

Voimaa vanhuuteen -ohjelmaan valittu 13 uutta kuntaa

Ikäinstituutin koordinoima Voimaa Vanhuuteen 6 iäkkäiden terveystoimintaohjelma laajenee. Ohjelmaan valitut uudet kunnat ovat Hämeenlinna, Iitti, Jalasjärvi-Ilmajoki-Kurikka (JIK-peruspalveluliikelaitoskuntayhtymä), Juva-Joroinen-Rantasalmi (JJR-kunnat), Kemiönsaari, Kokkola, Kustavi, Kuusamo ja Sastamala. Uudet kärkikunnat sitoutuvat kolmen vuoden ajan juurruttamaan uusia terveystoiminnan toimintatapoja alueensa vanhusten hyvinvoinnin parantamiseksi.

Voimaa vanhuuteen -toimintaa tukevat Raha-automaattiyhdistyksen lisäksi opetus- ja kulttuuriministeriö sekä sosiaali- ja terveysministeriö. Ohjelman avulla järjestetään kotona asuville toimintakyvyltään heikentyneille iäkkäille paikallisesti liikuntaneuvontaa, voima- ja tasapainosisältöistä harjoittelua sekä ulkoilua. Julkista puolta kannustetaan yhteistyöhön sosiaali- ja terveysalan järjestöjen sekä esimerkiksi mielenterveys- ja muistiyhdistysten, kansanterveys- ja liikuntajärjestöjen sekä eläkeläisjärjestöjen kanssa.

Voimaa Vanhuuteen -ohjelma on jättänyt jalanjälkensä jo yli 70 kuntaan. Aikaisemmalta viisivuotiselta toimikaudelta on kerätty runsaasti tietoa ja käytännön kokemuksia. Kunnille on tarjolla hyviä toimintatapoja, koulutusta, monipuolista mentorointia, verkostoitumista sekä kirjallista materiaalia ja tukea viestintään.

Uudelle kolmivuotiskaudelle otetaan kolmessa vaiheessa kaikkiaan noin 30 kuntaa. Toinen kuntahaku toteutetaan keväällä ja kolmas syksyllä 2011. Mukaan valitaan erityisesti sellaisia kuntia, joissa on runsaasti kohderyhmään kuuluvaa väestöä ja selkeä tilaus uusille iäkkäiden toimintakykyä edistävälle työtavoille. Lisäksi ohjelman tietoa tullaan jakamaan kaikkiin kuntiin.

Esimerkkinä tästä ovat uudet ulkoilusuositukset, jotka auttavat suunnittelemaan toimia, joilla pidetään iäkkäät liikkeessä. Suositukset iäkkäiden turvallisen ja säännöllisen ulkona liikkumisen edistämiseksi syntyivät Ikäinstituutissa tehdyn tutkimus- ja kehittämistyön tuloksena vuonna 2005. Suositukset on päivitetty sosiaali- ja terveysministeriön tuella ja ne on hyväksytty Terveyttä edistävän liikunnan neuvottelukunnassa.

Suosituksia jaetaan kaikkiin kuntiin palvelujen suunnittelun työkaluksi. Niiden lisäksi toimitetaan liikuntaneuvontamateriaalia vuoden loppuun mennessä.

Lisätietoja:

Voimaa Vanhuuteen ohjelma, ohjelmajohtaja Elina Karvinen, Ikäinstituutti, p. 040 530 2603 sekä ohjelmakoordinaattori Pirjo Kalmari, Ikäinstituutti, p. 040 5968 798.