

Heinolan ikäihmisten hyvinvointikysely 2023

Ikäihmisten hyvinvointikysely 2023

Ikäihmisten hyvinvointikyselyn tarkoituksena oli kartoittaa heinolalaisten 65 vuotta täyttäneiden ikäihmisten hyvinvointia. Tavoitteena oli saada tietoa ikäihmisten hyvinvoinnista ja tämänhetkisistä tarpeista, jotta kaupungin toimintaa voidaan kehittää ja ikäihmisten tarpeisiin voidaan vastata nykyistä paremmin. Tulosten analysoinnissa tehtiin vertailua iän, asuinpaikan ja netinkäytön perusteella.

Kyselyyn oli mahdollista vastata netissä sekä paperisena versiona kesäkuun 2023 aikana. Apua kyselyn täyttämiseen oli saatavilla yhteensä 16 kertaa kuukauden aikana. Vastauksia saatiin yhteensä 367, joista 301 oli paperisia vastauksia

Kyselyn ovat toteuttaneet ikäihmisten hyvinvointiohjaaja Heidi Prauda-Knuutila ja Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen palvelualueen korkeakouluharjoittelija Ansa Lassila. Vanhusneuvostolta pyydettiin kommentteja useassa vaiheessa, niin kyselyn suunnittelussa kuin kyselyn vastausten pohdinnassa.

Lisätietoja

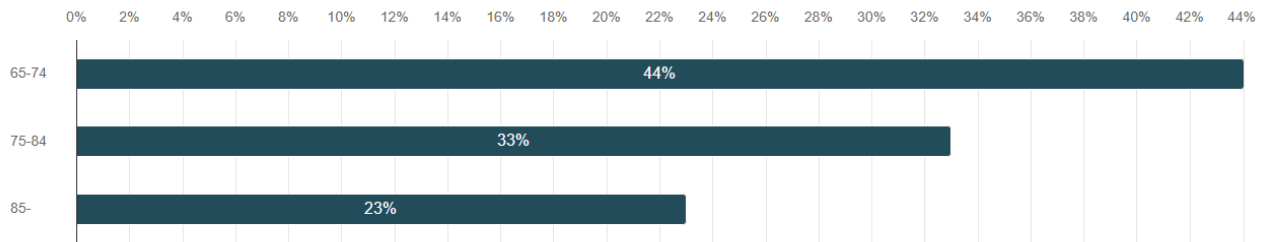
Ikäihmisten hyvinvointiohjaaja Heidi Prauda-Knuutila
(heidi.prauda-knuutila@heinola.fi, 0447975753)

Hyvinvointipäällikkö Kirsi Mäkilä (kirsi.makila@heinola.fi, 0447978577)

Ikä

Ikä

Vastaajien määrä: 362



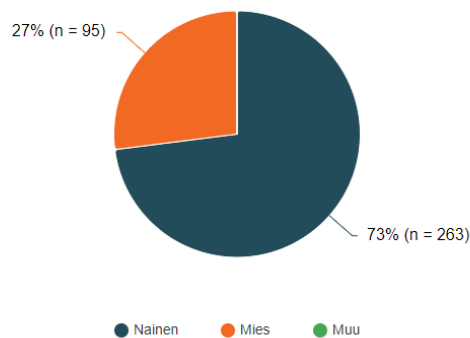
| | n | Prosentti |
|-------|-----|-----------|
| 65-74 | 160 | 44,2% |
| 75-84 | 119 | 32,9% |
| 85- | 83 | 22,9% |

Kysely tavoitti eniten nuorinta ikäryhmä ja suurin osa vastaajista on 65–74-vuotiaita heinolalaisia.

Sukupuoli

Sukupuoli

Vastaajien määrä: 358



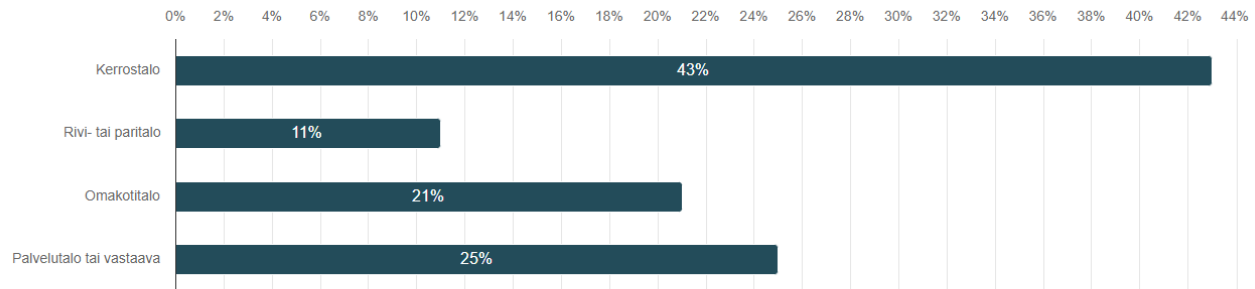
| | n | Prosentti |
|--------|-----|-----------|
| Nainen | 263 | 73,5% |
| Mies | 95 | 26,5% |
| Muu | 0 | 0,0% |

Kolme neljäsosaa vastaajista on naisia.

Asuminen

Asumismuoto

Vastaajien määrä: 361

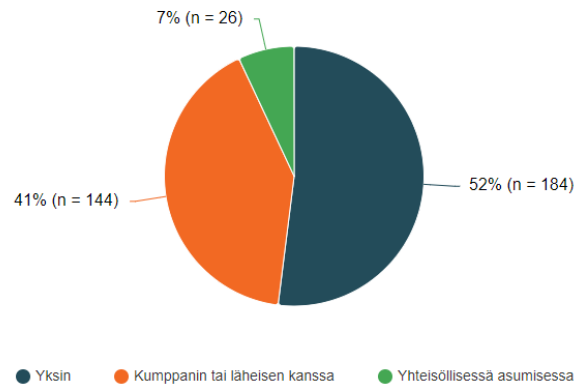


| | n | Prosentti |
|--------------------------|-----|-----------|
| Kerrostalo | 156 | 43,2% |
| Rivi- tai paritalo | 41 | 11,4% |
| Omakotitalo | 74 | 20,5% |
| Palvelutalo tai vastaava | 90 | 24,9% |

Kysely tavoitti eniten kerrostaloasujia. Palvelutalo on toiseksi yleisin asumismuoto.

Asun

Vastaajien määrä: 354

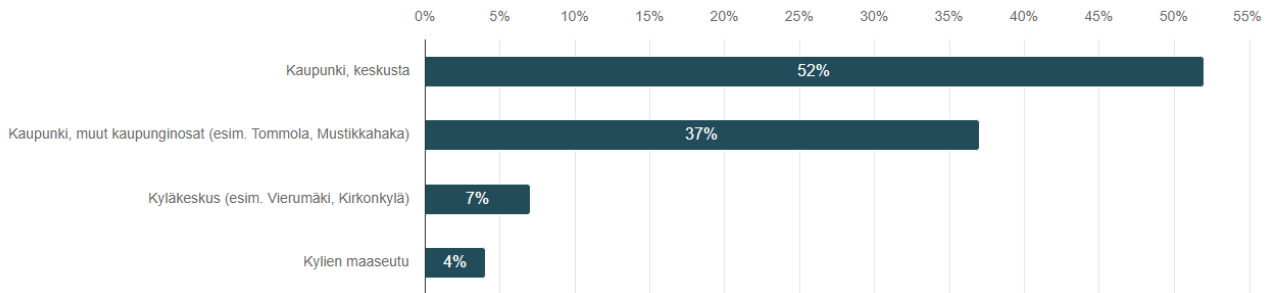


| | n | Prosentti |
|-------------------------------|-----|-----------|
| Yksin | 184 | 52,0% |
| Kumppanin tai läheisen kanssa | 144 | 40,7% |
| Yhteisöllisessä asumisessa | 26 | 7,3% |

Yli puolet vastaajista kertoi asuvansa yksin. Noin 40 % vastaajista kertoi asuvansa yhdessä kumppanin tai läheisen kanssa. Yksin asumisen yleisyys kasvaa iän myötä. Yhteisöllisen asumisen valinta jäi pieneksi, vaikka palvelutaloasujia oli paljon.

Asuinpaikka

Vastaajien määrä: 349

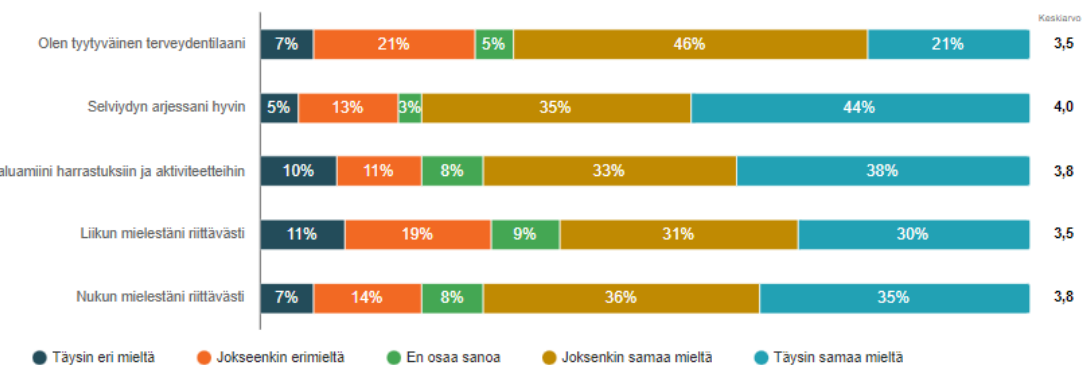


| | n | Prosentti |
|--|-----|-----------|
| Kaupunki, keskusta | 183 | 52,4% |
| Kaupunki, muut kaupunginosat (esim. Tommola, Mustikkahaka) | 129 | 37,0% |
| Kyläkeskus (esim. Vierumäki, Kirkkonylä) | 25 | 7,2% |
| Kylien maaseutu | 12 | 3,4% |

Valtaosa vastaajista asuu kaupungissa. 89 % vastaajista kertoi asuvansa kaupungissa, joko keskustassa tai muissa kaupunginosissa. Kaupungissa asuminen korostuu erityisesti vanhimmassa ikäryhmässä.

Terveydentila**Terveydentilaan liittyvät kysymykset**

Vastaajien määrä: 366



Heinolalaisten ikäihmisten terveydentila on vastausten perusteella hyvä. Suuri osa vastaajista on tyytyväisiä terveydentilaansa ja kokee selviytyvänsä arjestaan hyvin. Liikkumisessa on kuitenkin vastausten perusteella haasteita. Noin 20 % vastaajista on jokseenkin tai täysin eri mieltä siitä, että pystyy osallistumaan haluamiinsa harrastuksiin ja aktiviteetteihin. Tämän lisäksi 30 % vastaajista on eri mieltä väitteen, liikun mielestäni riittävästi, kanssa. Ikääntyneiden liikkumiseen voi vaikuttaa muutokset terveydentilassa ja iän tuomat haasteet omatoimisessa liikkumisessa.

Ikäryhmien välisessä vertailussa tyytyväisyyden terveydentilaan ei havaittu heikkenevän merkittävästi iän myötä, mutta kokemukseen arjessa selviytymisestä ikä vaikuttaa. Ikä vaikuttaa myös harrastuksiin osallistumiseen, kahdessa nuorimmassa ikäryhmässä suurin osa pystyy osallistumaan

Heinolan kaupunki

PL 1001, 18101 Heinola, asiakaspalvelupiste Spotti, Torikatu 8
 Puh. 03 849 30 (vaihe), kirjaamo@heinola.fi
 Y-tunnus 1068892-9
www.heinola.fi

PIENI KAUPUNKI, ISO ELÄMÄ

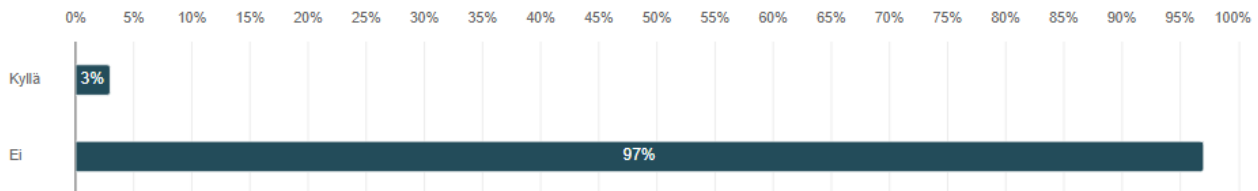
haluamiinsa harrastuksiin ja aktiviteetteihin, mutta 85 vuotta täyttäneistä enää puolet.

Asuinpaikka ei määrittänyt terveydentilaa ja tulokset olivat samanlaisia asuinpaikasta riippumatta.

Alkoholinkäyttö

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

Vastaajien määrä: 353



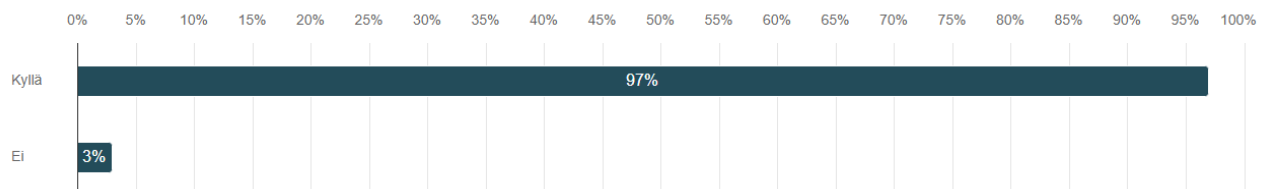
| | n | Prosentti |
|-------|-----|-----------|
| Kyllä | 12 | 3,4% |
| Ei | 341 | 96,6% |

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

Lämpimät ateriat

Syön päivittäin ainakin yhden lämpimän aterian

Vastaajien määrä: 358

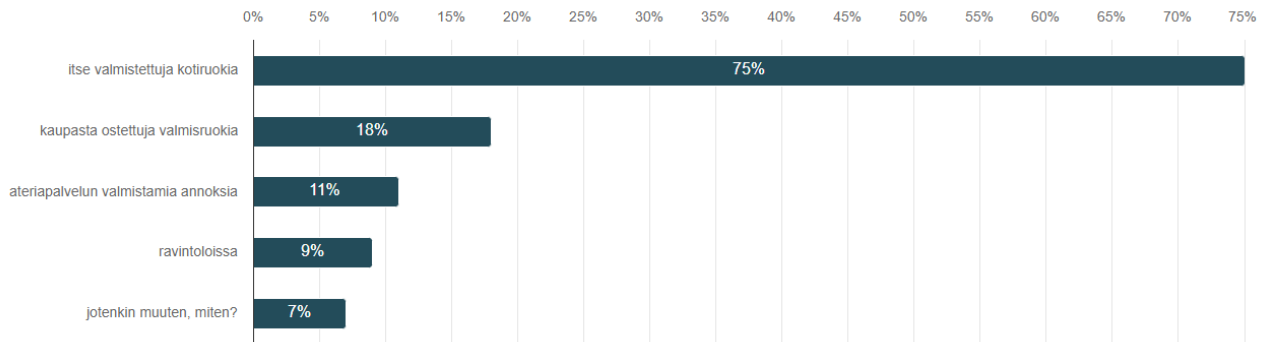


| | n | Prosentti |
|-------|-----|-----------|
| Kyllä | 346 | 96,6% |
| Ei | 12 | 3,4% |

Suurin osa vastaajista kertoi syövänsä ainakin yhden lämpimän aterian päivässä.

Syön pääsääntöisesti

Vastaajien määrä: 354, valittujen vastausten lukumäärä: 420



| | n | Prosentti |
|-------------------------------------|-----|-----------|
| itse valmistettuja kotiruokia | 265 | 74,9% |
| kaupasta ostettuja valmisruokia | 62 | 17,5% |
| ateriapalvelun valmistamia annoksia | 38 | 10,7% |
| ravintoloissa | 31 | 8,8% |
| jotenkin muuten, miten? | 24 | 6,8% |

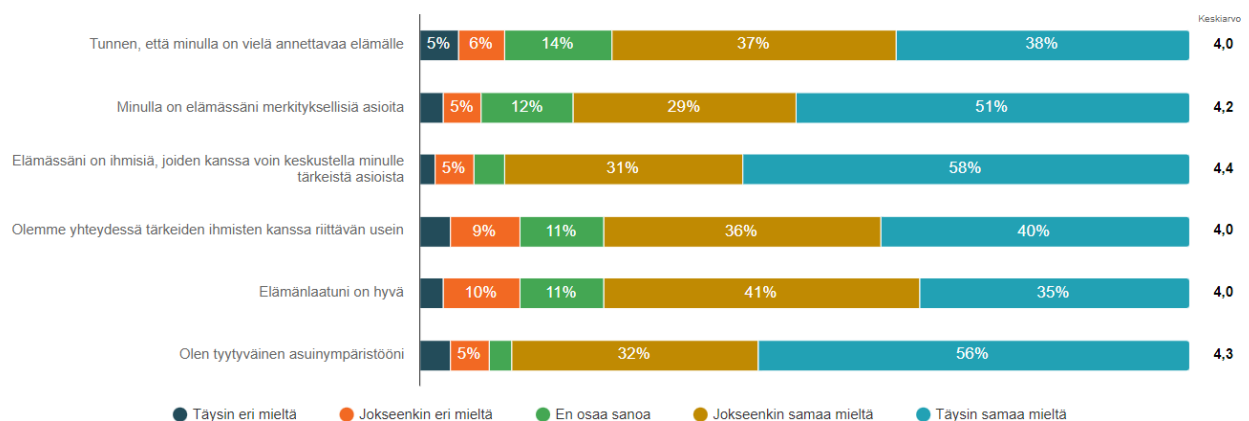
Kolme neljästä vastaajasta syö pääsääntöisesti itsevalmistettua kotiruokaa.

Asuinpaikkaa ja syömistottumuksia vertailtaessa huomattiin, että vaikka kaikilla asuinalueilla syödään paljon itse tehtyä ruokaa, niin keskustassa kotiruokaa syödään vähemmän kuin muilla asuinalueilla. Keskustassa 66 % vastaajista kertoi syövänsä pääsääntöisesti omakekemää ruokaa. Keskustan ulkopuolella pääsääntöisesti kotiruokaa syövien osuus on kuitenkin suurempi (85 %). Kyläkeskuksissa ja kylien maaseudulla asuvista peräti 94 % syö pääsääntöisesti itse valmistettua kotiruokaa.

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

Elämänlaatu**Elämänlaatuun liittyvät kysymykset**

Vastaajien määrä: 358

**Heinolan kaupunki**

PL 1001, 18101 Heinola, asiakaspalvelupiste Spotti, Torikatu 8
 Puh. 03 849 30 (vaihe), kirjaamo@heinola.fi
 Y-tunnus 1068892-9
www.heinola.fi

PIENI KAUPUNKI, ISO ELÄMÄ

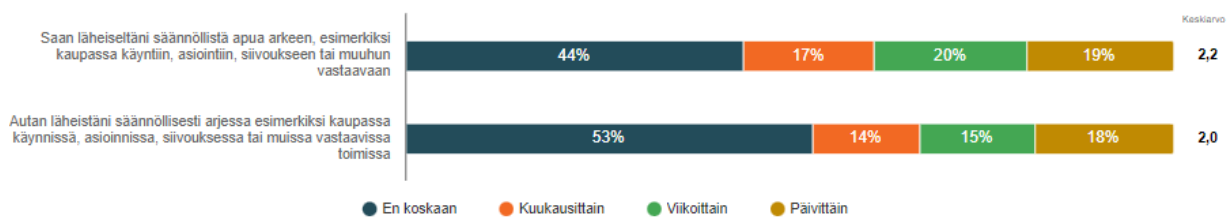
Elämänlaatu koetaan hyväksi ja ikäihmisillä on merkityksellisiä asioita elämässä. Vastaajat toivoisivat kuitenkin enemmän yhteydenpitoa läheisiin.

Asumismuodon perusteella tehdyssä vertailussa huomattiin, että palvelutalossa asuvilla on enemmän ihmisiä, joiden kanssa keskustella tärkeistä asioista, mutta kotona-asuvat ovat tyytyväisempiä asuinympäristöönsä. Elämänlaatu koetaan kuitenkin yhtä hyväksi asumismuodosta riippumatta.

Vastauksissa ei noussut esiin, että asuinpaikka vaikuttaisi elämänlaatuun.

Avun saaminen ja vastaanottaminen

Avun saaminen ja vastaanottaminen
Vastaajien määrä: 351



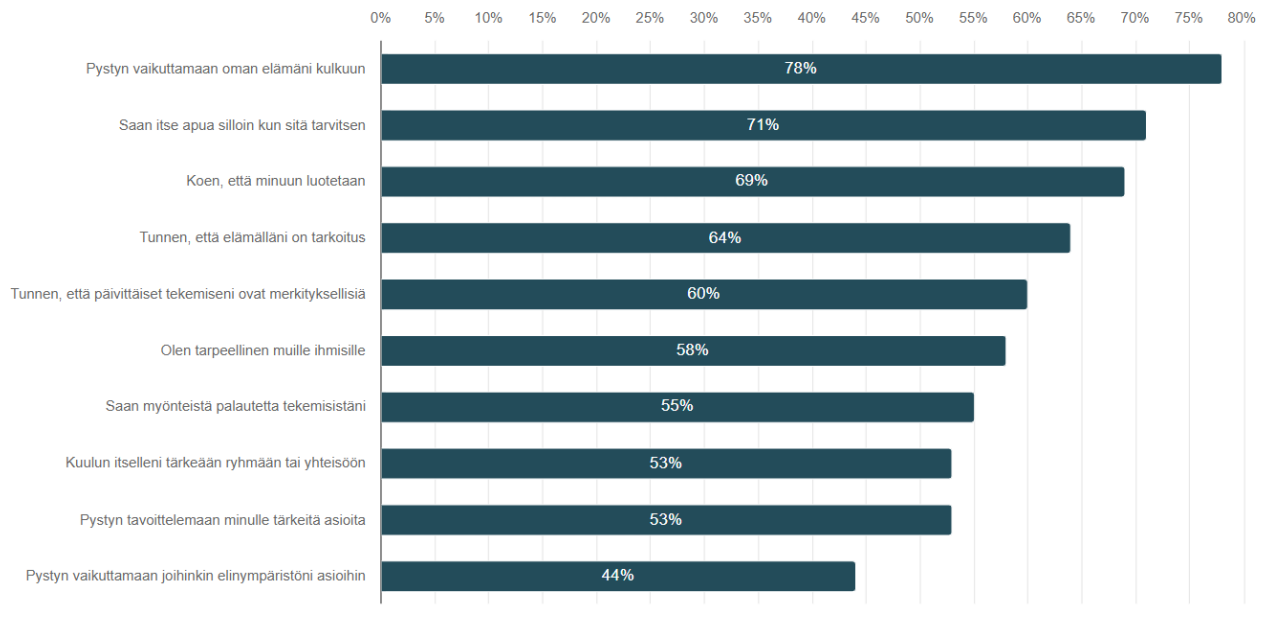
Moni heinolalainen ikääntynyt saa apua tai auttaa läheistään arjessa. Yli puolet vastaajista saa säännöllistä apua läheiseltään vähintään kerran kuukaudessa, noin joka viides saa apua päivittäin. Miltei puolet (47,2 %) vastaajista auttaa läheistään vähintään kerran kuukaudessa.

Kyläkeskuksissa ja kylien maaseudulla asuvat saavat läheisiltään apua useammin, kuin kaupungissa asuvat. He myös auttavat läheistään useammin kuin kaupunkilaiset.

Osallisuus

Merkitse väittämät, jotka pitävät kohdallasi paikkansa

Vastaajien määrä: 343, valittujen vastausten lukumäärä: 2068



Osallisuuden arviointiin hyödynnettiin THL:n osallisuusindikaattorin väittämiä ja vastaajia pyydettiin merkitsemään väittämät, jotka pitävät heidän kohdallaan paikkansa. Vastaajat merkitsivät keskimäärin kuusi väittämää.

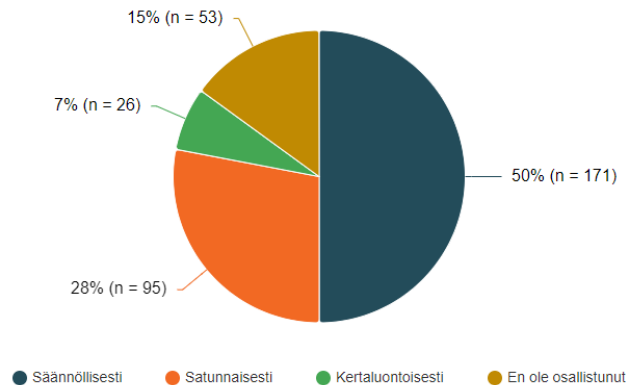
Vahvimmiksi nousivat väitteet Pystyn vaikuttamaan elämäni kulkuun (78 %), Saan itse apua silloin kun sitä tarvitsen (71 %), Koen, että minuun luotetaan (69 %) ja Tunnen, että elämälläni on tarkoitus (64 %).

Vähiten vastauksia saaneet väittämät olivat Pystyn vaikuttamaan joihinkin elinympäristöni asioihin (44 %), Kuulun itselleni tärkeään ryhmään tai yhteisöön (53 %) ja Pystyn tavoittelemaan minulle tärkeitä asioita (53 %). Pystyn vaikuttamaan joihinkin elinympäristöni asioihin -väite sai vähän vastauksia myös vuoden 2021 hyvinvointikyselyssä. Tuolloin ikäihmisistä vain 16 % merkitsi väitteen pitävän kohdallaan paikkansa. Kokemus omista vaikuttamismahdollisuuksista on kohonnut kahdessa vuodessa peräti 28 prosenttiyksikön verran, mitä voidaan pitää merkittävänä havaintona.

Asuinpaikka vaikutti osallisuuden kokemukseen. Kyläkeskuksissa ja maaseudulla asuvat kokevat elämänsä kaupunkilaisia merkityksellisemmäksi ja näkevät enemmän mahdollisuuksia vaikuttaa oman elämänsä kulkuun. He myös vaikuttavat suhtautuvan positiivisemmin omiin mahdollisuuksiinsa vaikuttaa. Vain avun saamiseen koettiin kaupunkilaisia heikommaksi.

Harrastustoimintaan osallistuminen

Olen osallistunut harrastustoimintaan tai tapahtumiin viimeisen vuoden aikana
Vastaajien määrä: 345



| | n | Prosentti |
|---------------------|-----|-----------|
| Säännöllisesti | 171 | 49,6% |
| Satunnaisesti | 95 | 27,5% |
| Kertaluontoisesti | 26 | 7,5% |
| En ole osallistunut | 53 | 15,4% |

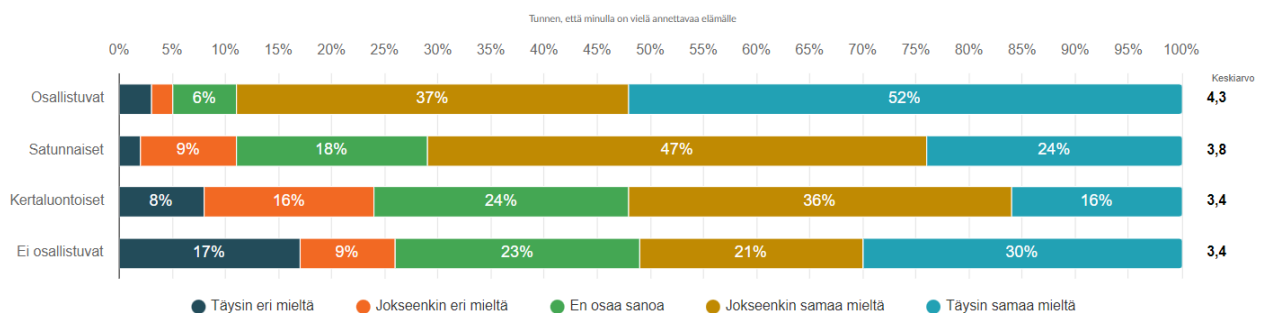
Puolet vastaajista on osallistunut harrastustoimintaan tai tapahtumiin viimeisen vuoden aikana. Toisaalta 15 % vastaajista ei ollut osallistunut toimintaan lainkaan. Säännöllisesti harrastustoimintaan osallistuvia on yli puolet ikäryhmästä aina 85-vuotiaaksi asti. Vanhimmassa ikäryhmässä oli eniten vastaajia, jotka eivät ole osallistuneet aktiviteetteihin tai harrastustoimintaan ollenkaan. Iän myötä harrastusaktiivisuus laskee ja säännöllinen osallistuminen vaihtuu satunnaiseksi osallistumiseksi.

Vertailussa huomattiin, että henkilöt, jotka osallistuvat säännöllisesti harrastustoimintaan tai tapahtumiin kokevat elämänsä merkityksellisemmäksi verrattuna henkilöihin, jotka eivät osallistu ollenkaan tai osallistuvat vain kertaluontoisesti (kts. kuvaaja alla). He myös kokevat enemmän osallisuutta ja kuuluvat useammin itselleen tärkeään ryhmään tai yhteisöön.

Asuinpaikka ei vaikuttanut osallistumisaktiivisuuteen.

Elämänlaadun ja harrastustoiminnan yhteys

Elämänlaatuun liittyvät kysymykset
Vastaajien määrä: 358



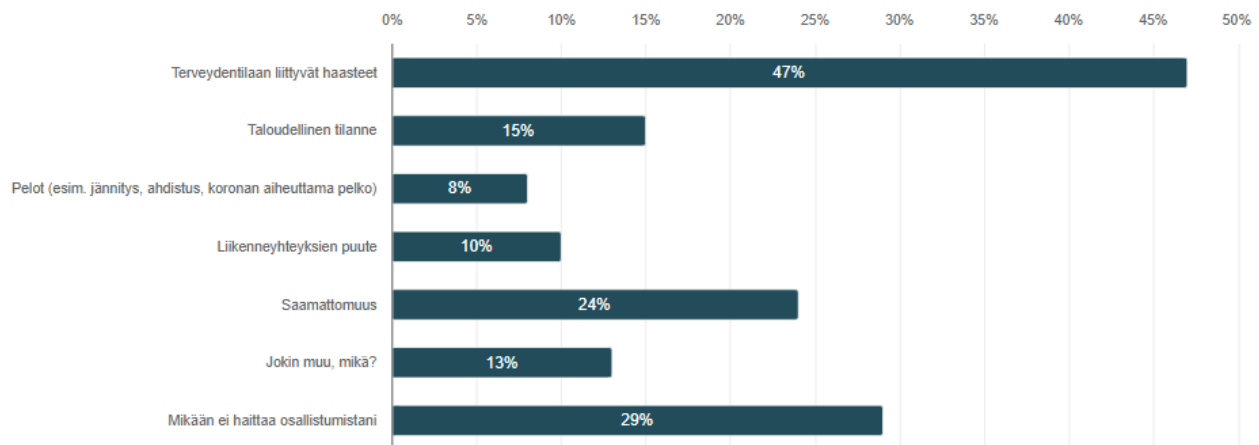
Heinolan kaupunki

PL 1001, 18101 Heinola, asiakaspalvelupiste Spotti, Torikatu 8
Puh. 03 849 30 (vaihe), kirjaamo@heinola.fi
Y-tunnus 1068892-9
www.heinola.fi

PIENI KAUPUNKI, ISO ELÄMÄ

Harrastustoimintaan osallistumista haittaavat asiat

Harrastustoimintaan tai tapahtumiin osallistumistani haittaavat
Vastaajien määrä: 331, valittujen vastausten lukumäärä: 481



| | n | Prosentti |
|--|-----|-----------|
| Terveystilaan liittyvät haasteet | 156 | 47,1% |
| Taloudellinen tilanne | 49 | 14,8% |
| Pelot (esim. jännitys, ahdistus, koronan aiheuttama pelko) | 25 | 7,6% |
| Liikenneyhteyksien puute | 34 | 10,3% |
| Saamattomuus | 79 | 23,9% |
| Jokin muu, mikä? | 42 | 12,7% |
| Mikään ei haittaa osallistumistani | 96 | 29,0% |

Harrastustoimintaan osallistumista haittaavat erityisesti terveydentilaan liittyvät haasteet. Taloudelliset haasteet nousivat esiin erityisesti vanhimmassa ja nuorimmassa ikäryhmässä. Liikenneyhteyksien puute mainittiin haasteiksi erityisesti kyläkeskuksissa ja kylien maaseudulla. Myös oma saamattomuus nousi esiin vastausvaihtoehdoista. Toisaalta 29 % vastasi, ettei mikään haittaa osallistumista. Avoimissa vastauksissa esiin nousi omaishoitajuus, kiinnostuksen puute ja yksinäisydenkokemus.

”Puolison kuoleman jälkeen en ole vielä kyennyt osallistumaan, vaikka siihen on ollut mahdollisuus”

”Olen menettänyt monta omaista, jonka jälkeen yksin lähtemiseen suuri kynnyks”

”ei tällä hetkellä kiinnosta”

”seuranpuute”

Avoin kysymys: Minut innostaisi osallistumaan harrastustoimintaan ja tapahtumiin

Avoimeen kysymykseen vastasi 94 ikäihmistä. Vastauksissa korostui käytännönasiat, kuten terveydentila, harrastuksiin kulkeminen ja tiedotus. Vastauksissa nousi esiin myös ystävän merkitys kannustajana ja apuna lähtemisessä. Lisäksi toivottiin muun muassa tiettyjä lajeja ja ryhmätoimintaa.

TAULUKKO 1. Harrastustoimintaan innostavia asioita

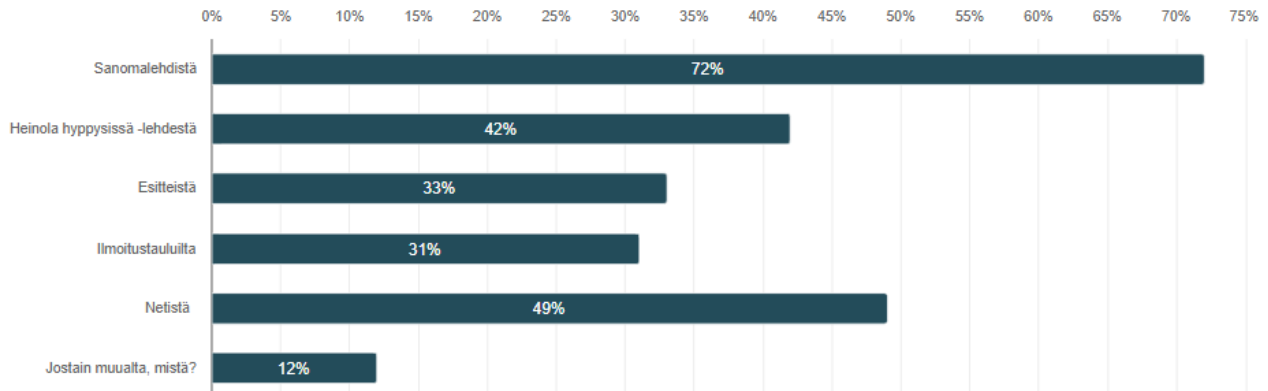
| Terveydentila | Ystävä | Hinnat & Kuljetus | Tiedotus |
|---|--|---|---|
| Parempi terveydentila tekisi osallistumisesta helpompaa. Heikentyneet aistit haittaavat osallistumista. | Samanhenkiset ystävät, joiden kanssa harrastaminen ja toimintaan lähteminen olisi mukavampaa ja helpompaa. Saattajan tai avun puute harrastuksissa voi estää osallistumisen. | Kohtuulliset kustannukset ja edulliset hinnat. Hyvät liikenneyhteydet ja kyydit tapahtumiin ja harrastuksiin. | Näkyvämpi tiedotus, jotta saatavilla olevista tapahtumista ja harrastuksista tietäisi. Palvelutaloissa hoitajien merkitys tiedotuksessa tärkeä. |

TAULUKKO 2. Toivottuja harrastuksia

| Ryhmätoimintaa | Kulttuuria | Opiskelua | Muuta |
|--|--|---|--|
| Vertaisryhmät, joissa oman ikäistä seuraa. Monipuolinen ryhmätoiminta, jossa keskustelua ikäihmisten kesken, yhteislaulua, kirjallisuutta, askartelua ja yhteistä tekemistä. | Erilaiset kulttuuritapahtumat, konsertit, elokuvat, teatteriesitykset. | Opiskelu esimerkiksi Jyränkölän kursseilla. Erityisesti kieliopinnot. | Toimintaa myös iltapäivisin, ei aina aamuisin. Aktiivinen toimintaympäristö ja lähellä olevat palvelut ja harrastukset. Tiettyt lajit, kuten pöytätennis ja petankki. Ilmapiiri ja uusien ihmisten mukaan ottaminen toimintaan, tervetullut olo! |

Tiedon löytäminen

Löydän tietoa kaupungin toiminnasta, palveluista ja tapahtumista
Vastaajien määrä: 332, valittujen vastausten lukumäärä: 790

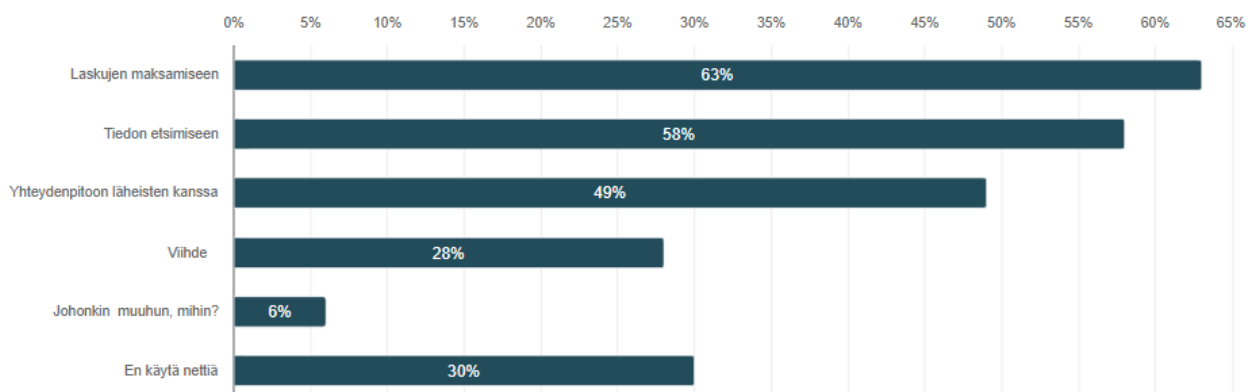


| | n | Prosentti |
|-----------------------------|-----|-----------|
| Sanomalehdistä | 240 | 72,3% |
| Heinola hyppysissä -lehestä | 138 | 41,6% |
| Esitteistä | 108 | 32,5% |
| Ilmoitustauluilta | 102 | 30,7% |
| Netistä | 162 | 48,8% |
| Jostain muualta, mistä? | 40 | 12,0% |

Parhaiten tietoa kaupungin toiminnasta, palveluista ja tapahtumista löydetään sanomalehdistä ja netistä. Myös Heinola hyppysissä -lehti, esitteet ja ilmoitustaulut nousivat tärkeiksi tiedotuskanaviksi. Annettujen vastausvaihtoehtojen lisäksi avoimissa vastauksissa kerrottiin tiedon tulevan läheisiltä ihmisiltä, kuten ystäviltä ja sukulaisilta. Myös hoitajien merkitys tiedonsaannissa nousi esiin useammassa vastauksessa.

Netinkäyttö

Käytän nettiä
Vastaajien määrä: 344, valittujen vastausten lukumäärä: 807



| | n | Prosentti |
|---------------------------------|-----|-----------|
| Laskujen maksamiseen | 216 | 62,8% |
| Tiedon etsimiseen | 201 | 58,4% |
| Yhteydenpitoon läheisten kanssa | 170 | 49,4% |
| Viihde | 95 | 27,6% |
| Johonkin muuhun, mihin? | 22 | 6,4% |
| En käytä nettiä | 103 | 29,9% |

Heinolan kaupunki

PL 1001, 18101 Heinola, asiakaspalvelupiste Spotti, Torikatu 8
Puh. 03 849 30 (vaihe), kirjaamo@heinola.fi
Y-tunnus 1068892-9
www.heinola.fi

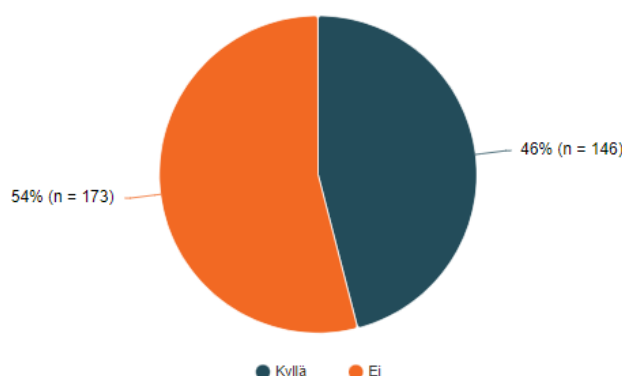
PIENI KAUPUNKI, ISO ELÄMÄ

Vastaajat käyttävät nettiä erityisesti laskujen maksamiseen, tiedon etsimiseen ja yhteydenpitoon läheisten kanssa.

Huomionarvoista on, että 30 % vastaajista ei käytä lainkaan nettiä. Lisäksi ikäihmisistä, jotka eivät osallistu harrastustoimintaan ollenkaan vain puolet käyttää nettiä. Näiden vastausten perusteella on todettava perinteisen median tärkeys ikäihmisille suunnattujen palveluiden, tapahtumien ja muun tiedotuksen välineenä.

Tietoisuus vaikuttamismahdollisuuksista

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



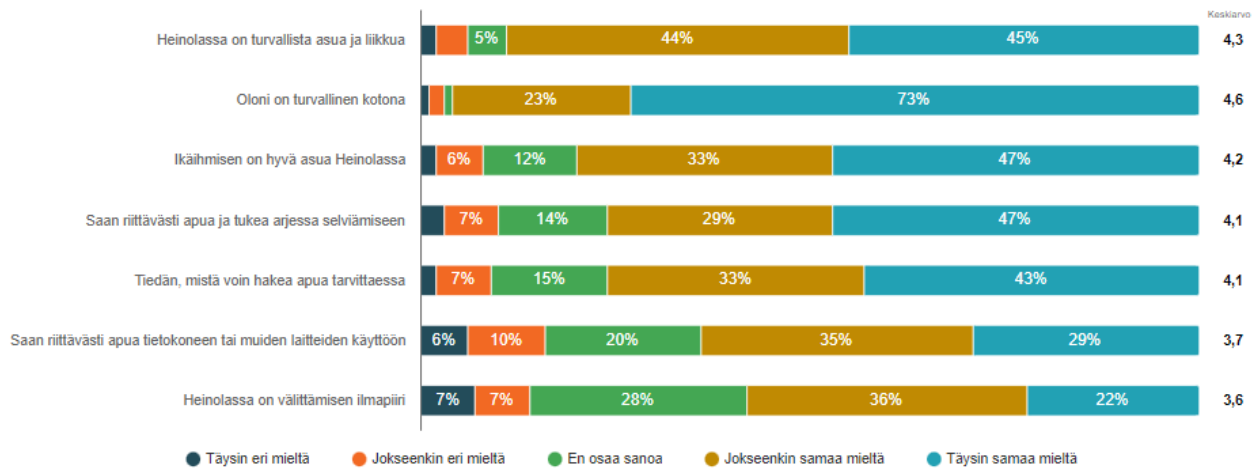
| | n | Prosentti |
|-------|-----|-----------|
| Kyllä | 146 | 45,8% |
| Ei | 173 | 54,2% |

Yli puolet kyselyn tavoittamista ikäihmisistä ei ollut tietoisia omista vaikuttamismahdollisuuksistaan Heinolassa.

Ikäihmiset, jotka eivät olleet osallistuneet mihinkään harrastuksiin tai tapahtumiin viimeisen vuoden aikana vain 20 % tiesi vaikuttamismahdollisuuksistaan. Myös netinkäytöllä vaikuttaa olevan vaikutusta tietoisuuteen omista vaikuttamismahdollisuuksista, sillä nettiä käyttämättömistä vain 32 % tietää mahdollisuudestaan vaikuttaa. Osallisuus-osion kysymykseen ”pystyn vaikuttamaan joihinkin elinympäristöni asioihin” oli valinnut vain 35 % henkilöistä, jotka eivät käytä nettiä.

Turvallisuus

Turvallisuuteen liittyvät kysymykset
Vastaajien määrä: 346



Heinolalaiset ikäihmiset kokevat kaupungin turvalliseksi asua ja liikkua. Jonkin verran huolta herättää arjesta selviytyminen ja epätietoisuus siitä, mistä apua voi hakea.

Yli 15 % vastaajista vastasi, ettei saa riittävästi apua tietokoneen ja muiden laitteiden kanssa. Myös en osaa sanoa -vastausten määrä oli verrattain suuri.

Eniten en osaa sanoa -vastauksia keräsi väite ”Heinolassa on välittämisen ilmapiiri”, vastausvaihtoehdon valitsi 28 % kaikista vastaajista. 7 % ikäihmisistä oli täysin erimieltä väitteen kanssa. Ikäihmisistä, jotka eivät käytä nettiä, väitteen kanssa jokseenkin tai täysin samaa mieltä oli kuitenkin peräti 80 %.

Avoin kysymys: Jatka lausetta ”Heinola on ikäihmiselle...”

Kyselyn viimeinen kysymys oli avoin, jossa vastaajaa pyydettiin jatkamaan lausetta ”Heinola on ikäihmiselle...”. Lausetta jatkoi 226 vastaajaa. Vastauksista positiivisia oli 82 %. Positiivisissa vastauksissa nousi esiin erityisesti kokemus Heinolasta hyvänä paikkana asua ja elää. Heinolan mainittiin olevan hyvä paikka peräti 63 kertaa. Lukuun ei laskettu vastauksia, joissa mainittiin Heinolan olevan ”ihan”, ”jokseenkin” tai ”kohtuullisen” hyvä paikka.

Vastausten perusteella Heinolassa on hyvä ikääntyä. Kaupungin ikäihmiset arvostavat erityisesti kaupungin sopivaa kokoa, luonnonläheisyyttä ja turvallisuutta. Kaupungin kauneus ja vehreys nousi monissa vastauksissa esiin. Erityisesti vesistöjen läheisyys on vastaajille tärkeä.

”Luonnon kaunis paikka”

”Viihtyisä pieni kaupunki”

”Kaunis ja rauhallinen asuinympäristö.”

”On turvallista ja hauskaa asua”

Heinolan kaupunki

PL 1001, 18101 Heinola, asiakaspalvelupiste Spotti, Torikatu 8
Puh. 03 849 30 (vaihde), kirjaamo@heinola.fi
Y-tunnus 1068892-9
www.heinola.fi

PIENI KAUPUNKI, ISO ELÄMÄ

”Paras paikka asua, luonto lähellä ja palvelut. Ihanaa viettää eläkepäiviä täällä.”

”Mukava ja rauhallinen paikka asua. Kaikki tarpeellinen löytyy ja helpohko lähteä vaikkapa Helsinkiin”

Osassa positiivisista vastauksista oli mukana parannusehdotus, kritiikki tai huoli tulevasta. Monissa vastauksissa Heinolaa kuvattiin kivaksi paikaksi, mutta terveyspalveluiden tilasta ja hoitoon pääsystä oltiin huolissaan.

”Hyvä ja turvallinen paikka asua, kun saataisiin terveydenhuolto kuntoon”

”Hyvä paikka asua, mutta Päijät-Sote huononsi jonkun verran palvelujen saantia”

”Hyvä paikka asua, kunhan muisti pelaa”

Avoimien kysymysten perusteella vaikuttaa siltä, että osa ikäihmisistä on huolissaan tulevaisuudesta. Vaikka tarvetta terveyspalveluille ole juuri tällä hetkellä, ollaan huolissaan palveluiden saavutettavuudesta ja avunsaannista sekä oman kunnon heikkenemisestä. Oman kunnon heikkenemisestä huolestuttiin erityisesti muistisairaudesta osalta. Kaupungin ja Päijät-Soten näkökulmasta luottamusta tulevaisuuteen voisi parantaa palveluista viestiminen ja se, että ikäihmiset tietäisivät minne ottaa yhteyttä tilanteen niin vaatiessa.

Haasteiksi avoimen kysymyksen perusteella nousi syrjäkylien ikäihmisten pärjääminen, netissä tapahtuva tiedotus, joka ei tavoita ikäihmisiä ja ohjatun liikunnan vähäisyys. Ajankohtaisista aiheista esille tuotiin myös ikäihmisille suunnatun oman kuntosalin sulkeminen.

Yhteenveto

Ikäihmisten hyvinvointikyselyn perusteella voidaan todeta, että suurin osa heinolalaisista ikäihmisistä voi hyvin. Iän mukanaan tuomat muutokset terveydentilassa haastavat arkea, mutta apua ja tukea on saatavilla, ikäihmiset viihtyvät Heinolassa ja kokevat olonsa turvalliseksi. Heillä on myös läheisiä ihmisiä ympärillä ja apua saadaan ja annetaan läheisille.

Vastaustauksissa on huomattavissa polarisoitumista, osa ikäihmisistä voi todella hyvin ja osalla on haasteita monella elämän osa-alueella. Esimerkiksi kaikki ikäihmiset eivät olleet osallistuneet mihinkään harrastustoimintaan viimeisen vuoden aikana. Toiveita harrastuksen löytymiseen kuitenkin on, sillä moni vastasi avoimeen kysymykseen siitä, mikä innostaisi osallistumaan tapahtumiin. Osallistumisen mahdollisuuksien lisäämisen rinnalla on huomioitava olemassa olevien ryhmien ilmapiiri. Ilmapiirin tulisi olla sellainen, että ryhmään on helppoa tulla uutena ja uudet osallistujat huomioidaan ja toivotetaan tervetulleiksi.

Eriyinen osa-alue, joka nousi esiin tuloksia analysoidessa, oli henkilöiden määrä, jotka eivät käytä nettiä. Lisäksi ikäihmisten tietoisuus omista vaikuttamismahdollisuuksistaan oli vähäistä. Näiden lisäksi huomattiin myös, että netin käyttö ja vaikuttamismahdollisuuksien tunteminen liittyvän toisiinsa.

Henkilöistä, jotka eivät käytä nettiä omista vaikuttamismahdollisuuksistaan tietää vain noin kolmannes. Tulevaisuudessa olisikin tärkeää lisätä ikäihmisten tietoisuutta kaupungissa tapahtuvasta toiminnasta siten, että netin ulkopuolella olevat henkilöt tavoitetaan myös.

Netinkäyttö, viestinnän saavuttavuus ja vaikuttamismahdollisuudet nousivat esiin myös vanhus- ja vammaisneuvostossa. Neuvostoissa käytiin vilkasta keskustelua kyselyn tuloksista ja toivottiin ikäihmisten erityispiirteiden huomioimista viestinnässä netinkäytön ja vaikuttamismahdollisuuksien näkökulmasta.

Kyselyn tuloksia tullaan hyödyntämään jatkossa ikäihmisille suunnattavien kaupungin palveluiden suunnittelussa ja ikäihmisten hyvinvointiohjaajan työssä. Jatkossa viestinnässä huomioidaan paremmin ikäihmisten saavuttaminen hyödyntämällä enemmän painettua, perinteistä mediaa, jotta myös nettiä käyttämättömät saavat tarvittavan tiedon. Lisäksi kaupungissa tullaan järjestämään enemmän maksuttomia matalan kynnyksen tapahtumia.

Kyselyn luotettavuuden arviointi

Aineiston analysoinnissa noudatettiin tarkkuutta ja huolellisuutta. Avoimet vastaukset analysoitiin laadullisella sisällönanalyysillä, jotta vastauksista saatiin kaikki tieto talteen.

Kyselyn luotettavuutta pohtiessa on kuitenkin huomioitava, että kyselyihin vastaa useimmiten henkilöt, jotka ovat aktiivisia ja kiinnostuneita terveydestään. Näin ollen heikoimmassa asemassa olevien ikäihmisten tavoittaminen on saattanut jäädä vähäiseksi, vaikka kysely pyrittiin tuomaan kaikkien ikäihmisten täytettäväksi. Kysely tavoitti eniten 65–74-vuotiaita ja vastaajista kolme neljästä oli naisia. Asuinpaikkavertailussa on lisäksi huomioitava, että Kyläkeskuksista ja kylien maaseudulta saatiin vain pieni otos vastaajia. Tämä vaikuttaa tulosten yleistettävyyteen ja asuinalueiden vertailuun.