



11.4.2018

Vanhusneuvoston kokous

Aika	keskiviikko 11.4.2018 klo 14.00-15.00	
Paikka	Kunnanvirasto, valtuustosal	
Läsnä	Erkki Häkkinen Irma Nyrhilä Arja Korvenranta Mirja Heinonen Aino Hauskanen Sanna Luukkanen	Kuhmoisten Seniorit ry (puheenjohtaja) Jämsän kaupunki (varapuheenjohtaja) SPR:n Kuhmoisten osasto (klo 14.30-) Kuhmoisten Sotaveteraanit ry Eläkeliiton Kuhmoisten yhdistys ry Kuhmoisten kunta (sihteeri)

Asiat 1. Kokouksen avaus

Puheenjohtaja avasi kokouksen klo 14.00.

2. Kokouksen läsnäolijat ja yhteisöt

Puheenjohtaja totesi kokouksen läsnäolijat ja yhteisöt.

3. Edellisen kokouksen muistio

Merkittiin tiedoksi edellisen kokouksen muistio.

4. Kuhmolassa perjantaina 23.3. järjestetyn liikuntaraadin tulokset

Käytiin läpi Kuhmolassa perjantaina 23.3. järjestetyn liikuntaraadin tulokset. Tulokset ovat muistion liitteenä 1. Keskusteluissa nousi esiin ikäihmisten tasapainoharjoittelun tärkeys. Liikuntaraadissa esille tullut toive tasapainoharjoitteluun painottuvan liikuntaryhmän perustamisesta herätti keskustelua ja vanhusneuvosto toivoo, että em. mainittu liikuntaryhmä perustettaisiin tukemaan ikäihmisten tasapainon hallintaa.

5. Vanhusneuvoston "kummi"-kyselyn tulokset

Kuhmoisten liikuntatoimi lähestyi kirjeitse yli 75-vuotiaita henkilöitä osana Voimaa vanhuuteen –hanketta. Kirjeissä kartoitettiin liikuntatottumuksia ja tarvetta mm. ulkoilukavereille. Kirjeeseen lisättiin myös vanhusneuvoston laatimat kysymykset, joilla kartoitettiin tarpeita liikuntakaverin lisäksi mm. kauppakummeille, lukukummeille ja tapahtumakummeille. Keskusteltiin saaduista vastauksista. Vastausten koonti on muistion liitteenä 2. Yhteystiedollisia vastauksia saapui yhteensä 16 kappaletta. Kunnan liikuntatoimi koordinoi "kummitoimintaa" osana Voimaa vanhuuteen –hanketta.

6. Hyvinvointitapahtuma Kuhmolassa lauantaina 14.4.

Vanhusneuvoston vuoden 2018 toimintasuunnitelmassa todetaan, että vanhusneuvoston edustajat esittelevät vanhusneuvoston toimintaa Kuhmolassa järjestettävässä hyvinvointipäivässä lauantaina 14.4. klo 10.00-13.00 Suunniteltiin päivän sisältöä, sihteeriksi oli koonnut hyvinvointipäivään ”materiaalipaketin”. Hyvinvointipäivään osallistuvat varmuudella puheenjohtaja Erkki Häkkinen ja jäsen Arja Korvenranta. Maila Kaiterlahti on myös ilmoittanut olevansa tarvittaessa käytettävissä vanhusneuvoston toiminnan esittelyssä. Vanhusneuvoston aloitelaatikko kiinnitetään tuolloin lauantaina Kuhmolan ala-aulaan klo 11.00 puheenjohtajan toimesta, paikalle on kutsuttu myös Kuhmoisten Sanomien toimittaja.

7. Muut asiat

Puheenjohtaja osallistui 8.3.2018 järjestettyyn Pirkanmaan vanhusneuvostojen puheenjohtajille suunnattuun työpajapäivään, jonka aiheena oli ”Vanhusneuvostot maakunnassa ja kunnassa”. Työpajan materiaalit jaettiin kokouksessa tarkoituksena, että vanhusneuvoston jäsenet tutustuvat materiaaleihin ja aihetta käsitellään seuraavassa kokouksessa.

Seuraava kokous pidetään keskiviikkona 23.5. klo 14 alkaen. Vanhusneuvoston toimintasuunnitelman mukaisesti vanhusneuvoston tapaa tuolloin myös nuorisovaltuuston edustajia. Nuorisovaltuusto kutsutaan kokoukseen klo 15.

Kuhmoisissa 11.4.2018



Sanna Luukkanen
vanhusneuvoston sihteeri

- Liitteet
1. Liikuntaraadin tulokset
 2. Vanhusneuvoston ”kummi”-kyselyn tulokset

PALAUTE IKÄIHMISTEN LIKUNTARAATITILAISUUDESTA (ikäihmiset)

Vastaajia 27 kpl

1. Miten tärkeää mielestänne on, että ikäihmisiltä kysytään mielipiteitä liikuntatoimintojen ja liikkumisen olosuhteiden kehittämiseksi?

4 x 0 5 x 0 6 x 0 7 x 0 8 x 5 9 x 9 10 x 13

2. Saitteko uutta tietoa paikkakuntanne liikuntatoiminnoista?

4 x 2 5 x 2 6 x 0 7 x 2 8 x 4 9 x 8 10 x 10

3. Saitteko tuotua mielipiteenne esille?

4 x 0 5 x 0 6 x 2 7 x 1 8 x 8 9 x 6 10 x 7

4. Saitteko liikunnan järjestäjiltä ja päättäjiltä ratkaisuehdotuksia esittämiinne kannanottoihin?

4 x 2 5 x 1 6 x 0 7 x 4 8 x 6 9 x 5 10 x 6

5. Oliko tilaisuus mielestänne kannustava?

4 x 0 5 x 1 6 x 0 7 x 0 8 x 8 9 x 4 10 x 14

6. Mitä muuta haluaisitte sanoa?

- sairauden takia erilaiset liikkeet ovat hyvin rajalliset
- paikalla oli liikkuvia ihmisiä, ne liikkumattomat eivät lähteneet edes tänne
- Ongelma on ne ihmiset jotka eivät lähde kotoaan mihinkään. ns kummitoiminta voisi olla ratkaisu tähän? Tasapainoharjoitteluun ryhmä? Tasapainon hallinta on ongelma ikäihmisille
- Kiitos hyvästä aloituksesta, jatkakaa. Juontaja tosi hyvä!
- Kuntosalin laitteisiin pitää olla ohjaaja, sillä ei varmaan kaikki sinne pääsevät osaa käyttää niitä asiallisesti. Voidaan tarvita pian hätäapua. Kuntaryhmät pitää olla saman kuntoisille, sillä huonompi kuntoinen pettyy kuntoonsa ja jää pois.
- Hyvä kahvi voileipä. Hyvää seuraa
- Ihmisten pitäisi soittaa naapurille tai tutulle niin kyllä kyyti järjestyy n.60%
- Paljon muuta
- Kunnalle kiitos liukuasteista 65-vuotiaille lisännyt liikuntaa liukkaina talvina/ turvaa askelluksen

Vastaukset Voimaa Vanhuuteen –kyselyn yhteydessä olleisiin vanhusneuvoston kysymyksiin

Koetko tarvetta kauppatoverille tai olisitko itse kiinnostunut toimimaan kauppatoverina?

- Kauppatoverin tarve muutamien kuukausien päästä
- Kauppatoveri olisi joskus mukava olla
- Kauppatoveri olisi tarpeen tai ennemmin vaikka Sarin kahvilaan tai kesällä torikahville
- Ehkä voisimme hoitaa toistenkin asioita samalla kun omiamme
- Tarvitsen kauppatoverin
- Tarvitsen marjastustoverin
- Tarvitsen kalastustoverin
- Vaikea, mutta jos joku ilmoittautuu mukaan kauppareissuun niin kyydissä pääsee
- Kauppatoveri olisi hyödyllinen
- Kyllä

Koetko tarvetta luku- tai tapahtumatoverille tai olisitko itse kiinnostunut toimimaan luku- tai tapahtumatoverina?

- Tarvittaessa, jos kaveri löytyy lähiympäristöstä
- Tulevaisuudessa kyllä
- Kiinnostunut tapahtumista myös Päijännekodin ulkopuolella jos kyyti järjestyy
- Tapahtumatoveri olisi joskus mukava olla
- Juttelukaveri
- Tämä on hankala, asia kyllä oikea mutta jos joku kirkolta haluaa että lukisin jotain, niin kulkeminen kaukaa vapaaehtoistyöhön tulisi eläkeläiselle kalliiksi.
- Tykkään käydä tapahtumissa jos saan kyydin
- Voisin harkita toimimista luku- tai tapahtumatoverina
- Ehkä
- Tapahtumatoveri olisi mukava ja mahdollistaisi osallistumisen kulttuurielämään
- Jos joku joskus kävisi keskustelemassa täällä
- Tapahtumiin osallistuminen olisi mieluista yksin tai tapahtumatoverin kanssa, mutta ei ole mahdollista osallistua koska matka on 15km suuntaansa
- Kyllä
- Tapahtumatoverin kanssa olisi mukava lähteä kylän tapahtumiin
- Tapahtumatoveri olisi hyvä asia

Osa vastanneista myös toimi jo kauppa-, luku- tai tapahtumatoverina ja osa sai näitä palveluita toverilta, hoitajilta, kaupan henkilökunnalta tai sukulaisilta.