

Yhdessä eteenpäin

Eläkeläisjärjestöjen teettämä laaja Huomisen kynnyksellä kyselytutkimus on selvittänyt ikääntymisen mukanaan tuomia pelkoja ja huolen aiheita. Tutkimuksessa kysyttiin vastauksia 55-84-vuotiailta. Eniten vastaajat pelkäsivät omaa sairastumistaan, ja lähes yhtä monet liikuntakyvyn menettämistä. Kolmannelle sijalle nousi pelko läheisen sairastumisesta. Tällä hetkellä myös turvattomuuden ja epävarmuuden tunne yhteiskunnassa aiheuttavat pelkoja.

Erityisesti Suomen ja Euroopan tilanne kuluvana vuonna huolestuttaa. Kun tutkimuksessa kysyttiin viittä pelon aiheita, eniten vastaajia huolestutti vieraan vallan hyökkäys Suomeen. Toiseksi suurin huolen aihe oli elinkustannusten kallistuminen hintojen nousun myötä. Ilmastonmuutos, ydinsota ja koronapandemia saivat kyselyssä vähemmän huomiota. Pelon ja huolen aiheet kuvastavat ajankohdan yhteiskunnallista keskustelua ylipäättäen.

Yksinäisyyttä tutkimukseen vastanneista pelkäsi 29 %. Tämä ei yllättäen tutkimuksessa nousut suureksi pelon aiheeksi, mutta ikäihmisten yksinäisyys voi olla jopa terveysriski. Turvattomuuden tunne ja pelko omasta tulevaisuudesta vaivaavat vanhenevia ihmisiä, joilla ei ole turvaa tuovaa lähipiiriä ympärillään. Suomessa on yksin asuvia yli miljoona, heistä 45 % on yli 60-vuotiaita. Yksinäisyyden torjuminen ja hyvän vanhuuden turvaaminen vaatii meitä jokaista jo etukäteen miettimään, miten oman vanhuutemme päiviä vietämme. Asummeko samassa asunnossa kuin ennen, mitä palveluita mahdollisesti tarvitsemme ja mistä niitä saamme. On tärkeää myös varmistaa omien sosiaalisten suhteiden säilyminen olosuhteiden muuttuessa.

Mitä eläkeläisjärjestöt voivat tehdä vaimentaakseen eläkeläisten pelkoja ja huolen aiheita? Järjestöjen jäsenyhdistysten tärkeä tehtävä on omilla paikkakunnillaan tarjota eläkkeellä oleville harrastusmahdollisuuksia. Tehtävänä on myös tuottaa palveluja, jotka mahdollistavat sosiaalisen kanssakäymisen ja vertaistuen ja näin ennalta ehkäisevät yksinäisyyttä.

Väestön ikääntyessä vapaaehtoistoiminnan merkitys korostuu vanhenevan väestön hyvinvoinnin ja toimintakyvyn ylläpitäjänä. Vapaaehtoistoiminnan toimintaedellytykset on turvattava rahoituksen osalta pitkäjänteisesti tuleville vuosille. Paikallisten eläkeläisyhdistysten toimintamahdollisuudet on turvattava myös kunnissa ja hyvinvointialueilla. Mitä paremmin ikäihmiset voivat sitä enemmän voidaan keskittää sosiaali- ja terveydenhuollon apua sinne, missä omin voimin ei selvitä.

Pohjanmaan kansallinen senioripiiri ry
19.11.2022 Seinäjoki