

TUKEA VANHENEMISEEN

**SUUNNITELMA IKÄÄNTYNEEN
VÄESTÖN TUKEMISEKSI
AJALLE 2020-2023**

*Sosiaali- ja terveystoimet,
Tampereen kaupunki*

SISÄLLYSLUETTELO

1.	TAUSTAA	5
1.1	Suunnitelman tavoitteet laissa ja kaupunkistrategiassa	6
1.2	Toimintaympäristön kuvaus	8
1.3	Edellisen kauden suunnitelman toteutuminen	10
2.	NEUVONTA JA OHJAUS	13
2.1	Neuvontaa	15
2.2	Asiakasohjaus	16
3.	KOTONA ASUMISTA TUKEVA TOIMINTA	19
3.1.	Kotiin annettavat palvelut	20
3.2.	Kulkeminen mahdollistaa aktiivisuuden	22
3.3.	Tukea terveyteen kotiin	23
3.4.	Harrastusta kotona asuvalle	27
3.5.	Tukea sotiemme veteraaneille	30
4.	ASUMISPALVELUT	33
4.1.	Toimiva palveluverkko	34
4.2.	Tehostetun palveluasumisen palvelut	38
4.3.	Terveystenhoitoa tehostetussa palveluasumisessa	39
4.4.	Tekemistä tehostetussa	40
5.	PALVELUIDEN LAADUN VALVONTA	43
5.1.	Ohjaus ja valvonta kunnossa	44
5.2.	Vanhusasiamies	45
6.	OSALLISTUMINEN	47
6.1.	Oikeus vaikuttaa yhteiskunnassa	48
6.2.	Mukana omien palvelujen kehittämisessä	49
7.	LOPUKSI	51
	Lähdeluettelo	55



1

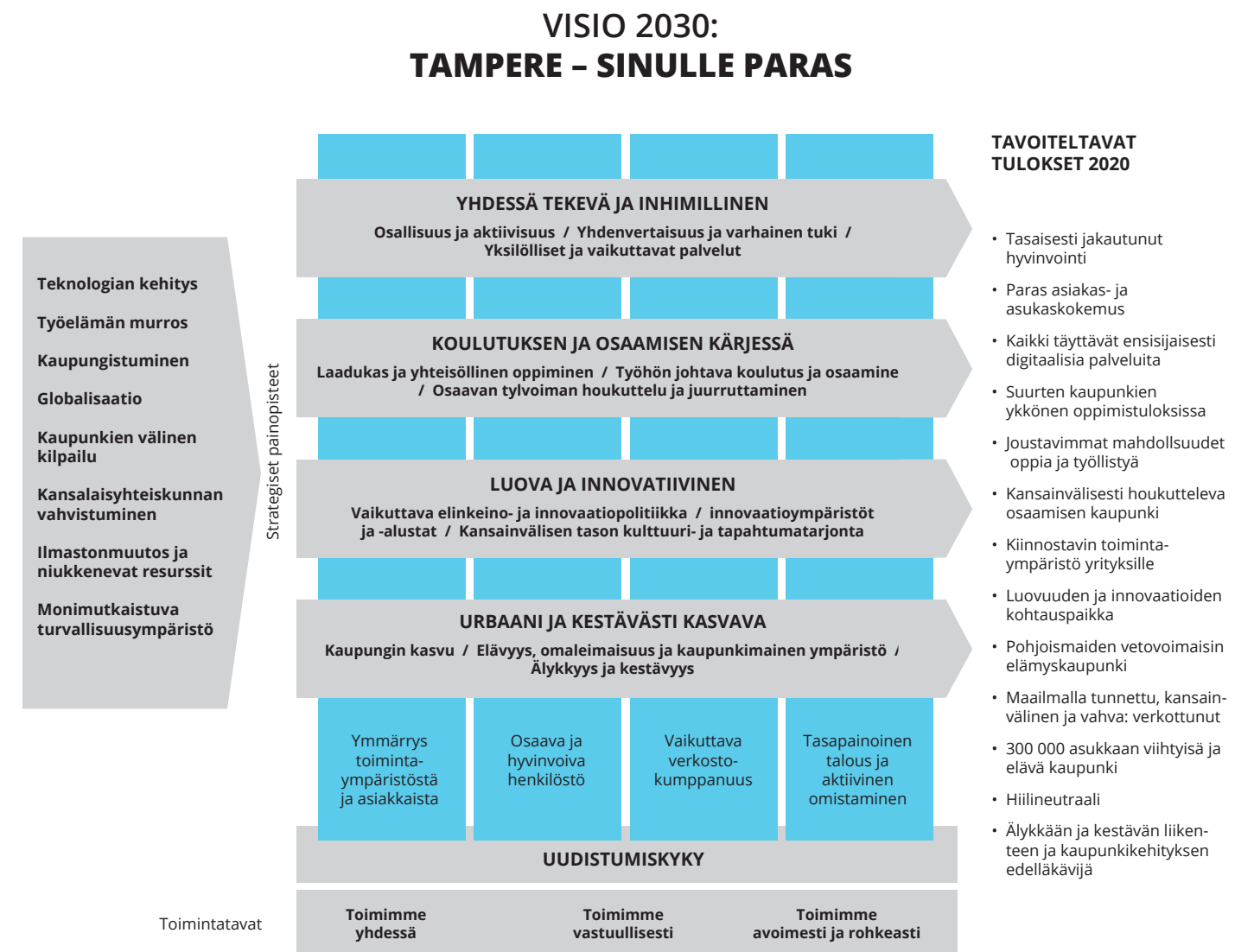
TAUSTAA

1.1. Suunnitelman tavoitteet laissa ja kaupunkistrategiassa

Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveyspalveluista (§5) edellyttää kunnilta, että nämä laativat suunnitelman ikääntyneen väestön tukemiseksi. Suunnittelussa on painotettava kotona asumista ja kuntoutumista edistäviä toimenpiteitä. Suunnitelma on laadittava osana kunnan strategista suunnittelua. Suunnitelman hyväksyy valtuusto.

Tampereen kaupunki laati ensimmäisen lakisääteisen suunnitelman viime valtuustokaudella ja kaupunginvaltuusto hyväksyi sen 12.9.2016. Tämän valtuustokauden 2020-2023 suunnitelma, Tukea vanhenemiseen,

perustuu Tampere - sinulle paras -kaupunkistrategian tavoitteisiin, joista ikäihmisten näkökulmasta katsottuna keskeisimpiä ovat ennaltaehkäisy, yhteisöllisyys ja osallisuus, kumppanuus ja asiakaskokemus. Ikääntynyt ihminen on toimija, ei toiminnan kohde. Suunnitelman tavoitteena on ikäystävällinen yhteiskunta, jossa ikäihmisillä on mahdollisuus jatkaa omanlaistaan elämää, vaikka toimintakyky heikkenisikin. Ikäihmiset ovat oman arkinsa ja elämänsä parhaita asiantuntijoita ja heillä on oltava mahdollisuuksia kehittää omia nykyisiä ja tulevia palveluitansa. Tätä kaupunki ei pysty toteuttamaan yksin vaan siihen tarvitaan kumppaneita yhdistyksistä ja yrityksistä.



KUVA 1
Kaupunkistrategia

1.2. Toimintaympäristön kuvaus

Tilastotietoa ikääntymisestä ja ikääntyneistä Tampereen väestön ikärakenne on hieman kuuden suurimman kaupungin keskiarvoa vanhempi. Tällä hetkellä yli 65-vuotiaita on Tampereella noin 44 500 eli 19 % väestöstä. Yli 8 % on täyttänyt 75 vuotta ja 85 vuotta täyttäneiden osuus on yli 2 %. Yli 65-vuotiaiden määrä lisääntyy noin tuhannella henkilöllä vuosittain ja yli 90-vuotiaiden määrä lisääntyy vuoteen 2040 mennessä yli 130 %.

Tehostetussa palveluasumisessa asui

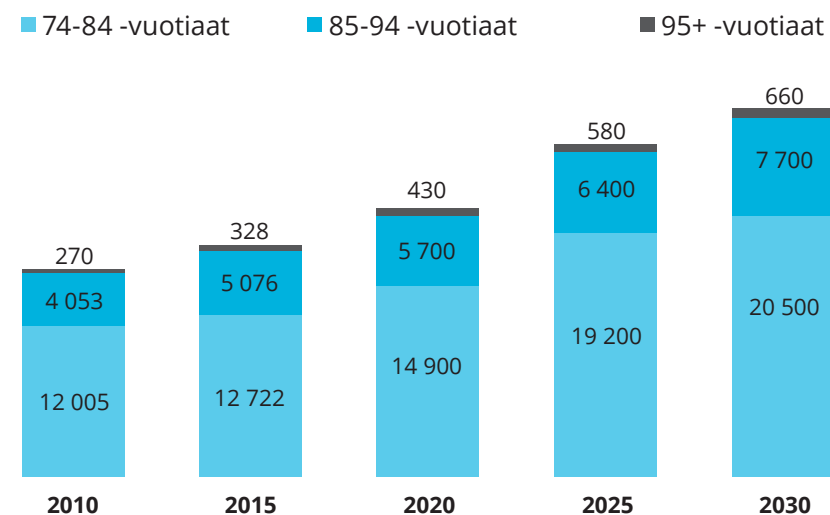
vuonna 2018 Tampereella 7 % 75 vuotta täyttäneistä. Säännöllisen kotihoidon peittävyys pysyi pienestä laskusta huolimatta korkealla tasolla (13 %) ja täytti ministeriön suosituksen. Kustannusten ja sitä kautta resurssien riittävyyden osalta vuosien 2013 - 2016 hyvinvointikertomuksessa todetaan, että 75 vuotta täyttäneiden ikävakioidut sosiaali- ja terveyspalvelujen kustannukset olivat Tampereella selvästi pienemmät kuin Kuusikko-kaupunkien keskiarvo (12 520 euroa). Palvelujen piirissä olevien kustannus sen sijaan oli lähellä Kuusik-

ko-kuntien keskiarvoa, Tampereen kokonaiskustannus heidän osaltaan oli 46 500 euroa. Tehostetun palveluasumisen hoitopäivän nettokustannus oli Kuusikko-kaupungeista toiseksi halvin.

Suurin osa yli 65-vuotiaista - ja vielä yli 75-vuotiaistakin - asuu omassa kodissaan ja vieläpä ilman säännöllisiä palveluja. Tervas-

kanto-tutkimuksen mukaan 90-vuotiaistakin 60 % asuu omassa kodissaan ja vain kolmannes tehostetussa palveluasumisessa. Suuriin ikäluokkiin kuuluvat ikäihmiset ovat enimmäkseen vielä hyvin toimintakykyisiä ja aktiivisia ja Tampereen kaupunki pyrkii toiminnallaan edistämään tämän asiantilan säilymistä mahdollisimman pitkään.

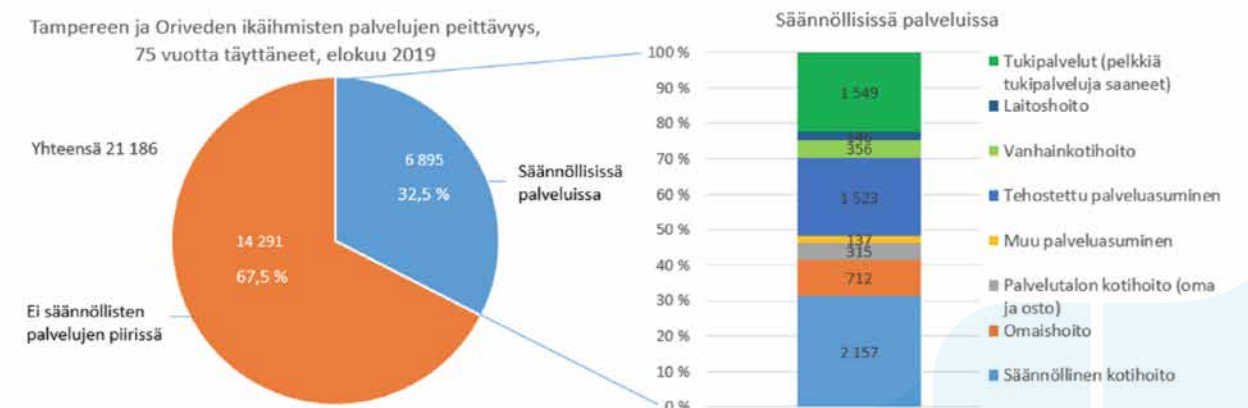
YLI 75-VUOTIAIDEN TAMPERELAISTEN MÄÄRÄN KEHITYS



KUVA 2

Ikäihmisten määrän kehitys Tampereella.

TAMPEREEN JA ORIVEDEN IKÄIHMISTEN PALVELUJEN PEITTÄVYYS, 75 VUOTTA TÄYTTÄNEET, ELOKUU 2019



KUVA 3

Ikäihmisten palvelujen peittävyys (Sap BW -tietovarasto, Tampereen kaupunki).

1.3. Edellisen kauden suunnitelman toteutuminen

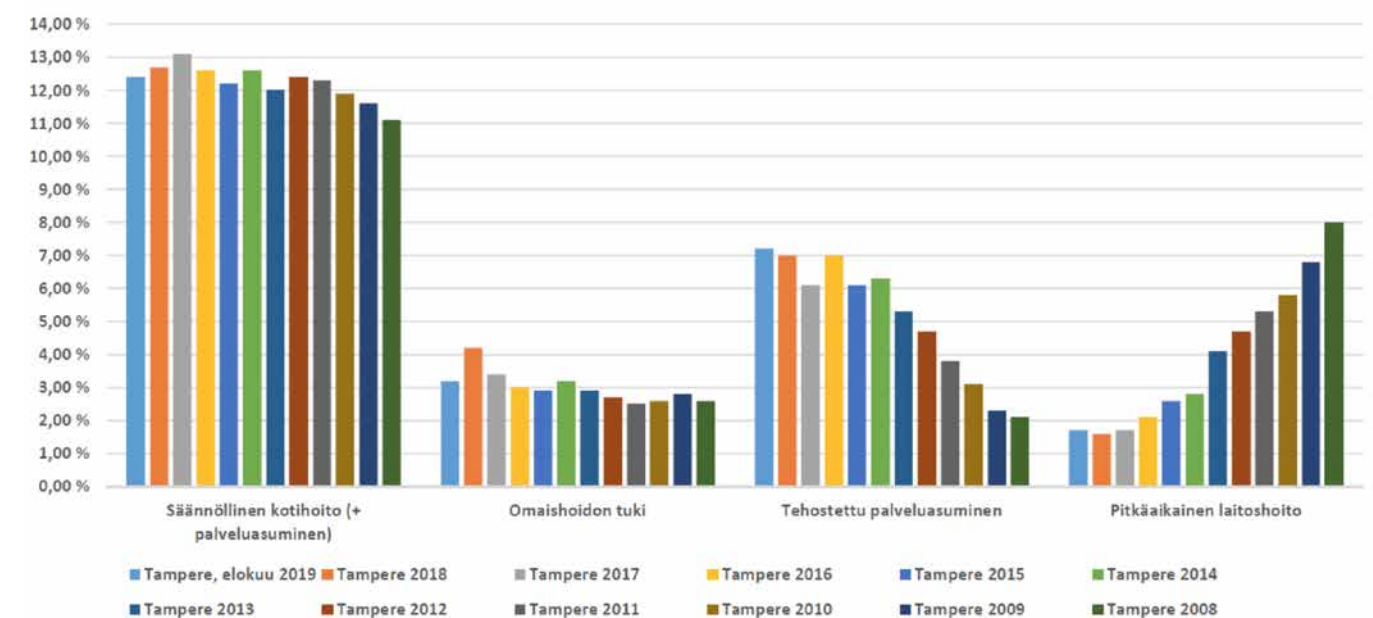
Tavoitteena vuosien 2014 - 2017 suunnitelmassa ikääntyneen väestön tukemiseksi oli ikäihmisten palvelujen rakennemuutoksen edistäminen. Tavoitteena suunnitelmassa oli erityisesti sosiaali- ja terveysministeriön ja Suomen Kuntaliiton iäkkäiden ihmisten palvelujen kehittämistä koskevan laatusuosituksen määrällisten tavoitteiden täyttäminen.

Ikäihmisten palvelurakenteen uudistamistyön johdosta palvelurakenteeseen on tullut muutos: kun vuonna 2008 pitkäaikaisessa laitoshoidossa oli 8 % 75 vuotta täyttäneistä ja tehostetussa palveluasumisessa vain 2,1 %, olivat nämä luvut vuoden 2018 elokuussa lähes vaihtaneet paikkaa: tehostetussa palveluasumisessa oli silloin 7 % ja pitkäaikaisessa laitoshoidossa 1,6 % 75 täyttäneistä ikäihmisistä. Myös kotona asuvien ikäihmisten osuus oli kasvanut 91,40 % (v. 2008: 89,90 %), säännöllistä kotihoitoa saaneiden osuus

13,10 % (v. 2008: 11,10 %) ja omaishoidon tuella hoidettujen osuus 3,4 % (v. 2008: 2,6 %). Kehitys on siis ollut suunnitelman mukaista ja ikäihmisten palvelurakenteen uudistus on onnistunut hyvin.

Työ palvelurakenteen uudistamiseksi ja kotona asumisen tukemiseksi jatkuu. Tehostetun palveluasumisen yksiköitä valmistuu lisää, kotiin annettavien palvelujen määrä ja kirjo kasvavat, matalan kynnyksen neuvontaa ja kulttuuri- ja vapaa-ajan palveluja kehitetään osana normaalia toimintaa eri kaupungin sektoreilla. Sosiaali- ja terveystieteiden palvelu- ja vuosi-suunnitelmassa on vuodelle 2020 asetettu tavoitteeksi, että ikäihmisistä 92 % asuu kotona, vähintään 6 % tehostetussa palveluasumisessa ja enintään 2 % pitkäaikaisessa laitosasumisessa. Lisäksi kotihoidon asiakkaiden sairaalavuorokausien määrä on vähentynyt edelliseen vuoteen verrattuna.

PALVELUN PIIRISSÄ YLI 75-VUOTIAITA



Kuva 4

Palvelurakenteen muutos vv. 2008-2018 (SAP BW -tietovarasto, Tampereen kaupunki).

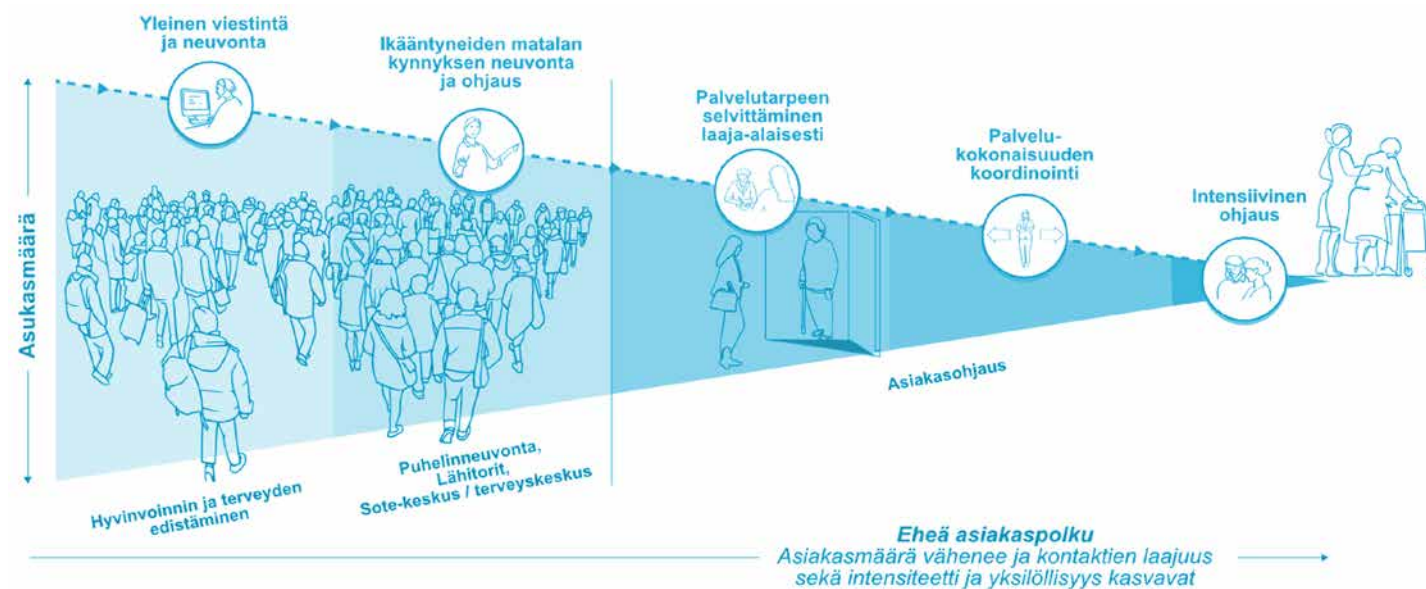


2

NEUVONTA JA OHJAUS

Neuvonta ja ohjaus ovat ennaltaehkäisevässä ja toimintakykyä ylläpitävässä toiminnassa ensisijaisen tärkeää ja se on ikäihmisten palvelujen toiminnan pysyvä strateginen painopiste. Neuvonnan ja asiakasohjauksen toimintamalli perustuu kolmeen vaiheeseen, jotka on havainnollistettu seuraavassa kuvassa. Ensivaiheen neuvonnan ja ohjauksen tavoitteena on antaa yleistä hyvinvointia ja kotona asumista tukevaa neuvontaa,

tunnistaa asiakkaan tarve ja ohjata asiakas tarvittaessa eteenpäin asiakasohjaukseen. Toisessa vaiheessa asiakasohjaaja selvittää asiakkaan palvelutarpeen kokonaisvaltaisesti, tekee yhdessä asiakkaan kanssa hänen tarpeisiinsa ja toiveisiinsa perustuvan asiakassuunnitelman sekä tekee tarvittavat viranomaispäätökset ja varmistaa palvelujen käynnistymisen. Kolmas vaihe on palvelujen toteuttaminen, seuranta ja koordinointi.



Kuva 5

Neuvonnan ja ohjauksen vaiheet (Ikäneuvo-hankkeen raportti).

2.1 Neuvontaa

Kotitori - keskitetty neuvonta

Tampereella ensivaiheen neuvonnasta vastaa [Kotitori](#)-palveluintegraattori. Kotitorin neuvontapalvelu tarjoaa koko kaupungin alueella ammattitaitoista ja yksilöllistä ikäihmisten kotona asumista tukevaa neuvontaa ja ohjausta. Kotitorin kantava idea on, että ikäihmisillä on valittavanaan monien eri toimijoiden palvelut, joista voi rakentaa itselle sopiva kokonaisuus. Kaupungissa on muitakin vaihtoehtoja kuin julkinen palvelu ja on tärkeää, että ikäihmisillä ja heidän omaisillaan on riittävästi tietoa näistä palveluista.

Suurin osa kaupungin ikäihmisten neuvonnasta on Kotitorin hoidossa ja on tärkeää, että Kotitori tunnetaan. Kotitorin tunnettuutta onkin säännöllisesti seurattu ja edistetty markkinoinnilla ja sidosryhmyöllä. Kotitorin nykyinen sopimus päättyy vuoden 2021 elokuun lopussa ja v. 2020 aloitetaan uuteen sopimuskauteen liittyvän hankinnan valmistelu ja kehittäminen, jotta tuleva sopimus ja toiminta vastaavat mahdollisimman hyvin tamperelaisten ikäihmisten erilaisia tarpeita.

Lähitorit - alueellinen neuvonta

[Lähitorit](#) ovat keskeinen osa kaupungin ikäihmisten neuvonta- ja ohjausverkostoa. Pormestariohjelmassa on tavoitteena toteuttaa neuvonta lähipalveluna ja vahvistaa hyvinvointikeskusten, lähitorien ja muiden palvelukeskittymien neuvonta-osaamista. Myös sosiaali- ja terveyslautakunnan vuoden 2019 palvelu- ja vuosisuunnitelmassa tavoitellaan matalan kynnyksen palvelujen tuntemisen ja hyödyntämisen yleistymistä. Lähitorit ovat kuntalaisten kohtaamisten, ammattitaitoisen moniammatillisen neuvonnan ja ohjauksen sekä palveluiden alustoja. Lähitori jakaa tietoa kuntalaisille, erityisesti alueen asukkaille, eri toimijoiden palveluista ja arjen tuesta sekä toteuttaa ja kehittää neuvontaa ja ohjausta.

Lähitorien toiminnan vaikuttavuutta on arvioitu ensimmäisen kerran vuonna 2018 ja tarkoitus on, että vastaava arviointi toteutetaan vuosittain oppilaitosyhteistyönä. Lähitorien neuvonnan tuloksellisuutta ja volyyymia mitataan myös mm. lähitorien toiminnan seurantaraportoinnissa.

Digi apuna neuvonnassa ja arjessa

Kotitorilla on käytössä myös sähköinen kanava, jota jatkuvasti käyttäjäkokemusten perusteella kehitetään. Erityisesti läheisleen apua etsivälle, muualla asuvalle työsäkävälle omaiselle, saattaa sähköinen palvelu toimia hyvin.

Kotitorin yhteydessä toimivalta [Laitetorilta](#) saa neuvoa ja tietoa siitä, miten hyvinvointiteknologiset ratkaisut voisivat helpottaa ikäihmisen arkea. Laitetorilta voi lainata hyvinvointitekologiaa kotona kokeiltavaksi. Laitetorin valikoimista löytyy tällä hetkellä mm. liikkumisen apuvälineitä, turvalaitteita, paikantimia, liikettä mittaavia laitteita ja lääkeannostelijoita.

Kaupunkistrategiassa on tavoitteena, että digitaalisten palvelujen käyttö lisääntyy. Kuitenkin ATH-tulosten mukaan 59 % yli

75-vuotiaista ei käytä internetiä lainkaan sähköiseen asiointiin. Tampereella tämä tarkoittaa noin 20 000 ihmistä. Digisyrjäytyminen on todellinen ongelma. Digipalvelujen käyttöön tarvitaan paljon opastusta ja sitä kaupungissa tarjoavat mm. Mukanetti, kirjaston Tietotorit ja muut neuvontapisteet (kuten Kotitori ja lähitorit). Kotitori pitää ajan tasalla olevaa listaa kaupungissa järjestettävästä digiopastuksesta ja lähitoreille monet pankit järjestävät omiin verkkopalveluihinsa liittyvää henkilökohtaista neuvontaa. Lisäksi digisyrjäytymisen ehkäisemiseksi järjestetään tilaisuuksia, mm. Ylen ja Vanhustyön keskusliiton kanssa yhteistyössä. Tampere on uudistamassa tampere.fi -nettisivuja yhdenvertaisuussäädösten mukaiseksi. Tähän kehittämistyöhön osallistuvat myös ikäihmiset.

2.2 Asiakasohjaus

Kun yksittäisessä pulmassa neuvominen lähitorilla tai Kotitorilla ei enää riitä vaan tarvitaan kokonaisvaltaisempaa apua, tulee avuksi asiakasohjaus. Asiakasohjaajan tehtävänä on tehdä ikääntyneelle laaja-alainen palvelutarpeen arviointi, jossa

huomioidaan asiakkaan voimavarat, yksilölliset tarpeet, toiveet, tavoitteet ja palveluille asetetut kriteerit. Monialaista verkostoa hyödyntäen asiakasohjaaja järjestää asiakkaalle vaikuttavan palvelukokonaisuuden oikea-aikaisesti. Asiakasohjaaja koordinoi

asiakkaan palvelukokonaisuutta koko asiakaspolun ajan ja varmistaa myönnettyjen palveluiden laadun.

Asiakasohjaus on osoittautunut yhdeksi vaikuttavimmista keinoista edistää ikäihmisten mahdollisuuksia saada tietoa eri tuottajien palveluista ja etuuksista. Asiaka-

sohjauksen avulla on saatu hillittyä kustannusten kasvua erityisesti paljon palveluja käyttävien osalta. Asiakasohjauksessa keskeisessä roolissa on palvelutarpeen arviointi; ihmisen palvelutarve tunnustetaan moniammatillisesti ja hän saa juuri tarvitsemansa palvelut eikä mitään turhaa.





3

KOTONA ASUMISTA TUKEVA TOIMINTA

3.1 Kotiin annettavat palvelut

Kotihoito ja kotihoidon tukipalvelut

Kaupunkistrategiassa on tavoitteena edistää kotona asumista. Pormestariohjelmassa tätä tarkennetaan sanomalla, että rakennemuutosta pitkäaikaisesta laitoshoidosta erilaisiin palveluasumisen muotoihin ja kotihoitoon jatketaan. Palvelurakennetta on uudistettu jo aiemmilla valtuustokausilla ja työ jatkuu.

Arkikielessä puhutaan yleisesti kotihoitosta, mutta varsinainen kotihoito - avustaminen arjen askareissa ja hoivassa - on vain yksi palvelu laajassa kotiin annettavien palvelujen joukossa. Kotiin annettavia palveluita ovat kotihoidon lisäksi kotihoidon tukipalvelut kuten päivätoiminta, kotikuntoutus, turvapalvelut (turvaranneke) ja ateriapalvelut.

Yksi käytetyimmistä tukipalveluista on ateriapalvelut sen eri muodoissa. Vajaaravitsemusriski tunnistetaan kaupungin kotihoidossa. Vajaaravittujen määrä Tampereella oli v. 2018 8 % ja vajaaravitsemusriskissä olevia oli 61 %. Nämä luvut ovat samaa tasoa kuin muualla Suomessa. Kotihoidossa on perustettu ravitsemusyhdyshenkilöverkosto ja vaihtoehtoja ruokailulle löytyy. Ikäihminen voi lähteä

kotoa muiden seuran palvelukeskukseen syömään, pienituloiset saavat myös palvelukeskuskortin. Myös kotiin saa aterioita, ateria-automaatti MenuMatista ja kotiin päivittäin tuotavina aterioina.

Säännöllisen kotihoidon asiakkaat tarvitsevat enemmän apua kuin aikaisemmin. Kotihoidon asiakkaat ovat aiempaa huonokuntoisempia. Kotihoidon osalta vuoden 2019 sosiaali- ja terveyslautakunnan palvelu- ja vuosisuunnitelmassa lisätään kotihoidon henkilöstöä ja kehitetään työprosesseja niin, että suurempi osa henkilöstön työajasta menisi välittömään asiakastyöhön. Tiimimallin vahvistaminen on yksi tapa kehittää työprosesseja. Tiimimallissa asiakkaan luona käy vähemmän eri hoitajia ja tiimeillä on enemmän liikumavaraa työnsä järjestelemissä. Tiimeissä tehdään myös moniammatillista yhteistyötä. Tiimimalli edistää henkilöstön työhyvinvointia ja vaikuttaa näin sairauspoissaoloja vähentävästi. Henkilöstön tyytyväisyys on myös kaupunkistrategian ja ikäihmisten palvelujen strateginen painopiste.

Kotiin annettavia palveluita ovat myös kodin pienet muutostyöt. Kodin pienillä

muutostöillä tuetaan esim. sairaalasta kotiutumista (esim. tukikahvojen asentaminen). Ikäihmisten palvelujen tarkoituksena on lisätä asiasta tiedottamista ja tehdä tuen hakemisesta helpompaa. Tavoitteena suunnitelmakaudella on, että asiakasohjaaja voisi alkukäynnin yhteydessä sopia kotiympäristön arvioinnista ja koti saatettiin nopeasti kodin muutostöillä ja hyvinvointiteknologian avulla mahdollisimman helpoksi kulkea. Osalla ikäihmisistä voi lisäksi olla oikeus vammaispalvelun kautta saataviin asunnonmuutostöihin.

Apuvälineyksiköstä ikäihminen voi saada käyttöönsä esimerkiksi rollaattorin, kepin, suihkutuolin tai rannetuen. Yksikkö lisäksi opastaa apuvälineiden käytössä ja huoltaa niitä. Toimintaterapeutit auttavat kodin järjestämisessä niin, että siellä pystyy toimimaan mahdollisimman itsenäisesti. Toimintaterapeutit mm. neuvovat sopivien keittiötöihin tarkoitettujen pienapuvälineiden hankkimisessa. Kotiin annettava kuntoutus auttaa pärjäämään pitempään kotona. Kotihoito tekee yhteistyötä myös pelastuslaitoksen kanssa kotien paloturvallisuuden varmistamiseksi.

Perhehoito ja omaishoito

Kotihoidon ja kotihoidon tukipalvelujen lisäksi paljon hoitoa tarvitsevan ikäihmisen kotona selviytyminen voidaan turvata omaishoidon tuen tai perhehoidon avulla. Pirkanmaan perhehoidon yksikkö hakee

säännöllisesti kriteerit täyttäviä perhehoitajia koulutettaviksi. Perhehoitajien kodeille on tarkat kriteerit hoidettavien määrän ja hoidon tyyppin (päivä- vai pitkäaikaista hoitoa) mukaan.

Perhehoidossa ikäihminen menee perhehoitajan kotiin päiväkaaiseen hoitoon, tilapäiselle jaksolle tai pysyvästi asumaan. Perhehoitaja voi myös tulla asiakkaan kotiin. Perhehoidossa ikäihminen saa tarvitsemansa tuen ja avun päivän askareisiin, ateriat sekä virikkeellistä toimintaa. Perhekotiin voi saada kotihoidon ja kotisairaanhoidon palveluja. Suunnitelmakaudella on tavoitteena lisätä perhehoidon määrää. Tätä tavoitellaan mm. tarjoamalla kotihoidon turvin kotona asuville sekä epävirallisille omaishoitajille tietoa ja mahdollisuutta lyhytaikaiseen perhehoitoon. Pitkäaikaisen perhehoidon vaihtoehtoa pidetään esillä, kun asiakas ei enää pärjää omassa kodissaan ja pohditaan siirtymistä asumispalvelujen piiriin.

Tampereella omaishoidon tukea myönnetään hakijoille, joiden hoito on erittäin vaativaa ja/tai sitovaa. Hoitaja voi olla omainen tai muu hoidettavalle läheinen henkilö. Omaishoitajille tarjotaan maksutonta terveystarkastuksia. Omaishoidettavat ovat yksi keskeinen kohderyhmä lyhytaikaishoitoon tehostetussa palveluasumisessa, koska omaishoitajille kuuluu lakisääteisesti kolme vapaapäivää kuussa.

Päivätoiminta

Kotihoidon asiakkaalla on mahdollisuus saada päivätoimintapalvelua. Päivätoiminta sisältyy kotihoidon asiakkaan palvelu- ja hoitosuunnitelmaan. Päiväkeskukset tarjoavat virkistystä ja toimintaa kotona asuville, huonokuntoisille ikääntyville niin, että he voivat selvitä kotiooloissa mahdollisimman kauan. Päiväkeskuksessa järjestään virikkeellistä, kuntouttavaa, omatoimisuutta tukevaa ja sosiaalisia kontakteja ylläpitävää toimintaa: päiväkeskuksessa voi sauna ja ruokailla, käydä jalkojenhoitajalla ja osallistua toimintatuokioihin. Myös Konkarit-toiminnan museokoira käy vierailmassa päiväkeskuksissa. Vuoden 2019 tavoitteena palvelu- ja vuosisuunnitelmassa on, että päiväkeskustoiminta integroidaan osaksi kotihoidon asiakkaan

elämää ja palvelukeskusten käyttö kotona asumisen tukemiseksi lisääntyy.

Kuvapuhelut

Vuonna 2019 tavoitteena on, että kotihoidon kuvapuhelut yleistyvät ja niiden asiakasmäärä lisääntyy. Vuoden 2020 aikana kuvapuhelutoiminnalle tulee selkeä yksissä käsissä oleva koordinaatio. Kuvapuheluita voidaan käyttää moneen tarkoitukseen, varsinaisen hoidon tukemisen lisäksi myös yksinäisyyden ja turvattomuuden tunteita lievittämään. Sivistys- ja kulttuurilautakunta on asettanut kuvapuhelutoiminnalle tavoitteeksi vuoden 2019 palvelu- ja vuosisuunnitelmassa, että kuvapuhelun avulla saadaan kulttuurisisältöjä ikäihmisille digitaalisesti.

3.2 Kulkeminen mahdollistaa aktiivisuuden

Palveluliikenne

Liikkuminen paikasta toiseen pitää ikäihmisen niin henkisesti kuin fyysisestikin kunnossa sekä mahdollistaa osallistumisen ja yhteisöllisyyden. Ikäihmisten palvelulinjan Tuomi Logistiikalta tilaamaa

palveluliikennettä kehitetään Tampereella säännöllisesti. Tavoitteena on lisätä palveluliikenteen käyttäjämääriä. Kalusto on jo nyt esteetöntä rollaattoreille ja tavallisille pyörätuoleille. Toiveita on esitetty esimerkiksi siitä, että palveluliikenteen

avulla pääsisi liikkumaan myös iltaisin ja viikonloppuisin ja joustavasti myös oman asuinalueen ulkopuolelle. Tampereella on myös erittäin toimiva joukkoliikenne.

Kuljetuspalvelua

Tamperelainen ikäihminen voi anoa kaupungilta harkinnanvaraista kuljetus-

palvelua (ent. sosiaalihuoltolain mukainen kuljetuspalvelu), jos hän ei huonokuntoisuutensa vuoksi pysty käyttämään julkisia kulkuneuvoja, kuten bussia tai palvelubussia. Huonokuntoisuutta voi olla esim. muistihäiriö tai liikkumisvaikeudet. Tämä kuljetustuki on pääsääntöisesti kohdennettu pienituloisille, 75 vuotta täyttäneille.

3.3 Tukea terveyteen kotiin

Itsehoito

Ikäihmisille suunnattujen terveystaluiden strateginen painopiste on ennaltaehkäisy. Tavoitteena on, että ikäihmisillä on tietoa, motivaatiota ja mahdollisuuksia pitää terveydestään mahdollisimman hyvää huolta. Tampereella on itsehoidon ITE-pisteet hyvinvointikeskuksissa, lähitorilla ja terveyskeskuksissa. ITE-itsehoitopisteessä voi kuka tahansa käydä mittaamassa esimerkiksi verenpaineensa. Pisteessä ei ole henkilökuntaa, mutta selkeiden ohjeiden ja yksinkertaisen laitteen ansiosta verenpaineen mittaaminen onnistuu helposti. Itsehoitopisteissä on vaaka punnitusta varten ja materiaalia aikuisiän diabeteksen ehkäisystä ja hoidosta sekä lomakkeita, joilla voit testata, kuuluuko diabetekseen sairastuvien riskiryhmään.

ITE-pisteellä on myös tietoa ravitsemuksesta. Hatanpäällä, Hervannassa ja Tamme-lassa itsehoitopisteen yhteydessä on Liikkeitse-piste, jossa on tietoa Tampereen liikuntamahdollisuuksista. Lisäksi eri puolella kaupunkia järjestetään itseneuvontapäiviä.

Terveystalouden ammattilaisista osa tuntee hyvin Kotitorin ja lähitorit, mutta tietämystä matalan kynnyksen palveluista lisätään terveydenhuollon puolella koko ajan. Paljon palveluja tarvitseville asiakkaalle tehdään asiakkuusstrategia ja heillä on mahdollisuus asiakasvastaavahoitajaan. Hoidon tarvetta pyritään ennakoimaan lähettämällä 80 vuotta täyttäneille kirje mahdollisuudesta tulla terveystarkastukseen.

Itsehoitoa tukee myös kaatumis- ja osteoporoosiklinikka Kaaos. Kaaos-klinikka ennaltaehkäisee ikäihmisten kaatumisia, luukatoa ja niistä aiheutuvia luunmurtumia ja muita vammoja. Kaaos-klinikkaan ohjataan yli 70-vuotiaita, kaatumisen ja/tai murtumien riskiryhmiin kuuluvia henkilöitä. Riskiryhmään kuuluva voi myös oma-aloitteisesti ottaa yhteyttä klinikkaan.

Tampereella on otettu käyttöön sähköinen palvelu- ja asiointikanava [Omaolo](#), joka tukee oma- ja itsehoitoa sekä ohjaa tarvittaessa hoidon piiriin. Ensivaiheessa palvelu koostuu oire- ja palveluarvioista. Oirearvion voi tehdä esimerkiksi virtsatieinfektio-, ylähengitystieinfektio- tai alaselän vaivasta. Oirearvion tehtyään saa joko tarvittavat itsehoito-ohjeet tai suoran ohjauksen ammattilaiselle. Käytössä on myös palveluarvioita, joilla voi arvioida esimerkiksi omaishoidontuen tarvetta.

Vähemmän sairaalassa - sujuvat kotiutumiset

Vuoden 2019 erityisenä painopisteenä on sairaalahoidon tarpeen pienentäminen, vähentämällä kotihoidon ja asumispalveluiden asiakkaiden tarpeettomia sairaalajaksoja ja Acuta-käyntejä. Tätä on edistetty lääkäritoiminnan laajentamisella koko kaupungin alueelle ja sisällyttämällä lääkäripalveluun lääkäripäivystys myös ilta-aikaan.

Sairaanhoitopiirin käynnistämä mobiilihoitajajärjestelmän on suunniteltu siirtyvän

v. 2020 kaupungin organisaatioon. Mobiilihoitaja on sairaanhoitaja, joka kotihoidon lääkärin pyynnöstä voi arvioida äkillisen toimintakyvyn laskun tai terveydentilan muutoksen syytä yhteistyössä lääkärin kanssa. Mobiilihoitajalla on käytettävissään vierianalytiikkalaitteistoja, mm. mahdollisuus tiettyjen verinäytteiden pika-analysointiin.

Kotihoidon asiakkaiden lyhytaikaishoitoon keskittyvä arviointi- ja kuntoutusosasto aloitti toiminnan keväällä 2019 Hatanpään puistosairaalassa. Osaston tarkoituksena on tukea kotihoidon asiakkaiden kotona asumista ja vähentää kotihoidon asiakkaiden Acutan käyttöä ja ohjautumista Acutasta erikoissairaanhoiton piiriin. Osasto on osa kotihoitoa ja asiakkaan kotihoidon lääkäri on hoitovastuussa myös sairaalajakson aikana.

Tampereella on myös Tays Hatanpään kotisairaala, joka tarjoaa ympärivuorokautista, akuuttia erikoissairaanhoitoa potilaan kotona. Kotisairaala soveltuu ikäihmisille, jotka pärjäävät kotonaan kotihoidon avulla. Hoitoa saa mm. infektiin, syöpään, diabeteksen tasapainottamiseen ja astmaan.

Viiveestä sairaalasta kotiutumisessa on haittaa niin ikäihmiselle itselle kuin kaupungillekin. Ikäihmisen osalta toimintakyky saattaa sairaalassa heiketä niin, ettei sitä saada enää hyvälläkään kuntoutuksella ennalleen. Kaupungille viiveestä saattaa

seurata siirtoviivemaksuja (erikoissairaanhoidon korotettu päivätaxa, jonka sairaanhoitopiiri laskuttaa kunnalta, mikäli potilas joutuu odottamaan jatkohoitoa paikkaa sairaalan osastolla, ei käytössä vuosina 2018 ja 2019). Kotihoidon asiakkaiden sairaalasta kotiutumisesta tukee kotiutustiimi. Kotiutustiimin henkilökunta käy tarvittaessa tapaamassa asiakasta jo sairaalassa. Hoitojakson pituus ja kotikäyntien tarve arvioidaan yhdessä asiakkaan kanssa.

Kotiutustiimin palveluihin sisältyvät sairaanhoitajan, fysioterapeutin, kuntoutusohjaajan ja toimintaterapeutin käynnit. Kotiutustiimillä on oltava valmiudet auttaa kotiutujaa myös muissa kuin sairauden hoitoon liittyvissä asioissa. Tärkeää on myös, että lyhytaikaista kotihoitoa saa tarvittaessa hyvin lyhyellä varoitusaajalla.

Apua päihdeongelmaan

Alkoholinkäyttö ja alkoholin ongelmakäyttö on lisääntynyt ikääntyneillä. Uusi käyttäjäryhmä on ikääntyneet naiset, jotka eivät aikaisemmin juuri alkoholia käyttäneet. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen THL:n vuoden 2017 ATH-tulosten (Aikuisten terveys-, hyvinvointi- ja palvelututkimus, ATH) mukaan 3,2 % yli 75-vuotiaista naisista käyttää alkoholia liikaa. Tampereen hyvinvointikertomuksesta voi lukea, että ikääntyneiden päihdeongelmat ovat pahentuneet ja toimenpide-esityksenä on päihdetyön resurssien lisääminen, jotta apua saisi nopeammin. Kaupunkistrategiassa

on tavoitteena, että alkoholin ongelmakäyttö vähenee valtuustokauden loppuun mennessä. Ikäihmisten osalta tämän tavoitteen saavuttamisessa auttaa Konsti - kotiin tehtävä alkoholikatkaishoito yli 65-vuotiaille. Konstissa kaikille asiakkaille suunnitellaan yksilöllinen, lyhyt ja määräaikainen tukijakso, jonka aikana asiakasta ohjataan tarvittaessa muihin häntä hyödyttäviin palveluihin. On kuitenkin tärkeää, että ikäihminen saa kevyttä tukea käytön vähentämiseen jo ennen pahoja ongelmia - esimerkiksi ideoita siihen, mitä mielekästä kodin ulkopuolella voisi tehdä.

Muistisairaudet

Muistisairaudet yleistyvät ikääntyneen väestön keskuudessa. Kotona ja kotihoidon asiakkaana on yhä enemmän muistisairautta sairastavia ihmisiä. Tampereen kaupunki tekee yhteistyötä muistisairauksien osalta Pirkanmaan sairaanhoitopiirin Geriatriakeskuksen kanssa. Geriatriakeskus tarjoaa moniammatillista geriatriasta arviointia ja konsultaatioita Tays Keskussairaalan ja Tays Hatanpään muille erikoisaloille. Tällä hetkellä sairaanhoitopiirin palveluihin kuuluvat muistikoordinaattorit ovat vuoden 2020 aikana siirtymässä kaupungin organisaatioon. Vaikeasti muistisairaat ihmiset saavat parasta hoitoa ja hoivaa tehostetussa palveluasumisessa ja muistisairaus onkin yksi keskeinen syy tehostettuun palveluasumiseen siirtymisessä.

KOHOTA-VERKOSTO

Kotihoidon henkilöstön erityisesti terveyteen liittyvää osaamista kehitetään KOHOTA-verkostossa. Kohotamme osaamista kotihoidossa -verkostossa järjestetään koulutuksia mm. seuraavista aiheista: CGA (moniammatillinen geriatrinen arviointi), hygienia ja lääkahoito. CGA:sta kehitettiin Ikäneuvo-hankkeen aikana kotihoitoon soveltuva malli. Moniammatillisessa geriatrisessa arvioinnissa on kyse asiakkaan kokonaisvaltaisesta huomiomisesta fyysisenä, psyykkisenä ja sosiaalisena toimijana hänen omassa ympäristössään. Moniammatilliseen yhteistyöhön voivat osallistua sairaan- ja terveydenhoitajat, lähihoitajat, lääkärit, fysioterapeutit, asiakasohjaajat, sosiaalityöntekijät, toimintaterapeutit, ravitsemusterapeutit, kulttuurivirikeohjaajat, suuhygienistit. Mm. suuhygienistit tekevät yhteistyötä kotihoidon kanssa ja voivat käydä asiakkaan kotona. Jokaisella alueella on oma kotihoidon lääkäri. Moniammatillisen geriatrisen arvioinnin perusteella tehdään hoito- ja kuntoutussuunnitelma, seurataan sen toteutumista ja arviointi uusitaan toimintakyvyn muuttuessa.

3.4 Harrastusta kotona asuvalle

Yksinäisyys on ATH-mittarin mukaan yksi ikäihmisten suurimpia ongelmia: v. 2017 8,7 % 75 vuotta täyttäneistä ikäihmisistä tunsi itsensä yksinäiseksi. Yksinäisyys heikentää tutkitusti ihmisen hyvinvointia ja elämänlaatua. Siksi yhteisöllisyyden ja osallisuuden lisääminen on sekä kaupunkistrategian että ikäihmisten palvelujen strateginen painopiste.

Kaupunki tukee ikäihmisten aktiivisuutta jakamalla yhdistyksille lautakunnan asettamien kriteerien perusteella toiminta-avustuksia. Kaupungilla on koordinaattori ikäihmisiin liittyvälle Elonpolkuja-verkostolle, johon kuuluu paitsi yhdistyksiä, myös yrityksiä ja kaupungin yksiköitä. Elonpolkuja-verkosto tulee tulevaisuudessakin olemaan keskeinen järjestöjen, kaupungin ja palveluntuottajien yhteistoiminnalle.

Lähitorit, palvelukeskukset ja hyvinvointikeskukset

Inhimillinen ja vetovoimainen Tampere -pormestariohjelman mukaan lähitorien ja alueellisten palvelukeskusten kehittämistä jatketaan. Lähitoreilla voi osallistua ryhmätoimintaan, erilaisiin tapahtumiin tai vain tulla tapaamaan tuttuja. Lähitorit ovat

eri-ikäisten kohtaamispaikkoja. Lähitorien lisäksi kaupungilla on palvelukeskuksia. Palvelukeskukset ovat eläkeläisten yhteisiä olohuoneita, joissa voi viettää aikaa, tavata tuttuja, saada apua arjen eri pulmiin ja aterioita. Siellä järjestetään monipuolista harrastus- ja virkistystoimintaa, kuten konsertteja, yhteislaulua sekä kulttuuri- ja liikuntatuokioita. Palvelukeskuksissa on myös mahdollisuus harrastaa liikuntaa, kuntosaleilla tai erilaisissa maksuttomissa tai edullisissa liikuntaryhmissä (esim. tuolijumppa, jooga, tasapainoryhmät). Palvelukeskustoimintaa ollaan lähivuosina kehittämässä muistuttamaan enemmän lähitoimintaa. Myös hyvinvointikeskuksissa on toimintaa ikäihmisille, erityisesti Koillis-keskuksessa, jossa on oma koordinaattori tätä varten.

Liikuntapalveluita ikäihmisille

Liikunta- ja nuorisoyksikkö tarjoaa yli 65-vuotiaille monenlaisia palveluja, mm. 250 ohjattua liikuntaryhmää viikossa (kuntojumppa, kuntosaliohjaus, senioritanssi, soutuspinning, tuolijumppa, vesijumppa). Lisäksi yli 75-vuotiaille järjestetään Voimaa vanhuuteen -ryhmiä. Kevätkauden päätteeksi halukkaat voivat

osallistua kävelytesteihin tai terveyskunnontesteihin. Liikunta- ja nuorisoyksikkö antaa liikuntaneuvontaa terveysasemilla, sähköpostitse tai sopimalla liikuntatreffit. Liikuntapalveluilla on tarjolla lukuisia erityisliikuntaryhmiä ja näissä kohderyhmissä (esim. muisti-, reuma- ja sydänsairaudet) on paljon ikäihmisiä. Lisäksi Tampereella on viisi Liikkujan apteekkia, jotka ovat sitoutuneet ottamaan liikuttamisen puheeksi reseptejä uusimaan tulevien pitkäaikaissairaiden kanssa.

Lisäksi yli 75-vuotiaan on mahdollista saada lääkärinmääräyksellä yksilöllisen fysioterapian palveluseteli, jolla pääsee kokeilemaan esimerkiksi kuntosalitoimintaa.

Hyvinvointia kulttuuripalveluista

Tampereella toimii Kulttuurikaari-verkosto, joka työskentelee tamperelaisten ikäihmisten kulttuurioikeuksien toteutumiseksi ja kulttuurin tuoman hyvinvoinnin lisäämiseksi. Kulttuuri- ja vapaa-aikapalvelujen ja ikäihmisten palvelujen yhteinen verkosto tarjoaa tamperelaisille ikäihmisille vaihtoehtoja ja mahdollisuuksia merkityksellisen elämän rakentamiseen taiteen, kulttuurin ja liikunnan parissa. Tavoitteena on, että kulttuurihyvinvointi palveluineen on asiakasohjauksen ja vanhustyön ammattilaisten tuntema ja hyödyntämä työkalu. Verkostossa ovat mukana museo-, kirjasto-, liikunta-, ja kulttuuripalvelut, Tampereen seudun työväenopisto sekä ikäihmisten

kotihoito, asumispalvelut, palvelu- ja päiväkeskustoiminta ja puistosairaalan psyko-geriatriset osastot.

Vapaaehtoistoiminta

Tampereella on vahva vapaaehtoistoiminnan perinne ja sen tukemiseksi on tehty opas. Vapaaehtoistoimintaa kohtaa kuitenkin moni haaste; kansallisella tasolla, lainsäädäntöhankkeiden kautta saattaa olla muutoksia tulossa, nuoremmat vapaaehtoiset haluavat tehdä vapaaehtoistyötä pikemminkin satunnaisesti ja kertaluonteisesti kuin sitovasti ja vakituisesti. Lisäksi monet vanhemmat vapaaehtoistyöntekijät kokevat, että tukea ja apua tarvitsevat ikäihmiset ovat liian huonossa kunnossa heidän autettavakseen. Yhteistyötä erilaisten oppilaitosten kanssa tulisikin lisätä. Taito kohdata ikääntyneitä ja lievästi muistisairaitakin on osa joka alan ammattitaitoa ja siihen on hyvä saada tuntumaa jo opiskellessa.

Luotsit ovat keskeinen osa Tampereen kaupungin vapaaehtoistoimintaa. Luotsien tapaisia kaupungin kouluttamia vapaaehtoisia, jotka lähtevät täysi-ikäisten henkilöiden seuraksi ja tueksi esimerkiksi kävelylenkille, metsäretkelle tai museoon, on harvassa kaupungissa ja Tampereella on hyviä kokemuksia tästä mallista. Suuri osa luotseista on eläkeikäisiä - kuten myös suuri osa heidän asiakkaistaan. Suunnitelmakaudella kehitetään luotsitoimintaa ja

lisätään tamperelaisten tietoisuutta siitä. Luotsitoiminnalla on saavutettu paljon, mutta sillä on mahdollisuuksia vielä paljon suurempaa tunnettuuteen ja vaikuttavuuteen. Vuonna 2019 luotseja on koulutettu myös vertaisohjaajiksi kuntosaleille.

Vapaaehtoistyötä tehdään myös sukupolvien välisen keskusteluyhteyden lisäämiseksi. Monessa koulussa on kouluvaa-reja ja -mummoja. Koululuokat vierailevat palvelukeskuksissa sekä esiintymässä että esim. askartelemassa yhdessä ikäihmisten kanssa. Erilaiset juhlat poikivat myös yhteistyötä. Kuuselan lähitorilla on jo useamman vuoden kokemus yhteistyöstä ikäihmisten ja päiväkodin lasten kesken.

Sosiaalista tukea kumppaneiden kanssa yhdessä

Tampereen kaupunki tekee yhteistyötä eri toimijoiden kanssa, jotta pystyttäisiin lievittämään ennen kaikkea yksin kotoaan asuvien ikäihmisten yksinäisyyttä. Ystävä- ja saattajapalveluita tarjoaa mm. Mummon Kammari, etsivää työtä tekee

mm. Senior Vamos -hanke ja yhteisöllisyyttä edistetään Yhteinen keittiö -toiminnalla. Yhdistyskumppaneita hauraiden sosiaalisessa tukemisessa ovat myös monet muut, esim. Kalevan Kulma, Nääsville ry, SPR, Mielen ry ja Kotipirtti. Mummon Kammari on kaupungin erityinen kumppani; vielä ainakin seuraavat kaksi vuotta heillä työskentelee kaksi kaupungin työntekijää lähinnä saattajapalveluita välittämässä. Toisen näistä ohjaajista työ suuntautuu kotihoidon ja toisen asumispalveluiden puolelle.

3.5 Sosiaalista tukea kumppaneiden kanssa yhdessä

Rintamaveteraanit saavat marraskuun 2019 alusta alkaen kaikki kotona asumista tukevat palvelut maksutta samoin kuin sotainvaliditkin. Kaupunki järjestää veteraanien tarvitsemat palvelut ja Valtiokonttori korvaa ne uuden rintamaveteraanien kuntoutuksesta annetun lain perusteella kaupungille.

Palvelut voivat olla esimerkiksi siivousta, aterioita, kuljetus- ja asiointiapua, kotihoitoa, turvapalveluita, pieniä muutostöitä kotiin tai vaikka jalkahoitoa. Palvelut ovat maksuttomia myös palveluasumisessa ja tehostetussa palveluasumisessa asuville

rintamaveteraaneille. Rintamaveteraanit ja sotainvalidit saavat myös asiointiin ja virkistykseen tarkoitettuja taksimatkoja maksutta. Marraskuun alussa näitä matkoja lisätään ja niitä voi käyttää oman kotikuntansa lisäksi naapurikuntiin.

Kaupunki tarjoaa veteraaneille myös paljon virkistytymismahdollisuuksia: Peurankallion lähitorilla toimii aktiivinen Kanttiini, jossa veteraanit voivat syödä lounasta ja nauttia ohjelmasta ja keskustelusta. Lisäksi veteraaneille tarjotaan palvelukeskuksissa itsenäisyyspäivän lounas ja tapauskohtaisesti on järjestetty myös muita tilaisuuksia.





4

ASUMIS- PALVELUT

4.1 Toimiva palveluverkko

Esteetön ja monipuolinen palvelukortteli

Tampereen kaupunki haluaa kehittää alueidensa ikäystävällisyyttä yhdessä asukkaiden, toimijoiden ja palveluntuottajien kanssa. Palvelukortteli-konseptilla toteutettavien asuinalueiden tavoitteena on mahdollistaa asukkaiden asuminen samalla alueella koko elinkaarensa ajan, tarjoamalla esteetön lähiympäristö ja monimuotoiset ja sujuvat palvelut asuinalueella. Konseptia voidaan hyödyntää jo olemassa olevilla asuinalueilla tai käyttää täysin uusien asuinalueiden suunnittelun pohjana. Palvelukortteli-konsepti on visio monimuotoisesta, ikäystävällisestä ja erilaisia palveluja yhdistävästä asuinympäristöstä. Sen painopistealueina ovat asukkaille tärkeät näkökulmat: rakennetun ympäristön toimivuus, palvelujen saatavuus ja saavutettavuus, teknologisten ratkaisujen hyödyntäminen sekä osallisuuden vahvistaminen. Palvelukortteli-konseptia on tarkoitus pilotoida Taatalan ja Kaukaharjun kilpailutusten myötä.

Tehostettua palveluasumista riittävästi sopivissa paikoissa

Kun suunnitellaan tehostetun palveluasumisen palveluverkkoa, on otettava

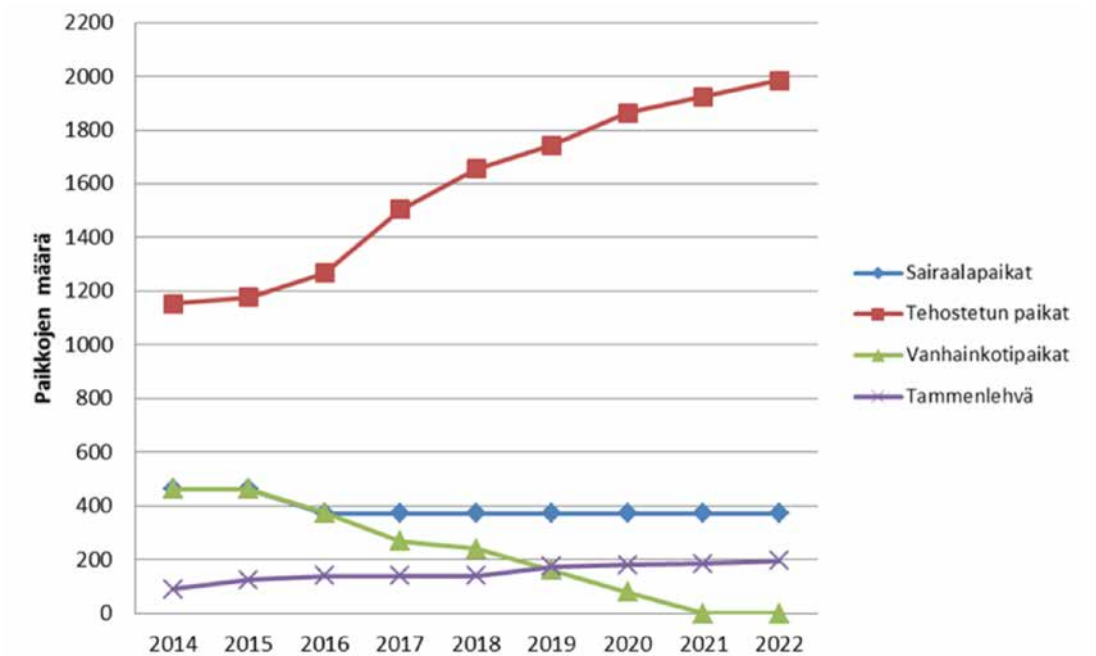
huomioon monia seikkoja. Yksiköitä on hyvä löytyä eri puolilta kaupunkia. Kaupungin tulee huolehtia riittävästä tonttituotannosta ja kaavavarannosta erityisryhmien asumiseen. Lisäksi kaupunki toimii aktiivisena yhteistyökumppanina erityisryhmille suunnatuissa asumispalveluhankkeissa (mm. Käräjätörmän monisukupolvinen yhteisökylä, Keinupuiston tehostetun palveluasumisen laajennus sekä Tesoman elinkaarikorttelin ikäihmisten tehostetun palveluasumisen yksiköt). Tehostettua palveluasumista suunniteltaessa tulee ottaa huomioon myös joukkoliikennetytydet ja pysäkin paikka, pysäköintipaikat henkilökunnan ja omaisten autoille, asuinalueen esteettömyys, asuinalueen muu turvallisuus, palveluiden saatavuus ja asuinalueen yleinen saavutettavuus. Ikäihmisen oikeus päivittäiseen ulkoiluun on helpompi toteuttaa, kun yksikön läheltä löytyy toimiva ja viihtyisä piha. Esteetön piha tukee myös muistiterveyttä.

Tampereen kaupunki jatkaa tällä suunnitelmakaudella työtä tehostetun palveluasumisen paikkojen riittävyyden varmistamiseksi. Pormestariohjelmassa luvataan turvata erityisryhmien asumisen tarpeet. Tätä varten perustettiin vuonna 2018 poik-

kihallinnollinen erityisryhmien asumisen työryhmä, joka ennakoii asuntojen tarvetta ja koordinoi toteutusta. Palveluverkkotyötä (palveluverkon kartoitusta ja suunnitelmaa tulevaisuuteen) tekemään on perustettu työryhmä, jonka työ valmistuu vuoden 2019 loppuun mennessä.

Vuonna 2018 95 prosenttia hakijoista pääsi ympärivuorokautiseen hoitoon alle kolmessa kuukaudessa 31.8.2019 ympärivuorokautista asumispalvelua jonotti 63 ihmistä. Tehostetun palveluasumisen tarpeeseen vaikuttaa paitsi ikäihmisten määrän kasvu, myös muistisairausten esiintymisen lisääntyminen, laatusuo-

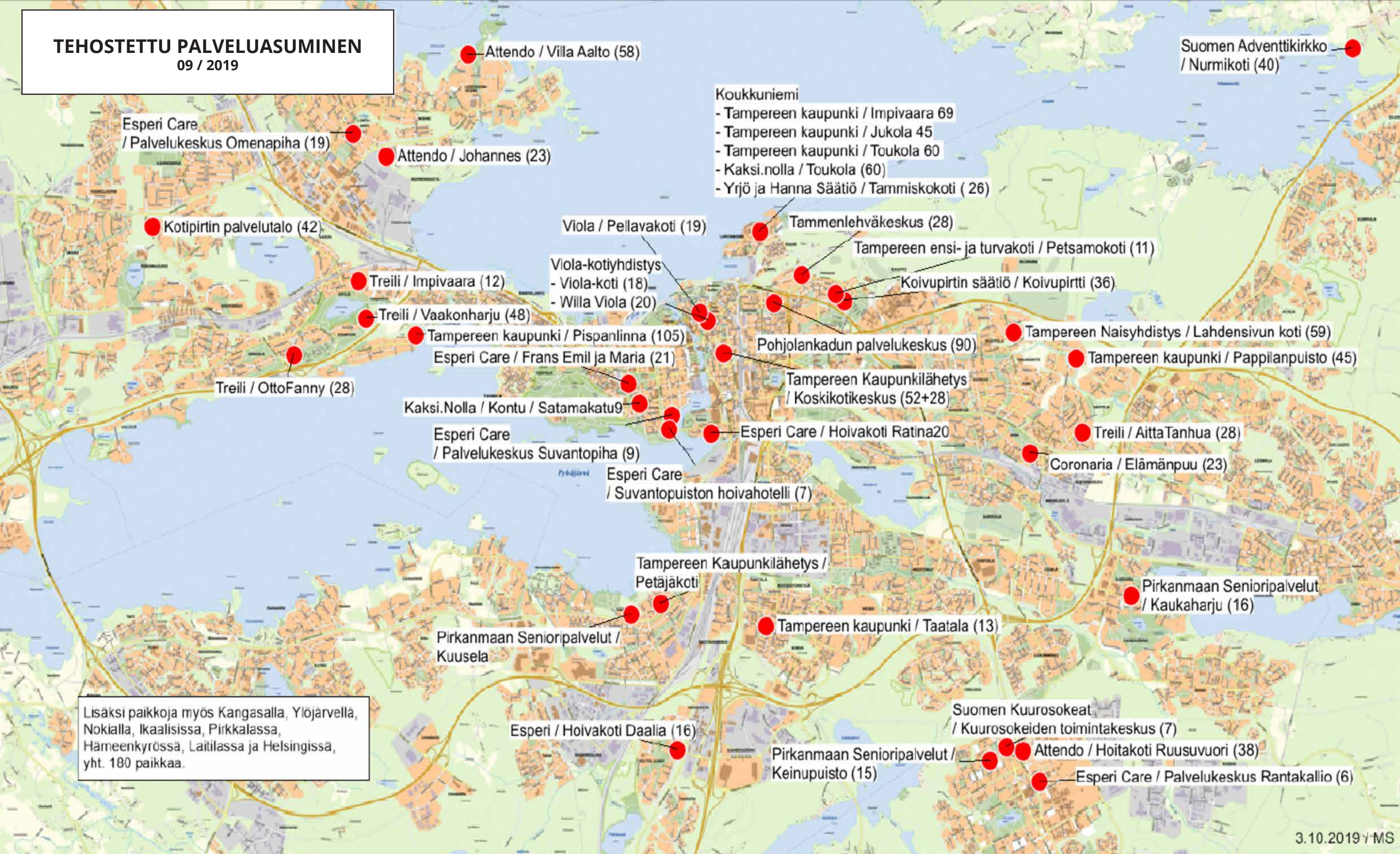
situs ja vanhainkotipaikkojen määrän vähentäminen. Tehostetun palveluasumisen paikkoja on tullut lisää eri puolille kaupunkia ja uusia yksiköitä on rakentamassa: Satamakadun (Pyynikki) yksiköön muutti asukkaita keväällä 2019 (75 paikkaa) ja ensi vuonna paikkoja on tulossa Tesomalle (60 paikkaa). Vuosina 2021-2022 rakentuu uusia palvelutaloja yhdistystoimijoiden toimesta; 32-paikkainen yksikkö Käräjätörmälle (Tesoma) sekä Keinupuistoon (Hervanta) 86-paikkainen yksikkö. Koukkuniemen alueelle on rakentamassa tehostetun palveluasumisen yksikkö, johon tulee 60 asukaspaikkaa.



Kuva 6

Oletettu paikkamäärien muutos v. 2014-2021.

TEHOSTETTU PALVELUASUMINEN 09 / 2019



Kuva 7 Tehostettu palveluasuminen kartalla.

4.2 Tehostetun palveluasumisen palvelut

Tehostettu palveluasuminen tarkoittaa huonetta tai asuntoa esimerkiksi ryhmäkodissa tai palvelutalossa, jonka asukas on vuokrannut ja johon saa hoitomaksulla ympärivuorokautista apua ammattilaisilta. Palvelutalon ryhmäkodissa ja palvelutalossa sijaitseva asunto ovat esteettömiä ja niihin kuuluu wc ja pesutilat. Asuessaan palvelutalossa asukas voi halutessaan osallistua monella tavalla yhteisön elämään. Asukkailla on mahdollisuus avustettuun ulkoiluun ja harrastamiseen ja hän voi osallistua kodin askareisiin. Tehostetussa palveluasumisessa jokaisella asukkaalla on omahoitaja, joka vastaa hoidon ja kuntoutuksen suunnittelusta sekä toteutuksesta yhdessä asukkaan, omaisen ja muun henkilökunnan kanssa. Asukas saa yksilöllisessä palvelu- ja hoitosuunnitelmassa suunnitellun hoivan ja hoidon ympäri vuorokauden. Henkilöstö on ammattitaitoista ja tukee asukasta kaikissa asioissa. Omaiset ja läheiset - esim. alkuperäisessä kodissa asuva puoliso - saavat vierailta vapaasti asukkaan luona, koska kysehän nimenomaan on hänen omasta kodistaan. Asukkaan on mahdollista asua tässä omassa kodissaan kuolemaansa asti. Tehostetussa palveluasumisessa asutaan tätä nykyä keskimäärin kaksi viimeistä elinvuotta.

Tampereen kaupungin järjestämiin asumispalveluihin on kriteerit. Tehostettuun palveluasumiseen pääsee asiakasohjauksen ja SAS-työryhmän (selvitä - arvioi -sijoita) tekemän kriteereihin pohjautuvan yksilöllisen harkinnan perusteella, toimintakyvyn heiketessä tai sosiaalisista syistä. Yleinen syy tehostettuun siirtymiseen on pitkälle edennyt muistisairaus.

Tehostetun palveluasumisen osalta kaupungin tavoitteena on hyvälaatuinen ja tasapuolinen hoito. Tampereella on ikäihmisten palveluissa - niin kotihoidossa kuin asumispalveluissa - käytössä RAI-mittaristo (resident assessment instrument). RAI-arviointi on kansainvälinen arviointiväline, systemaattinen ja monipuolinen palvelutarpeen arviointiprosessi, joka toteutetaan yhdessä asiakkaan kanssa. RAI:lla mitataan ikäihmisten voimavaroja ja toimintakyvyn vajeita fyysisen, psyykkisen, kognitiivisen ja sosiaalisen toimintakyvyn näkökulmasta ja se toimii pohjana yksilölliselle palvelu- ja hoitosuunnitelmalle. Systemaattisen arvioinnin ja tieteellisesti validin arviointijärjestelmän avulla, voidaan reagoida havaittuihin muutostarpeisiin nopeasti sekä varautua tulevaan.

4.3 Terveystenhoitoa tehostetussa palveluasumisessa

Vaikka sairaudet tehostetussa palveluasumisessa usein etenevät ja toimintakyky laskee, tavoitteena on tarjota jokaiselle mahdollisuus jatkaa sisällöllistä elämää kykyjensä mukaan uudessa kodissaan. Tämä pitää sisällään hyvän sairauksien ja oireiden hoidon niin, että asukkaalla on mahdollisuus fyysiseen, psyykkiseen ja sosiaaliseen toimintaan. Elämäntapa-asumisen periaatteeseen sisältyy mahdollisuus elää kotona elämänsä loppuun asti.

Lääkitys kohdallaan ja terve suu

Tampereella lääkärituki on tehostetussa palveluasumisessa niin vahva, että tehostetusta palveluasumisesta käydään paljon vähemmän päivystyksessä kuin muissa kunnissa. Ikäihmisen toimintakyvyn kaikkien osa-alueiden kannalta on tärkeää keskittyä asianmukaiseen kivunlievittämiseen. Missään iässä tai tilanteessa ihmisen ei tarvitse kärsiä kivuista, joihin voidaan löytää apu. Lääkityksen täytyy muutenkin olla kohdallaan. Turvallinen lääkehoito ja -huolto on keskeinen osa laadukasta hoitoa. Tämä vaatii osaamista henkilökunnalta lääkkeidenannon, säilyttämisen ja käsittelyn huolellisuudessa. Tätä osaamista kehitetään niin KOHOTA- kuin HOTKE-verkostoissakin. Jokaisella lääkehoitoon osallistuvalla tulee olla kirjallinen lääkelupa. Lääkkeidenkäyttöä seurataan yksiköittäin ja palvelulajeittain RAI-mittarilla. Lääkehoitoa

ja -huoltoa valvoo kaupungin valvonta- ja ohjausyksikkö. Lääkehoidon käytäntöjen kehittäminen on yksi ikäihmisten palveluiden vuoden 2020 painopisteistä.

Yksi ikäihmisten palvelujen terveyteen liittyvä painopiste on suun terveydenhoito; mikäli ihmisen suu voi huonosti, heijastuu se vahvasti myös muille terveyden osa-alueille. Tehostetun palveluasumisen toiminnassa suuhygienisti toteuttaa käyntejä palvelukohteissa. Tehostetun palveluasumisen asiakaskäynnit tilataan ikäihmisten palvelujen toimesta ja suun terveydenhoito sisällytetään tehostetun palveluasumisen palvelu- ja hoitosuunnitelmaan.

Hyvää hoitoa lopussa

Tampereella on keskitytty mm. elämän loppuvaiheen hyvään hoitoon tehostetussa palveluasumisessa. Enemmistö tehostetussa palveluasumisessa kuolleista (79 %) saa kuolla omassa yksikössään ja vain noin joka viides (21 %) joutuu viime päivikseen sairaalaan, vieraaseen ympäristöön. Lisäksi omaiset ovat selvitysten mukaan kokeneet, että kuolevan arvokkuus säilyi ja hänen toiveitaan hoidon suhteen noudatettiin asumispalveluyksikössä. Saattohoitoa on Tampereella tarkoitus kehittää edelleen mm. lisäämällä tehostettuun palveluasumiseen saatto- ja palliatiiviseen hoitoon erikoistuneet asiantuntijahoitajat.

4.4 Tekemistä tehostetussa

Elämänlaatua kulttuurilla

Useassa tutkimuksessa on todettu, että vaikka vaikeasti muistisairas unohtaa, mitä mukavaa juuri äsken tapahtui, mukavan tapahtuman tuoma hyvä tunnelma ja onnellisuuden tunne jää koko päiväksi. Kannattaa siis järjestää virkistystä ja virikettä tehostetussa palveluasumisessa, se saattaa muuttaa koko yksikön ilmapiirin. Kulttuuri on työväline eritoten yksinäisyyden ja pelon vastapainona ja vähentää ahdistusta ja lääkinnän tarvetta muistisairaille. Tähän aiheeseen paneutuu Pirkanmaan kulttuurihyvinvointisuunnitelma, jonka tavoitteiden edistämiseksi Pirkanmaan läänintaitelija tekee paljon yhteistyötä myös monen tamperelaisen palveluntuottajan kanssa, mm. kulttuurihajaaja on koulutettu.

Monesti muistisairaahan ihmisen muisti vanhojen asioiden suhteen säilyy vielä, kun lähimuisti on jo tyystin kadonnut. Siksi vanhojen muistelu onkin muistisairaalle - ja toki myös kaikille muille ikäihmisille - tärkeää. Konkarit-toiminta tuo museo- palveluja ikäihmisten lähelle vanhainkoteihin, palvelukeskuksiin, päiväkeskuksiin ja korttelikerhoon. Konkarit-toiminnassa matkataan menneestä nykyisyyteen valo-

kuvien, esineiden, taiteen ja tarinoiden innostamina. Toiminnan lähtökohtia ovat ikäihmisten elämäntilanteet ja museokoelmien kekseliäs käyttö.

Virikeohjaajat

Tehostetun palveluasumisen yksiköissä on palvelusopimuksen mukaan oltava käytettävissä myös virikeohjaajan palvelut. Virikeohjaajan toimenkuvaan kuuluu mm. viriketoiminnan järjestäminen talon asukkaille niin talon sisällä kuin piha-alueella ja retkilläkin. Kirjaston kotipalvelu toimittaa ryhmätoimintaan ja asumispalveluihin kirjastoaineistoa, jota voidaan sitten yhdessäkin lukea.

Liikuntaa tehostetussa

Fyysisen toimintakyvyn ylläpitäminen ei ole koskaan liian myöhäistä; jäljellä olevaa liikuntakykyä kannattaa aina hoitaa. Monissa tehostetun palveluasumisen yksiköissä on kuntosaleja ja ohjausta niiden käyttöön. Niissäkin ryhmäkodeissa, joissa ei erillistä kuntosalia ole, on paljon kuntouttavia välineitä. Toukolan kuntosalilla on käytössä kuntosalilaitteisto ja ohjelmisto, jonka avulla voidaan seurata voimaharjoittelun etenemistä ja tuloksia.





5

PALVELUIDEN LAADUN VALVONTA

5.1 Ohjaus ja valvonta kunnossa

Ikäihmisten palvelujen laatu edellyttää riittävää ohjausta ja valvontaa. Toiminnan tulee olla laadukasta ja sopimusten mukaista. Tampereella on hoidettu ikäihmisten palvelujen valvonta hyvin. Poikkeamia palvelunlaadusta on Tampereelläkin esiintynyt, mutta niihin on voitu vaikuttaa ja parannusta on saatu aikaan, aikaisemmassa vaiheessa. Hyvinvoinnin palvelualueen ohjauksessa ja valvonnassa työskentelee sosiaali- ja terveystyöntekijät valvovien valvontakoordinaattoreita. Koordinaattorit tekevät sekä valvontasuunnitelman mukaisia, että ennalta ilmoittamattomia valvontakäyntejä. Valvontakäynneillä kiinnitetään erityistä huomiota mm. asiakkaiden asemaan ja oikeuksiin, henkilöstön riittävyyteen, lääke-

hoitoon, itsemääräämisoikeuteen ja aktiivisuuteen sekä omavalvontasuunnitelmien laatuun. Jokaisesta valvontakäynnistä tehdään raportti ja vuosittain laaditaan raportti valvontatoiminnan toteutumisesta. Valvontaa tehdään kaikissa ikäihmisten palveluissa, kuten asumispalvelut, kotihoito ja perhehoito, palveluntuottajasta (julkinen, kaupallinen tai kolmannen sektorin) riippumatta.

Valvonta ja ohjaus ovat vuorovaikutteista toimintaa; valvontakoordinaattorit toimivat yhteistyössä ja keskinäisen kumppanuuden lähestymistavalla palveluntuottajien kanssa, jotta laatueroja voidaan ennaltaehkäistä ja palvelujen laatua lisätä.

HUOLI-ILMOITUS

Selkeä osoite avun pyytämiseen ongelmatilanteissa on myös vanhuspalvelulain (§ 25) mukainen huoli-ilmoitus. Huoli-ilmoitus löytyy kaupungin [www-sivuilta](http://www.sivuilla) ja huoli-ilmoituslomakkeita on tarkoitus laittaa jakoon myös keskeisiksi katsottuihin terveydenhuollon ja ikäihmisten palveluiden toimipaikkoihin.

Valvonnan ja ohjauksen koordinaattorit tukevat palveluntuottajien omavalvontasuunnitelmia. Kaikki ikäihmisten palveluita tarjoavat yksiköt tekevät lain vaatiman omavalvontasuunnitelmaan. Tulevaisuudessa omavalvontaa on tarkoitus kehittää niin, että tietoon tulleet epäkohdat käsi-

teltäisiin useammin muistutuksina, jolloin ne dokumentoitaisiin ja tulisivat ohjaus- ja valvontayksikön ja avo- ja asumispalvelujen johdon tietoon. Avo- ja asumispalveluissa on uudistettu syksyllä 2019 asiakas- ja potilasturvallisuussuunnitelma.

5.2 Vanhusasiamies

Valvontaorganisaation ja valvontakoordinaattorin ohella myös vanhusasiamies on keskeinen ikäihmisten oikeuksien ja oman näköisen elämän edistäjä. Vanhusasiamiehen voi asiakas itse tai hänen omaisensa ottaa yhteyttä kaikissa ikäihmisten arkea koskevissa huolissa, mutta useimmiten vanhusasiamiehen puoleen käännetään, kun palvelu ei tavalla tai toisella tyydytä. Vanhusasiamies on puolueeton henkilö, joka ottaa vastaan palautteita ja reklamatioita sekä ohjaa asiakasta tarvittaessa oikean tahon puoleen. Ongelmatilanteissa vanhusasiamies tarjoaa selvittely- ja sovittelua apua ristiriitatilanteiden ratkaisemiseksi.

Vanhusasiamies jalkautuu ikäihmisten tapahtumiin ja tilaisuuksiin kertomaan ja kuulemaan ajankohtaisista ikäihmisille tärkeistä asioista. Heitä voi pyytää maksuttomille vierailuille esimerkiksi yhdistysten ja järjestöjen tilaisuuksiin sekä muihin kohtaamispaikkoihin.



6

OSALLISTUMINEN

6.1 Oikeus vaikuttaa yhteiskunnassa

Kaupunkistrategiassa on tavoitteena, että tamperelaisten aktiivinen osallistuminen lisääntyy valtuustokauden loppuun mennessä. Ikäihmisten osalta tämä tarkoittaa vanhusneuvoston toimintaedellytysten ja vaikuttamismahdollisuuksien turvaamista, mutta myös vaikuttamisen mahdollisuuksien lisäämistä asiakasraadeissa ja erilaisissa osallistumistilaisuuksissa. Tämä kyseinen suunnitelma on ollut kommentoitavana sekä eläkeläisvaltuustossa että vanhusneuvostossa.

Ihmisiille on tärkeä kokea osallisuuden tunnetta. Ihmisiä - asiakkaita ja päätösten vaikutusten kokijoita - kannattaa osallistaa, koska sillä tavalla saadaan aikaan toimivampia ja parempia suunnitelmia ja päätöksiä - parempia palveluja. Ikäihmiset ovat oman elämänsä asiantuntijoita: vanhusneuvoston jäsenet jopa edustamansa ikäluokan asioiden asiantuntijoita.

Vanhusneuvosto

Tampereen vanhusneuvosto perustettiin vuonna 1988 ja aktiivinen vanhusneuvosto alkaa olla niin virkamiesten kuin tamperelaisen kohderyhmänsä hyvin tuntema.

Tavoitteena on, että vanhusneuvostosta tulee systemaattinen osa päätöksentekmistelua. Vanhuspalvelulaki edellyttää, että vanhusneuvostoa kuullaan kaikissa ikäihmisille merkittävissä asioissa.

Asiakasraadit

Vanhusneuvosto on edustuksellista vaikuttamista. Vanhusneuvoston rinnalle, täydentämään ikäihmisten osallistumismahdollisuuksia, tarvitaan muitakin osallistumisen muotoja, mm. asiakasraateja. Asiakasraadit ovat hyvä väline toteuttamaan kaupunkistrategian tavoitetta siitä, että kaupunkilaisten asiakaskokemus ja tyytyväisyys palveluihin paranee. Asiakasraateja on kaupungissa lähes kaksikymmentä ja kaikissa niissä, myös terveyskeskusten raadeissa, on runsaasti ikäihmisiä jäseninä. Lähitoreilla nämä asiakasraadit toimivat toriraati-nimellä. Toriraatien tarkoituksena on lähitorien toiminnan yhteiskehittäminen ja tiedonvälittäminen raadin ja kaupungin välillä.

6.2. Mukana omien palvelujen kehittämisessä

Asiakastyytyväisyyskyselyt

Asiakkaat voivat vaikuttaa palveluihinsa myös perinteisemmällä tavalla. Kaupunkistrategiassa on tavoitteena, että tyytyväisyys palveluihin ja niiden saatavuuteen parantuu. Ikäihmisten palvelulinjalla kerätään runsaasti asiakaspalautetta asiakastyytyväisyyskyselyillä. Suunnitelmissa on kehittää kyselyä siten, että vastausprosentti nousisi ja etsiä tapoja hyödyntää, aikaisempaa paremmin asiakastyytyväisyyskyselyiden tuloksia toiminnan kehittämisessä.

Elämän puu

Elämän puu on kulttuuri- ja vapaa-aikapalvelujen ja ikäihmisten avo- ja asumispalvelujen yhteisesti kehittämä malli (ikäihmisten virkistysrahaston Elämän puu -työryhmä) vuosilta 2015-16. Elämän puulla pystytään varmistamaan se, että

ikäihmisen oma ääni kuuluu ja näkyy hänen palvelu- ja hoitosuunnitelmassaan ja palveluissaan. Elämän puu on juliste, johon kirjataan esimerkiksi kotihoidon piiriin tulevan vanhuksen haaveet ja toiveet, tärkeät asiat elämän varrelta, mieltymykset sekä seikat, joista hän ei pidä. Elämän puu liitetään osaksi asiakkaan potilastietoja, jolloin se kulkee vanhuksen mukana myös hoitopaikan vaihtuessa, esim. palveluasumiseen. Elämän puusta on tullut tärkeä osa hoidon suunnittelua. Sen avulla asiakkaasta saadaan tietoa, joka muuten saatTAISI jäädä pimentoon. Elämän puuhun kirjattuja haaveita ei ole tarkoitus jättää vain haaveilun tasolle, vaan ne pyritään toteuttamaan. Useat muut kunnat ovat ottaneet Elämän puun käyttöön omassa toiminnassaan.



7

LOPUKSI

Ikäihmisten osalta Tampere - sinulle paras -kaupunkistrategian tavoitteista ennaltaehkäisy, yhteisöllisyys ja osallisuus, kumppanuus ja asiakaskokemus ovat kaikkein tärkeimpiä. Ennaltaehkäisyä parhaimmillaan on se laaja harrastusmahdollisuuksien määrä, jota kaupunki tuottaa itse (ikäihmisten palvelut yhdessä kulttuuri- ja liikuntapalvelujen kanssa) ja yhteistyössä kolmannen sektorin toimijoiden kanssa. Erityisesti yhdistysten panos on tässä merkittävä. Kumppanuus niin kaupungin omien yksiköiden kuin kolmannen sektorin ja yritysten kanssa on ikäihmisten palveluissa tärkeää. Mm. lähitoritoiminta ja Kotitori-malli nojaavat tähän kumppanuuteen. Harrastus- ja osallistumismahdollisuuksien lisäksi yksinäisyyttä vähentävää yhteisöllisyyttä tuovat myös asumisen uudet, yhteisölliset muodot. Kaupunki on mukana kehittämässä yhteisöllistä asumista mm.

Tesomalla ja Hervannassa. Kehitteillä olevassa palvelukortteli-mallissa painopiste on yhteisöllisyydessä.

Vanhuspalvelulain mukaan palvelujen laadun ja riittävyyden arvioimiseksi, kunnan on kerättävä säännöllisesti palautetta palveluja käyttäviltä, heidän omaisiltaan ja läheisiltään sekä kunnan henkilöstöltä. Lisäksi kunnan on koottava tiedot palveluihin käytetyistä taloudellisista voimavaroista sekä henkilöstön määrästä ja koulutuksesta. Arvioinnissa on lisäksi otettava huomioon sosiaaliasiamiehen vuosittaisessa selvityksessä esitetyt havainnot. Tampereella ikäihmisten palveluissa tavoitellaan kaikessa palvelussa hyvää asiakaskokemusta - palvelujen laatua. Laatua kehitetään ja myös valvotaan yhdessä palveluntuottajien kanssa.



Lähdeluettelo

Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveyspalveluista, Sosiaali- ja terveysministeriö

Valtuustokauden tavoitteet 2018 - 2021, Tampereen kaupunki

https://www.tampere.fi/tiedostot/s/ByntezYG3/valtuustokaudentavoitteet_final.pdf

Inhimillinen ja vetovoimainen Tampere, Lauri Lylyn pormestariohjelma 2017-2021

https://www.tampere.fi/tiedostot/l/2ootxGR6J/lauri_lylyn_pormestariohjelma.pdf

Aikuisten terveys,- hyvinvointi- ja palvelututkimus (ATH), Terveystieteiden tutkimuskeskus (THL),

<https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/aikuisten-terveys-hyvinvointi-ja-palvelututkimus-ath>

Yhdenvertaisuussuunnitelma, Tampereen kaupunki

<https://www.tampere.fi/tiedostot/y/5xEGO4TNN/yhdenvertaisuussuunnitelma.pdf>

Tervaskannot 90+ -tutkimus, Gerec Gerontologian tutkimuskeskus

<https://www.gerec.fi/vitality-90/>

Köyhyysohjelma 2018-2021, Tampereen kaupunki

<https://www.tampere.fi/material/attachments/uutiskeskus/tampere/k/pdaEKMINf/Koyhyysohjelma.pdf>

Tampereen kaupungin hyvinvointikertomus 2013-2016

<https://my.visme.co/projects/vdy0nm33-hyvinvointikertomuskooste#s2>

Ikäihmisten asumisen opas, Tampereen kaupunki

https://www.tampere.fi/tiedostot/a/CNuHtVXk3/ikaihminen_asumisen_opas.pdf

Tehostetun palveluasumisen kriteerit, Tampereen kaupunki

https://www.tampere.fi/liitteet/y/TCAmvjbu0/versio_nettiin_2014.pdf

Opas vapaaehtoistoimintaan ikäihmisten parissa, Tampereen kaupunki

https://www.tampere.fi/liitteet/o/NOOuFqG7o/vapaaehtoisen_opas.pdf

Pirkanmaan alueellinen kulttuurihyvinvointisuunnitelma

https://www.tampere.fi/tiedostot/p/gS5Dfh9gp/pirkanmaan_kulttuurihyvinvointisuunnitelma.pdf

Kuvat: Mari Penttinen (s12, s17, s31, s32), Shutterstock

Taitto: Markkinointiasiakeyhtiö i2

