoiskujen ja infojen lkm. 2. Ikäopastimen kautta tehdyt palvelutarpeen arvioinnit, lkm. 3. Järjestettyjen koulutusten lkm.
Elämänhallinnan tukeminen elämän muutostilanteissa	1. Pilke-toiminta. 2. Monitoimijaiset infot ja keskustelutilaisuudet esim. eläköitymisen tai leskeytymisen yhteydessä.	1. Kouvolan kaupunki / Hyvinvoinnin palveluyksikkö, Kymsote, Kouvolan seurakunnat. 2. Kouvolan kaupunki/ Hyvinvoinnin työryhmä, seurakunta, eri kolmannen sektorin toimijat.	1. Auditien seuranta, Osallistujien lkm Pilke-toiminnassa. 2. Toteutuneet infot ja tilaisuudet, lkm.

PAINOPISTE 3.

Kymenlaakson asukkailla on mahdollisuus terveellisiin elintapoihin ja hyvään mielenterveyteen

Välitavoitteet	Toimenpiteet	Vastuutaho/jatkovalmistelu yhdyspinnat	Mittarit
Toimintakyvyn ylläpitäminen eri toimintakyvyn osa-alueet huomioiden	1. Ikääntyneiden liikuntaryhmät, liikuntaneuvonta, Liikuntakaveri-toiminta. 2. Digitaaliset palvelut kulttuurissa ja liikunnassa. 3. Museon järjestämät työpajat koti- ja hoivahoidossa ja hoivakotien henkilö-kunnan kouluttaminen muisteluhetkien järjestämiseen. 4. Elintapaneuvonnan vahvistaminen Hyvinvointipisteillä ja verkostoissa.	1. Kouvola kaupunki / Liikuntapalvelut, järjestöt ja yhdistykset, Kouvola seurakunnat. 2. Kouvola kaupunki / Kulttuuri- ja liikuntapalvelut, järjestöt ja yhdistykset. 3. Kouvola kaupunki / kulttuuripalvelut. 4. Kouvola kaupunki / Hyvinvoinnin työryhmä, Kymssote, järjestöt ja yhdistykset.	1. Toteutunut toiminta, osallistujien lkm. 2. Digitaalisten palvelujen lkm. 3. Työpajojen ja koulutusten lkm. 4. Elintapaneuvonnan kävijämäärät.
Mielen hyvinvoinnin tukeminen	1. Puhelinkaveritoiminnan toimintamalli. 2. Keskustelupuhelin.	1. Kouvola kaupunki / Hyvinvoinnin työryhmä, järjestöt ja yhdistykset, Kymssote. 2. Kouvola kaupunki / Yhteisöpalvelut.	1. Toimintamalli valmis/ei. 2. Yhteydenottojen lkm.
Vahvistetaan muisti-sairauksien varhaista tunnistamista ja tietoisuutta miten toimia	1. Tietoisuuden ja infojen järjestäminen työyhteisöille, järjestöille ja ikäihmisten omaisille. 2. Muistikahvila- ja muistiluotsitoiminnan vakiinnuttaminen.	1. Muistiyhdistys, Kymssote, Kouvola kaupunki / Hyvinvoinnin työryhmä. 2. Muistiyhdistys, Kouvola seurakunnat.	1. Tietoisuuden ja infojen lkm. 2. Kävijämäärät.

PAINOPISTE 4.

Kymenlaakson asukkailla on mahdollisuus elää turvallista arkea terveellisessä ympäristössä

Välitavoitteet	Toimenpiteet	Vastuutaho/jatkovalmistelu yhdyspinnat	Mittarit
Osaamisen vahvistaminen lähisuhdeväkivallan unnistamiseen ja ehkäisyyn Kymsoten, kunnan ja järjestöjen toiminnassa	1. Kotiavun ja vapaaehtoistyöntekijöiden ja muiden toimijoiden koulutuksen järjestäminen ja opastukset huoli-ilmoituksen tekemiseen. 2. Puhelinkaveritoiminta ja keskustelupuhelin edistämässä turvallisuuden tunnetta.	1. Kouvolan kaupunki i/ Hyvinvoinnin työryhmä, Kymsote. 2. Kouvolan kaupunki / Hyvinvoinnin työryhmä, Kymsote.	1. Koulutusten lkm. 2. Yhteydenottojen .
Osaamisen vahvistaminen syrjäytymisen tunnistamiseen ja ehkäisyyn Kymsoten, kunnan ja järjestöjen toiminnassa	1. Kotiavun ja vapaaehtoistyöntekijöiden ja muiden toimijoiden koulutuksen järjestäminen ja opastukset huoli-ilmoituksen tekemiseen. 2. Puhelinkaveritoiminta ja keskustelupuhelin .	1. Kouvolan kaupunki / Hyvinvoinnin työryhmä, Kymsote. 2. Kouvolan kaupunki / Hyvinvoinnin työryhmä, Kymsote.	1. Koulutusten lkm. 2. Yhteydenottojen lkm.
Ympäristöterveyden huomioiminen toiminnan suunnittelussa ja toteuttamisessa	1. Elinympäristön esteettömyyden huomiointi tilojen suunnittelussa ja tietoisuuden/tiedottamisen lisääminen. 2. Puistoalueet toimintaan aktivoiviksi. 3. Kaupunkiympäristön viherryttäminen. 4. Esteettömät luontopolut.	1. Kouvolan kaupunki / Hyvinvoinnin työryhmä, ASYM, Vanhus- ja vammaisneuvostot, järjestöt, Kouvolan seurakunnat. 2. Kouvolan kaupunki / Hyvinvoinnin työryhmä, ASYM, liikuntapalvelut. 3. Kouvolan kaupunki / Hyvinvoinnin työryhmä, ASYM, liikuntapalvelut. 4. Kouvolan kaupunki / Hyvinvoinnin työryhmä, ASYM, liikuntapalvelut.	1. Uudet esteettömät tilat, lkm. 2. Kaupungin aktivoivat puistoalueet, lkm. 3. Toteutuneet viheralueet, lkm. 4. Esteettömien luontopolkujen lkm.
Kaatumisseula toimintamallin jalkauttaminen ja vahvistaminen	1. Kaatumisseula-toimintamallin vieminen yhdistysten ja järjestöjen toimintaan.	1. Kouvolan kaupunki / Hyvinvoinnin työryhmä, järjestöt ja yhdistykset.	1. Toteutuneet infotilaisuudet.

PAINOPISTE 1.

Kymenlaakson asukkailla on mahdollisuus merkitykselliseen elämään

Välitavoitteet	Toimenpiteet	Vastuutaho/jatkovalmistelu yhdyspinnat	Mittarit
Oman toimijuuden ja osallisuuden tukeminen	Tuodaan sote-asiantuntemus avoimissa kohtaamispaikoissa ja muissa tilaisuuksissa. Hyvinvointia edistävät tapaamiset 75-vuotta täyttävälle. Kulttuurisen seniori- ja vanhustyön vahvistaminen (henkilöstön koulutus).	Kymsote (koti-, asumis- ja hoivapalvelut/varhaisen tuen palvelut, yhteistyössä kunnat ja järjestöt. Kymsote (koti-, asumis- ja hoivapalvelut/ varhaisen tuen palvelut). Yhteistyössä Kymsote (koti-, asumis- ja hoivapalveluiden esimiehet), kulttuuritoimijat ja järjestöt.	Tilaisuuksien määrä. Hyko tapaamisiin osallistuneiden määrä. Koulutusten määrä/osallistujat.
Yhteisöllisyyden vahvistaminen	Yhteisöllisyyttä tukevat tilaisuudet.	Kymsoten asumispalveluiden henkilöstö ja esimiehet, järjestöt ja vapaaehtoistoimijat.	Tilaisuuksien määrä.
Avoimien kohtaamispaikkojen kehittäminen yhdessä ikäihmisten, kuntien, järjestöjen ja Kymsoten kanssa	Mallinnetaan avoimien kohtaamispaikkojen malli yhteistyössä kunnat, järjestöt, kolmassektori ja kuntayhtymä.	Yhteistyössä kunnat, järjestöt ja Kymsote (koti-, asumis- ja hoivapalvelut/ varhaisen tuen palvelut).	Avoimin kohtaamispaikkojen malli tehty, kyllä/ei.

PAINOPISTE 2.

Kymenlaakson asukkailla on mahdollisuus elää päihteetöntä elämää ja saada tukea siihen

Välitavoitteet	Toimenpiteet	Vastuutaho/jatkovalmistelu yhdyspinnat	Mittarit
Vahvistetaan ennakoivaa puheeksiottoa ikääntyneiden päihdeiden ja rahapelaamisen osalta	Ikääntyneiden palvelut osallistuu puheeksiottamisen alueellisen toimintamallin rakentamiseen. Päihde ja rahapeli haitat huomioidaan sote-asiantuntija- ja tietoisuuksissa esim. avoimissa kohtaamispaikoissa.	Kymsote (hyte ja sote-keskushanke, koti-, asumis- ja hoivapalvelut), järjestöt. Kymsote (Koti-, asumis- ja hoivapalvelu, mielen- terveys- ja päihdepalvelut).	Alueellinen puheeksiottamisen toimintamalli valmis (kyllä/ei). Tilaisuuksien määrä.

Lisätään osaamista päihdeettömän elämän tukemiseen Kymsoten, kunnan ja järjestöjen toiminnassa	Vahvistetaan henkilöstön päihdeosaamista yhteistyön ja tuen tiivistämisellä päihdepalvelujen kanssa, sekä kohdennetulla koulutuksella huomioiden järjestöjen erityisasiantuntemus.	Kymsote (Koti-, asumis- ja hoivapalvelu, mielenterveys- ja päihdepalvelut, sote-keskushanke).	Toteutuneiden koulutusten ja koulutettujen määrä (kpl).
Elämänhallinnan tukeminen elämän muutostilanteissa	Eri asiakasryhmille suunnattuja kokoontumisia lähellä arkea.	Kymsote (Koti-, asumis- ja hoivapalvelut/ varhaisen tuen palvelut) ja järjestöt.	Kokoontumisten ja osallistujien määrä.

PAINOPISTE 3.

Kymenlaakson asukkailla on mahdollisuus terveellisiin elintapoihin ja hyvään mielenterveyteen

Välitavoitteet	Toimenpiteet	Vastuutaho/jatkovalmistelu yhdyspinnat	Mittarit
Toimintakyvyn ylläpitäminen eri toimintakyvyn osa-alueet huomioiden	Terveelliseen ravitsemukseen liittyvät asiantuntijaluennot, neuvonta ja ohjaus. Osallisuuden vahvistaminen (vuorovaikutuksen ja kontaktien mahdollistaminen).	Kymsote (Koti-, asumis- ja hoivapalvelut, kuntoutuspalvelut, mielenterveys- ja päihdepalvelut, sote-keskuksen elintapaneuvonta). Kymsote (Koti-, asumis- ja hoivapalvelut yhteistyössä muiden Kymsoten palveluiden kanssa).	Toteutuneet luennot/tilaisuudet ja niihin osallistuneiden määrä. Uudenlaiset toimintamallit vuorovaikutuksen ylläpitämiseen (esim. digipalvelu) määrä.
Mielen hyvinvoinnin tukeminen	Kuntouttavan päivätoiminnan mallintaminen ja käynnistäminen. Vahvistetaan kulttuuria mielen hyvinvoinnin tukijana (Ikääntyneiden kulttuurihyvinvointisuunnitelma).	Kymsote (Koti-, asumis- ja hoivapalvelut, Sote-rakenneuudistushanke). Kymsote (Koti-, asumis- ja hoivapalvelut, sote-rakenneuudistushanke), kulttuuritoimijat, järjestöt.	Toiminta käynnistynyt kyllä/ei. Hyvinvointisuunnitelma valmis kyllä/ei.
Vahvistetaan muistisairauksien varhaista tunnistamista ja tietoisuutta miten toimia	Asiakkaan Muistipolun mallintaminen yhdessä muistipolin kanssa. Henkilöstön muistiosaamisen vahvistaminen kohdennetuilla koulutuksilla huomioiden järjestöjen erityisosaaminen.	Kymsote (Koti-, asumis- ja hoivapalvelut, geriatrinen poliklinikka). Kymsote (Koti-, asumis- ja hoivapalvelut, geriatrinen poliklinikka).	Malli valmis kyllä /ei. Koulutusten määrä.

PAINOPISTE 4.**Kymenlaakson asukkailla on mahdollisuus elää turvallista arkea terveellisessä ympäristössä**

Välitavoitteet	Toimenpiteet	Vastuutaho/jatkovalmistelu yhdyspinnat	Mittarit
Kaatumisseula toimintamallin jalkauttaminen ja vahvistaminen	Yhtenäisen Kaatumisseula toimintamallin käytön vahvistaminen.	Kymsote (Koti-, asumis- ja hoivapalvelut, vastaanottopalvelut), kunnat.	Kaatumiseulaan ohjautuneiden määrä.
Osaamisen vahvistaminen lähisuhdeväkivallan tunnistamiseen ja ehkäisyyn Kymsoten, kunnan ja järjestöjen toiminnassa	Lähisuhdeväkivallan ehkäisyn alueellisen toimintamallin ja Marak-mallin jalkauttaminen (moniammatillinen riskien arviointikokous).	Kymsote (Koti-, asumis- ja hoivapalvelut, vastaanottopalvelut), järjestöt, kunnat.	Jalkauttamiseen liittyvien tilaisuuksien määrä.
Osaamisen vahvistaminen syrjäytymisen tunnistamiseen ja ehkäisyyn Kymsoten, kunnan ja järjestöjen toiminnassa	Vahvistetaan syrjäytymisen tunnistamista palveluissa osaamisen lisäämisellä (perusterveydenhuollon ja sosiaalihuollon välinen konsultaatiomalli).	Kymsote (koti-, asumis- ja hoivapalvelut, mielenterveys- ja päihdepalvelut, aikuisten monialaiset palvelut, vastaanottopalvelut).	konsultaatio toimintamalli valmis kyllä/ei.
Ympäristöterveyden huomioiminen toiminnan suunnittelussa ja toteuttamisessa	Luodaan malli fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista terveyttä edistävästä sekä ylläpitävästä asumisyksiköiden ympäristöstä. Turvallinen koti -konseptin valmistelu ja käyttöönotto (yhteistyössä pelastuslaitoksen ja oppilaitosten kanssa).	Kymsote (asumispalvelut) yhteistyössä alueen oppilaitosten kanssa. Kymsote (Koti-, asumis- ja hoivapalvelut/ kotihoito), rakenneuudistushanke, sote-keskushanke.	Malli valmis kyllä/ei. Konsepti käytössä kyllä/ei.

Miehikkälä & Virolahti

PAINOPISTE 1.

Kymenlaakson asukkailla on mahdollisuus merkitykselliseen elämään

Välitavoitteet	Toimenpiteet	Vastuutaho/jatkovalmistelu yhdyspinnat	Mittarit
Oman toimijuuden ja osallisuuden tukeminen	Kunila ja Villinranta ovat kohtaamispaikkoja. Tapahtumat ja tilaisuudet. Liikkumismahdollisuuksien parantaminen. Digituki on tarpeen syrjäytymisen ehkäisyssä. Ite ja yhdessä -hanke.	Kunta, järjestöt, Kymsote. Liikuntatoimi. Kunta, hanke, järjestöt.	Osallistujien määrä. Tapahtumien määrä. Kutsutaksiliikenteen määrä, Väinön lenkin käyttäjämäärä. Hankeen jalkauttaminen. Hankkeen toimintasisällöt.
Yhteisöllisyyden vahvistaminen	Erilaiset tapahtumat. Hyvinvointikyselyt.	Kunta, järjestöt, hanke.	Tapahtumien määrä.
Avoimien kohtaamispaikkojen kehittäminen yhdessä ikäihmisten, kuntien, järjestöjen ja Kymsoten kanssa	Kohtaamispaikat.		

PAINOPISTE 2.

Kymenlaakson asukkailla on mahdollisuus elää päihteetöntä elämää ja saada tukea siihen

Välitavoitteet	Toimenpiteet	Vastuutaho/jatkovalmistelu yhdyspinnat	Mittarit
Vahvistetaan ennakoivaa puheeksiottoa ikääntyneiden päihteiden ja rahapelaamisen osalta	Tietoa puheeksiottamisesta. Parantavat puutarhat kaikenikäisille ihmisille.	Kymsoten infot. Ite ja yhdessä -hanke.	Infojen määrä. Osallistujamäärä.
Lisätään osaamista päihteettömän elämän tukemiseen Kymsoten, kunnan ja järjestöjen toiminnassa			
Elämänhallinnan tukeminen elämän muutostilanteissa			

PAINOPISTE 3.

Kymenlaakson asukkailla on mahdollisuus terveellisiin elintapoihin ja hyvään mielenterveyteen

Välitavoitteet	Toimenpiteet	Vastuutaho/jatkovalmistelu yhdyspinnat	Mittarit
Toimintakyvyn ylläpitäminen eri toimintakyvyn osa-alueet huomioiden	Hyvinvointiin liittyvät infot. Uudet tavat pitää yhteyttä arjessa.	Liikuntatoimi. Kulttuurintuottaja.	Infojen määrä. Uudenlaisten yhteydenpitotapojen määrä.
Mielen hyvinvoinnin tukeminen			
Vahvistetaan muisti-sairauksien varhaista tunnistamista ja tietoisuutta miten toimia			

PAINOPISTE 4.**Kymenlaakson asukkailla on mahdollisuus elää turvallista arkea terveellisessä ympäristössä**

Välitavoitteet	Toimenpiteet	Vastuutaho/jatkovalmistelu yhdyspinnat	Mittarit
Kaatumisseula toimintamallin jalkauttaminen ja vahvistaminen			
Osaamisen vahvistaminen lähisuhteiden tunnistamiseen ja ehkäisyyn Kymsoten, kunnan ja järjestöjen toiminnassa			
Osaamisen vahvistaminen syrjäytymisen tunnistamiseen ja ehkäisyyn Kymsoten, kunnan ja järjestöjen toiminnassa	Jalkakäytävien osahiekotus, turvallinen ja virikkeellinen ympäristö joka olisi saavutettavissa. Pitkäkoskelle esteetön lähiliikuntapaikka ja Myllylammen reitti; informoidaan näiden käyttömahdollisuudesta. Digituki ja kylätoiminta.	Tekninen toimi. Liikuntatoimi.	Digituen käyttäjien määrä.
Ympäristöterveyden huomioiminen toiminnan suunnittelussa ja toteuttamisessa			

PAINOPISTE 1.

Kymenlaakson asukkailla on mahdollisuus merkitykselliseen elämään

Välitavoitteet	Toimenpiteet	Vastuutaho/jatkovalmistelu yhdyspinnat	Mittarit
Oman toimijuuden ja osallisuuden tukeminen	Mmonimuotoinen ryhmätoiminta (eri-ikäiset yhdessä), mm: viikoittaiset kerhot, avoin olohuone.	Kunta, srk, Terveystalo, Kymsote.	Viikoittaiset kävijämäärät.
Yhteisöllisyyden vahvistaminen	Yhteisöllinen kevätieha, Vanhustenviikon tapahtumat, sekä muut sesongin mukaan toteutuvat koko yhteisön kattavat tapahtumat.	Kunta, srk, terveystalo, hoivakotiyksiköt.	Kävijämäärät, mielipidemittarit.
Avoimien kohtaamispaikkojen kehittäminen yhdessä ikäihmisten, kuntien, järjestöjen ja Kymsoten kanssa	Digituki: digityöpajat, Digikummit-vertaistukitoiminta.	Kunta, srk, järjestöt sekä muut yhteistyökumppanit	Kävijämäärät, mielipidemittarit.

PAINOPISTE 2.

Kymenlaakson asukkailla on mahdollisuus elää päihteetöntä elämää ja saada tukea siihen

Välitavoitteet	Toimenpiteet	Vastuutaho/jatkovalmistelu yhdyspinnat	Mittarit
Vahvistetaan ennakoivaa puheeksiottoa ikääntyneiden päihteiden ja rahapelaamisen osalta	Toimihenkilöiden kouluttaminen.	Yhteistyössä kunnan, A-klinikan, srk:n (diakonin), Terveystalon ja gerontologisen sosiaalityön kanssa.	Mielipidemittarit, osallistujamäärät.
Lisätään osaamista päihteettömän elämän tukemiseen Kymsoten, kunnan ja järjestöjen toiminnassa	Avoimet luentotilaisuudet (joista vahvistettu tiedottaminen mm. lähiomaisille). Aiheen huomioinen, sekä mukaan ottamien teemaviikoilla.	Yhteistyössä kunnan, A-klinikan, srk:n (diakonin), Terveystalon ja gerontologisen sosiaalityön kanssa.	Mielipidemittarit, osallistujamäärät.

Elämänhallinnan tukeminen elämän muutostilanteissa	Avoimet luentotilaisuudet, joista vahvistettu tiedottaminen mm. lähiomaisille.	Yhteistyössä kunnan, A-klinikan, srk:n (diakonin), Terveystalon ja gerontologisen sosiaalityön kanssa.	Mielipidemittarit, osallistujamäärät.
--	--	--	---------------------------------------

PAINOPISTE 3.

Kymenlaakson asukkailla on mahdollisuus terveellisiin elintapoihin ja hyvään mielenterveyteen

Välitavoitteet	Toimenpiteet	Vastuutaho/jatkovalmistelu yhdyspinnat	Mittarit
Toimintakyvyn ylläpitäminen eri toimintakyvyn osa-alueet huomioiden	Kunnan kaikille avoimet kyläkohtaiset jumpat: mm. tuolijumppa, keppijumppa, kuminauhajumppa, tasapainoharjoitteet, sauvalenkkiryhmä, viikoittainen uimahalliretki / vesijumppa. Mielenterveyttä tukevat yhteisölliset / liikunnalliset tapahtumat ja retket. Fysioterapia.	Kunta, srk, Terveystalo, Kymsote.	Liikuntaryhmien kävijämäärät, toimintakauden lopussa kerättävä asiakaspalautte. Kävijämäärien seuranta, asiakaspalautteen koonti, sekä kokonaistilanteen arviointi.
Mielen hyvinvoinnin tukeminen	"Mitä kuuluu?" -puhelut iäkkäille / yksinäisille. Teemaluennot. Vapaaehtoistoiminta / vertaistuki.	Kunta, srk, järjestöyhteistyö, vapaaehtoistoiminta.	Tavoitettujen asiakkaiden määrän kartoitus.
Vahvistetaan muisti-sairauksien varhaista tunnistamista ja tietoisuutta miten toimia	Muistikahvila. Avoimet luennot.	Kunta, srk, Kymsote, yhteistyökumppanit.	Kävijämäärien seuranta, asiakaspalautteen koonti, sekä kokonaistilanteen arviointi.

PAINOPISTE 4.**Kymenlaakson asukkailla on mahdollisuus elää turvallista arkea terveellisessä ympäristössä**

Välitavoitteet	Toimenpiteet	Vastuutaho/jatkovalmistelu yhdyspinnat	Mittarit
Kaatumisseula toimintamallin jalkauttaminen ja vahvistaminen	Ennaltaehkäisevätyö: liikuntaryhmät/kerhotoiminta, tiedottamien ennaltaehkäisevästä työstä, sekä toimintamuodoista kuntalaiset tavoittavissa tapahtumissa; Saaristomarkkinat-terveydenedistämisteltta, Vanhustenviikko, sekä muut kuntalaisia koolle kokoavat tapahtumat. Kaatumisluennot yhteistyössä fysioterapeutin kanssa.	Kunta, Kymsote, Terveystalo.	Aasiakastyytyväisyyskyselyt.
Osaamisen vahvistaminen lähisuuhdeväkivallan tunnistamiseen ja ehkäisyyn Kymsoten, kunnan ja järjestöjen toiminnassa	Huoli-ilmoitusten tekeminen kuntalaisten / kohderyhmien tietoisuuteen, sekä toimijoiden koulutus.		
Osaamisen vahvistaminen syrjäytymisen tunnistamiseen ja ehkäisyyn Kymsoten, kunnan ja järjestöjen toiminnassa	Avoimet luennot.		Kävijämäärät.
Ympäristöterveyden huomioiminen toiminnan suunnittelussa ja toteuttamisessa	Kohtaamispaikat oltava sellaisia, että niihin olisi mahdollisimman helppo kulkea: esteettömyys, käytössä olevan tilan tulisi palvella kaikkia.		Mielipidemittarit.



Lähteitä

Alueellinen hyvinvointikertomus 2020 ja suunnitelma 2020–2025.

Saatavissa: www.kymsote.fi/alueellinen-hyvinvointikertomus.

Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta ja iäkkäiden sosiaali- ja terveyspalveluista (980/2012).

Saatavissa: www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2012/20120980.

Sosiaali- ja terveysministeriön ikäihmisten palveluiden laatusuositus 2020–2023: tavoitteena ikäystävällinen Suomi.

Saatavissa: julkaisut.valtioneuvosto.fi/handle/10024/162455.

Hallitusohjelma (Marin/Sipilä).

Kansallinen ikäohjelma vuoteen 2030.

Saatavissa: julkaisut.valtioneuvosto.fi/handle/10024/162462.

Terveydenhuoltolaki (1326/2010).

Saatavissa: www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2010/20101326.

Kuntalaki (410/2015).

Saatavissa: www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2015/20150410.

Tulevaisuuden sote-keskus.

Saatavissa: thl.fi/fi/web/sote-uudistus/tulevaisuuden-sosiaali-ja-terveyskeskus.

Saatavissa: www.kymsote.fi/sote-uudistus.



Ikääntyneen väestön hyvinvointisuunnitelman 2021–2025 työryhmä

Kymsote

Tuula Jaakkola
Sanna Koste
Anu Salonen
Tommi Reiman

Hamina

Pia Nordman
Heikki Kotilainen

Kotka

Anita Kytökangas
Johanna Sipari
Mirka Jokiranta

Kouvola

Arja Kumpu
Tarja Alamattila

Pyhtää

Hanna Puhakka

Virolahti, Miehikkälä

Auli Hyttinen

Järjestöasiantuntija, Kymen-Karjalan sosiaali- ja terveysturva ry

Henna Hovi