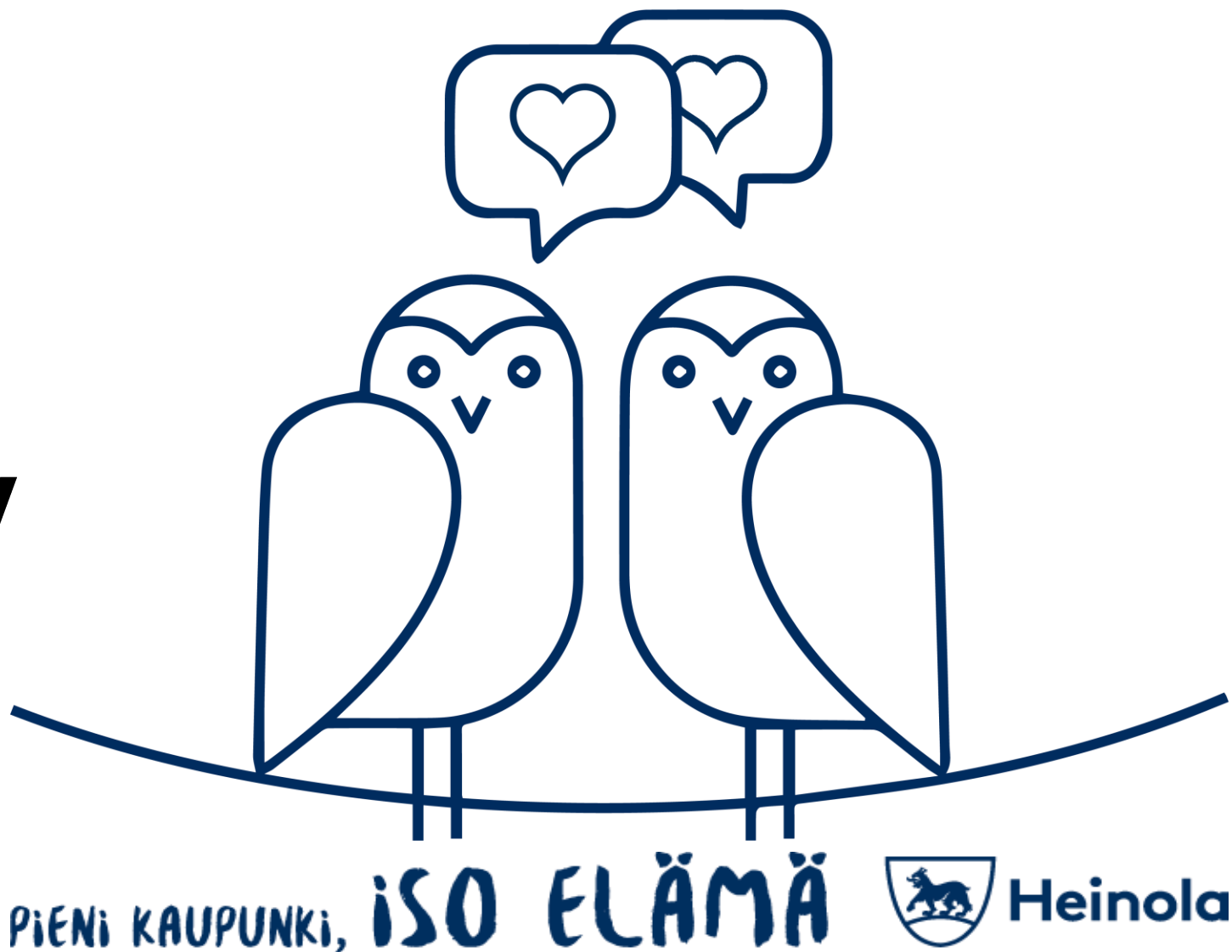


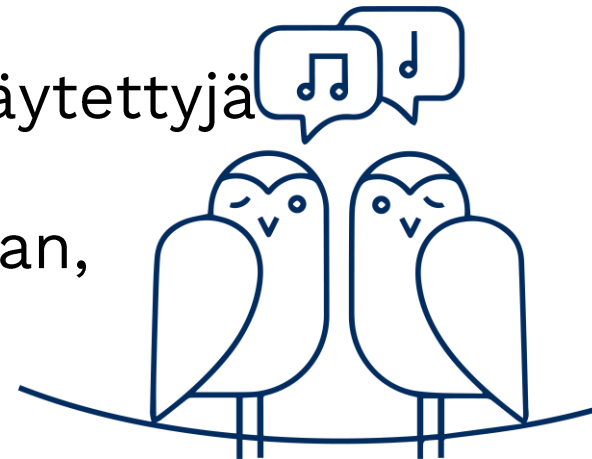
# Heinolan ikäihmisten hyvinvointikysely 2023



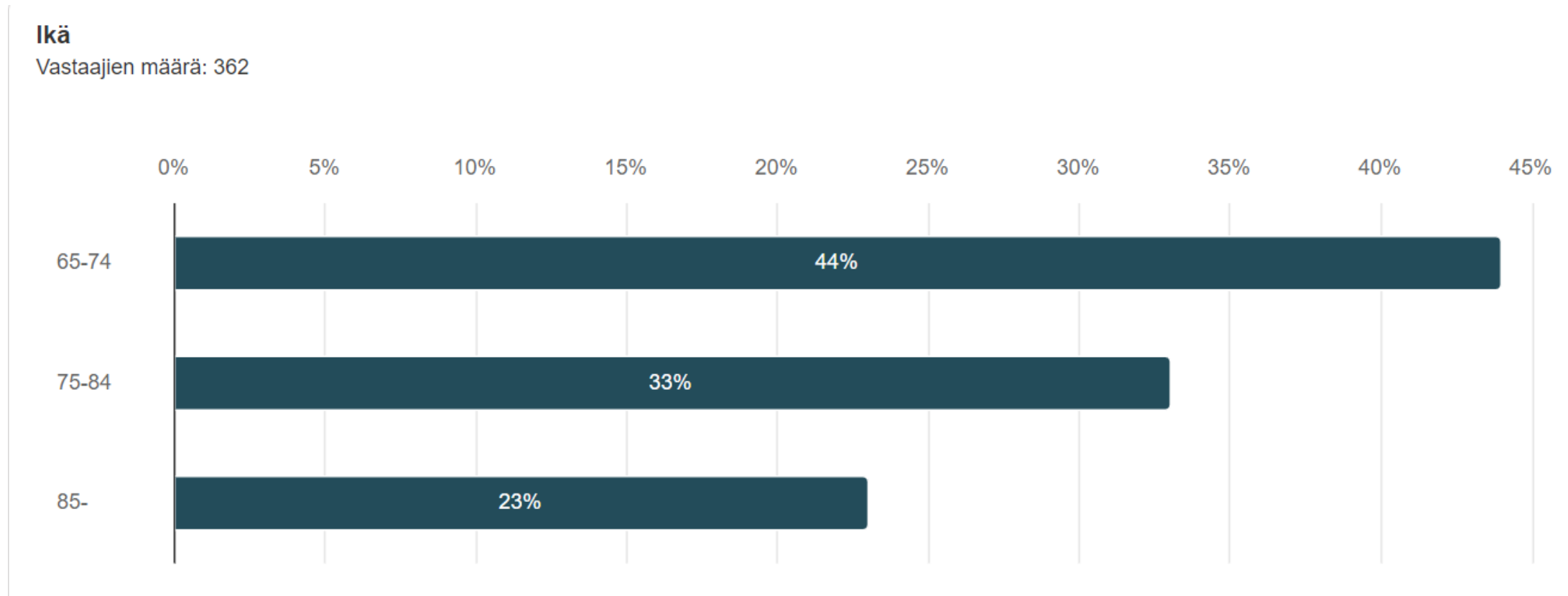
PiENi KAUPUNKi, iSO ELÄMÄ  Heinola

# Kyselyn toteutus

- Kyselyn tavoitteena oli kerätä tietoa heinolalaisten ikäihmisten hyvinvoinnista. Kyselystä pyrittiin tekemään kompakti, mutta kattava.
- Kysely oli avoimena kesäkuun 2023 ajan
- Vastauksia kerättiin sähköisesti netissä sekä fyysisesti kirjastossa, spotissa ja puistoruokailussa. Lisäksi kyselyn täyttämiseen tarjottiin apua erikseen ilmoitettuina ajankohtina.
- Kesäkuun aikana apua kyselyn täyttämiseen oli mahdollista saada yhteensä 16 päivänä.
- Vastauksia saatiin 367, joista valtaosa oli paperisesti täytettyjä (n=301)
- Tulosten analysoinnissa tehtiin vertailua iän, asuinpaikan, osallistumisen ja netin käytön perusteella



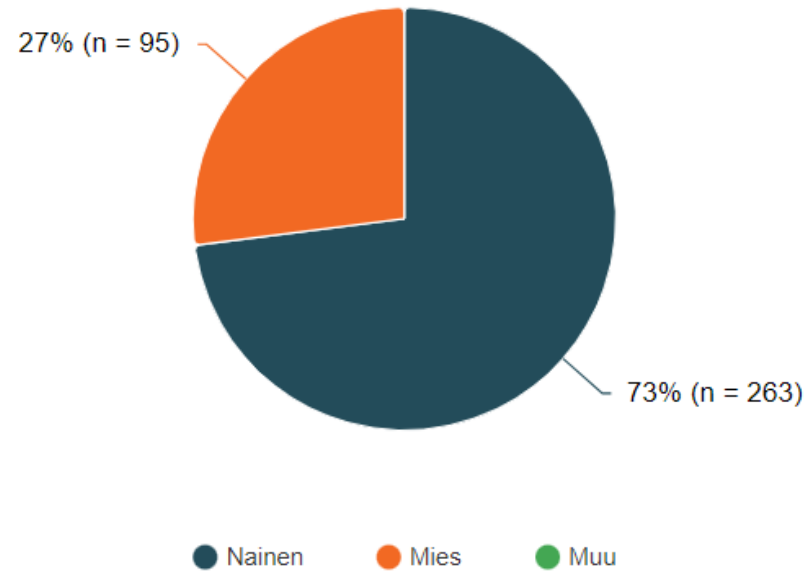
# Kysely tavoitti eniten nuorinta (64-74) ikäryhmää



# Miltei kolme neljäsosaa vastaajista on naisia

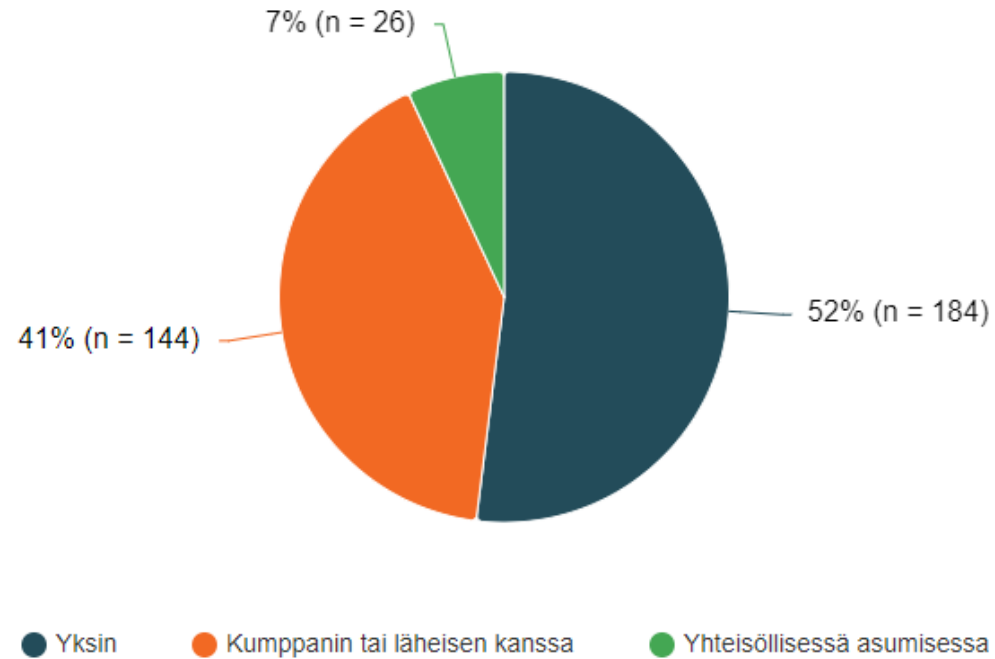
## Sukupuoli

Vastaajien määrä: 358



# Suurin osa vastaajista asuu yksin tai yhdessä kumppanin tai läheisen kanssa

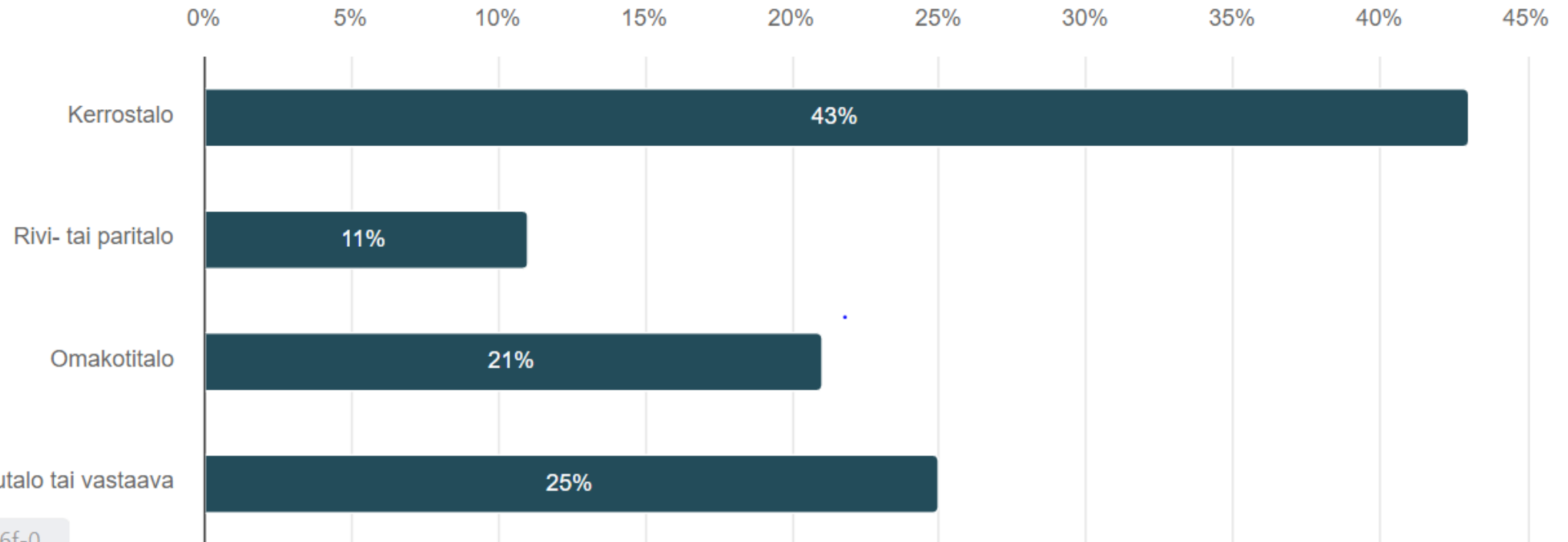
Asun



# Suurin osa asuu kerrostalossa. Toiseksi yleisin asumismuoto on palvelutalo. Yksi viidestä vastaajasta asuu omakotitalossa

## Asumismuoto

Vastaajien määrä: 361

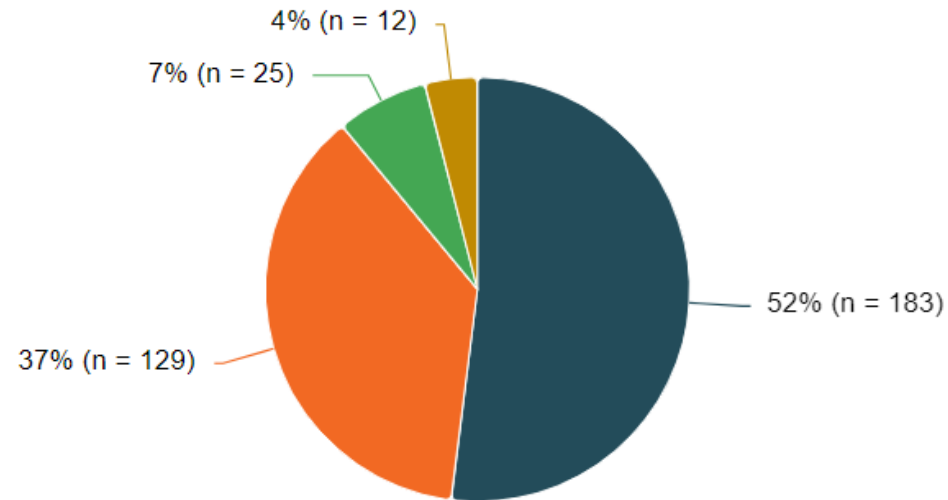


90-436f-a36f-0...

# Suurin osa vastaajista asuu kaupungissa

## Asuinpaikka

Vastaajien määrä: 349



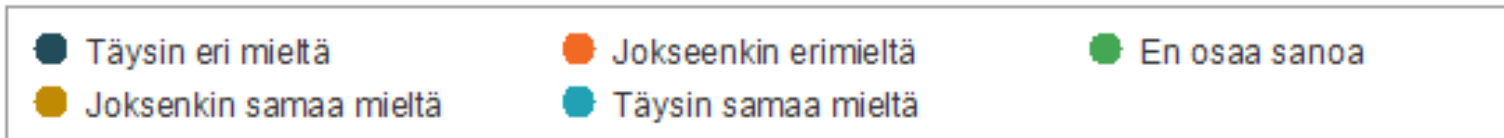
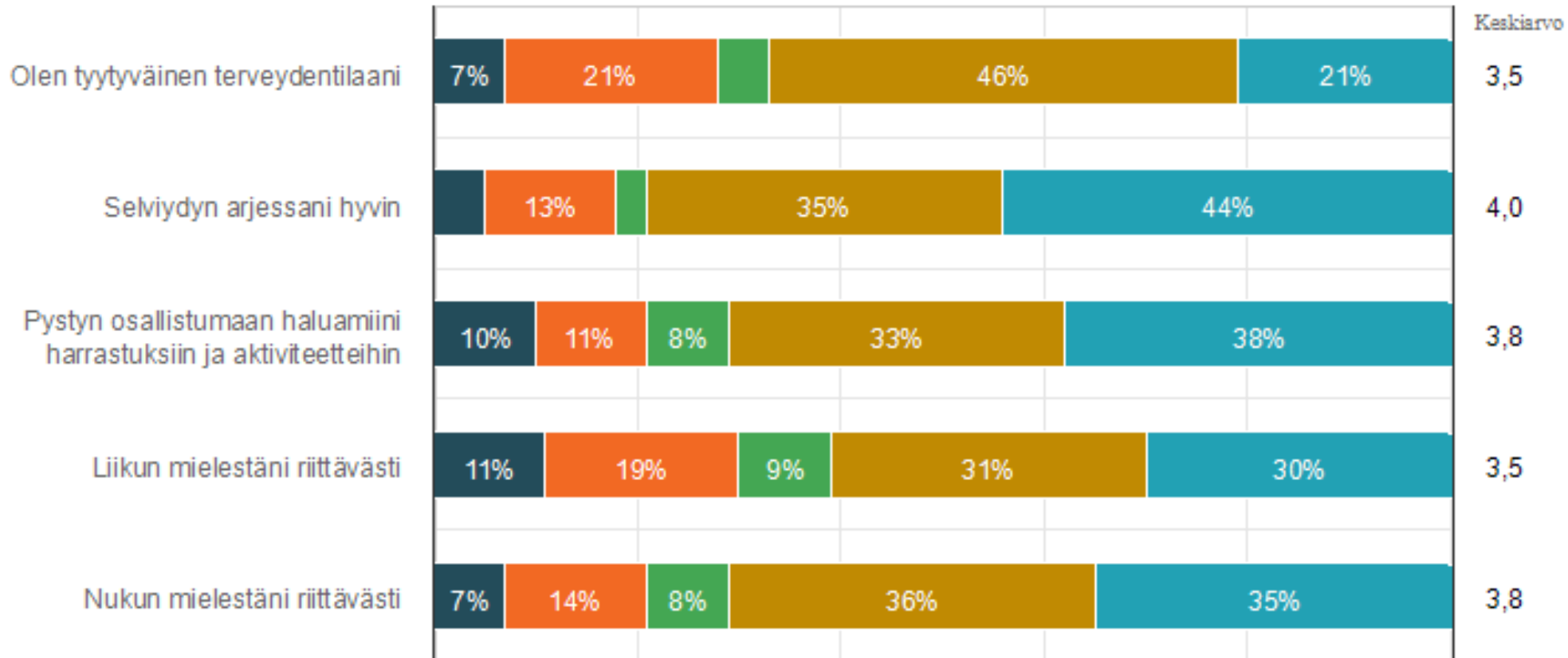
● Kaupunki, keskusta

● Kaupunki, muut kaupunginosat (esim. Tommola, Mustikkahaka)

● Kyläkeskus (esim. Vierumäki, Kirkonkylä)

● Kylien maaseutu

# Terveystila koetaan ylipäättään hyväksi ja arjesta selviydytään hyvin. 1/5 ei pysty osallistumaan haluamiinsa harrastuksiin

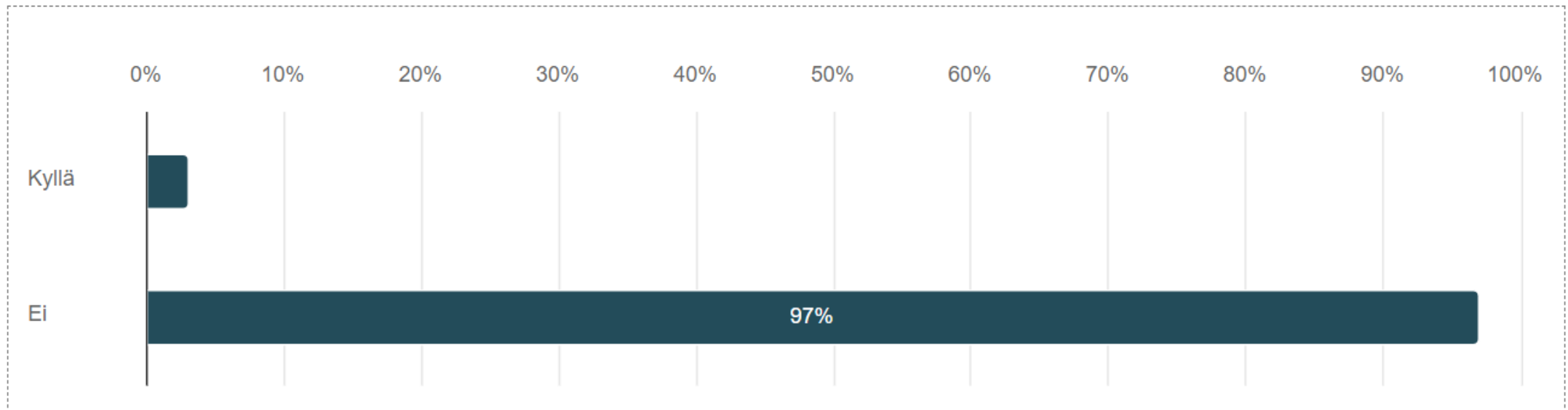




# Vastaajista 3% kertoi olleensa itse tai jonkun läheisen olleen huolissaan vastaajan alkoholinkäytöstä viimeisen vuoden aikana

Olen itse tai joku läheiseni on ollut huolissaan alkoholinkäytöstäni viimeisen vuoden aikana

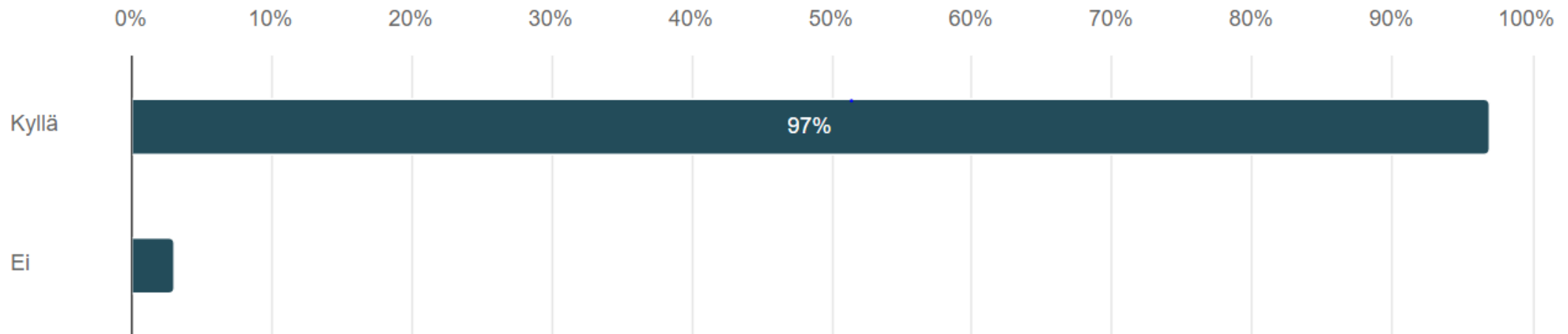
Vastaajien määrä: 353



# Suurin osa vastaajista kertoi syövänsä ainakin yhden lämpimän aterian päivässä

Syön päivittäin ainakin yhden lämpimän aterian

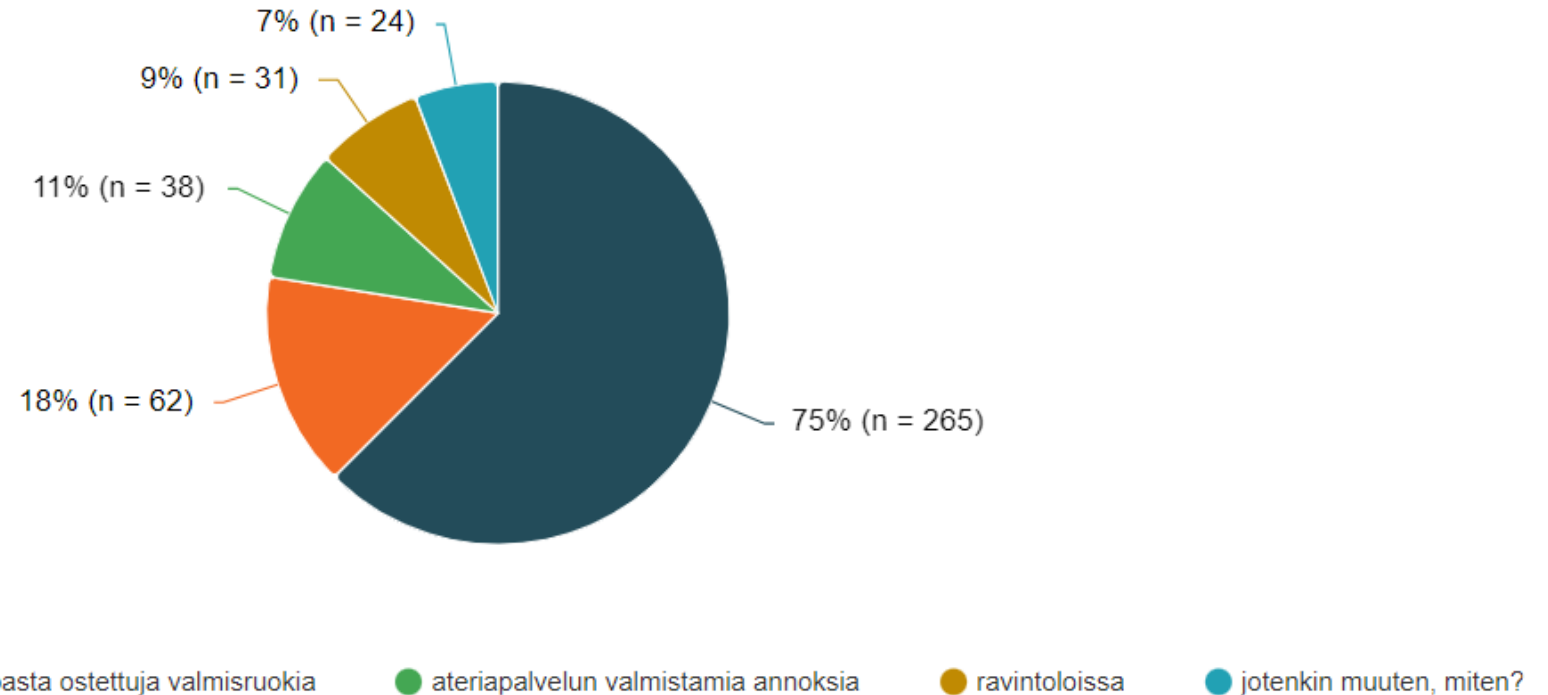
Vastaajien määrä: 358



# Kolme neljästä vastaajasta syö pääsääntöisesti itsevalmistettua kotiruokaa

## Syön pääsääntöisesti

Vastaajien määrä: 354, valittujen vastausten lukumäärä: 420

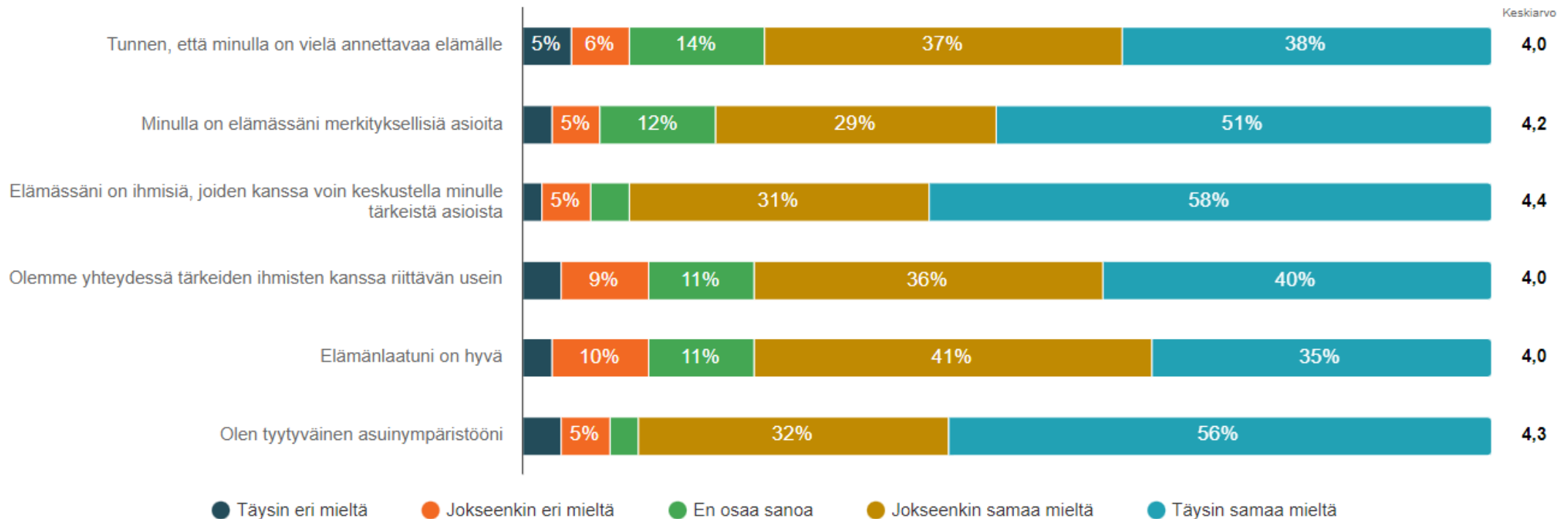


Avoimissa vastauksissa nousi esiin läheisten valmistama ruoka, vastausvaihtoehtojen monipuolinen yhdistely ja kaupungissa tarjotut ateriat kuten Seurakunnan ruokailut ja kesän 2023 puistoruokailu.

# Elämänlaatu koetaan hyväksi ja ikäihmisillä on merkityksellisiä asioita elämässä. Vastaajat toivoisivat kuitenkin enemmän yhteydenpitoa läheisiin

## Elämänlaatuun liittyvät kysymykset

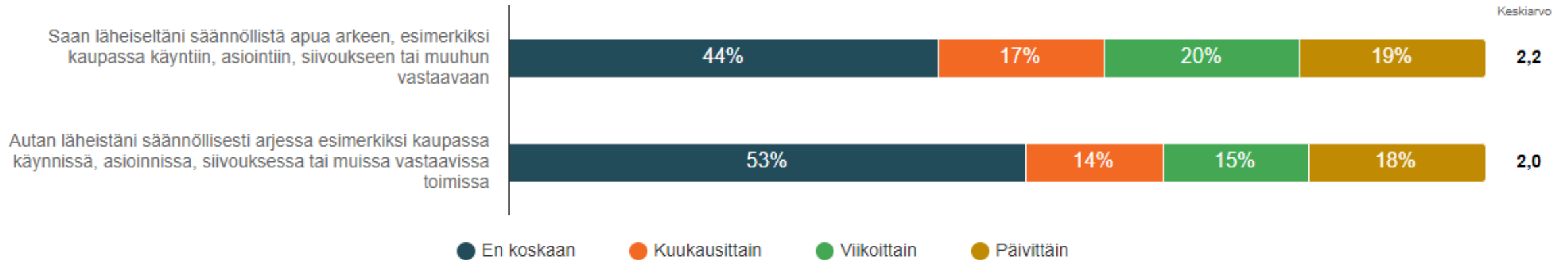
Vastaajien määrä: 358



# Yli puolet vastaajista auttaa läheistään tai saa säännöllistä apua läheiseltään vähintään kerran kuukaudessa. Joka viides joko saa tai auttaa läheistään päivittäin

## Avun saaminen ja vastaanottaminen

Vastaajien määrä: 351

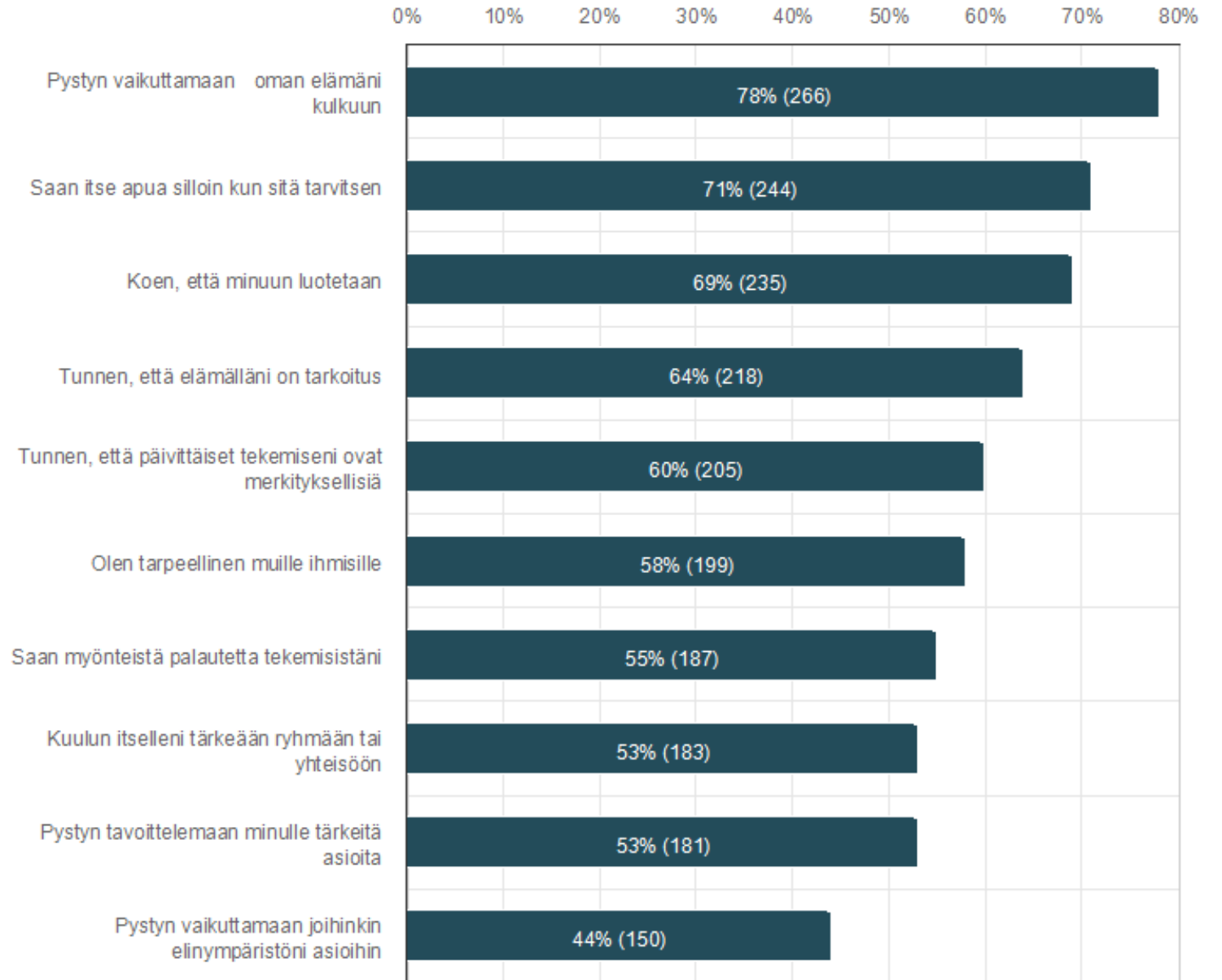


# Osallisuus

Vastaajia pyydettiin merkitsemään väitteet, jotka pitävät heidän kohdallaan paikkansa

Vain 44% merkitsi pystyvänsä vaikuttamaan joihinkin elinympäristönsä asioihin. Osuus on kuitenkin kohentunut vuodesta 2021, jolloin hyvinvointikyselyssä vain 16% ikäihmisistä merkitsi väitteen pitävän kohdallaan paikkansa

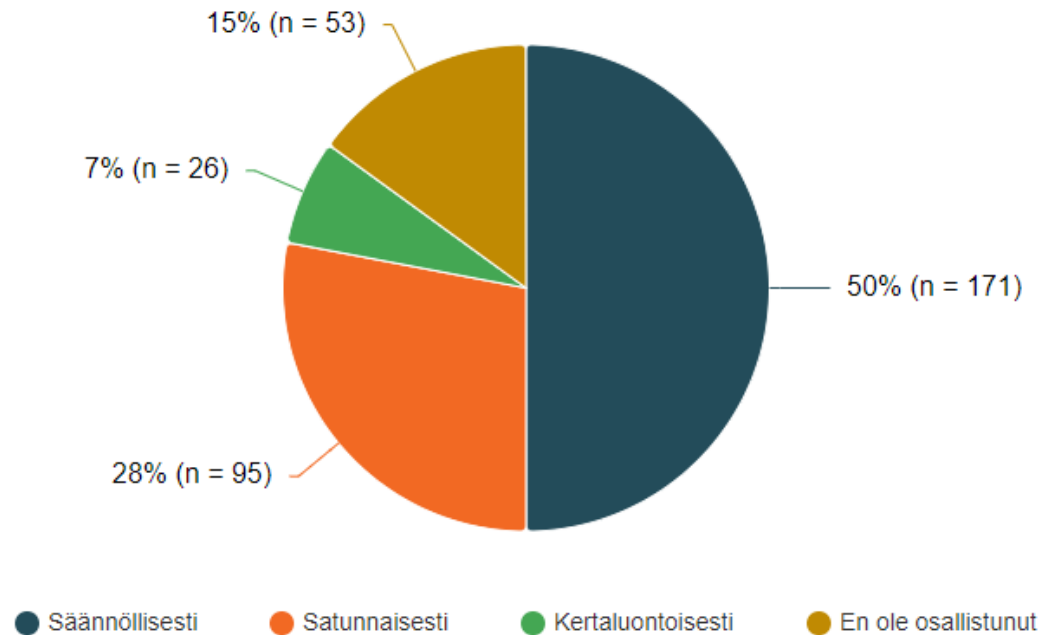
Kyläkeskuksissa ja kylien maaseudulla asuvat vaikuttivat olevan tyytyväisempiä kuin kaupungissa asuvat



# Puolet vastaajista on osallistunut säännöllisesti harrastustoimintaan tai tapahtumiin. Viimeisen vuoden aikana 15% ei ole osallistunut lainkaan.

Olen osallistunut harrastustoimintaan tai tapahtumiin viimeisen vuoden aikana

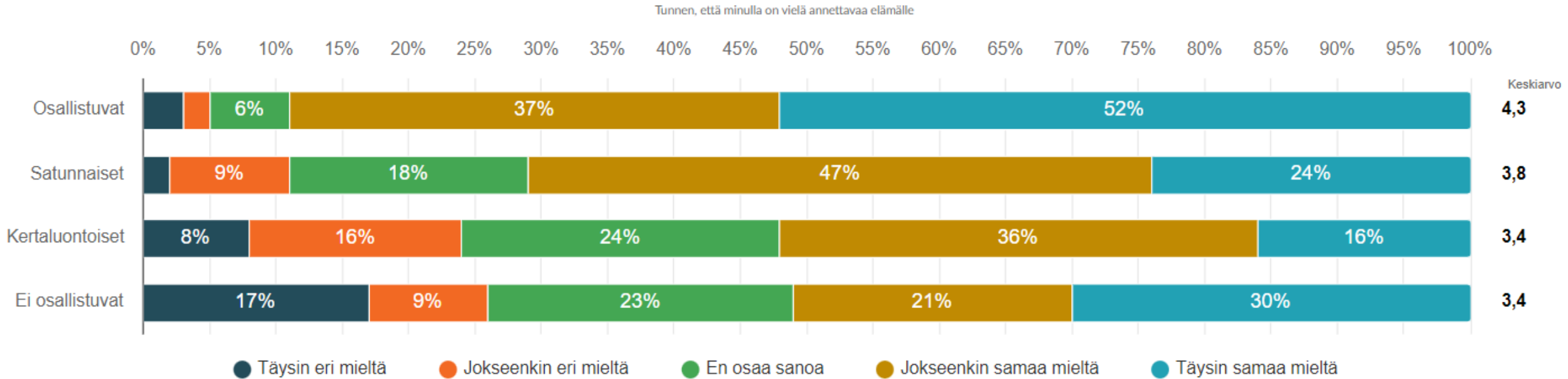
Vastaajien määrä: 345



# Säännöllisesti osallistuvat kokevat elämänsä osallistumattomia merkityksellisemmäksi

## Elämänlaatuun liittyvät kysymykset

Vastaajien määrä: 358



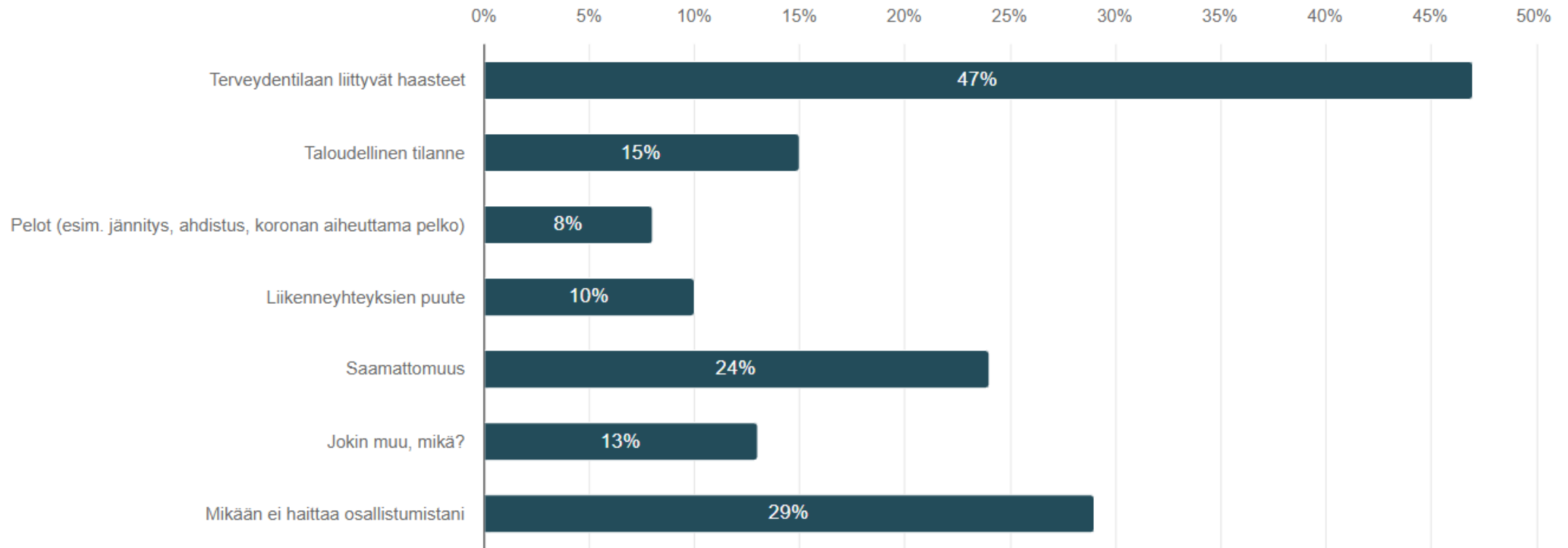
Ikäihmisistä, jotka eivät ole osallistuneet mihinkään viimeisen vuoden aikana puolet ei käytä nettiä -> jos heidät halutaan tavoittaa ja innostaa harrastuksiin, niin viestinnän on oltava netin ulkopuolella



# Terveydentila on suurin osallistumista haittaava asia

Harrastustoimintaan tai tapahtumiin osallistumistani haittaavat

Vastaajien määrä: 331, valittujen vastausten lukumäärä: 481



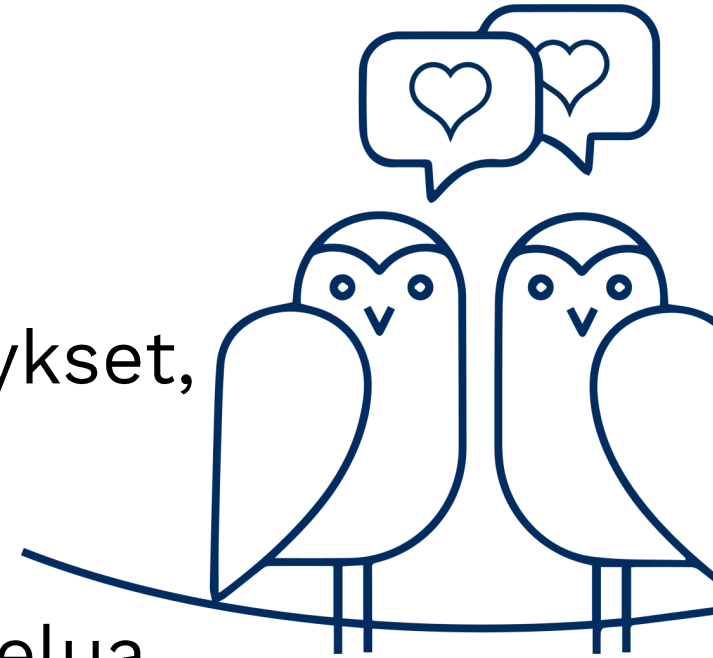
Avoimissa vastauksissa esiin nousi omaishoitajuus, kiinnostuksen puute ja yksinäisydenkokemus

# Mikä innostaisi osallistumaan? (n=94)

- Parempi terveydentila, heikentynyt kunto ja aistit haittaavat osallistumista.
- Ystävät, vastauksissa nousi esiin ystävän merkitys. Seura helpottaisi lähtemistä, harrastuksissa ja tapahtumissa olisi mukavampaa ystävän kanssa.
- Hyvät liikenneyhteydet ja kuljetukset harrastuksiin ja tapahtumiin. Järjestetyt kuljetukset tai muu kulkuapu madaltaisivat kynnystä osallistua.
- Kohtuulliset hinnat. Osallistumishintojen koetaan olevan korkeita ja alhaisempi hinta saattaisi helpottaa osallistumista.
- Saavuttava tiedotus, joka tavoittaa ikäihmisiä. Palvelutaloissa hoitajien merkitys tärkeä.

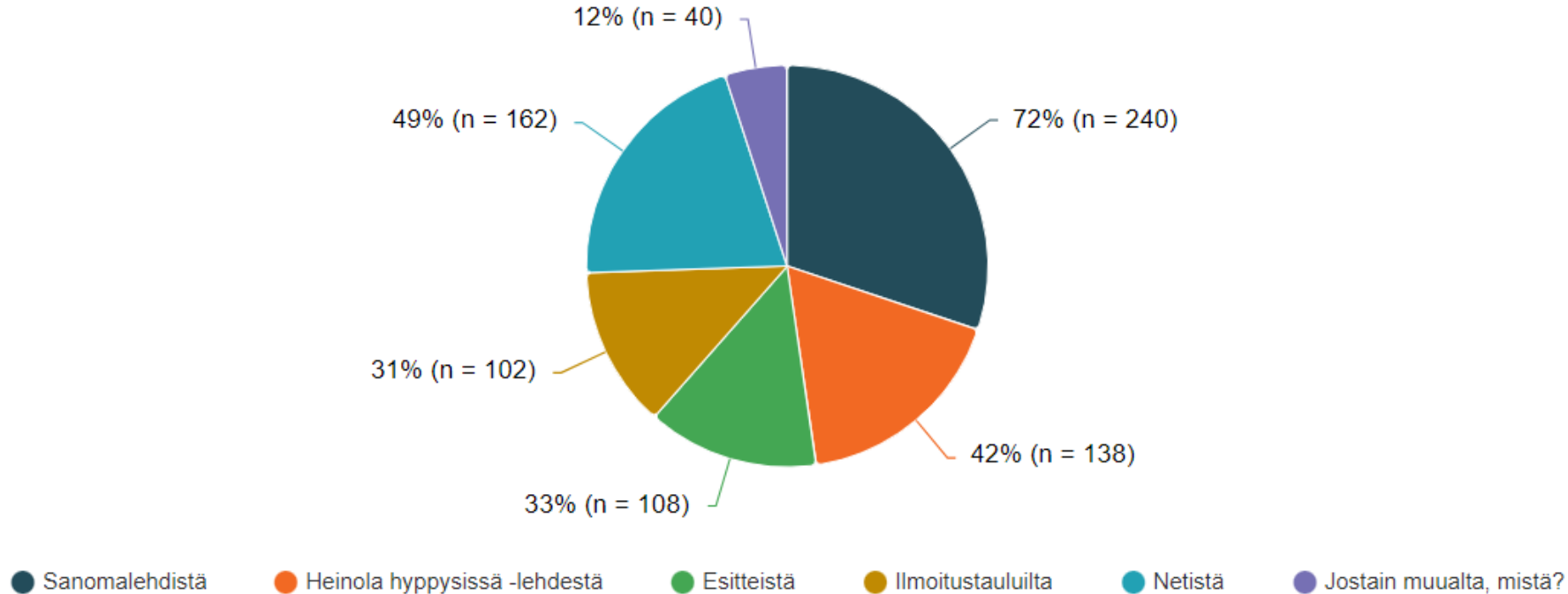
# Toivottuja harrastuksia ja tapahtumia

- Kulttuuritapahtumat, konsertit, teatteriesitykset, elokuvat
- Matalan kynnyksen tapahtumia!
- Monipuolinen ryhmätoiminta, jossa keskustelua ikäihmisten kesken, yhteislaulua, kirjallisuutta, askartelua ja yhteistä tekemistä
- Opiskelua, esimerkiksi kansalaisopiston kurssit
- Lisäksi toivottiin tiettyjä lajeja, kuten pöytätennistä ja petankkia



# Tieto kaupungin toiminnasta tavoittaa 65 vuotta täyttäneitä parhaiten sanomalehtien, netin ja Heinola –hyppysissä lehden kautta

Löydän tietoa kaupungin toiminnasta, palveluista ja tapahtumista

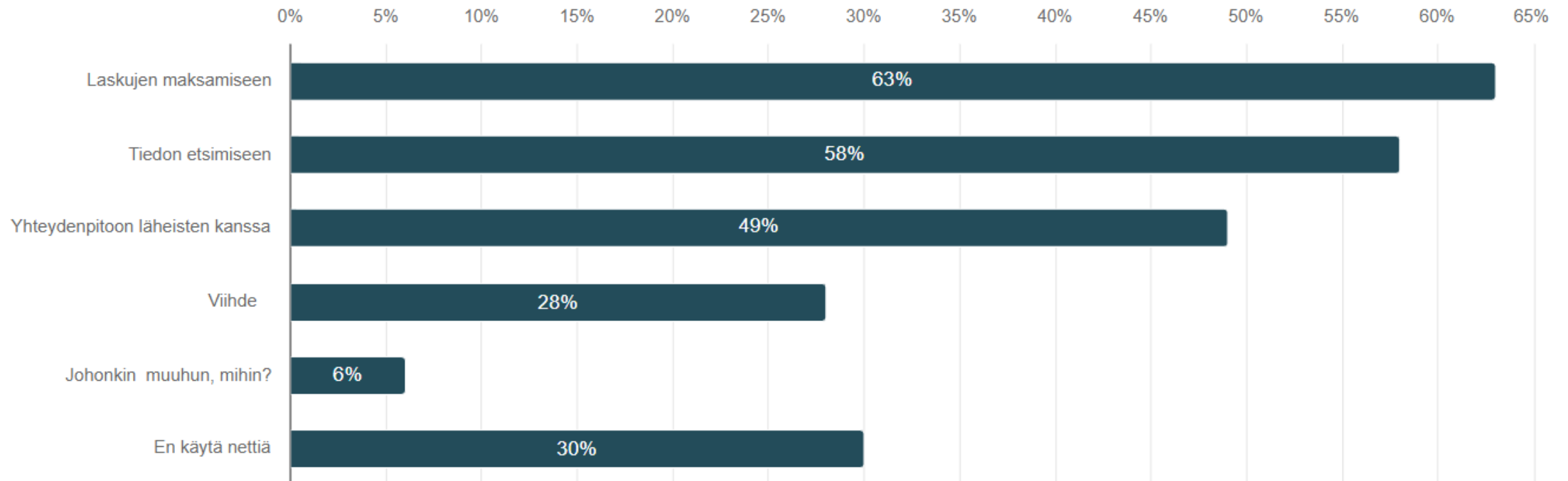


Annettujen vastausvaihtoehtojen lisäksi avoimissa vastauksissa kerrottiin tiedon tulevan läheisiltä ihmisiltä, kuten ystäviltä ja sukulaisilta. Myös hoitajien merkitys tiedonsaannissa nousi esiin useammassa vastauksessa.

# Nettiä käytetään eniten laskujen maksamiseen ja tiedon etsimiseen. Joka kolmas vastaaja ei kuitenkaan käytä nettiä ollenkaan.

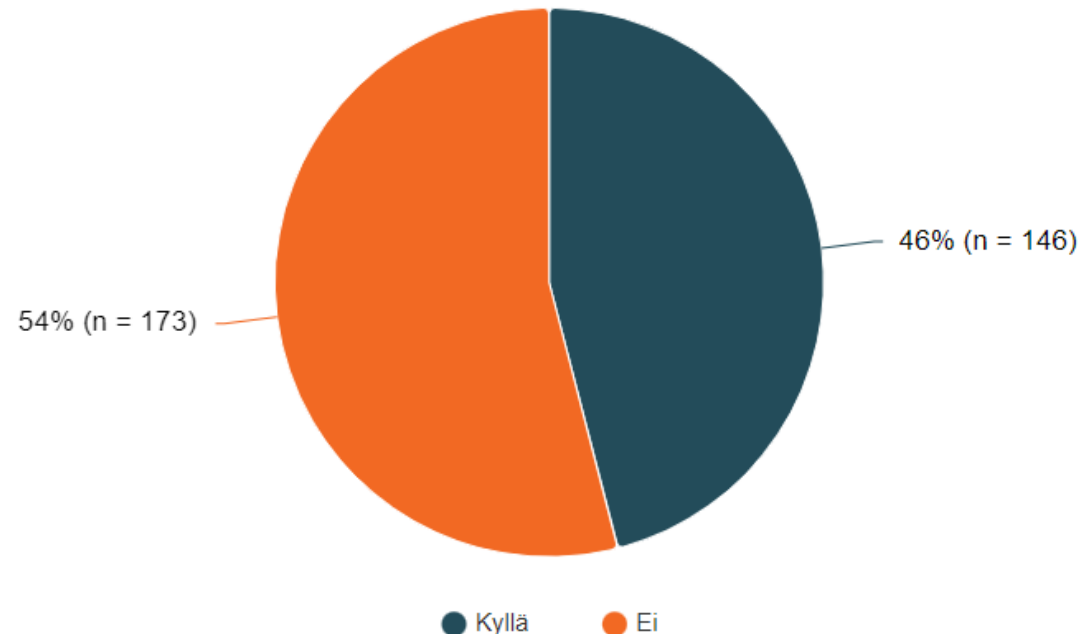
## Käytän nettiä

Vastaajien määrä: 344, valittujen vastausten lukumäärä: 807



# Yli puolet vastaajista ei tiedä vaikuttamismahdollisuuksistaan. Henkilöistä, jotka eivät käytä nettiä, omista vaikuttamismahdollisuuksistaan tietää vain 32% vastaajista

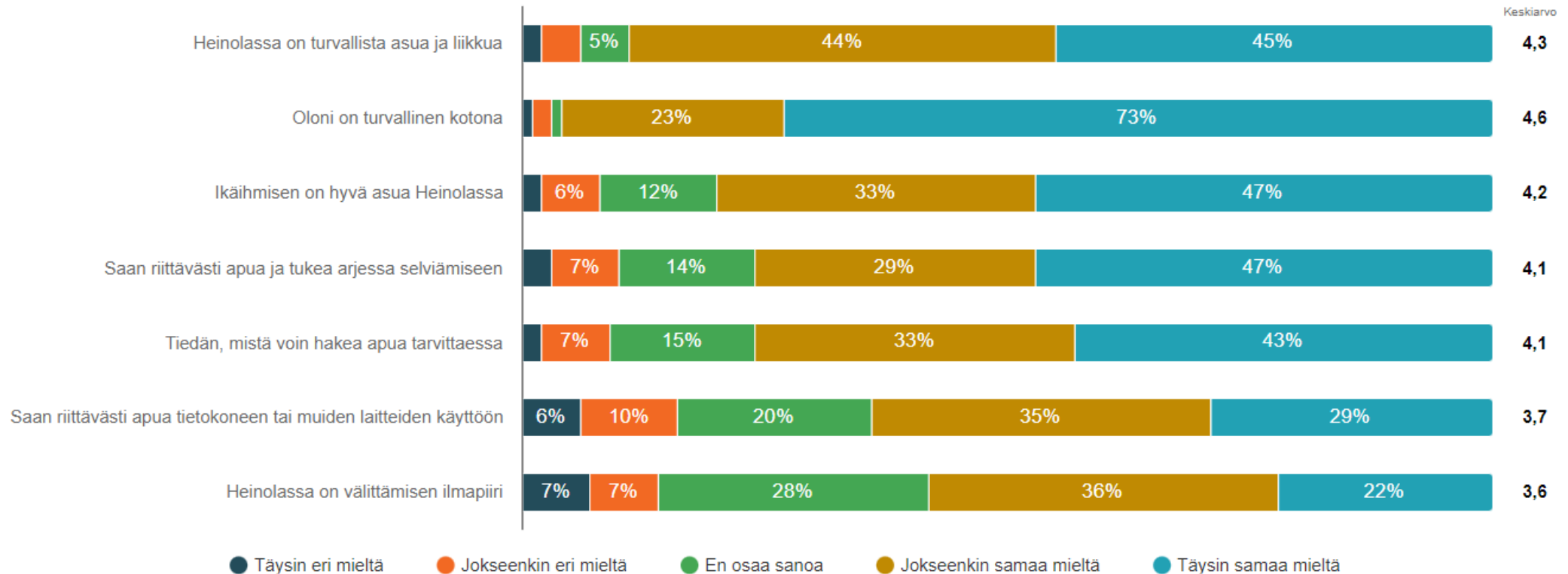
Olen tietoinen vaikuttamismahdollisuuksistani Heinolassa (vanhus- ja vammaisneuvostot, raadit, osallistuva budjetointi)  
Vastaajien määrä: 319



# Suurin osa kokee Heinolan olevan turvallinen paikka. Huolta herättää arjesta selviytyminen ja epätietoisuus siitä, mistä apua voi hakea

## Turvallisuuteen liittyvät kysymykset

Vastaajien määrä: 346



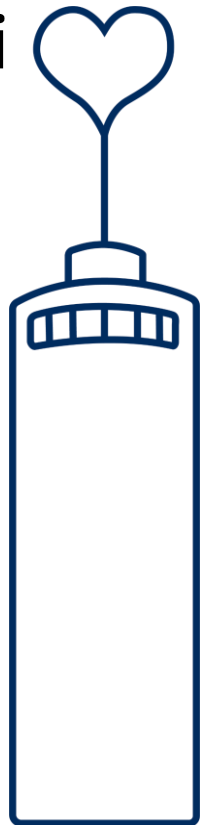
# Heinola on ikäihmiselle...

- 226 avointa vastausta, joista 63 mainittiin Heinolan olevan hyvä paikka asua tai elää

*”ikäihmisten hyvä paikka”, ”kyllä on hyvä asua täällä”*

- Esiin nousi erityisesti Heinolan sopiva koko, täällä kaikki on lyhyen matkan päässä
- Vastauksissa arvostettiin kaupungin luonnonläheisyyttä, vesistöjä ja niiden tarjoamia ulkoilu- ja virkistysmahdollisuuksia. Myös monipuoliset liikuntamahdollisuudet nousivat esiin monissa vastauksissa

*”miellyttävä kaupunki asua, luonto, palvelut lähellä”*





# Heinola on ikäihmiselle...

- Positiivisista vastauksista osassa nousi kuitenkin esiin huoli tulevaisuudesta. Heinolan koetaan olevan hyvä, mutta huolta herättää avun saaminen ikääntyessä ja kunnon heiketessä
- Useissa vastauksissa Heinolaa kuvattiin turvalliseksi ja rauhalliseksi asuinpaikaksi.
- Vastauksissa huolta herätti selvästi sosiaali- ja terveyspalveluiden tila Heinolassa sote-uudistuksen jälkeen. Erityisesti lääkäriin pääseminen ja terveyspalveluiden heikkeneminen huolestuttaa



# Mitä ajatuksia kyselyn tuloksista heräsi?

