

Voimaa vanhuuteen -hanke

Ptltk 21.09.2021 § 107

Ikäinstituutti kutsuu kuntia edistämään hyvää vanhuutta terveystiikunnan keinoin. Suomessa on tällä hetkellä yli puoli miljoonaa 75+ ikäistä. Selvitysten mukaan lähes 30 %:lla tästä ikäryhmästä on suuria vaikeuksia puolen kilometrin kävelyssä. Säännöllinen voima- ja tasapainoharjoittelu on yksi tehokkaimmista keinoista parantaa heidän liikkumiskykyänsä. Hyvä lihas-kunto mahdollistaa itsenäisen kotona asumisen. Vahvat jalat ja hyvä tasapaino ehkäisevät myös kaatumisia ja niistä johtuvia murtumien hoitokustannuksia. Kaatumiset johtavat Suomessa vuosittain noin 8000 lonkkamurtumaan, jonka yksittäiskustannus on noin 30 000 €. Näin ollen jo kahden lonkkamurtuman ehkäisy voima- ja tasapainoharjoittelulla säästäisi sen verran rahaa, että sillä palkattaisiin vuodeksi yksi liikunnan ammattilainen.

Kunnat voivat hakea mukaan Ikäinstituutin Voimaa vanhuuteen- mentorointi ohjelmaan. Ohjelmaan valitut kunnat saavat Ikäinstituutilta kolmen vuoden maksuttoman mentoroinnin. Kunnille ei myönnetä erillistä rahoitusta. Voimaa vanhuuteen -ohjelma edistää kotona vielä itsenäisesti asuvien, mutta toimintakyvyltään heikentyneiden ikäihmisten (75+) yhdenvertaisia liikkumismahdollisuuksia. Mentoroinnin tuella kunnissa löydetään liikuntapalvelujen ulkopuolella olevat iäkkäät ja lisätään heille soveltuvaa voima- ja tasapainosisältöistä ryhmäliikuntaa, liikuntaneuvontaa ja ulkoilua.

Ohjelmaan haku edellyttää kunnanhallituksen tai lautakunnan päätöstä, aiesopimuksia järjestöjen kanssa sekä poikkisektorisen yhteistyöryhmän perustamista. Lisäksi kunnat sitoutuvat kolmivuotiseen toiminnan seurantaan, arviointiin ja raportointiin.

Valmistelija: asiantuntijasairaanhoitaja, perusturvajohtaja

Päätösehdotus:

Perusturvalautakunta:

- 1.päätää hakea mukaan Voimaa vanhuuteen mentorointiohjelmaan.
- 2.esittää kunnanhallitukselle, että se nimeää poikkisektoriseen yhteistyöryhmään ikääntyneiden palveluista asiantuntijasairaanhoitaja Sari Rantasen ja fysioterapeutti Suvi Partasen, vapaa-aikatoimesta liikunnanohjaaja Markus Salon, kulttuurisihteerit Taina Myllysen ja kirjastovirkailija Leena Viljasen sekä Pöytyän kansanterveystyön kuntayhtymästä Merja Männikön. Vanhus- ja vammaisneuvosto nimeää yhteyshenkilönsä.
- 3.kunnanhallitus valtuuttaa Sari Rantasen ja Taina Myllysen selvittämään mentorointiohjelmaan halukkaat järjestöt ja laatimaan heidän kanssaan liitteen mukaisen aiesopimuksen ja nimeämään järjestöjen yhteyshenkilöt.

Päätös:

Päätösehdotus hyväksyttiin yksimielisesti.

Khall 04.10.2021 § 321

Päätösehdotus:

Kunnanhallitus hyväksyy perusturvalautakunnan esityksen.

Päätös:

Kunnanhallitus hyväksyi ehdotuksen.

Varsinais-Suomen hyvinvointialue on esittänyt maakunnan yhteisiksi tavoitteiksi kehittää ja yhtenäistää ikääntyneiden ohjautumista liikuntaneuvontaan sekä (Voitas) voima- ja tasapainoharjoitteluryhmiin ja laajentaa liikuntaneuvontaa sekä Voitas-ryhmät alueelliseksi malliksi. Tämän lisäksi kunnilla on mahdollista asettaa omat kuntakohtaiset tavoitteet Voimaa vanhuuteen -ohjelman sisällöistä, mitkä toteutetaan järjestöjen ja julkisen sektorin yhteistyönä.

Voimaa vanhuuteen -ohjelman haku kohdistuu tänä vuonna vain Varsinais-Suomen hyvinvointialueen kunnille. Ohjelman tavoitteena on löytää vähän liikkuvat iäkkäät, lisätä heille tarkoitettua voima- ja tasapainosisältöistä ryhmäliikuntaa, liikuntaneuvontaa, ulkoilua ja vertaisohjattua toimintaa.

Pöytyä on ollut mukana Voimaa vanhuuteen -mentorointiohjelmassa vuoden 2022 alusta ja ko. ohjelma jatkuu vuoden 2024 loppuun asti. Hyvinvointialueelle siirtymisen myötä jo mukana olevienkin kuntien tulee hakea uudelleen mukaan. Mikäli kunta valitaan mukaan, ohjelmakausi jatkuu vuoden 2025 loppuun asti. Valittavan kunnan tulee kuulua Varsinais-Suomen hyvinvointialueeseen, hakemukseen tulee liittää lautakunnan päätös asiasta, kunnalla tulee olla aiesopimus/-sopimuksia yhteistyötahojen kanssa sekä hankkeelle tulee olla nimetty poikkisektorinen yhteistyöryhmä.

Valmistelija

liikunnanohjaaja

Päätösehdotus

Yhteisöllisyyslautakunta päättää hakea mukaan Voimaa vanhuuteen -mentorointiohjelmaan 2023-25. Lisäksi se valtuuttaa liikunnanohjaajan tekemään aiesopimukset nykyisten yhteistyökumppaneiden kanssa. Poikkisektoriseen työryhmään nimetään liikunnanohjaaja Markus Salo, kulttuurisihteeri Taina Myllynen sekä kirjastovirkailija Leena Viljanen. Vanhus- ja vammaisneuvosto vahvistaa oman edustajansa. Lisäksi ryhmää täydennetään järjestö- ja urheiluseuraedustuksella. Työryhmä tekee tiivistä yhteistyötä hyvinvointialueen kanssa.

Päätös

Yhteisöllisyyslautakunta päätti hakea mukaan Voimaa vanhuuteen -mentorointiohjelmaan 2023-25 ja liikunnanohjaaja valtuutettiin tekemään aiesopimukset nykyisten yhteistyökumppaneiden kanssa. Poikkisektoriseen työryhmään nimettiin liikunnanohjaaja Markus Salo, kulttuurisihteeri Taina Myllynen ja kirjastovirkailija Leena Viljanen. Vanhus- ja vammaisneuvosto vahvistaa oman edustajansa ja ryhmää täydennetään järjestö- ja urheiluseuraedustuksella. (mm. Auranmaan Latu ja Polku). Työryhmä tekee tiivistä yhteistyötä hyvinvointialueen kanssa.