

Eläkkeellä olevien etujen asialla

MARJO-KAISA KONTTINEN

Tuusulan Ikäihmisten neuvoston tehtävänä on valvoa ikäihmisten oikeuksia ja etuja. Vaikuttamisen painopisteinä ovat ikäihmisten hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen sekä laadukkaat ja riittävät sosiaali- ja terveystalvet.

Neuvosto korostaa, että kunnallisissa palveluissa ja viestinnässä on kautta linjan oltava mahdollisuus henkilökohtaiseen neuvontaan ja tiedonsaantiin kasvotusten tai puhelimitse.

Kunnanhallituksen nimeämään Ikäihmisten neuvostoon (IKNE) kuuluu seitsemän jäsentä, jotka edustavat tuusulalaisia eläkeläisyhdistyksiä.

Neuvosto tekee aloitteita ja ottaa päättäjiin yhteyttä iäkkäiden tuusulalaisten aseman ja oikeuksien hyväksi sekä osallistuu ikäihmisten kannalta tärkeiden työryhmien työhön ja seuraa heitä koskevia kehittämishankkeita.

Lisäksi neuvosto järjestää kunnan rahoituksen turvin vuosittain kaksi kaikille tuusulalaisille ikäihmisille tarkoitettua liikuntatapahtumaa sekä lokakuussa Vanhusten viikon juhlan.

Valtaosa yli 65-vuotiaista ikäihmisistä voi hyvin ja on monella tapaa voimavara esimerkiksi lapsenlapsilleen, omaishoitajina, vapaaehtoistoiminnassa ja järjestötyössä. Ikäihmiset eivät suinkaan ole vain yhteiskunnan kuluera.

Monipuolinen liikunta edistää kaiken ikäisten terveitä elinvuosia.

Arkiliikunnan ja luonnosta nauttimisen ohella ikäihmiset ovat halukkai-



Tuusulan Ikäihmisten neuvosto. Eturivissä vasemmalta Raili Kumpulainen, Anja Matikainen ja Annette Nieminen, takarivissä vasemmalta Tuulikki Petäjaniemi, Pekka Latva-Pukkila, Tuija Reinikainen, Kullervo Mäkinen ja Anneli Koivunen.

ta osallistumaan kunnan ja kansalaisopistojen ohjattuihin liikuntaryhmiin.

Ne täyttävät kuitenkin nopeasti ja suuri joukko ikäihmisiä jää ryhmien ulkopuolelle.

Ikäihmisten neuvosto ehdottaa, että lähiliikunta- paikoille hankittaisiin myös ikäihmisille sopivia kuntosuoritteita.

Palvelulinjat ovelta ovelle, kutsutaksit ja taksisetelit varmistavat ikääntyneiden liikkumismahdollisuuksia ja pääsyä palveluiden piiriin.

Monet ikäihmiset ovat kulttuurin suurkuluttajia muun muassa omien järjestöjensä puitteissa.

Erikseen koulutettavat kulttuuriluotsit auttaisivat

entistä useampaa ikääntyntä kulttuurielämysten pariin.

Ikäihmisten mahdollisuutta ruokailla lähikouluissa, kunnan henkilöstöruvintoloissa tai vanhustenkeskuksissa tulee lisätä.

Esteetön vuokra-, asumisoikeus- tai omistusasunto ja niiden riittävä tarjonta edistää omassa kodissa asumisen mahdollisuutta.

On varmistettava, että myös korjausrakentamiseen on tarjolla rahallista ja muuta tukea.

Kodin turvallisuus ja turvallinen, hyvin hoidettu ympäristö varmistavat ikäihmisten osallistumista.

Tärkein turvallisuustekijä ikäihmisille on kuitenkin toisen ihmisen läsnäolo tai

tavoittaminen tarvittaessa.

IKNE antoi viime kesänä Keusotelle lausunnon kotihoidon kehittämisestä. Siinä todetaan, että moni ikäihminen joutuu nyt asumaan kotonaan ilman riittävä apua ja liian pitkään.

Kunnan heikentyessä tarvitaan paikka palvelukeskuksessa tai pitkäaikaishoivan yksikössä. Ikäihminen ei saa tuntea olevansa kotinsa vanki.

Tiedot kodeissa ja palvelukodeissa asuvista aliravituista vanhuksista järkyttävät. Erityisesti muistisairaiden riittävä syöminen ja ruoan saanti on varmistettava.

Ikäihmisten neuvosto Tuusula