



# YHTEISTYÖLLÄ ENEMMÄN HYVINVOINTIA

- ikääntyvien hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen Hattulassa ja Janakkalassa

Minna Heikkilä, Kanta-Hämeen POLKKA -hanke 2009 – 2011

Oppaan kirjoittaja:

**Minna Heikkilä**

Kuvittaja:

**Tuula Autio**

Tekstintoimittaja:

**Maarit Huovinen**



**KASTE**

Kanta-Hämeen POLKKA -hanke 2009 – 2011

(Palvelujen, osaamisen ja laadun kehittäminen

Kanta-Hämeessä asiakaslähtöisesti)

Väli-Suomen IKÄKASTE – ÄLDRE-KASTE –hanke,  
2009-2011

**Lisätietoja:**

[www.ikakaste.fi](http://www.ikakaste.fi)

**Toimintamallin kehittämistyössä ovat olleet mukana Hattulan ja Janakkalan kunnat**

Toimintamalli liittyy seuraaviin eri hankkeiden tavoitteisiin:

Väli-Suomen IKÄKASTE – ÄLDRE-KASTE –hanke

*Tavoite 1:* Palvelurakenteiden ja työskentelymallien kehittämisellä pyritään saavuttamaan ikäihmisten laatusuosituksen mukaisia palveluja sekä löytämään uusia toimintatapoja ja palvelumalleja.

POLKKA-hanke

*Tavoite 2:* Ikäihmisten laatusuositusten mukainen palvelurakenteen muutos.



## Sisällys

---

### Tavoite ja miten siihen pyritään

### Lähtökohdat eli millaisista perusvalmiuksista suunnittelu käynnistyy

### Toimintamallin vaiheet – toiminnan kuvaus ja toimenpiteet

- 1. vaihe: Työryhmätyöskentelyn käynnistäminen*
- 2. vaihe: Poikkihallinnolliset yhteistyökokoukset*
  - Jako ryhmiin, teematyöskentely
- 3. vaihe: Osallistavat seminaarit ikääntyville*
  - Ikääntyvien teematyöskentely
- 4. vaihe: Tuotosten ja materiaalin koonti*
- 5. vaihe: Valmiin suunnitelman hyväksyminen kuntastrategiassa*

### Resurssit eli tarvittavat voimavarat, materiaalit ja aika

- Henkilöresurssit
- Aineelliset resurssit ja materiaalit
- Aikataulu

### Toimintamallin päämäärä



## **Tavoite ja miten siihen pyritään**

---

Toimintamallin tavoitteena on kehittää kunnissa ikääntyvien hyvinvointia ja edistää heidän terveyttään. Tämä lisää ikäihmisten edellytyksiä asua omatoimisesti kotona ja mahdollistaa heille aktiivisen elämän ja paikan yhteisössä. Lisäksi tavoitteena on tukea itsehoitoa ja vähentää ympäri-vuorokautisen hoivan tarvetta.

Tavoitteeseen pyritään etsimällä keinoja, joilla voidaan vahvistaa ikääntyvien omia voimavaroja ja saada ne paremmin käyttöön sekä tukea heitä tekemään elämässään hyvinvointia ja terveyttä edistäviä valintoja.

Tätä varten on suunniteltu tavoite- ja toimenpideohjelma, joka voidaan ottaa osaksi kuntien strategista suunnittelua. Sen avulla on mahdollista tukea kuntalaisia ikääntymisen haasteissa.

## **Lähtökohdat eli millaisista perusvalmiuksista suunnittelu käynnistyy**

---

Väestön ikääntyessä kuntien on välttämätöntä tehostaa ja lisätä toimia, joilla edistetään hyvinvointia ja terveyttä. Kuntien rooli on olennainen ja erilaiset toimenpiteet tulee ottaa huomioon jo kuntien toiminta- ja taloussuunnittelussa.

Ikäihmisten laatusuosituksen (STM 2008) mukaan kunnilla on vastuu ikäihmisten hyvinvointia ja terveyttä edistävien palveluiden järjestämisestä ja organisoinnista. Suosituksessa mainitaan myös kuntien velvollisuus vahvistaa ja juurruttaa varhaisen puuttumisen toimintakulttuuria.

Terveydenhuoltolain uudistuminen (2011) ohjaa puolestaan kuntia asettamaan strategisessa suunnittelussaan paikalliset terveyden ja hyvinvoinnin edistämisen tavoitteet ja määrittelemään niitä tukevat toimenpiteet. Lakiuudistuksen mukaan terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen on otettava huomioon kunnassa eri sektoreilla tehtävissä päätöksissä.



Ikääntyvien hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen tulee siis liittää kuntien strategiaan, jossa eri hallintokunnat veloitetaan tekemään yhteistyötä. Yhdessä laadittu ikääntyvien hyvinvointia edistävä suunnitelma sisällytetään tämän jälkeen kunnan ikääntymispoliittiseen strategiaan sekä hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen suunnitelmiin tai ohjelmiin.

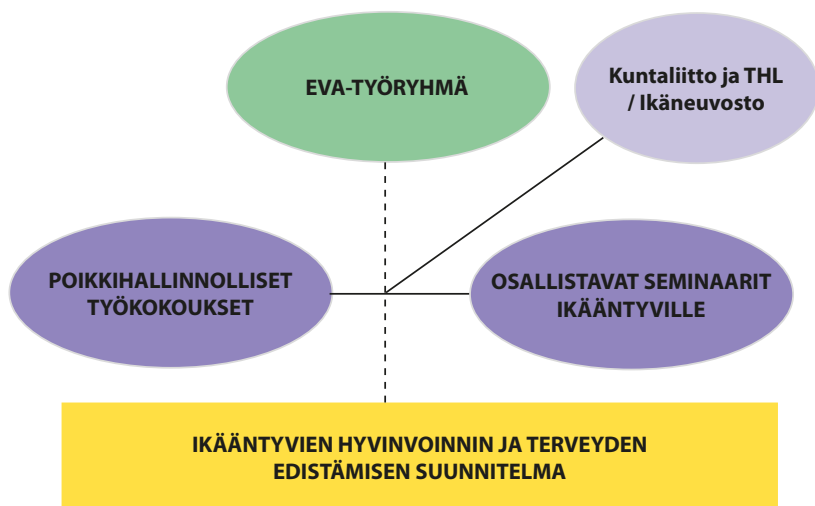
Hattulan ja Janakkalan kunnat asettivat Ikääntyvien hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen kehittämisen tavoitteekseen Polkka-hankkeen suunnittelussa. Näissä kunnissa lähdettiin työstämään tässä esitettävää toimintamallia, jota on tarkoitus myöhemmin levittää myös muihin hankekuntiin.



## Toimintamallin viisi vaihetta

1. Ryhmätyöskentelyn käynnistäminen
2. Poikkihallinnolliset yhteistyökokoukset
3. Osallistuvat *seminaarit* ikääntyville
4. Tulosten ja *materiaalin* koonti
5. Valmiin suunnitelman *hyväksyminen* kuntastrategiassa

**Kuvio 1. Ikääntyvien hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen Hattulassa ja Janakkalassa**



## **Toimintamallin vaiheet – toiminnan kuvaus ja toimenpiteet**

---

### **1. vaihe: Työryhmätyöskentelyn käynnistäminen**

Työskentelyn käynnistämiseksi kutsutaan koolle ryhmä kuntien vanhustyön asiantuntijoita. Tähän Eva-työryhmään, ennaltaehkäisevän vanhustyön kehittämissyhmään, kootaan vanhustyönjohtajien ja avopalveluohjaajien lisäksi fysioterapeutteja, palveluneuvoja sekä muita alan asiantuntijoita.

Työryhmän tavoitteena on laatia kirjallinen ennaltaehkäisevän vanhustyön suunnitelma vuosille 2010 – 2016. Työskentelyn edetessä siitä



muotoutuu valtakunnallisen linjan mukaisesti *Ikääntyvien hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen suunnitelma*.

Suunnitteluvaiheessa kerätään laajalti näyttöä, tavoitteita ja keinoja, jotka tutkitusti edistävät ikäihmisten hyvinvointia ja terveyttä. Tämän jälkeen materiaalia jatkokehitetään pienryhmissä ja mietitään käytännön keinoja, joilla voidaan toteuttaa ehdotettuja palveluja ja toimintoja.

Eva-työryhmässä keskitytään sosiaali- ja terveystieteiden alueeseen. Suunnitelmatyöskentelyn tausta-aineistoksi valitaan Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimus *Neuvonta- ja palveluverkosto ikääntyvien hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseksi* (Ikäneuvo-työryhmän muistio, STM selvityksiä 2008).

## **2. vaihe: Poikkihallinnolliset yhteistyökokoukset**

Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimus kehottaa ikäihmisten laatusuosituksessa kuntia kehittämään ikääntyvien hyvinvointia ja terveyttä edistävää toimintaa laajemmin eri toimijoiden yhteistyönä. Monet hyvinvointiin liittyvät asiat koskettavat kuntien eri toimialoja ja kunnan strategisessa suunnittelussa yhteistyö ja tiedon kulku koettiin tärkeäksi.

### **Jako ryhmiin, teematyöskentely**

Eva-työryhmä kutsuu koolle kuntien toimialajohtajat, virkamiehet, luottamushenkilöt sekä joitakin yksityisiä palveluntuottajia, joiden kanssa kunnat tekevät yhteistyötä. Yhteistyökokouksia alustaa kunnan johto. Osallistujille annetaan tehtäväksi pohtia, mitä ikääntyvien hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen merkitsee kunnan strategisessa suunnittelussa. Tämän jälkeen osallistujat jaetaan ryhmiin eri teemojen pohjalta.

Ryhmiin teemat määritellään seuraavasti:

- terveys ja hyvinvointi
- asuminen ja ympäristö
- liikunta, kulttuuri ja vapaa-aika

Ryhmissä pohditaan konkreettisia keinoja, joilla ikääntyvien kotona asuminen voidaan tukea.



### **3. vaihe: Osallistavat seminaarit ikääntyville**

Hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseksi ikääntyvät itse ovat oman elämänsä asiantuntijoita. Toimintamallin kolmannessa vaiheessa järjestetään avoin yleisöseminaari, johon kutsutaan ikääntyviä ja kolmannen sektorin edustajia. Paikalla on myös kuntien eri hallintoalojen edustajia, jotka vetävät osallistujille järjestettyä iltapäivätyöskentelyä. Tarkoituksena on haastaa ikääntyvät osallistumaan suunnitteluun ja näin saada heidän äänensä kuuluviin.

#### **Ikääntyvien teematyöskentely**

Seminaareissa eri aiheista alustavat valtakunnalliset asiantuntijat. Tämän jälkeen osallistajat jaetaan ryhmiin teemojen pohjalta samalla tavalla kuin edellisen vaiheen yhteistyökokouksissa.

Ryhmiä teemoina ovat jälleen:

- terveys ja hyvinvointi
- asuminen ja ympäristö
- liikunta, kulttuuri ja vapaa-aika

Ryhmiä puheenjohtajina toimivat kunnan viranhaltijat. Ryhmissä pohditaan käytännön keinoja kotona asumisen tukemiseksi – samoin kuin yhteistyökokouksissa. Lisäksi ikääntyvät miettivät omia voimavarojaan nyt ja tulevaisuudessa.

Osallistujille jaetaan seminaareissa hyvinvointia ja terveyttä edistävää materiaalia.

### **4. vaihe: Tulosten ja materiaalien koonti**

Yhteistyökokoukset ja seminaarit tuottavat monipuolista ja konkreettista materiaalia Eva-työryhmästä saatavan tiedon lisäksi. Eva-työryhmässä jatketaan työskentelyä rajaamalla aineistoa ja kokoamalla käyttökelpoiset ideat tavoite- ja toimenpideohjelmaksi. Tämä ohjelma liitetään sittemmin osaksi ikääntyvien hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen suunnitelmaa.





Poikkihallinnolliset yhteistyöryhmät kutsutaan vielä toisen kerran koolle kuulemaan Eva-ryhmän työstämää tavoite- ja toimenpideohjelmaa. Kokouksessa sovitaan, kuka vastaa tai ketkä vastaavat mistäkin tavoiteohjelman osa-alueesta ja millä aikataululla. Nämä lisäykset kirjataan tavoite- ja toimenpideohjelmaan osaksi *Ikääntyvien hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen suunnitelmaa*.

## **5. vaihe: Valmiin suunnitelman hyväksyminen kuntastrategiassa**

Valmis *Ikääntyvien hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen suunnitelma* esitellään ja hyväksytetään perusturvalautakunnassa. Tämän jälkeen suunnitelma sisällytetään kuntastrategiaan päivityksen tai uuden strategian laatimisen yhteydessä.

Tavoite- ja toimenpideohjelman toteutumista seurataan vuosittain eri toimialojen ja lautakuntien kokoontumisissa. Tuloksia ja toimenpiteiden vaikuttavuutta arvioidaan suunnitelman mukaisesti ja tulokset käsitellään perusturvalautakunnissa.

## **Resurssit eli tarvittavat voimavarat, materiaalit ja aika**

### **Henkilöstöresurssit**

Tavoitteiden saavuttaminen edellyttää vanhustyön ammattilaisista koostuvan työryhmän kokoamista. Ryhmä toimii suunnitelmatyöskentelyn ”työrukkasena”. Ryhmälle valitaan puheenjohtaja ja sihteeri.

Työryhmän kokoonpano voi koostua esimerkiksi seuraavista ammattilaisista:

- vanhustyönjohtaja
- avopalveluohjaaja, kotihoidonohjaaja
- kotisairaanhoidtaja
- geriatria suuntautuva fysiatrian ammattilainen
- palveluneuvoja, palveluohjaaja
- kotiuttamishoitaja
- muistineuvoja, muistihoitaja



- kotihoidon lääkäri
- lyhytaikaishoidon sairaanhoitaja

Työryhmä voidaan myös jakaa suunnitelman jatkojalostamista varten pienryhmiin, joilla jokaisella on oma puheenjohtaja ja sihteeri.

### **Aineelliset resurssit ja materiaalit**

Työn laadukkaan sujumisen kannalta on hyvä kiinnittää huomio käytettävissä oleviin keinoihin, välineisiin ja materiaaliin.

Niitä ovat mm.:

- hyvät ATK-laitteet ja niiden käyttömahdollisuus
- tiedonhakumahdollisuus
- sopivat yhteistyötilat työryhmien kokoontumisille
- toimiva seminaaritila
- hyvät tulostus- ja kopiointivälineet
- jaettava oheismateriaali, tiedotteet ja julkaisut ikääntyvien hyvinvoinnin ja terveyden edistämisestä

### **Aikataulu**

Toimintamallin toteuttaminen on pitkä prosessi. Eri työvaiheiden väliin tulee jättää aikaa, jotta kertynyttä aineistoa voidaan työstää rauhassa. Pienryhmien tarkoitus on toimia itseohjautuvasti. Käytännössä ryhmän jäsenille ei kuitenkaan juuri jää virkatyöltä ylimääräistä aikaa. Ajankäyttömahdollisuuksista riippuen prosessi vie 1 – 2 vuotta.

Ensimmäiseen vuoteen kannattaa sisällyttää:

- työryhmän käynnistäminen
- suunnitelman rungon laatiminen
- tausta-aineiston ja näytön kokoaminen
- itseohjautuva pienryhmätyöskentely



Seuraavan puolen vuoden aikana tulee käynnistää:

- yhteistyökokoukset
  - osallistavat Ikääntyvien seminaarit
  - kokous ja seminaari aineistojen koostaminen ja suunnitelman työstäminen
  - tavoite- ja toimenpideohjelman laatiminen
  - yhteistyökokoukset, toinen kierros
  - tavoite- ja toimenpideohjelman tarkentuminen ja aikataulun päivittäminen
- *Ikääntyvien hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen suunnitelma*

Toimenpiteet seuraavan puolen vuoden/ vuoden aikana:

- tavoite- ja toimenpideohjelman vieminen eri toimialoille ja lautakuntiin
- *Ikääntyvien hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen suunnitelman* hyväksyminen lautakunnassa sekä muissa päättävissä elimissä
- kuntastrategian päivittäminen ja rakentaminen

## **YHDESSÄ ENEMMÄN - toimintamallin päämäärät**

*Toimintamallin päämääränä on  
evästää kuntia ikääntyvien  
hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen  
suunnitelmatyöskentelyssä  
sekä ohjata poikkihallinnollisen  
yhteistyön kehittämiseen.*





KASTE



HÄMEENLINNAN KAUPUNKI  
Hyvä arki asuu Hämeenlinnassa