

IKÄÄNTYNEIDEN HYVINVOINTISUUNNITELMA

Työversio 5.4.2023

4 Ikääntyneen väestön hyvinvointisuunnitelman teot

Toimenpide	Teot	Miten teon toteutumista mitataan?	Teon toteuttamiseen ja mittaamiseen osallistuvat tahot, roolit ja vastuut
Toimenpide 1: Vahvistamme asukkaiden työ- ja toimintakykyä katavilla palveluilla.	1. Lisäämme ikääntyneille suunnatun ohjatun liikunnan määrää liikuntapaikoilla ja virtuaalisesti, sekä vertaisohjatun ja soveltavan liikunnan ryhmien saatavuutta.	Ohjatun liikunnan ryhmien määrät ja osallistujamäärät	Liikunnan palvelualue
	2. Panostamme viestinnän monikanavaisuuteen, jonka avulla tavoitamme myös ikääntyneet.	Viestintäkanavien määrä	Toimialojen viestintä
	3. Kehitämme esteettömiä liikkumismahdollisuuksia asuinalueiden lähellä (esim. riittävästi levähdyspenkkejä).	Esteettömän ympäristön ja penkkien määrä alueittain	Kadut ja puistot – palvelualue, liikunnan palvelualue
Toimenpide 2: Vahvistamme kuntalaisten mielen hyvinvointia.	1. Vähennämme ikääntyneiden yksinäisyyttä tehostamalla ohjausta palveluiden piiriin tiivistämällä yhteistyötä terveyspalveluiden kanssa. (esim. kulttuuriluotsi, Senioripaku, vertaisohjattu toiminta)	Osallistujamäärät, kysely yksinäisyydestä tai sotkanetin tilastot, vertaistoiminnankoulutusten määrä	Kulttuuri- ja kirjastopalvelut, liikunnan palvelualue
	2. Tarjoamme avoimia maksuttomia tai edullisia monikäyttötiloja toimintaan kaikille kuntalaisille.	2. Monikäyttötilojen läheisyys asuinalueilla, käyttöaste	2. Kiinteistöt ja tilat - palvelualue, Kaupunkirakenne ja ympäristö -palvelualue,
Toimenpide 3: Tuemme kuntalaisten terveellisiä elintapoja.	1. Vakiinnutamme elintapaohjauspalvelu hyvinvointimentoroinnin osaksi kunnan palveluita.	Vakiintunut/ei vakiintunut (Osallistujamäärät)	Liikunnan palvelualue
	2. Varmistamme, että saavutettavia ja esteettömiä puistoja ja ulkoilualueita on lähellä asukkaita.	3. Puistojen määrä ja läheisyys	3. Kaupunkirakenne ja ympäristö -palvelualue, kadut ja puistot - palvelualue
Toimenpide 4: Vahvistamme hyvinvointia liikunnan ja kulttuurin avulla koko	1. Lisäämme matalan kynnyksen ohjattuja liikuntaryhmiä ja virtuaalijumppia.	Palveluiden määrä, osallistujien määrä	Liikunnan palvelualue

elämänkaaren ajan.			
Toimenpide 5: Tuemme asukkaiden ja yhteisöjen toiminta mahdollisuuksia, että ei kukaan jää yksin.	1. Hyödynnämme tyhjiä tiloja tarjoamalla striimattuja livejumppia tyhjissä paikoissa vanhuksille. Striimaamme livejumppia myös asukastiloihin ja vanhustenkeskuksiin.	Striimausmäärät Osallistujamäärä Käytössä olevien tilojen määrä Ryhmien maantieteellinen kattavuus	Liikunnan palvelualue
	2. Tuomme kulttuuria ikääntyneiden lähelle esimerkiksi asumisyksiköihin.	Tapahtumien määrä	Kulttuuri- ja kirjastopalvelut
	3. Kehitämme kulttuuriluotsipalvelua.	Osallistujien määrä	Kulttuuri- ja kirjastopalvelut
	4. Kartoitamme ja otamme käyttöön uusia tiloja vertaisohjattujen ryhmien käyttöön (esim. taloyhtiöiden tilat, vanhustenkeskusten tilat, täysin uudet tilaratkaisut).	Uusien tilojen määrä	Liikunnan palvelualue
	5. Tuemme seuroja matalan kynnyksen vertaisohjatun toiminnan järjestämisessä.		Liikunnan palvelualue, nuoriso- ja yhteisöpalvelut
	6. Etsimme uusia yhteiskäyttötiloja sellaisille asuinalueille, joissa tiloja ei ole tarpeeksi. Helpotetaan vuorojen varaamista.	Tilojen määrä suhteessa alueen asukkaisiin	Kiinteistöt ja tilat - palvelualue
Toimenpide 6: Edistämme kuntalais ten osallisuuden ja yhteisöllisyyden kokemuksia.	1. Järjestämme yhteisiä tapahtumia ja juhlia eri vuodenaikoina, joissa ohjelmaa eri ikäisille (esim. sadonkorjuujuhlat, joululaulut, hanami, kesäpäivä rannalla).	Tapahtumien määrä	Kulttuuri- ja kirjastopalvelut

Toimenpide 7: Kannustamme kuntalaisia huolehti- maan yhteisestä ympäristöstä.	1. Järjestämme ja markkinoimme ympäristön siivouspäivää esim. 27.5. eri järjestöille ja yhteisöille.	Tapahtumien määrä	Ympäristökeskus (yhteistyö HSY), Liikunnan palvelualue
	2. Järjestämme kaikenikäisille suunnattuja tapahtumia, joissa kannustetaan tutustumaan lähiluontoon ja sen kunnossapitoon.	Tapahtumien määrä	Ympäristökeskus (yhteistyö HSY), Liikunnan palvelualue
Toimenpide 8: Edistämme turvallisuuden tunnetta ja yhdenvertaisuutta.	1. Varmistamme, että toimipisteistä löytyy turvallisemman tilan periaatteet.	Ohjeet kaikissa toimipisteissä esillä	Kaikki palvelualueet
	2. Parannamme liikkumisen turvallisuutta ja turvallisuuden tunnetta (esim. valaistusta, valvontaa, kunnossapitoa)	Tehtyjen toimenpiteiden määrä	Kadut ja puistot - palvelualue
Toimenpide 9: Ylläpidämme ja edistämme kuntalaisten osaamista ja tarjoamme monipuolista koulutusta kaikenikäisille.	1. Järjestämme säännöllisesti helposti saavutettavia tapahtumia vaihtuvilla teemoilla (esim. Kodin turvallisuus, kulttuuri, terveelliset elintavat).	Tapahtumien määrä, osallistujien määrä	Kulttuuri- ja kirjastopalvelut, liikunnan palvelualue
Toimenpide 10: Vahvistamme monikielisten luottamusta ja osallisuutta yhteiskuntaan tarjoamalla kielikoulutusta ja lisäämällä kulttuurien välistä ymmärrystä.	1. Järjestämme yhteisiä tapahtumia, joissa mahdollistetaan kohtaamisia eri kulttuurien välillä (esim. ruoanlaittoiltoja eri teemoilla).	Tapahtumien ja osallistujien määrä	Kulttuuri- ja kirjastopalvelut