



**Paras arkenakin**  
*Ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelma*  
*2020-2023*

# Sisältö

Johdanto .....	3
Ikääntyneet Porvoossa .....	4
Ikääntyneiden hyvinvoinnin tukeminen.....	7
Vanhusneuvosto.....	7
Ikääntyneiden palveluiden kehitys .....	8
Teema 1: Asuminen ja asuinympäristö .....	10
Teema 2: Aktiivinen arki .....	12
Kulttuuri.....	12
Liikunta.....	13
Osallistumismahdollisuudet .....	13
Kohtaamispaikat.....	14
Teema 3: Viestintä, neuvonta ja ohjaus .....	16
Teemakohtaiset tavoitteet .....	18
Lähteet .....	23

## Johdanto

---

Porvoon kaupungin strategia, hyvinvointikertomus sekä muut hyvinvointiohjelmat ohjaavat kunta-laisten, myös ikääntyneiden, palveluiden suunnittelua ja niiden toteutumisen seurantaa. Ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelmassa määritellään tarkemmalla tasolla eri toimialojen vastuita toimenpiteiden toteuttamisessa. Suunnitelma kokoaa yhteen myös niitä toimenpiteitä, joita toteutetaan yhteistyössä muiden julkisten tahojen, yritysten sekä järjestöjen ja muiden yleishyödyllisten yhteisöjen kanssa. Ikääntyneiden hoivan ja asumisen palveluita käsitellään lisäksi tehostetun palveluasumisen paikkatarveselvityksessä sekä asuntopoliittisessa ohjelmassa.

*Paras arkenakin – Ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelma 2020–2023*, muodostaa kaupungin lakisääteisen suunnitelman ikääntyneen väestön tukemiseksi (laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveystalvuluista 5 §). Hyvinvointijohtamisessa korostuu poikkihallinnollinen yhteistyö. Kaupungin hyvinvointiryhmä edistää toimialojen välistä yhteistyötä ja kehittää hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen hyviä käytäntöjä. Hyvinvointiryhmä ottaa kantaa hyvinvoinnin tukemista edistäviin ohjelmiin ja johtaa suunnitelmien jalkauttamista käytännön työhön.

Suunnitelmatyön tukena on käytetty Uudenmaan ikääntyneiden ja omaishoidon kärkihankkeessa vuonna 2018 laadittua opasta kunnille. Oppaassa korostetaan kaikkien Uudenmaan kuntien suunnitelmista esiin nousseita teemoja. Asuminen, asuinympäristö, aktiivisen arjen mahdollistaminen sekä viestintä, neuvonta ja palveluohjaus ovat kuntien kannalta keskeisiä kokonaisuuksia, joilla ikääntyneiden hyvinvointiin voidaan paikallisesti vaikuttaa. Nämä teemat päätettiin valita myös Porvoon ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelman teemoiksi. Oppaassa esitetyt tavoitetaulukot ovat toimineet pohjana Porvoon kuntakohtaisten toimenpiteiden asettamiselle.

Suunnitelma on laadittu yhteistyössä asukkaiden, vanhusneuvoston, kaupungin eri organisaatioiden vastuhenkilöiden sekä kolmannen sektorin toimijoiden kanssa. Suunnitelman laatimisesta on tiedotettu laajasti ja tarjottu kaikille avoin mahdollisuus vaikuttaa työhön kaupungin verkkosivuilla olleen palautekyselyn kautta. Vanhusneuvostossa ja ikäihmisten neuvottelukunnassa valmistelua esiteltiin laajemmin syys-lokakuussa 2019. Taidetehtaalla 4.11.2019 järjestettyyn työpajaan kutsuttiin kaupungin eri toimialojen, vanhusneuvoston ja eläkeläisyhdistysten sekä muun kolmannen sektorin ja oppilaitosten edustajia. Tilaisuuteen osallistui 42 henkilöä.

Porvoon ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelman laatimisesta on vastannut kaupunginjohtajan nimeämä työryhmä:

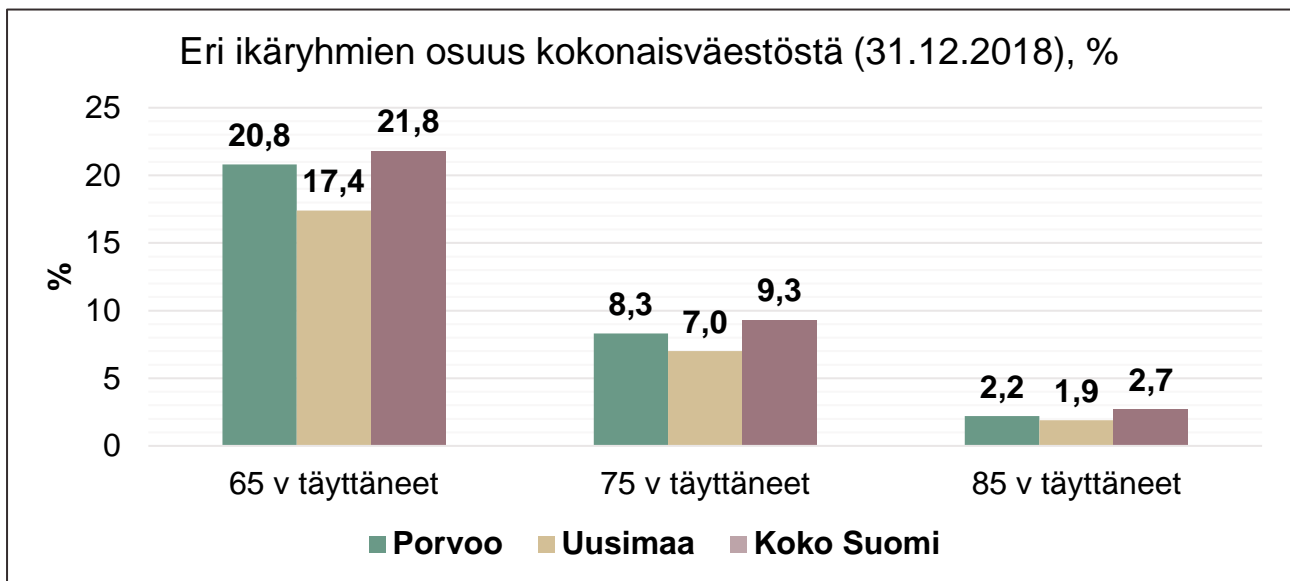
Kirsi Oksanen	projektin omistaja vs. vanhus- ja vammaispalvelujen johtaja (Soili Partanen 11.9.2019 saakka)	sosiaali- ja terveystoimi
Päivi Mäkimartti	kehittämispäällikkö	sosiaali- ja terveystoimi
Petra Bärlund-Hämäläinen	vapaaehtoistyön koordinaattori	sosiaali- ja terveystoimi
Nina Nyholm	suunnittelija	sosiaali- ja terveystoimi
Krister Lindman	vs. kotihoidon palvelupäällikkö	sosiaali- ja terveystoimi
Hilkka Piipponen	vanhusneuvoston edustaja	
Susann Hartman	kulttuuripalvelujen päällikkö	sivistystoimi
Hanna Linna-Varis	liikenneinsinööri	kaupunkikehitys

Toimenpiteiden yksityiskohtaisemmat suunnitelmat tehdään vastuutahojen kesken yhteisissä tapaamisissa. Tavoitetaulukoiissa (taulukot löytyvät tämän suunnitelman lopusta, sivulta 18 eteenpäin), olevat aikataulut ohjaavat kaupungin toimialoja huomioimaan toimenpiteet talousarviossaan ja toimintasuunnitelmissaan. Hyvinvointikertomuksen laatimisen yhteydessä arvioidaan ikääntyneen väestön terveydentilaa, kuten terveydenhuoltolaki ja vanhuspalvelulaki edellyttävät.

## Ikääntyneet Porvoossa

Porvoon asukasluku 31.12.2018 oli 50 262. Eri ikäryhmien prosenttiosuudet suhteessa kokonaisväestöön näkyvät oheisessa taulukossa, johon on otettu vertailun vuoksi myös Uusimaa sekä koko Suomi. Koko Uusimaa poikkeaa edukseen ikärakenteeltaan Porvoosta ja koko Suomesta. Ikääntyneitä, 65 vuotta täyttäneitä oli kuitenkin vuonna 2017 myös Uudellamaalla ensi kertaa enemmän kuin alle 15-vuotiaita. Ikääntyneiden määrän vaihtelu Uudenmaan kuntien välillä on suurta.

Myös Porvoossa väestön ikärakenne on vanhentunut viime vuosina voimakkaasti. Porvoossa asuvien 65–74-vuotiaiden määrä on kasvanut 43 prosenttia vuosina 2010–2017. Tällä hetkellä noin joka viides porvoolainen on yli 65-vuotias. Luku on hieman matalampi kuin koko Suomessa.

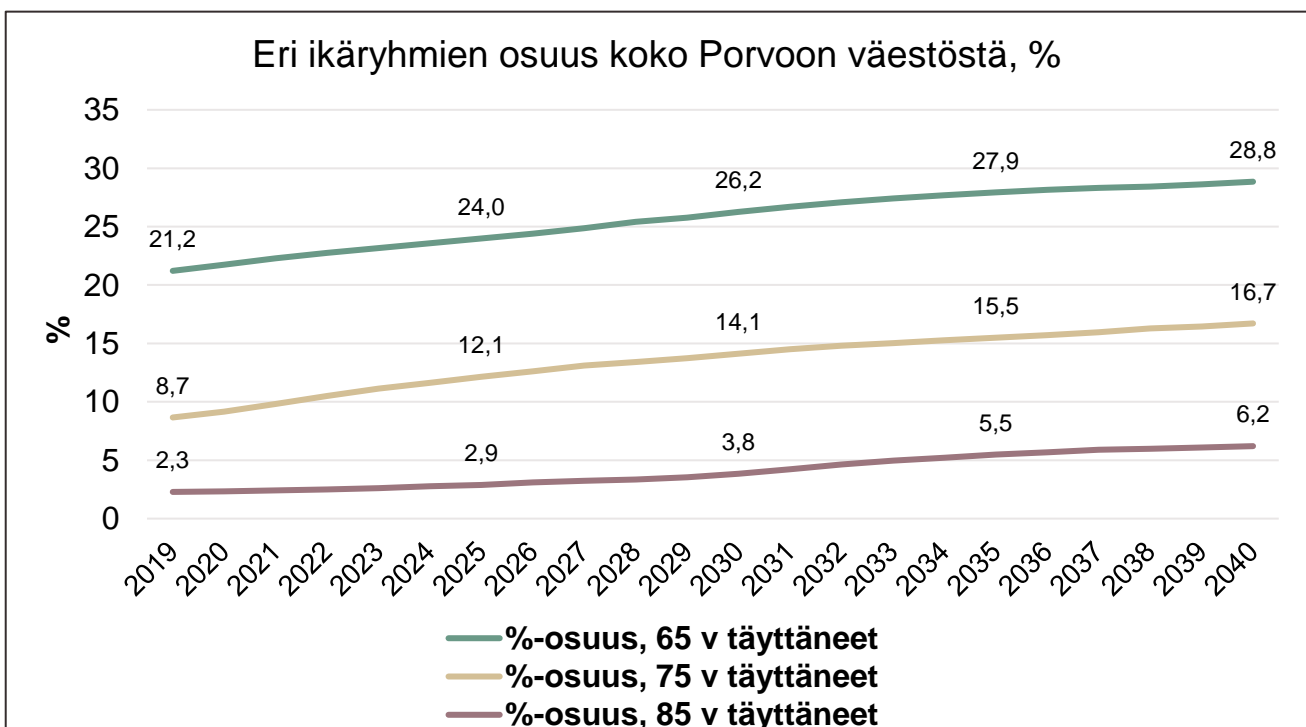


Kuva 1: Eri ikäryhmien osuus kokonaisväestöstä, % (lähde: Tilastokeskus, Väestöennuste 2019)

Porvoon ikärakenteessa tapahtuu voimakkaita muutoksia tulevina vuosina. Alle 15-vuotiaiden lasten määrä vähenee, mutta työikäisten ja erityisesti eläkeikäisten määrä kasvaa nopeasti. Yli 75-vuotiaiden eläkeläisten määrä kasvaa ennusteen mukaan lähes räjähdysmäisesti. Määrä kaksinkertaistuu yhteensä lähes 8500 henkilöön vuoteen 2040 mennessä. 25–49-vuotiaiden aikuisten määrän ennustetaan kasvavan voimakkaasti muuttoliikkeen vuoksi.

Yli 65-vuotiaiden ikäluokissa muuttoliikkeen vaikutus ikäluokkien kokoon jäänee vähäiseksi. Tuleva väestönkehitys vanhemmissa ikäluokissa on lähes täysin riippuvaista tulevien ikäluokkien koosta sekä kuolleisuuden kehityksestä. Vuonna 2040 joka neljäs porvoolainen on yli 65-vuotias.

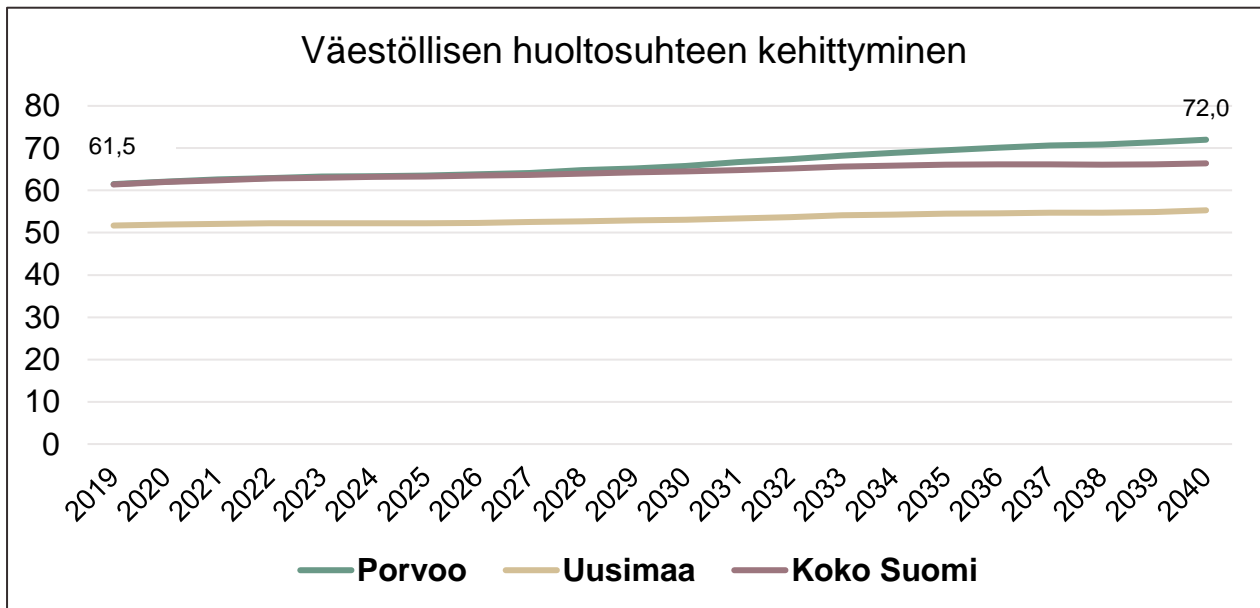
Alla oleva Tilastokeskuksen väestöennuste osoittaa 75 vuotta täyttäneiden osuuden kaksinkertaistuvan vuodesta 2019 vuoteen 2040 mennessä.



Kuva 2: Eri ikäryhmien osuus koko Porvoon väestöstä, %, vuosille 2020-2040 (lähde: Tilastokeskus, Väestöennuste 2019)

Väestöllisellä huoltosuhteella kuvataan väestön ikärakennetta ja sen muutoksia. Huoltosuhte ilmoitetaan ei-työikäisten ja työikäisten määrän suhteena. Ei-työikäisiksi määritellään kaikki alle 15-vuotiaat ja yli 64-vuotiaat. Loput eli näiden ikäryhmien väliin sijoittuvat lasketaan työikäisiksi. Työikäisten osuus väestöstä on vähentynyt jatkuvasti ja kehityksen ennustetaan jatkuvan samanlaisena myös tulevaisuudessa.

Porvoon väestöllinen huoltosuhte vastaa tällä hetkellä koko maan keskimääräistä tasoa, ja kehitys jatkuu samankaltaisena kuin koko maassa. Vuonna 2040 Porvoossa asuu 72 ei-työikäistä 100 työikäistä kohden. Alla oleva kuva osoittaa väestöllisen huoltosuhteen heikkenevän 10,5 prosentilla vuosien 2019–2040 aikana.



Kuva 3: Väestöllisen huoltosuhteen kehittyminen (lähde: Tilastokeskus, Väestöennuste 2019)

Yksinasuvien yli 75-vuotiaiden määrä vastaavan ikäisestä väestöstä on Porvoossa 45,4 prosenttia, hieman alhaisempi kuin Uudellamaalla (48,0 prosenttia) ja koko maassa (47,0 prosenttia).

Kotona asumisen mahdollistaminen on asetettu keskeiseksi tavoitteeksi ikäpoliittisissa strategioissa ja toimenpideohjelmassa sekä hallitusohjelmassa. Porvoossa kotona asuvien yli 75-vuotiaiden osuus oli 93,8 prosenttia vuonna 2019.

## Ikääntyneiden hyvinvoinnin tukeminen

---

Väestön ikärakenteen muutoksesta seuraa, että on mukauduttava laajasti entistä iäkkäämmän väestön tarpeisiin. Vanhuspalveluja tarvitaan lähivuosikymmeninä selvästi nykyistä enemmän. Vaikka suurin osa ikäihmisistä pärjää itsenäisesti, avun tarve kasvaa erityisesti viimeisinä elinvuosina. Kotihoidon asiakkaat ovat yhä vanhempia ja tarvitsevat enemmän apua.

Kunnat voivat vaikuttaa ikääntyvien kuntalaisten palvelutarpeiden kasvuun panostamalla hyvinvointia edistäviin ja ennaltaehkäiseviin toimiin, neuvontaan ja ohjaukseen sekä kuntouttavien palvelujen kohdentamiseen niistä hyötyville. Hyvä elämänlaatu ei ole pelkästään hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä tai hoidon ja huolenpidon tarpeen arviointia ja siihen vastaamista. Kyse on laajasti hyvän elämän edistämisestä eli hyvän elämänlaadun, itsemääräämisoikeuden ja toimivan arjen turvaamisesta. Siihen tuovat parannuksia hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen ja palvelujen laadun parantaminen.

Porvoon kaupunkistrategiassa korostuvat vahvasti kaikenikäisten asukkaiden hyvän elämänlaadun ja aktiivisen arjen teemat. *Unelmien Porvoo 2030* – visiossa Porvoo on paras arkenakin ja tarjoaa asukkailleen aktiivista kaupunkielämää. Tavoitteena on, että asukkaat kantavat aktiivisesti vastuuta kaikenikäisten hyvinvoinnista ja turvallisuudesta sekä yhteisestä ympäristöstä. Porvoossa on monipuoliset, kaksikieliset palvelut ja kaupunkia ja sen palveluita uudistetaan ennakoluulottomasti yhdessä asukkaiden kanssa. Kaupungin turvallisuutta kehitetään ja asukkaiden syrjäytymistä sekä eriarvoistumista ehkäistään yhdessä. Kaupungin asukkaat voivat toimia aktiivisesti omassa naapurustossaan paikallisissa yhteisöissä ja yhdistyksissä. Asukkaat synnyttävät yhteisöjä ja kaupunki tarjoaa toiminnalle monenlaisia mahdollisuuksia. Kaikenikäisillä on monipuolisia ja kohtuuhintaisia harrastusmahdollisuuksia. Aktiivista ikääntymistä tuetaan painottaen terveyttä edistäviä toimenpiteitä.

### *Vanhusneuvosto*

Vanhuspalvelulain 11 §:n mukaisesti kunnassa on oltava ikääntyneen väestön osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuuksien varmistamiseksi vanhusneuvosto ja on huolehdittava sen toimintaedellytyksistä. Vanhusneuvosto on toiminut Porvoossa jo vuodesta 1998 alkaen porvoolaisten ikääntyneiden edunvalvojana ja puolestapuhujana kunnallisessa päätöksentekojärjestelmässä. Vanhusneuvosto muun muassa kehittää kunnan ikääntyneiden, vanhusjärjestöjen ja eläkeläisyhdistysten yhteistyötä sekä edistää ikääntyneiden tasavertaisia mahdollisuuksia osallistua koulutuksiin, työhön, terveydenhuoltoon ja muihin palveluihin sekä vapaa-ajan toimintaan. Vanhusneuvoston tehtäviin kuuluu myös vaikuttaa ympäristön suunnitteluun ja toteutukseen siten, että julkiset tilat soveltuvat ikääntyneille esimerkiksi liikuntakyvyn rajoituttua.

Vanhusneuvoston on oltava mukana ikääntyneiden tukemiseksi tehtävän suunnitelman valmistelussa ja arvioinnissa. Vanhusneuvosto on ollut tiiviisti mukana edellisen 2015–2018 vuosille laaditun suunnitelman laatimisessa ja arvioinnissa sekä tämän *Paras arkenakin* –ohjelman valmistelussa. Kaupunki tekee vanhusneuvoston kanssa aktiivista yhteistyötä, ja neuvostolla on mahdollisuus sekä toimivat kanavat vaikuttaa ikääntyneitä koskeviin päätöksiin jo niiden valmisteluvaiheessa. Neuvoston kautta tavoitetaan iso joukko eläkeläisyhdistysten aktiivisia toimijoita ja jäseniä.

## *Ikääntyneiden palveluiden kehitys*

Sosiaali- ja terveysministeriö ja Suomen Kuntaliitto ovat antaneet iäkkäiden ihmisten palvelujen kehittämistä koskevan laatusuosituksen vuosina 2001, 2008 ja 2013. Vuonna 2017 laatusuositus uudistui huomioon ottamaan ohjaus- ja toimintaympäristössä meneillään olevat muutokset sekä hallitusohjelman ja julkisen talouden suunnitelman tavoitteet. Laatusuosituksen tarkoituksena on tukea vanhuspalvelulain toimeenpanoa. Laatusuosituksen tavoitteena on turvata mahdollisimman terve ja toimintakykyinen ikääntyminen sekä laadukkaat ja vaikuttavat palvelut niitä tarvitseville iäkkäille.

Kansallinen tavoite on, että iäkkäät ihmiset voivat asua kotona ja saada sinne tarvitsemansa palvelut. Kun iäkäs ihminen asuu kotona, hänen tukena on hyvä olla verkosto, jossa on mukana ammattilaisia, läheisiä ja vapaaehtoisia. Pitkäaikaiseen ympärivuorokautiseen hoitoon turvaututaan vasta, kun siihen on perustellut syyt eikä kotona asuminen onnistu intensiivisenkään kotihoidon turvin. Hoidon pitää tapahtua mahdollisimman kodinomaisessa ympäristössä.

Tavoitteeseen pääsy edellyttää uudenlaista asennetta ja innovatiivisuutta, tiedolla johtamista ja yhteistyötä yli sektori- ja ammattirajojen sekä monenlaisia palveluja ja teknologisia ratkaisuja tukemaan ja täydentämään toisiaan.

Iäkkäälle ihmiselle on tärkeää, että palvelutarpeet arvioidaan yhdessä hänen kanssaan, vuorovaikutus ja kohtaaminen on hyvää ja arvostavaa ja, että palvelukokonaisuudet mukautuvat hänen tarpeisiinsa ja toiveisiinsa. Kun palvelukokonaisuudet räätälöidään asiakkaan tarpeiden mukaisesti ja sovitetaan hyvin yhteen, niistä saadaan paitsi asiakkaalle sopivia ja mieluisia myös laadukkaita ja kustannustehokkaita.

Sosiaali- ja terveysministeriön iäkkäiden palvelujen uudistamisen työryhmä on valmistellut lainsäädännön muutoksia vuoden 2019 aikana. Ensimmäisessä vaiheessa on valmisteltu ehdotusta henkilöstömitoituksen toteuttamisesta vanhusten ympärivuorokautisessa palveluasumisessa ja laitoshoidossa. Työryhmä on valmistellut myös esitystä iäkkäiden laatusuositukseksi vuosille 2020–2023 sekä linjauksia pidemmälle aikavälille sosiaali- ja terveystalouden palveluja laajemmin eli niin kutsuttua ikäohjelmaa.

Iäkkäiden laatusuositus julkaistaan kevään 2020 aikana. Laatusuosituksessa tullaan linjaamaan iäkkäiden palveluiden järjestämiseen sekä tuottamiseen liittyviä kokonaisuuksia sekä kuntien tehtäviä iäkkäiden toimintakyvyn tukemisessa. Laatusuosituksessa korostuvat pitkälti samat teemat, joita tähän suunnitelmaan on nostettu: iäkkäiden hyvinvoinnin ja toimintakyvyn tukeminen, ikäystävällinen asuminen ja asuinympäristöt, asiakas- ja palveluohjaus, vapaaehtoistyön merkitys sekä digitalisaation ja uuden teknologian mahdollisuudet. Linjaus ottaa kantaa myös vanhuspalveluiden laadun varmistamiseen, omavalvontaan sekä vanhuspalveluiden osaavan ja hyvinvoivan henkilöstön turvaamiseen.

Porvoossa vanhuspalveluiden kehitystyössä on edetty laatusuositusten mukaisesti, laitospainotteista hoitoa on vähennetty jo pitkään ja samanaikaisesti kehitetty tehostettua palveluasumista sekä kotiin annettavia palveluita. Porvoon tehostetun palveluasumisen yksiköt on kaikki rakennettu 2010-luvulla. Viimeisin yksikkö Pääskypellon palvelukoti avautui tammikuussa 2019. Ikääntyneen toimintakyvyn heiketessä hoito annetaan aina ensisijaisesti kotiin. Vuonna 2019 Porvoossa oli tehostetun palveluasumisen piirissä 6,2 prosenttia yli 75-vuotiaista. Pääskypellon palvelukodin avauttua ei vanhainkotihoitoa enää Porvoossa ole.



Oheisessa taulukossa on kuvattu yli 75-vuotiaiden prosentuaaliset osuudet vastaavan ikäisestä väestöstä tiettyjen palvelujen osalta. Tulevien vuosien tavoitteet tarkennetaan, kun uusi laatusuositus on julkaistu.

	2016	2017	2018	2019
<i>Säännöllisen kotihoidon piirissä olevat</i>	13,7	12,4	11,5	10,9
<i>Kotona asuvat</i>	92,7	93,5	93,7	93,8
<i>Tehostetussa palveluasumisessa asuvat</i>	5,9	5,4	5,2	6,2
<i>Pitkäaikaisessa laitoshoidossa/ vanhainkodeissa asuvat</i>	1,4	1,1	1,1	0
<i>Omaishoidon tuen asiakkaat</i>	3,0	3,2	3,1	3,0

Porvoon hoiva-asumisen selvityksessä vuonna 2014 on kuvattu toimenpide-ehdotukset koskien palveluasumisen tarpeita ja aikataulua. Tehostetun palveluasumisen paikkatarveselvitys tehtiin vuonna 2018 ja se päivitetään kahden vuoden välein. Paikkatarveselvitys päivitetään vuonna 2020 ja tässä yhteydessä arvioidaan tarkemmin tulevaa paikkatarvetta.

Hoitotyön laadun ja valvonnan kehittämiseen panostetaan vahvasti. Sosiaali- ja terveystoimeen on laadittu vuonna 2019 yhteinen valvontasuunnitelma. Ohjauksen ja valvonnan avulla varmistetaan asiakasturvallisuus, parannetaan palveluiden laatua ja puututaan virheelliseen menettelyyn. Vanhuspalveluissa valvotaan säännöllisesti sekä omien että ostopalveluyksiköiden toimintaa.

Kotihoidon, tehostetun palveluasumisen ja osastojen asiakkaat ovat ympärivuorokautisen vastuu-lääkäripalvelun piirissä. Ikääntyneet saavat tarvitsemansa kuntoutuspalvelut oikea-aikaisesti. Kuntoutuksen jatkuvuus on turvattu kuntoutushenkilökunnan yhteistyön avulla. Esimerkiksi laitoksesta kotiutumisen yhteydessä varmistetaan, että apuvälineet ovat käytössä ja kuntoutus jatkuu avo- tai kotikuntoutuksena sekä huolehditaan, että mahdollisesti tarvittavat asunnonmuutostyöt on käynnistetty. Osana hallituksen IO-kärkihanketta Porvoo osallistui vuonna 2017-2018 Uudenmaan kotikuntoutusmallin kehittämiseen. Kotikuntoutusta on kehitetty merkittäväällä tavalla ja vahvistettu kuudella fysioterapeutilla, kahdella toimintaterapeutilla ja ravitsemussuunnittelijalla. Vuonna 2019 avatun kuntoutusyksikkö Wilhelmiinan palveluilla tuetaan muun muassa omaishoitajien jaksamista tarjoamalla lyhytaikaisia hoitopaketteja sekä päivähoitoa myös kotiin omaishoidettaville.

Kotihoidossa on otettu käyttöön uusi suunnittelujärjestelmä. Toimivalla suunnittelulla parannetaan kotihoidon asiakkaiden palvelun laatua ja henkilöstön työssä jaksamista sekä vähennetään hoitovirheitä ja asiakkaiden sairaalajaksoja. Tavoitteena on asiakkaan luona vietetyn ajan lisääminen ja asiakaskäyntien tasaisempi jakautuminen henkilökunnan jäsenillä. Etähoiva tullaan ottamaan palveluvalikkoon vuoden 2020 aikana.

Ennaltaehkäisevien palveluiden kehittäminen jatkuu ja suunnitelmakautena kiinnitetään erityisesti huomiota lakisääteisten hyvinvointia edistävien kotikäyntien toteutustapaan.

# Teema 1: Asuminen ja asuinympäristö

---

Turvallinen asuminen omassa kodissa on monen iäkkään toive. Ikääntyneet käyttävät yhdenvertaisina samoja palveluja kuin muutkin kuntalaiset. Esteettömyys asunnossa, kulkemisessa ja palveluissa sekä tiedonsaannissa varmistaa mahdollisuuden toimia itsenäisesti ja olla aktiivinen. Ikääntyneen kannalta hyvä elinympäristö on myös kaikkien ikäryhmien kannalta toimiva.

Asuinympäristön ratkaisulla voidaan tukea itsenäisen elämän jatkumista ja hyvää elämänlaatua. Muisti- ja ikäystävälliset asuinalueet suunnitellaan niin, että toimintakyvyltään heikentyneet asukkaat asuvat turvallisesti yhteisön osana, eivätkä erillään muusta asumisesta. Ikäystävällinen asuinalue rohkaisee aktiiviseen ikääntymiseen luomalla mahdollisuuksia terveyden ylläpitoon ja osallisuuteen. Iäkkäiden ja muistisairaiden henkilöiden kotona asuminen voi toteutua samaan aikaan inhimillisesti ja palvelujen kannalta kustannustehokkaasti.

Porvoossa syksyllä 2019 laaditun kotihoidon kyselyn mukaan 82 prosenttia vastaajista oli täysin samaa mieltä väittämän ”Asun kaikkein mieluiten kotona” kanssa. Osittain samaa mieltä oli 10 prosenttia. Vastaavasti 55 prosenttia oli täysin eri mieltä väittämän ”Haluaisin asua palvelutalossa ” kanssa ja osittain eri mieltä oli 17 prosenttia.

Riittävä kohtuuhintaisten vuokra-asuntoasuntojen tuotanto, asuntojen ja asuinympäristöjen esteettömyys ja saavutettavuuden varmistaminen sekä tonttien varaaminen ikäihmisten asumiselle ja palveluasumiselle ovat kaupunkisuunnittelun keskeisimpiä keinoja ikäihmisten huomioimiseksi. Ikääntyneille sopivia asumisen vaihtoehtoja suunnitellaan lisää monipuolisten palvelujen ja joukko liikenteen äärelle. Tarvitaan myös erityyppisiä asumisratkaisuja (senioritaloja, yhteisöasuintaloja, yhteisöllisiä tiloja asuinrakennuksiin, monta sukupolvea samalla tontilla).

Porvoossa on sovittu toimintamalli, jossa suurissa kaavoituskokonaisuuksissa myös erityisryhmien, tässä tapauksessa ikääntyneiden, tarpeet huomioidaan. Sosiaali- ja terveystoimi, toimitilajohto ja kaupunkikehitys käyvät yhdessä läpi erityisryhmien tarpeita ja asumisen tarjontaa. Asemakaavoituksessa pyritään siihen, että kaupungissa on tarjolla riittävästi tontteja sekä erityyppisille palveluasumisen kohteille että tehostetulle palveluasumiselle.

Kaupunkiympäristön esteettömyyden parantamista jatketaan entistä määrätietoisemmin. Tavoitteena on poistaa liikkumista rajoittavat esteet sekä parantaa kävelyn turvallisuutta erityisesti keskustassa, koska ikäihmisiä asuu paljon ydinkeskustan läheisyydessä. Louhi kuntapalvelimen (20.11.2019) mukaan 36 prosenttia porvoalaisista 75 vuotta täyttäneistä asuu kilometrin päässä torilta. Kahden kilometrin etäisyydellä asuu 55 prosenttia, kolmen kilometrin päässä 69 prosenttia, viiden kilometrin 77 prosenttia ja kahdeksan kilometrin etäisyydellä 84 prosenttia 75 vuotta täyttäneistä.

Kävely-ympäristön laatuun ja yhdistävyyteen kiinnitetään huomiota ja reiteille varataan riittävästi lepäämiseen tarkoitettuja penkkejä ja suojaisia katoksia. Valaistus on osa esteettömyyttä ja kaupunkiympäristön turvallisuutta. Lisäksi opastuksella ja erityisillä rakennusratkaisuilla voidaan helpottaa ikääntyneiden ja muistisairaiden liikkumista. Näin omaehtoinen liikkuminen kaupungilla on mahdollista entistä iäkkäämpänä. Esteettömässä ympäristössä tapahtuu vähemmän tapaturmia, mikä tuo myös säästöjä kunnalle. Katujen kunnossapito kiinnittää resurssien puitteissa huomiota sekä liukkaudentorjuntaan että katupölyn minimoimiseen erityisesti keskusta-alueella. Vanhuspalveluissa jatketaan ja kehitetään edelleen vuonna 2019 käynnistettyä kokeilua jakaa yli maksuttomia liukuesteitä 75 vuotta täyttäneille.

Kodeissa itsenäistä asumista heikentävät erityisesti huonot saniteetitilat ja rappuset, kun taas asuinympäristöissä muun muassa kerrostalojen hissittömyys ja epäkäytännölliset varastotilat liikkumisen apuvälineille. Itsenäistä asumista voidaan edistää korjaamalla asuntoja esteettömämmiksi sekä huolehtimalla, että rakennettavat uudet kohteet ovat esteettömiä ja mahdollistavat hyvän asumisen.

Ikääntyvien kannustaminen asumiseen liittyvien ratkaisujen ennakointiin on tärkeää. Asuntojen muutostyöt ja korjaukset tai muutto helppohoitaisempaan kotiin ja asuinympäristöön, lähemmäksi palveluita voi turvata itsenäisen elämän toimintakyvyn heikentyessä. Viestintä, neuvonta ja palveluohjaus ovat keinoja, joilla kaupunki voi edistää ikääntyvän omaa varautumista muuttuviin asumistarpeisiin.

Ensisijaisesti asukkaat huolehtivat itse asuntonsa korjaamisesta ja varustamisesta omaa toimintakykyään vastaavaksi. Vanhustyön keskusliiton korjausneuvojat avustavat maksutta ikääntyneitä asunnon korjaustöiden suunnittelussa ja korjausavustusten hakemisessa. Asumisen rahoitus- ja kehittämiskeskus ARA myöntää korjausavustuksia iäkkäille ja vammaisille henkilöille sekä asuinrakennuksen omistajille. Tietoa yleisestä korjausneuvonnasta ja avustuksista saa kaupungin neuvonan ja palveluohjauksen kautta. Asunnon muutostöihin voi lisäksi saada avustusta vanhus- ja vammaispalveluista sosiaalihuoltolain tai vammaispalvelulain nojalla.

Ensisijaisesti ikäihmisille ja liikuntarajoitteisille tarkoitettu Palvelulinja on toiminut Porvoossa yli 20 vuotta. Palvelulinja mahdollistaa viikoittaisen asiointin kaupungin keskustassa. Palvelulinjan toiminnassa otetaan jatkossa huomioon, että ikäihmisten määrä kasvaa ja tarve kuljetuspalveluille lisääntyy. Lisäksi Palvelulinjan toimintaa markkinoidaan nykyistä laajemmin. Porvoossa on otettu käyttöön myös Kyläkyty-palvelu, joka tarjoaa pohjoisille kylille kuljetuspalveluja ilt-aikaan. Palvelulinja ja Kyläkyty ovat kutsuohjattuja ”ovelta ovelle” -palveluja.

Ikääntyneille on tarjottava julkisen liikenteen palveluja siten, että ajokortista luopuminen ei johtaisi itsenäisen elämän kaventumiseen. Liikenneturvallisuuden kannalta on erityisen tärkeä kiinnittää huomiota myös ajoterveyteen ja sen seurantaan. Heikentyvä näkö ja tai pidentyvä reaktioaika lisäävät huomaamattomasti riskiä joutua onnettomuuteen niin autoilijana kuin muutenkin liikenteessä. Eläkeläisyhdistysten, kaupungin ja muiden yhteistyökumppaneiden kanssa suunnitellaan ajoterveyteen ja liikenneturvallisuuteen liittyvä kampanja.

## Teema 2: Aktiivinen arki

---

Fyysisen terveyden lisäksi liikunta, kulttuuri ja taide vaikuttavat myös mielen hyvinvointiin, vireystilaan, aloitteellisuuteen, oppimishaluun ja luovuuteen. Kulttuuri- ja liikuntatapahtumiin osallistuminen, sosiaalinen kanssakäyminen ja erilaiset osallistumista tukevat toiminnot ovat merkittäviä ennalta ehkäiseviä toimia, joita jokainen kaupungin toimiala ja eri järjestöt voivat eri tavoin tukea. Kaupunki tukee vuosittain avustuksin kolmannen sektorin toimijoita, joiden toiminta edistää asukkaiden terveyttä ja hyvinvointia, lisää aktiivisuutta, yhteisvastuuta sekä ehkäisee syrjäytymistä.

Väestön ikääntyessä etenevää muistisairautta sairastavien henkilöiden kokonaismäärä nousee Suomessa vuosittain arviolta 14 500 henkilöllä. Ennusteiden mukaan muistisairaiden määrä jopa kaksinkertaistuu Suomessa 2040 mennessä. Porvoossa kolme neljästä tehostetun palveluasumisen asukkaasta sairastaa muistisairautta. Määrä vastaa valtakunnallista tasoa. Muistisairaudet vaikeuttavat jo varhaisessa vaiheessa ympäristön tulkintaa ja hallintaa. Älylliset haasteet ja aktiivinen sosiaalinen elämä luovat uusia hermosolujen yhteyksiä ja vaikuttavat siten positiivisesti muistiin. Hyvä ja riittävä uni on aivojen toiminnan edellytys sekä oppimisen että muistin kannalta. Pienikin annos alkoholia heikentää muistijäljen syntymistä, keskittymiskykyä ja unen laatua. Pitkäaikainen, runsas alkoholinkäyttö huonontaa tiedonkäsittelytoimintoja, kuten muistia, ja osalle voi aiheutua dementiatasoista oireilua.

Aivoterveydellä tarkoitetaan aivojen hyvinvointia, jota tukevat terveelliset elämäntavat, kuten terveellinen ravinto, liikunta, päihteettömyys sekä aivojen sopiva haastaminen, mutta myös riittävästä levosta huolehtiminen ja stressin välttäminen. Elämäntapoihin vaikuttamalla voidaan pienentää muistisairauden riskiä ja myöhentää sairauden oireiden ilmaantumista jopa 3–5 vuodella. Aivot ja muisti nauttivat terveellisestä, säännöllisestä ja monipuolisesta ruokavaliosta. Ravitsemuksen merkitys muistiin on kiistaton.

Porvoon kaupunki jatkaa aktiivisesti työtä ikääntyneiden ravitsemusasioissa. Vanhus- ja vammaispalveluissa yhden ravitsemussuunnittelijan työpanos kohdentuu täysin ikääntyneiden ja vammaisten hyväksi. Moniammatillinen ravitsemustyöryhmä yhdistää ravitsemussuunnittelijan, kotihoidon, palveluasumisen ja kuntoutuspalveluiden ravitsemusvastaavien ja lääkäreiden, palveluohjauksen, suun terveydenhuollon ja ruokapalveluiden asiantuntemuksen. Työryhmä on sitoutunut ravitsemustyön jatkuvaan kehittämiseen, vanhus- ja vammaispalveluiden asiakkaiden ravitsemustilan seurantaan sekä henkilöstön säännölliseen kouluttamiseen. Lisäksi ravitsemusasioissa järjestetään yleisötilaisuuksia yleisen ravitsemustietoisuuden lisäämiseksi, sekä tuetaan erityisesti omaishoitajia ravitsemusasioissa.

### *Kulttuuri*

Porvoossa on vireä kulttuurielämä. Konserteista, näytelmistä, elokuvista ja taidenäyttelyistä voi nauttia mm. Taidetehtaalla ja Kulttuuritalo Grandissa. Myös kulttuurihistoriallinen museotarjonta on monipuolinen. Näyttelyihin voi tutustua Vanhan Porvoon museoissa, Runebergin kodissa ja nykytaiteen näyttelyihin esimerkiksi Taidehallissa.

Kaupungin kulttuuri- ja vapaa-aikapalvelut tarjoavat laadukkaita, maksuttomia tai kohtuuhintaisia kirjasto-, kulttuuri-, liikunta- ja vapaan sivistystyön opetus-, harrastus ja tapahtumapalveluita.

Näistä suurin osa on avointa kaikenikäisille ja osa palveluista on kohdennettu ikäihmisille. Ikääntyneiden palvelutarjontaa kattaa muun muassa erilaisia kulttuuritapahtumia, näyttelyitä, konsertteja, kansalaisopiston opintopiirejä ja luentoja sekä vuosittain järjestettävän Vanhusten viikon ohjelman. Kirjasto tarjoaa ikääntyneille mm. kotipalvelua sekä äänikirjoja. Kaupunki edistää kulttuurin saavutettavuutta myös ympärivuorokautisessa hoidossa asuville ikäihmisille. Vuonna 2020 palveluissa toteutetaan kulttuuripalveluiden järjestämää ohjelmaa eli niin kutsuttu KultisPlus-pilotti.

Kaupungin ohella myös monet järjestöt, kuten kulttuuri-, eläkeläis-, vammais- ja vertaistukiyhdistykset sekä kotiseutu- ja asukasryhdykset järjestävät tapahtumia ja harrastusmahdollisuuksia jäsenilleen ja muille kuntalaisille muun muassa teatterin, kirjallisuuden, käsitöiden, tanssin, kuvataiteen ja musiikin parissa.

## *Liikunta*

Liikuntamahdollisuudet ovat Porvoossa hyvät ja liikuntatarjonta on monipuolista. Fyysisestä kunnosta huolehtiminen on helpointa hyötyliikunnan muodossa. Lähiluonto tarjoaa Porvoossa monipuolista nähtävää ja koettavaa. Porvoossa on yhteensä noin 140 kilometriä varsinaisia pyöräteitä, ja lisäksi yli 60 kilometriä erilaisia puistokäytäviä tai polkuja, joita pitkin jalan tai pyörällä liikkuen voi kiireettömästi nauttia luonnosta, sen tuoksuista, äänistä ja väreistä.

Asutuksen lähellä sijaitsevat puistot ja kaupunkimetsät tarjoavat kaikille ikäryhmille virkistystä ja viihtyisyyttä. Metsä on matalan kynnyksen liikuntapaikka, jossa jo muutaman minuutin oleilu parantaa niin henkistä kuin fyysistä hyvinvointia. Puistojen ja lähimetsien kehittämisessä ja saavutettavuudessa otetaan huomioon myös ikäihmisten erityistarpeet. Penkit, ikääntyneille sopivat kuntolaitteet ja erilaiset yhteisöllisyyttä lisäävät tapahtumat ja talkoot puistoissa tukevat ikääntyneiden omaehtoista liikkumista.

Ohjattua liikuntaa ja omatoimisia ryhmiä on tarjolla eri puolilla kaupunkia. Kaupungin ikääntyneille suunnatuissa liikuntapalveluiden ja kansalaisopiston ryhmissä parannetaan erityisesti tasapainoa, lihasvoimaa ja nivelten liikkuvuutta. Tarjolla on erilaisia seniorijumpparyhmiä, venyttelyä, kuntosaliharjoittelua, tanssia ja vesijumppaa. Kesäisin järjestetään maksutonta liikuntaa myös ulkona puistossa.

Porvoon uuden liikuntaohjelmaan, *Liikutaan Porvoon mitalla 2030*, painopisteinä ovat omatoimisen liikkumisen ja liikunnan mahdollisuuksien parantaminen. Tämä tarkoittaa muun muassa liikuntapaikka- ja kevyen liikenteen väylien ja muiden reittien suunnittelua ja rakentamista. Tarkoituksena on laatia ikääntyville soveltuvan liikunnallisen monitoimitilan toteuttamisen selvitys.

Ikäihmisiä kannustetaan uusien harrastusten ja vapaa-ajan toiminnan pariin yksilöinä tai ryhmänä esim. Kulttuuriseteli- tai lainakorttikokeilulla vuonna 2020. Liikuntavälineiden mm. kävelysauvojen lainapalvelua kokeillaan.

## *Osallistumismahdollisuudet*

Osallistumismahdollisuudet pitävät yllä ikääntyvien toimintakykyä ja voivat osaltaan vaikuttaa vähentävästi yksinäisyyteen. Toimintakykyiset ikääntyneet ovat voimavara yhteisölleen ja ikääntyneiden riittävä toimintakyky vähentää toisaalta heidän palvelutarvettaan. Vapaaehtoisena toimiminen tuo ikääntyneelle elämään sisältöä ja tarkoitusta.

Ikääntyneiden mahdollisuuksia olla mukana vapaaehtoistoiminnassa on edistetty Porvoossa viime vuosina erittäin aktiivisesti. Vuonna 2015 kampanjana alkanut Kävelykamutoiminta toi hienosti näkyvyyttä vapaaehtoistyölle ja uusia vapaaehtoisia lähti runsaasti mukaan toimintaan. Toiminta jatkui kaupungin organisoimana muutaman vuoden, kunnes se yhdistettiin osaksi SPR:n ystävöitymistä.

Vapaaehtoistyöhön etsitään jatkuvasti uusia kumppaneita ja osallistutaan aktiivisesti valtakunnallisiin kampanjoihin. Yhteistyön kautta on saatu kehitettyä esimerkiksi Porvoon seurakuntayhtymän kanssa tukihenkilötoimintaa saattohoidon pariin, digivertaisopastusta ENTER ry:n kanssa, vapaaehtoistoimintaa Siskot ja Simot ry:n kanssa ja toteutettu Ikäinstituutin valtakunnallinen "Vie vanhus ulos"-kampanja. Nämä toiminnot ovat kaikille porvooolaisille ikäihmisille avoimia ja maksuttomia, eivätkä edellytä esimerkiksi eläkeläisyhdistysten jäsenyyttä.

Porvoon kaupunki mahdollistaa yhdistys- ja järjestötoimijoille vapaaehtoistehtävien julkaisun yhteisellä paikallisella sivulla. Sivusto löytyy osoitteesta [www.vapaaehtoistyö.fi/porvoo](http://www.vapaaehtoistyö.fi/porvoo). Uusia muotoja kehitetään edelleen yhteistyössä eri toimijoiden kanssa.

Vanhusneuvosto, eläkeläisjärjestöt ja muut ikääntyneiden ryhmät ovat merkittäviä toimijoita ja järjestävät paljon hyvinvointia edistävää ja yksinäisyyttä ehkäisevää toimintaa. Yhdistyksissä toimii satoja vapaaehtoisia vertaisohjaajia. He tekevät ensiarvoisen tärkeää ennaltaehkäisevää työtä ikäihmisten henkisen, fyysisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin edistämiseksi ja yksinäisyyden torjumiseksi.

### *Kohtaamispaikat*

Kulttuuritilat ja avoimet kohtaamispaikat sekä toiminnot sijaitsevat pääasiassa keskustassa ja lähiöissä, mutta liikuntamahdollisuuksia, kansalaisopiston kursseja ja kirjaston palveluita tarjotaan myös laajasti ympäri kaupunkia. Lähiöpalveluiden kehittäminen jatkuu Gammelbackan ja Kevät-kummun alueella. Lähiökehityksen toiminta tavoittaa paljon alueella asuvia ikääntyneitä sekä kävijöitä muualtakin kaupungista.

Kaupunki tukee ja tekee yhteistyötä yhdistysten ja muiden toimijoiden kanssa monella tavalla. Kaupunki mahdollistaa yhdistysten toimintaa myöntämällä rahallisia avustuksia sekä tarjoamalla tilojen käyttömahdollisuuksia. Eläkeläisyhdistykset ovat tuoneet esille tarvetta maksuttomille ja kohtuuhintaisille kokoontumistiloille. Tällä hetkellä maksuttomia tiloja eläkeläis-, sairaus- ja vammaisyhdistyksille on tarjolla Omenamäen palvelukeskuksessa sekä Gammelbackan hyvinvointikeskuksessa. Muissa kaupungin vuokrattavissa tiloissa on edullisemmat hinnat yhdistystoimijoille. Eläkeläisyhdistykset käyttävät paljon keskustassa sijaitsevia Omenamäen palvelukeskuksen sekä Lundintalon tiloja. Lundintalossa järjestetään myös Kansalaisopiston vetämä viikoittainen IKIS-tupa, joka ikääntyneiden avoin ja maksuton tapaamispaikka. Toivetta on ollut vielä isommille tiloille, joissa voitaisiin pitää esimerkiksi luentoja ja isompia kokouksia myös arkisin päiväsaikaan.

Omenamäen palvelukeskukseen tehtiin remontti 2017. Remontin jälkeen palvelukeskuksen toimintaa on kehitetty tavoitteena monipuolistaa toimintaa ja luoda yhteinen kohtaamispaikka porvooolaisille ikäihmisille. Toimintaa on suunniteltu yhdessä eri yhdistysten ja kaupungin eri toimijoiden kanssa. Palvelukeskuksessa järjestetään kuukausittain yhdessä oppilaitosten kanssa erilaisia tapahtumia sekä talon asukkaille että ulkopuolisille. Omenamäen palvelukeskuksen ikäihmisten kuntosalin laitteet ovat uusittu kesällä 2019. Tämän myötä porvooolaisille ikäihmisille tarjoutuu mahdollisuus maksuttomaan kuntosaliharjoitteluun. Kuntosalin lisäksi Omenamäen palvelukeskuksen

uima-allas ja käsityösali ovat ikäihmisten käytössä ja tarjoavat mahdollisuuksia aktiiviseen arkeen. Omenamäessä on mahdollisuus käyttää tietokonetta esimerkiksi sähköiseen asiointiin.



## Teema 3: Viestintä, neuvonta ja ohjaus

---

Avoin viestintä tukee asukkaiden osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuuksia. Kunnan tulee tiedottaa ja antaa riittävästi tietoa toiminnastaan ja järjestämistään palveluista asukkaille, palvelujen käyttäjille, järjestöille ja muille yhteistyökumppaneille. Viestinnässä pitää käyttää ymmärrettävää ja selkeää kieltä.

Viestinnässä pitää huomioida eri asukasryhmien, kuten ikääntyneiden tarpeet. Internetin ja digitaalisten palvelujen käyttö on lisääntynyt nopeasti myös ikääntyneiden parissa, mutta digitaaliset palvelut eivät tavoita vielä kaikkia ikääntyneitä, vaan niiden rinnalla on oltava muita mahdollisuuksia toimia itsenäisesti arjessa. Viranomaisten ja julkisten palvelujen verkkosivut koetaan Tilastokeskuksen selvityksen mukaan nykyisin melko helppokäyttöisiksi, mutta vanhimmat ikäryhmät pitävät palveluja kuitenkin hieman vaikeakäyttöisempinä kuin muut ikäryhmät. Ikääntyneet hyötyvät myös verkkopalvelujen saavutettavuuden eli esteettömyyden kehitystyöstä. Porvoo.fi -palvelun saavutettavuutta onkin kehitetty viime vuosina määrätietoisesti, ja kehitystyö jatkuu myös tulevana vuosina.

Vanhuspalvelulain mukaan kunnan on järjestettävä ikääntyneen väestön hyvinvointia, terveyttä, toimintakykyä ja itsenäistä suoriutumista tukevia neuvontapalveluja ja ohjattava ikääntyneitä näiden palvelujen käyttöön. Henkilökohtaisen neuvonnan lisäksi neuvontaa tarjotaan muun muassa asukastilaisuuksissa, sosiaalisen median yhteisöissä sekä asiakasraatien ja asukaskyselyjen kautta. Palvelujen kokonaiskustannusten ja laadun näkökulmasta saumattomasti toimivalla neuvonta-, asiakas- ja palveluohjauksella on suuri merkitys.

Kaupungin palvelupiste Kompassi tarjoaa kaikille kuntalaisille yleistä neuvontaa ja opastusta kaupungin palveluista. Viestinnällä ja yleisellä neuvonnalla pyritään tavoittamaan kaiken ikäiset kuntalaiset.

Ikäihmisten keskitetty asiakas- ja palveluohjaus Ruori aloitti toiminnan Porvoossa marraskuussa 2015. Ruorin palvelut on helppo tavoittaa niin puhelimitse, sähköisesti kuin paikan päällä Omenamäen palvelukeskuksessa asioiden. Palvelukoordinaattorit antavat henkilökohtaista ohjausta ja neuvontaa sekä arvioivat tarvittaessa laajasti asiakkaiden palvelutarpeen. Tavoitteena on, että ikääntyneet saavat tarvitsemansa palvelut oikea-aikaisesti. Ikääntyneitä ja heidän omaisiaan autetaan löytämään sopivat palvelut julkisten, yksityisten toimijoiden sekä yhdistysten ja järjestöjen tarjonnasta. Samalla selvitetään mahdollisuudet saada palveluihin tukea tai Kelan etuuksia.

Palvelujen sähköistyessä yhä enemmän on tärkeää luoda valmiuksia ja opettaa asukkaita uuteen. Digituki-toiminnassa autetaan konkreettisella tavalla heitä, jotka eivät pysty tai osaa käyttää sähköisiä palveluita tai laitteita. Tuki toimii tärkeänä osana nopeasti digitalisoituvaa yhteiskuntaa ja ylläpitää mahdollisuuksia tasavertaiseen asiointiin ja osallistumiseen. Porvoon strategiassa linjataan, että kaupunki tarjoaa tukea ja opastaa asukkaita asioimaan itsenäisesti ja turvallisesti digitalisoituvassa maailmassa.

Helmikuussa 2018 Porvoossa käynnistettiin ikääntyneille suunnattu digiopastus yhteistyössä ENTER ry:n kanssa. Opastajina toimivat porvoolaiset Enterin vapaaehtoiset vertaisopastajat, jotka opastavat kukin omien taitojensa mukaisesti. Kun opastaja ja opastettava ovat samaa ikäluokkaa, on helpompaa löytää yhteinen kieli ja harjoitella hyödyntämään nykytekniikkaa ja sähköisiä palveluita. Opastus on avointa ja maksutonta kaikille ikääntyneille. Omenamäen palvelukeskus on



Enterin toiminta-alueen neljänneksi vilkkain opastuspaikka. Vertaisopastusta on laajennettu myös Kevätkummun ja Gammelbackan kirjastojen tiloihin. Vertaistukea täydentävät kansalaisopiston avoimet ja maksuttomat digitietoiskut. Kansalaisopistolla on lisäksi erittäin laaja tietotekniikan kursitarjonta, josta osa on suunnattu erityisesti ikääntyville.

Porvoossa järjestettävää digineuvontaa koordinoidaan jatkossa säännöllisesti järjestettävillä verkostotapaamisilla, jotta digineuvontaa on tarjolla riittävästi eri kohderyhmille, helposti saavutettavissa paikoissa. Verkostotapaamisissa käsitellään myös toiminnan katvealueet, kuten digiopastuspalvelun vieminen koteihin asti. Lisäksi kaupungin sähköisestä asioinnista tulee tarjota riittävää neuvontaa kussakin palveluja tarjoavassa toimipisteessä. Kaupungin digipalvelujen kehittämisessä huomioidaan ikääntyneiden tarpeet ja esim. kehitysvaiheessa voidaan testata palvelun käytettävyyttä eri ikäisillä.



## Teemakohtaiset tavoitteet

TEEMA 1: ASUMINEN JA ASUINYMPÄRISTÖ			
PÄÄMÄÄRÄ: EDISTÄMME IKÄÄNTYNEIDEN KOTONA ASUMISEN MAHDOLLISUUKSIA			
TAVOITE	TOIMENPIDE	VASTUU	AIKATAULU
Porvoossa on riittävä määrä kohtuuhintaisia, ikääntyneiden asumistarpeisiin soveltuvia vuokra-asuntoja.	Asumisen ohjelma valmistuu vuonna 2020. Varmistetaan sopivien tonttien tarjonta. Konserniyhtiön (A-asunnot) asuntokantaa korjataan esteettömäksi (hissit).	Päätöksentekijät Kaupunkikehitys A-asunnot	Jatkuva
Viihtyisä, turvallinen ja esteetön asuinympäristö, joka mahdollistaa ikääntyneen toimintakykyisyyden ja elämisen osana yhteisöä.	Kaupunkitilan esteettömyysparannukset jatkuvat. Uudisrakentamisessa huomioidaan palveluiden läheisyys ja sujuva liikkuminen. Suositetaan yhteisöllisiä tiloja uudis- ja korjausrakentamisessa. Edellytetään riittävät ja sujuvasti käytettävät varastotilat liikkumisen apuvälineille.	Kaupunkikehitys Konserniyhtiöt	Jatkuva
Monipuoliset asumismuodot mahdollistavat yksilölliset ja innovatiiviset ratkaisut, jotka tukevat esimerkiksi ylisukupolvisuutta ja yhteisöllisyyttä.	Jatketaan ”Nuori Ompussa”- asumismuotoa. Kannustetaan ennakointiin oman asumisen esteettömyyden, turvallisuuden ja palvelujen saatavuuden parantamisessa.	Vanhuspalvelut Kaupunkikehitys	Jatkuva
Ikääntyneiden asumista suunniteltaessa huomioidaan jo olemassa olevat palvelut ja niiden saavutettavuus.	Uudisrakentaminen ohjataan palveluiden lähelle.	Kaupunkikehitys	Jatkuva

## TEEMA 1: ASUMINEN JA ASUINYMPÄRISTÖ

### PÄÄMÄÄRÄ: EDISTÄMME IKÄÄNTYNEIDEN KOTONA ASUMISEN MAHDOLLISUUKSIA

TAVOITE	TOIMENPIDE	VASTUU	AIKATAULU
Liikenneratkaisut mahdollistavat palveluiden saavutettavuuden.	Palveluiden saatavuutta parannetaan joukkoliikennepalveluilla. Kävely-ympäristön laatuun ja yhdistävyyteen kiinnitetään huomiota. Varataan riittävästi penkkejä ja katoksia.	Kaupunkikehitys	Jatkuva
	Joukkoliikenteen saavutettavuutta parannetaan ja varmistetaan edullinen hinta palvelulinjan toimintaa parantamalla. Parannetaan katu ympäristön turvallisuutta (valaistus, opastus, esteettömyys, sosiaalinen turvallisuus).	Kaupunkikehitys Poliisi	Jatkuva
	Parannetaan ikääntyneiden autoiluturvallisuutta järjestämällä kampanja ajoterveydestä ja liikenneturvallisuudesta.	Sosiaali- ja terveystoimi, kaupunkikehitys, vanhusneuvosto ja eläkeläisyhdistykset	2020
Asuntokannan esteettömyys mahdollistaa itsenäisen elämän omassa kodissa, esim. hissit, ulko-ovet, wc-tilat ja arjen toiminnot.	Kaavoitus ja rakentamismääräykset. Lisätään tiedottamista korjausneuvonnasta ja avusta.	Kaupunkikehitys Vanhuspalvelut	Jatkuva

## TEEMA 2: AKTIIVINEN ARKI

### PÄÄMÄÄRÄ: LISÄÄMME IKÄÄNTYNEIDEN OSALLISTUMISEN MAHDOLLISUUKSIA JA TUEMME AKTIIVISTA ARKEA

TAVOITE	TOIMENPIDE	VASTUU	AIKATAULU
Ikääntyneet osallistuvat aktiivisina kuntalaisina erilaiseen toimintaan, kuten kulttuuri, liikunta, elinikäinen oppiminen jne.	Kulttuuri- ja vapaa-aikapalvelujen kurssi-, ohjelmisto- ja tapahtumasuunnittelussa huomioidaan ikääntyneiden toiveet ja tarpeet. Edistetään matalan kynnyksen toimintaa, joka on esteetöntä, helposti saavutettavaa ja kohtuuhintaista.	Kulttuuri- ja vapaa-aikapalvelut Vanhuspalvelut	Jatkuva
	Yhteistyössä järjestöjen kanssa: Varaudu vanhuuteen -luennot ja -messut	Vanhusneuvosto/yhdistykset	Jatkuva
	Ikääntyneitä kuullaan ja otetaan mukaan kulttuuriohjelman laadintaan.	Kulttuuripalvelut	2020
	Liikuntaohjelman toimenpiteiden toimeenpano mm. ulkoilureittien, -alueiden ja paikkojen kehittäminen, selvitys ikääntyville soveltuvan liikunnallisen monitoimitilan toteuttamismahdollisuuksista.	Liikuntapalvelut	Jatkuva
	Kannustetaan ikäihmisiä uusien harrastusten ja vapaaajan toiminnan pariin yksilönä tai ryhmänä esim. kulttuuriseteli tai lainakortti- kokeilulla. Liikuntavälineiden mm. kävelysauvojen lainapalvelua kokeillaan kirjastossa ja Omenamäessä.	Kulttuuri- ja vapaa-aikapalvelut Vanhuspalvelut	2020 2020-2021
	Arvioidaan miten kaupungin avustustoiminta saavuttaa ikäihmiset.	Avustuskoordinoinnin ryhmä	2020
	Kulttuuri- ja vapaa-aikapalvelujen tarjonta palveluasuminen asukkaille, nk. KultisPlus pilotointi.	Kulttuuri- ja vapaa-aikapalvelut	2020
	Kartoitetaan ja tuodaan näkyväksi kaupungissa jo nyt olevat avoimet senioripuistot.	Kaikki toimialat	2020

## TEEMA 2: AKTIIVINEN ARKI

### PÄÄMÄÄRÄ: LISÄÄMME IKÄÄNTYNEIDEN OSALLISTUMISEN MAHDOLLISUUKSIA JA TUEMME AKTIIVISTA ARKEA

TAVOITE	TOIMENPIDE	VASTUU	AIKATAULU
Ikääntyneiden on mahdollista osallistua vapaaehtoistoimintaan. Vapaaehtoistoiminta on koordinoitua. Toimijoina ovat mm. järjestöt, seurakunnat, yritykset, kaupungin eri toimialat, naapurit ja ikääntyneet itse.	<p>Jatketaan hyviä vapaaehtoistyön muotoja ja toteutetaan uusia toimintamuotoja.</p> <p>Panostetaan vertaistoimijuuteen. Painopisteet ankkuroidaan valtakunnallisten toimijoiden olemassa oleviin toimintamuotoihin. Parannetaan näkyvyyttä eri kanavissa.</p>	Sosiaali- ja terveystoimi Kulttuuri- ja vapaa-aikapalvelut, järjestöt, seurakunnat.	Jatkuva
Kunnassa on avoimia kohtaamispaikkoja. Ikääntyneitä rohkaistaan osallistumaan. Sukupolvien välinen kohtaaminen mahdollistuu.	<p>Ikääntyneitä rohkaistaan osallistumaan, esim. kirjasto ja Taidetehtas kohtaamispaikkoina.</p> <p>Omenamäen palvelukeskuksen kehitystyötä jatketaan yhdessä ikääntyneiden kanssa.</p> <p>Kevätkummun ja Gammelbackan lähiökehitysprojektit jatkuvat. Kehitetään yhteistyössä avoimien kohtaamispaikkojen toimintaa.</p>	Kaupungin toimialat, yhdistykset ja muut toimijat	Jatkuva
Toimintakyvyn ylläpitäminen onnistuu arjessa ja ympäristön ratkaisut tukevat sitä esim. lähiliikuntapaikat, puistonpenkit, kaiheet.	Kaupunkiympäristön esteettömyysparannukset jatkuvat. Huomioidaan iäkkäiden toiveet ja palaute. Puistoihin toteutetaan ikääntyville sopivia liikuntalaitteita.	Hallintojohto Kaupunkikehitys	Jatkuva
Ikääntyneen tieto ja motivaatio oman hyvinvoinnin edistämisestä sekä liikunnan ja ravitsemuksen terveystaakasta lisääntyy.	Avoimia tietoisuuksia yhdessä eri toimijoiden kanssa Etsivä vanhustyö -mallin luominen	Vanhuspalvelut Toimijat	Jatkuva

## TEEMA 3: VIESTINTÄ, NEUVONTA JA OHJAUS

### PÄÄMÄÄRÄ: VIESTINTÄ, OHJAUS JA NEUVONTA TOIMIVAT JA TAVOITTAVAT IKÄÄNTYNEET

TAVOITE	TOIMENPIDE	VASTUU	AIKATAULU
Viestintä, neuvonta ja ohjaus tavoittaa ikääntyneet ja heidän läheisensä. Itsenäisen tiedon löytäminen on helppoa.	Julkaistaan ikääntyneiden palveluopas (paperiversio) Aktiivinen monikanavainen viestintä	Vanhuspalvelut Viestintä	2020
Ikääntyneillä on toimivat vaikuttamis- ja tiedonsaantikanavat	Vanhusneuvoston aktiivinen rooli Virkamiesten ja kaupungin asiantuntijoiden vierailut eläkeläisyhdistysten kokouksissa.	Vanhusneuvosto Konsernihallinto Kaikki toimialat Yhdistykset	Jatkuva
Viestintä huomioi ikääntyneiden erityistarpeet ja ikääntyneet ovat mukana kehittämässä viestintää.	Kaupungin verkkosivut ovat saavutettavat (esteettömät). Ikääntyneitä osallistetaan kaupungin verkkouudistustyöhön.	Viestintä	2020–2021
Ikääntyneiden osaaminen sähköisten palveluiden käytössä lisääntyy ja paranee.	Ikääntyneiden tarpeiden huomiointi uusien digitaalisten palvelujen käyttööntövaiheessa. Digiopastuksessa yhteinen koordinaatio, säännöllinen verkostoyhteistyö, sekä hyvien käytäntöjen jakaminen ja tiedottaminen.	Kehittämisyksikkö Sosiaali- ja terveystoimi Sivistystoimi Kolmas sektori	Jatkuva
Ikääntyneet saavat tarvittaessa henkilökohtaista neuvontaa ja ohjausta helposti.	Ruorin toiminnan kehittäminen, fysioterapeutin ja sairaanhoitajan matalankynnyksen vastaanottojen käynnistäminen. Hyvinvointia edistävien kotikäyntien toimintamallin uudistaminen. Yhteistyö oppilaitosten kanssa.	Vanhuspalvelut	2020-2021

# Lähteet

---

Asumisen rahoitus- ja kehittämiskeskus (ARA): <http://www.ara.fi/korjausavustukset>

Kuntaliitto

<https://www.kuntaliitto.fi/asiantuntijapalvelut/sosiaali-ja-terveysasiat/sosiaalihuolto/iakkaiden-palvelut/suunnitelma-ikaantyneen-vaeston-tukemiseksi>

Louhi kuntapalvelin

<https://www.sitowise.com/fi/palvelut/smart-city-liikenteen-tietopalvelut/louhipalvelut-kunnille>

Muistiliitto: <http://muistiliitto.fi>

Opas kunnille

[https://www.uusimaa2019.fi/files/22945/Opas\\_kunnille\\_Suunnitelma\\_ikaantyneiden\\_hyvinvoinnin\\_tukemiseksi\\_Uusimaa\\_2018.pdf](https://www.uusimaa2019.fi/files/22945/Opas_kunnille_Suunnitelma_ikaantyneiden_hyvinvoinnin_tukemiseksi_Uusimaa_2018.pdf)

Porvoon kaupungin hyvinvointikertomus

[https://www.porvoo.fi/library/files/5a12860aed6b9747ae0003ea/Porvoon\\_kaupungin\\_hyvinvointikertomus\\_2017-2021.pdf](https://www.porvoo.fi/library/files/5a12860aed6b9747ae0003ea/Porvoon_kaupungin_hyvinvointikertomus_2017-2021.pdf)

Porvoon kaupungin liikuntaohjelma: Liikutaan Porvoon mitalla 2030

[https://www.porvoo.fi/library/files/5e294f08ed6b9756b3001e2b/Porvoon\\_liikuntaraportti\\_ruutuvideos\\_16102019.pdf](https://www.porvoo.fi/library/files/5e294f08ed6b9756b3001e2b/Porvoon_liikuntaraportti_ruutuvideos_16102019.pdf)

Porvoon kaupungin väestöennuste vuoteen 2040 (MDI)

[https://www.porvoo.fi/library/files/5c9dd305ed6b97cb8e00050a/190329\\_v\\_est\\_ennuste\\_MDI.pdf](https://www.porvoo.fi/library/files/5c9dd305ed6b97cb8e00050a/190329_v_est_ennuste_MDI.pdf)

Porvoon kaupunkistrategia: Unelmien Porvoo 2030

[https://www.porvoo.fi/library/files/5bacc528ed6b97b70400080f/kaupunkistrategia\\_suomi.pdf](https://www.porvoo.fi/library/files/5bacc528ed6b97b70400080f/kaupunkistrategia_suomi.pdf)

[Sotkanet.fi](http://Sotkanet.fi)

STM Julkaisuja 2017:6

[STM Laatusuositus hyvän ikääntymisen turvaamiseksi ja palvelujen parantamiseksi 2017–2019](#)

Tehostetun palveluasumisen paikkatarveselvitys 2018

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos: <https://thl.fi/fi/>

Tilastokeskus: <http://tilastokeskus.fi/>

Ympäristöhallinnon yhteinen verkkopalvelu: <http://www.ymparisto.fi/ikaantyneidenasuminen>

Ympäristöministeriö: [Muisti ja ikäystävällinen asuminen ja asuinympäristö](#)