

Vanhus- ja vammaisneuvoston edustaja Voimaa vanhuuteen -hankkeeseen

Vanvamne 31.03.2023 § 14
167/12.08/2022

Ikäinstituutti kutsuu kuntia edistämään hyvää vanhuutta terveysliikunnan 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 lihaskunto 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-mentorointiohjelmaan. 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, aie-sopimuksia järjestöjen kanssa sekä poikkisektorisen yhteistyöryhmän perustamista. Lisäksi kunnat sitoutuvat kolmivuotiseen toiminnan seurantaan, arviointiin ja raportointiin.

Yhteisöllisyyslautakunta päätti kokouksessaan 21.3.2023 § 13 hakea 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.

Kunta on ollut hankkeessa mukana ja Tapani Kaukovalta on edustanut vanhus- ja vammaisneuvostoa.

Päätösehdotus

Vanhus- ja vammaisneuvosto valitsee edustajansa Voimaa vanhuuteen -hankkeeseen.

Päätös

Päätettiin, että Tapani Kaukovalta jatkaa Voimaa vanhuuteen -hankkeessa vanhus- ja vammaisneuvoston edustajana.