

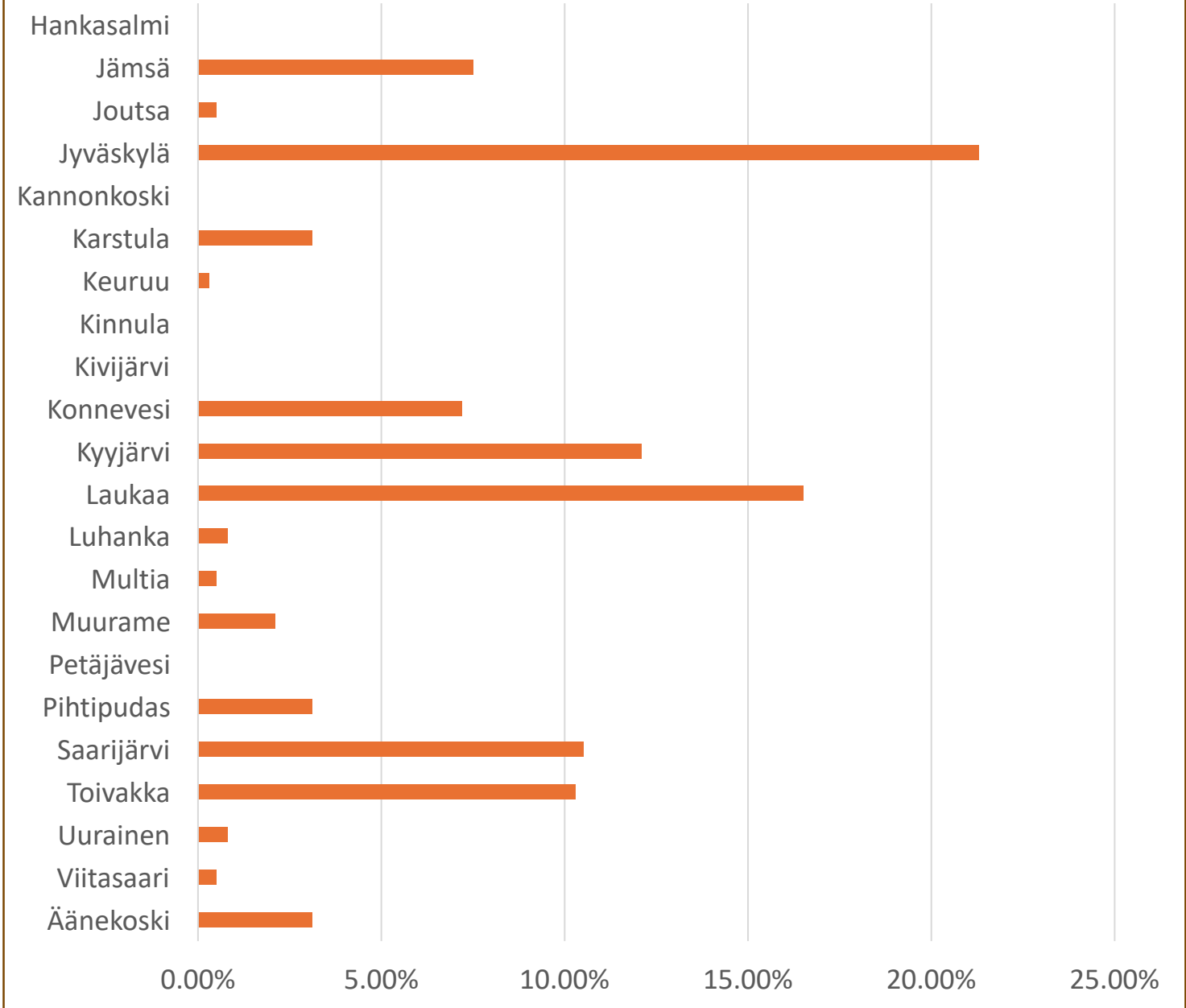
Senioreiden hyte-kysely ja seniorikeskustoimintamallin kehittämisen tilanne

Vanhusneuvosto 19.9.2025
Lotta Katajapuu-Rutanen
Hanna Uusitalo

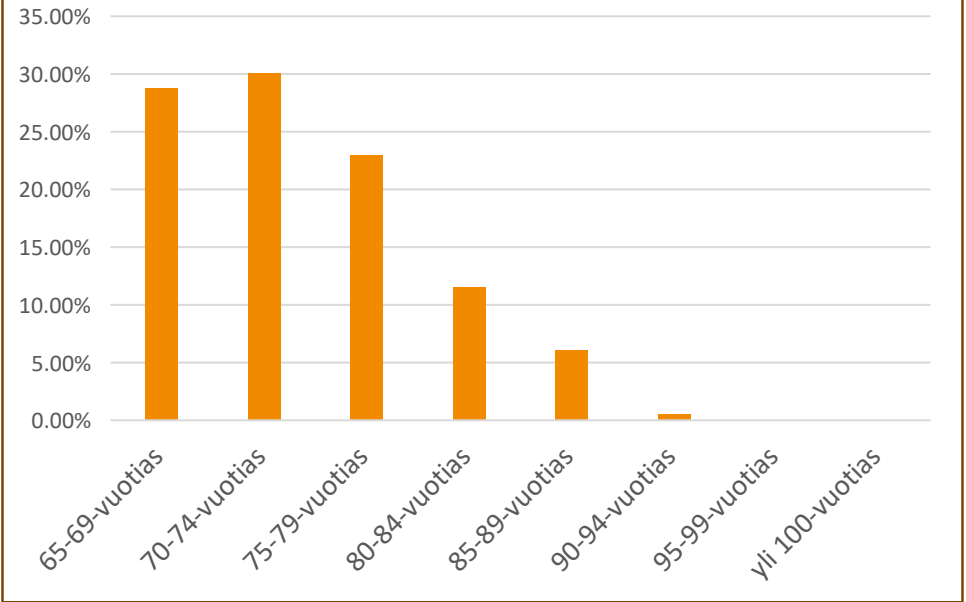
Hyte-kysely 65+ senioreille

- Kyselyä koordinoi seniorikeskuskoordinaattori Merja Pihlajasaari
- Seniorilla mahdollisuus kertoa toiveista ja tarpeista sekä vaikuttaa
- Tietoa kyselystä lähetetty kuntiin mm. hyvinvointikoordinaattoreille tai muulle kunnan hyvinvointityöstä vastaavalle henkilölle
- Noin 400 (12.9) senioria vastannut 😊
- Voi täyttää paperisena avoimissa tapahtumissa ja kohtaamisissa, seniorin hyvinvointineuvolan hoitajan tapaamisessa, QR- koodin kautta tai hyvinvointialueen [nettisivuilla](https://www.hyvaks.fi/hyvinvointialue/osallistu-ja-vaikuta/kyselyt)
www.hyvaks.fi/hyvinvointialue/osallistu-ja-vaikuta/kyselyt
- Kysely avoinna 31.12.2025 saakka.
- Kyselyn sulkeuduttua vastauksista tehdään kuntakohtaiset koonnit, jotka kunnalla on mahdollisuus saada käyttöönsä. Vastauksia hyödynnetään yhteisten tapahtumien / toiminnan suunnittelussa.

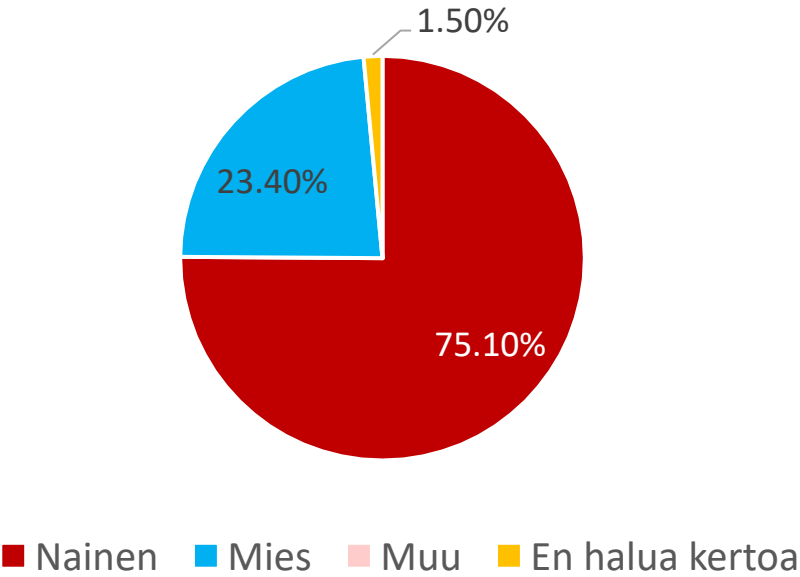
Missä kunnassa asut?



Mihin ikäryhmään kuulut?



Sukupuoli



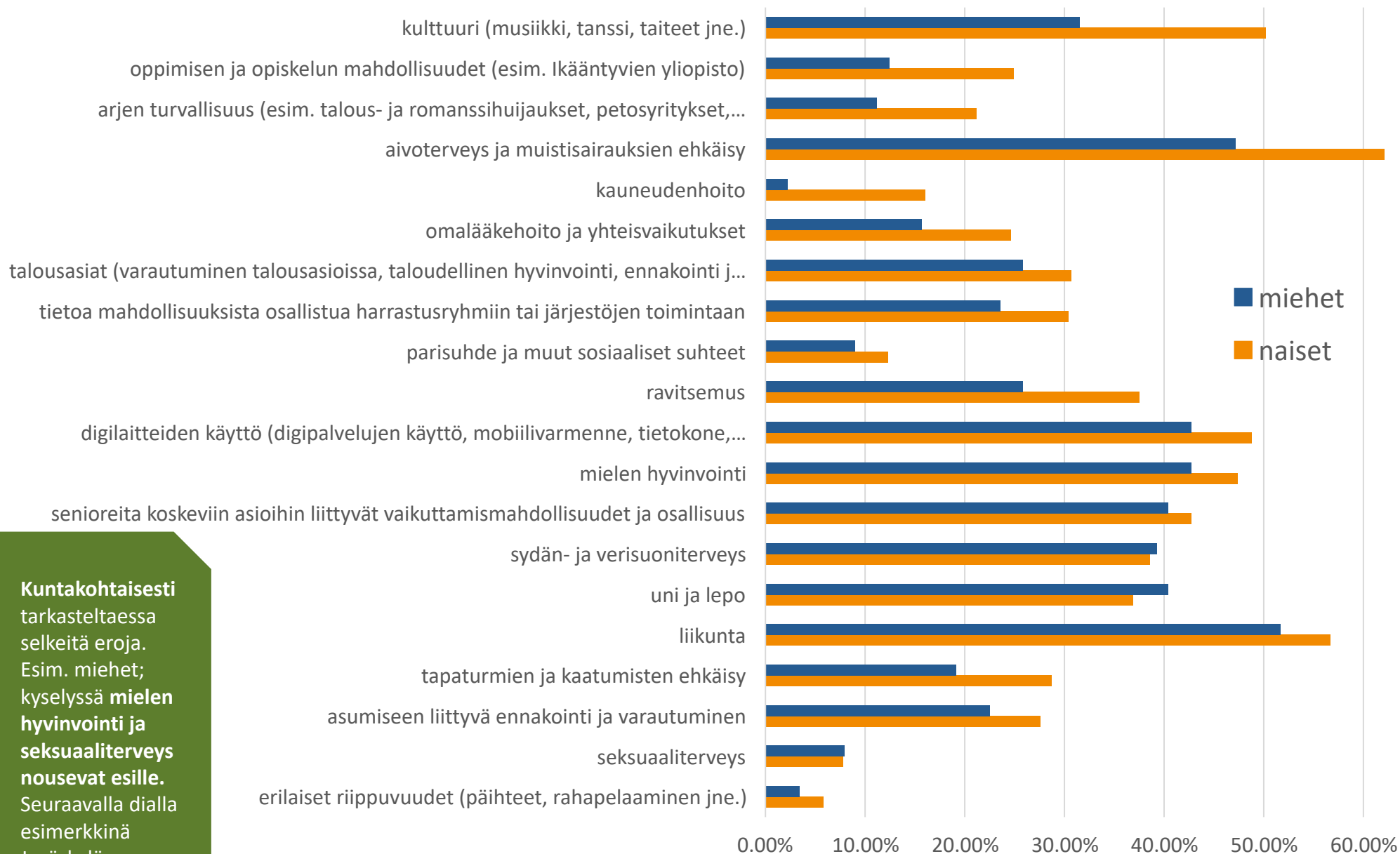
Mitä aiheita toivot tapahtumiin ja kohtaamisiin?



47%
kokee
tarvitsevansa
tukea
digiasioissa

41%
haluaa tietoa
senioreita
koskeviin asioihin
liittyvistä
vaikuttamis-
mahdollisuuksista
ja osallisuudesta

Miten sukupuoli näkyy vastauksissa



NAISET TOP 4

1. aivoterveys ja muistisairauksien ehkäisy
2. liikunta
3. kulttuuri (musiikki, tanssi, taiteet jne.)
4. digiasiat

MIEHET TOP 4

1. liikunta
2. aivoterveys ja muistisairauksien ehkäisy
3. digiasiat
4. mielen hyvinvointi

Kuntakohtaisesti tarkasteltaessa selkeitä eroja. Esim. miehet; kyselyssä **mielen hyvinvointi ja seksuaaliterveys nousevat esille**. Seuraavalla dialla esimerkkinä Jyväskylä

Jyväskylä: vertailu miehet ja naiset

Suurimmat erot (%-yks. erotus)

Miehillä yleisempää

1. **Mielen hyvinvointi** – M 56,5 % /N 42,4 %
→ +14,1
2. **Seksuaaliterveys** – M 21,7 %/N 8,5 %
→ +13,2.
3. **Kulttuuri** – M 47,8 %/N 40,7 %
→ +7,1
4. **Sydän ja verisuoniterveys** – M 39,1 %/N 32,2 %
→ +6,9
5. **Parisuhde & sosiaaliset suhteet** – M 13,0 %/N 6,8 %
→ +6,2
6. **Tieto harrasteryhmistä/järjestötoiminnasta** – M 34,8 %/N 28,8 %
→ +6,0

Selkeimmät yhtäläisyydet

Liikunta – N 45,8 % | M 43,5 %
→ pieni ero.
Talousasiat – N 39,0 % | M 39,1 %
→ tasapeli.
Riippuvuusteemat – N 3,4 % | M 4,3 %
→ matalat osuudet molemmilla.

Suurimmat erot (%-yks. erotus)

Naisilla yleisempää

1. **Digilaitteiden käyttö** – N 59,3 % vs. M 30,4 %
→ +28,9
 2. **Aivoterveys & muistisairauksien ehkäisy** – N 62,7 %/M 39,1 %
→ +23,6
 3. **Oppiminen & opiskelu** – N 25,4 %/M 4,3 %
→ +21,1
 4. **Asumisen ennakointi & varautuminen** – N 28,8 %/M 13,0 %
→ +15,8
 5. **Omalääkehoito & yhteisvaikutukset** – N 27,1 %/M 13,0 %
→ +14,1
- (Lisäksi: Uni & lepo +9,5; Arjen turvallisuus +9,3; Osallisuus +8,1; Ravitsemus +6,1; Kaatumisten ehkäisy +4,4 naisille)

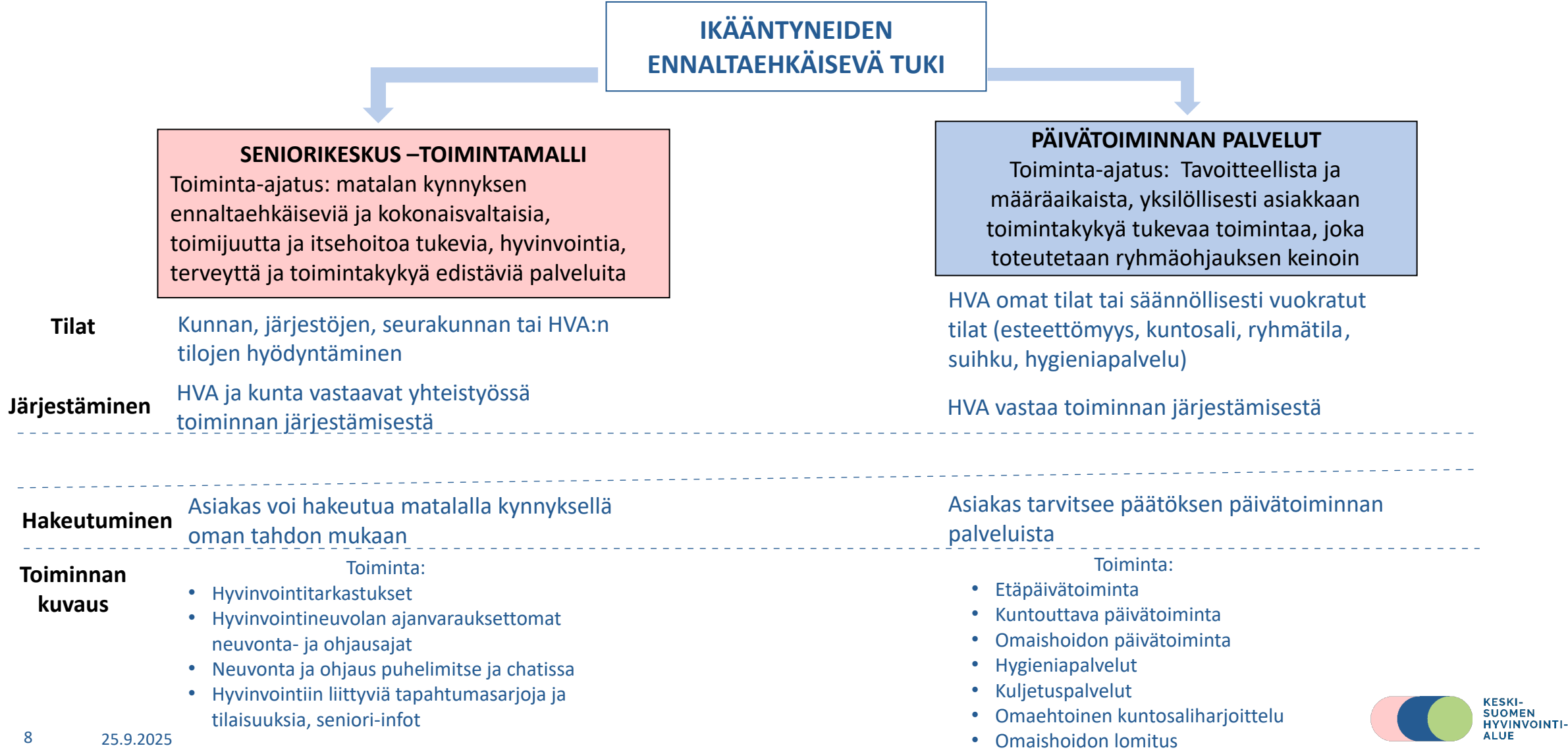
Tulkintaa ja johtopäätöksiä avoimista vastauksista

- **Viestintä & näkyvyys:**
 - Moni kokee, että muu **tiedotus, kuin sähköinen, on hyvin heikkoa**. Toivotaan **monikanavaisuutta**: paikallislehdet ja niiden **ilmoitussivut, julkiset ilmoitustaulut, seurakunnan kanavat, kirjastot, kerhojen vetäjien kautta**. Myös **nettiTV**-tyyppiset ratkaisut mainitaan
- **Kohtaaminen & yksinäisyys:**
 - Korostuu toive **yksinkertaisista, lähimittakaavan** kohtaamisista (kahvi + jutustelu, kerhomaiset tapaamiset), joihin **kehtaa tulla ilman jäsenyyksiä tai muita henkisiä esteitä**. Yksinäisyyden lievitys nousi vahvasti esille
- **Kuljetus & saavutettavuus:**
 - **Kimppakyydit, yhteiskuljetukset, lähipaikat**, tapahtumia myös **sivukylille**. Kynnystä laskee mahdollisuus tilata kyyti (tai sopia kaverikyydistä) jo ilmoittautumishetkellä.
- **Digiapu “kädestä pitäen”**
 - Ei luentopainotteista vaan **tehtävä- ja ongelmaperustaista** ohjausta: videovastaanotto, chatit, pankkitunnukset, huijausesimerkit
- **Turvallisuus** mm. seuraavista näkökulmista
 - Varautuminen ja väestönsuojelu
 - Digitaalinen turvallisuus . Myös huoli, että seniorit ovat digisyrjäytyneitä
 - Arjen turvallisuus

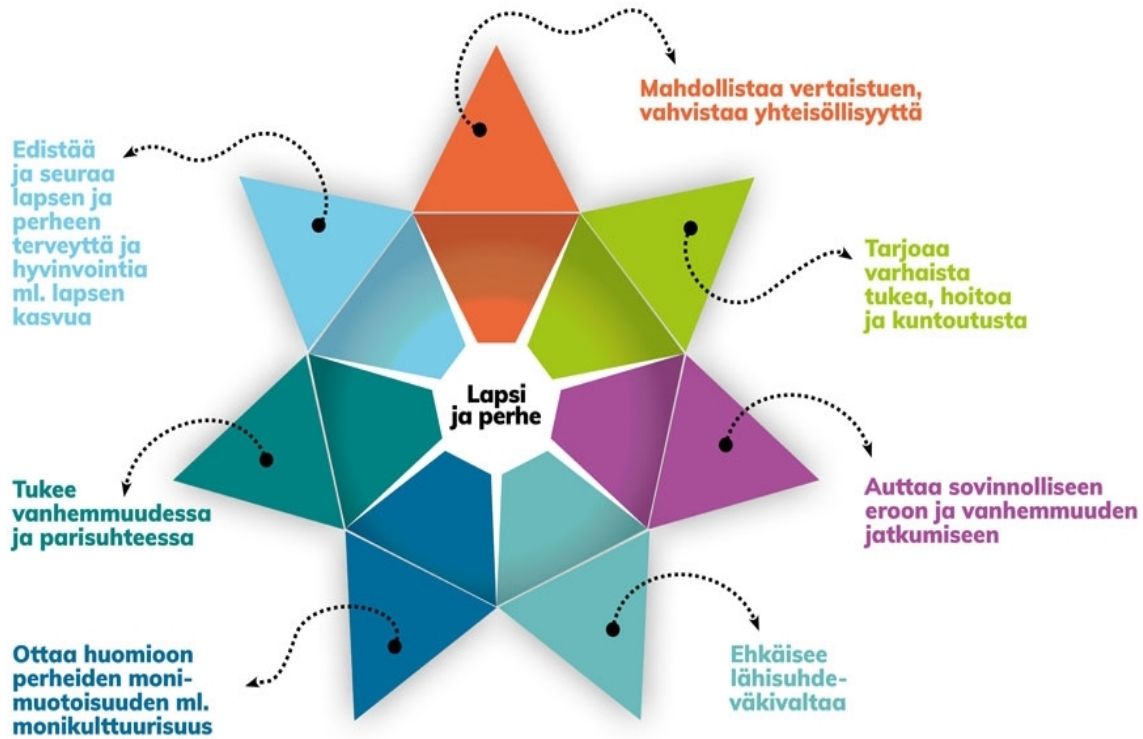
- **Talous & oikeudelliset asiat, omaishoito:**
 - Toivotaan **ikääntyneen talouden** kokonaisuusluentoja sekä **edunvalvonta/hoitotahto-klinikoita**. Omaishoidon “polku” kiinnostaa (mm. muistisairaahan puolison hoitajuus jne.).
- **Liikunta & kausikatkokset:**
 - Suuri ja selkeä tarve säännölliselle, **ympäri vuotiselle** liikkumiselle – erityinen kipupiste kesä–alkusyksy, kun sisäliikuntapaikkoja suljetaan. Pyydetään **matalan kynnyksen** ulkoliikuntaa (keppi-/kahvakuula, sauvakävely, lavis)
- **Kulttuuri, luonto & pienet retket yhdessä:**
 - Teatteri/konsertit, **päiväretket, sienestys/marjastus, katutaide** ja kirjastoillat. Hinta ja kyyti ratkaisevat pitkälti osallistumisen
- **Sote-palvelujen läheisyys ja saatavuus:**
 - **Sosiaali- ja terveysasemien vastaanotoille pääsy, oma lääkäri/neuvola lähellä**, huoli paikallisten terveyspalvelujen säilymisestä

Karkeasti yhteenvetona avoimista vastauksista
Miehet → *Rakenteet & saavutettavuus: miten osallistun?*
Naiset → *Sisältö & yhteisöllisyys: mihin ja kenen kanssa osallistun?*

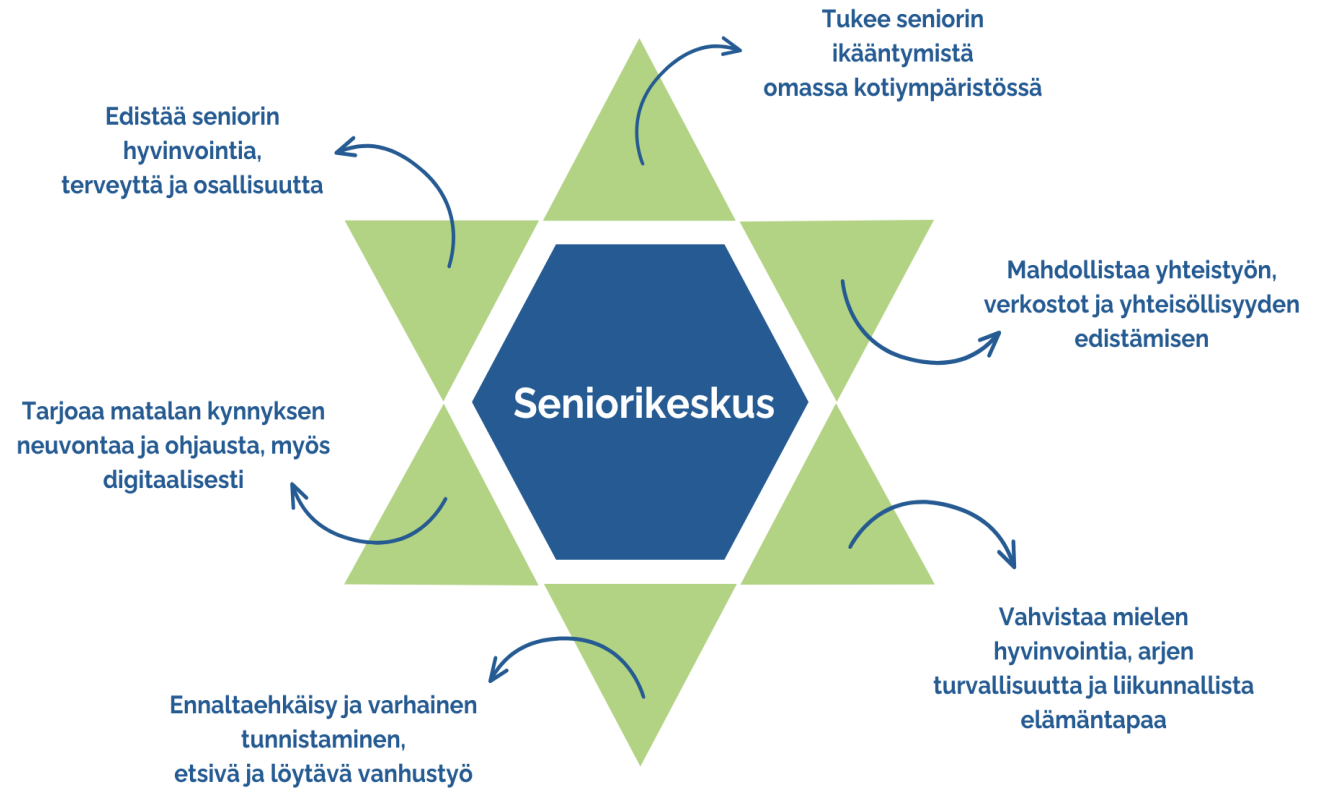
Ikääntyneiden ennaltaehkäisevä tuki



Perhekeskustoimintamalli: Lapset, nuoret ja perheet



Seniorikeskustoimintamalli +65 vuotiaat



Seniorikeskusmalli

Mitä

- Kohderyhmänä +65v
- Hyvinvointia, terveyttä, turvallisuutta sekä toimintakykyä edistäviä toimintoja
- Seniorikeskus rakentuu yhteiskehittämisen pohjalta
- Yhteistyö kuntien ja muiden toimijoiden kanssa
- Ikäystävällinen asenneilmapiiri

Miksi

- Alueellisiin ilmiöihin reagoiminen
- Koordinaatio, rakenne sekä tiedolla johtaminen
- Työvälineet ja toimintamallit, hoito- ja palveluketjut, osaamisen vahvistaminen sekä monialainen yhteistyö
- Tietoisuuden lisääminen ja osallisuus
- Lait, asetukset, strategiat jne

Miten

- Yhteisövaikuttavuuden viitekehys
- Palvelumuotoilu, työpajat
- Kumppanuuksista sopiminen
- Yhteiset seuranta- ja arviointitavat

Lisäarvoa yhteisellä seniorikeskustoiminnalla

- Varhaisen vaiheen ennaltaehkäisevää toimintaa
 - ne seniorit, jotka eivät vielä ole säännöllisten koti- ja asumispalvelujen piirissä
 - Osallisuuden vahvistuminen
- Kunnan/alueen ”oman näköinen” toiminta ja kuntarajat ylittävä yhdessä tekeminen
- Elinkaari -ajattelu; yhdessä ja ylisukupolvisesti tekeminen; perhe- ja seniorikeskustoiminnassa olevat kuntalaiset, ammattilaiset ja muut toimijat
- Ikääntymisen lukutaito ja terveyden lukutaito
- Digiosaamisen vahvistuminen
- Tavoitteellinen ja arvioitava toiminta (yhteisövaikuttavuus)
- Etsivä seniorityö (vanhustyö): Ne, jotka hyötyisivät palveluista
 - Hankehaku Terveystiedon määrärahasta vuodelle 2026

1. Työpajatyöskentelyn yhteenveto – yhteinen ymmärrys

Mitä tarpeita ja odotuksia on senioreiden hyvinvointia ja terveyttä edistävälle toiminnalle?

1. Säännöllisesti kohtaamiset ja kohtaamispaikka
2. Tiedonsaanti eri kanavien kautta
3. Neuvonnan ja ohjauksen merkitys
4. Saavutettavuus, yhteiskuljetus, esteettömyys, liikkuvat palvelut.
5. Osallisuuden tukeminen ja sen eri muodot mm. vertaistuki, luottohenkilö, vapaaehtoiset

Mitä lisäarvoa yhteistyössä toteutettu senioreille suunnattu hyvinvointia ja terveyttä edistävä toiminta tuo?

1. Leveämmät hartiat hyödyntämään resurssia
2. Parviäly, syntyy uusia ajatuksia ja ideat jalostuvat
3. Vahvempi viestintä
4. Seniorille tuttu toimija lisää luottamusta ja vahvistaa osallisuutta
5. Yhteistyöllä toimijoiden keskinäinen luottamus ja arvostus lisääntyy

Mikä edistää osallisuutta ja yhdessä tekemistä?

1. Saavutettavuus
2. Tieto ja tiedottaminen
3. Yhdenvertaisuus
4. Oma kiinnostus, omien arvojen mukainen toiminta
5. Turvallisuus ja tuttuus

Miten tästä eteenpäin

- Seniorikeskusmallin palvelumuotoilu ja kehittäminen jatkuu
 - Yhteinen teams-tila perustettu tukemaan viestintää
 - Ohjausryhmän perustaminen
 - Kuntien ja hva:n hyte-neuvottelut
 - Työpaja 2 suunnitteilla
- Osallisuuden edistämisen toimenpiteet
 - Hyte-kyselyn tuloksiin reagoidaan
 - → suunnitteilla tuottaa tietoa sekä lisätä ymmärrystä senioreiden oikeuksista ja vaikuttamismahdollisuuksista
- Seniorikeskusmallin kehittämisen ja ylläpidon koordinaatiovastuu hva:lla
 - Kuntakohtaiset resurssit vaikuttavat kehittämiseen
 - Kunnan resurssi, seniorikeskuksen resurssi ko. Alueella → yhteistyön jakaminen korostuu
 - Esimerkkinä: 8 seniorin hyvinvointineuvolan hoitajaa 17 kunnan alueella
- Ikääntyvien ennaltaehkäisevän tuen asiantuntijuuden merkitys yhteistyölle ja kohderyhmälle

Kiitos

Anne-Mari Hakala palvelupäällikkö / Ikääntyneiden ennaltaehkäisevä tuki

Merja Pihlajasaari seniorikeskuskoordinaattori

Hanna-Mari Uusitalo palveluvastaava / Ikääntyneiden neuvonta ja ohjaus

Lotta Katajapuu-Rutanen projektityöntekijä / Kestävän kasvun ohjelma (30.11.2025 asti)

etunimi.sukunimi@hyvaks.fi

www.hyvaks.fi

#hyvaks #hyväarkikaikille