

Tietoa päättäjille 24.1.2017

SUONENJOKI: Järjestöjen ja julkisen sektorin yhteistyötä kannatta tiivistää

Suonenjoki on mukana valtakunnallisessa Voimaa vanhuuteen -ohjelmassa. Ohjelma edistää kotona tai palveluasunnossa asuvien, toimintakyvyltään jossain määrin heikentyneiden iäkkäiden (75+) toimintakykyä ja osallistumista terveystoiminnan avulla. Tutkimukset ovat osoittaneet, että liikunta on kustannustehokas keino toimintakykyisen vanhuuden edistämiseen.

Suonenjoen poikkisektorinen Voimaa vanhuuteen -yhteistyöryhmä teki syksyllä 2016 alkukartoituksen ikäihmisten terveystoiminnan tilanteesta kunnassanne. Ikäinstituutin mentori laati kartoituksen tuloksista kuntakohtaisen alkukartoituskoosteen (liitteenä), jonka pohjalta ehdotamme seuraavaa:

1. Liikuntatoiminnan laatu ja riittävyys kunnassanne varmistetaan kouluttamalla vertaisohjaajia ja ulkoiluystäviä järjestöihin.
2. Ikäihmisten osallisuutta vahvistetaan järjestämällä esimerkiksi liikuntaraateja.
3. Yhteistyötä eri sektoreiden välillä vahvistetaan mm. tiedottamisen ja koordinoinnin osalta.
4. Liikuntaneuvontapisteitä ja matalan kynnyksen liikuntaneuvontaa tulisi lisätä ja osoittaa toimintaan resursseja.

Toivomme teiltä päättäjiltä vahvaa tukea kuntanne Voimaa vanhuuteen -yhteistyöryhmälle.

Lisätietoja Voimaa vanhuuteen -työstä

Arja Eeva
vanhuspalvelupäällikkö
Yhteistyöryhmän puheenjohtaja
arja.eeva@suonenjoki.fi 040-5146549

Niina Miilunpohja
vapaa-ajanohjaaja
Yhteistyöryhmän liikuntatoimen koordinaattori
niina.miilunpohja@suonenjoki.fi 0400 393 737

Johanna Halonen tk:n fysioterapeutti
Yhteistyöryhmän terveystoimen koordinaattori
johanna.halonen@sisasavontk.fi

Kuntanne mentori
Minna Säpyskä-Nordberg
suunnittelija, Ikäinstituutti
minna.sapyska-nordberg@ikainstituutti.fi
040-5968792

Päättäjän muistilista ikäliikuntaan

- Vahvista iäkkäiden terveystoiminnan asemaa kunnan strategisissa asiakirjoissa
- Mahdollista julkisen, kolmannen ja yksityisen sektorin yhteistyö
- Edistä matalan kynnyksen liikuntaneuvontaa ja ikäihmisten ohjaamista liikunnan pariin
- Tue paikallisia järjestöjä, jotka liikuttavat iäkkäitä, avustuksilla ja maksuttomilla tiloilla
- Tue vertaisohjaajien koulutusta ja vapaaehtoistoiminnan koordinoitua
- Edistä edullista tai maksutonta liikuntaa esim. kohdentamalla senioriliikuntakortit vähän liikkujille
- Huolehdi esteettömistä reiteistä ja kuljetuksista liikuntapaikoille
- Edistä lähiliikuntapaikkojen rakentamista, saavuttamista ja varmista niihin ohjattu toiminta