**Ikäihmisten hyvinvointi on meidän kaikkien vastuulla myös sote-uudistuksen jälkeen**

Sote-uudistus on muuttanut merkittävästi sosiaali- ja terveyspalveluiden järjestämistä. Uudistus on siirtänyt palveluiden järjestämisvastuun hyvinvointialueille, mutta se ei ole poistanut kuntien vastuuta ikäihmisten hyvinvoinnin edistämisestä. Ikäihmiset ovat tärkeä osa yhteiskuntaamme, ja heidän hyvinvointinsa turvaaminen on lain edellyttämä tehtävä ja arvovalinta.

Yhä suurempi osa meistä elää eläkepäivillään pidempään kuin koskaan aiemmin. Tämä on suuri mahdollisuus: ikäihmiset ovat merkittävä voimavara yhteiskunnallemme, ja heidän elämänkokemuksensa sekä tietotaitonsa rikastuttavat meitä kaikkia. Kuitenkin ikääntyminen tuo mukanaan myös haasteita, kuten yksinäisyyttä, toimintakyvyn heikkenemistä ja syrjäytymisen riskiä. Näihin haasteisiin voimme vastata rakentamalla yhteisöllisyyttä, joka vahvistaa ikäihmisten hyvinvointia ja toimintakykyä.

Meidän tehtävänämme on huolehtia, että ikäihmisille tarjotaan laadukkaita ja riittäviä palveluita, jotka tukevat heidän toimintakykyään ja mahdollistavat itsenäisen elämän niin pitkään kuin mahdollista. Tämä tarkoittaa monipuolisten palveluiden järjestämistä, esteettömän ympäristön kehittämistä sekä yhteisöllisyyden tukemista. On tärkeää, että kunnat tekevät tiivistä yhteistyötä hyvinvointialueiden kanssa ja huolehtivat siitä, että ikäihmisten tarpeet tulevat huomioiduiksi myös sote-palveluiden suunnittelussa ja toteutuksessa. Toimintakyvyn ylläpitäminen edellyttää yhteiskunnan panostuksia. Liikunta on yksi keskeisistä keinoista edistää fyysistä ja henkistä hyvinvointia. Kunnissa tulisi tarjota matalan kynnyksen liikuntamahdollisuuksia, kuten ikäihmisille suunnattuja jumpparyhmiä, vesiliikuntaa ja ulkoilutapahtumia. Tärkeitä ovat myös esteettömät ulkoilualueet, joissa liikkuminen on turvallista kaikille. Liikunnan lisäksi on tärkeää tukea kulttuuri- ja taidetoimintaa, joka aktivoi aivoja ja vahvistaa yhteisöllisyyden tunnetta.

Ikäihmisten hyvinvoinnin tukemisessa kyse ei ole vain rahasta. Tarvitaan ennen kaikkea ennakoivaa otetta ja halua panostaa ihmisten arjen sujuvuuteen. Ikäihmisten hyvinvoinnin edistäminen on investointi, joka maksaa itsensä takaisin. Hyvinvoiva ikäihminen kuormittaa vähemmän raskaita sote-palveluita, mikä vähentää pitkällä aikavälillä kustannuksia. Lisäksi yhteisö, jossa jokainen ikäryhmä voi elää arvokasta ja aktiivista elämää, on houkuttelevampi asuinpaikka myös nuoremmille.

On tärkeää, että kuulemme ikäihmisiä ja otamme mukaan suunnittelemaan palveluita. Näkemykset ja kokemukset ovat arvokkaita, kun halutaan varmistaa, että palvelut vastaavat aidosti tarpeisiin. On myös pidettävä huolta siitä, että päätöksenteossa priorisoidaan ennaltaehkäiseviä toimenpiteitä ja palveluita, jotka mahdollistavat terveenä vanhenemisen.

Kuitenkin yhteisöllisyyden vahvistaminen ei ole pelkästään kuntien tai järjestöjen vastuulla. Meistä jokainen voi omalla toiminnallaan edistää hyvinvointia. Pienet teot, kuten naapurin auttaminen kauppareissulla, yhdessä vietetyt hetket tai pelkästään tervehtiminen kadulla, voivat tuoda iloa ja merkitystä toisen elämään. Yhteiskunnan arvomaailma, jossa jokainen sukupolvi nähdään tärkeänä ja arvokkaana osana kokonaisuutta, on askel kohti inhimillisempää tulevaisuutta.

Kenenkään ei tarvitse kohdata ikääntymistä yksin. Yhdessä voimme luoda yhteisöllisyyttä, joka kantaa yli sukupolvien.

Pirjo Riikonen

EKL:n Hämeen piirin puheenjohtaja