



Voisiko Porvoon kaupunki olla vielä ikäystävällisempi?

Keskustelutilaisuus pääkirjaston lavalla **5.10.2023 klo 10**. Keskustelu oli samalla osa vanhustenviikon ohjelmaa, ja se valmisteltiin yhteistyössä hyvinvointikoordinaattori Petra Bärlund-Hämäläisen kanssa.

Keskusteluun osallistui järjestäjien lisäksi noin 25 henkilöä, ja sitä käytiin Erätauko-dialogimenetelmän periaatteiden mukaan, kaksikielisesti, fasilitoijana toimittaja-kirjailija Mikael Crawford. Paikalla oli useita viranhaltijoita kaupungin eri toimialoilta: yllä mainittu hyvinvointikoordinaattori, osallisuuskoordinaattori Maija Eklöf, vuorovaikutussuunnittelija Mikko Nikkanen, liikennesuunnittelupäällikkö Hanna Linna-Varis, toimitilajohtaja Mikko Silvast, vapaa-aikajohtaja Minna Särelä, asemakaavapäällikkö Emilia Saatsi, kulttuuripalvelupäällikkö Susann Hartman, matkailu- ja markkinointipäällikkö Sari Myllynen sekä kirjastopalvelupäällikkö Malin Hollmen. Viranhaltijoiden vastaukset ja puheenvuorot kuhunkin asiakohtaan on alla merkitty *kursiivilla*.

Päivän keskustelussa selkeimmin esiin nousseita kokemuksia ja näkökantoja olivat:

- Tutkitusti myös ikäihmisten hyvinvointia lisää **yhteisöllisyys**; tarvittaisiin lisää tätä tukevia palveluita, mm. mahdollisuuksia yhteisölliseen asumiseen. Samalla saataisiin paremmin käyttöön ikäihmisten omia resursseja, kun he voisivat auttaa ja tukea toisiaan monilla elämänalueilla.

Erästäkin yhteisöllisen asumisen hanketta on kyllä suunniteltu jo kymmenkunta vuotta kaupallisen palveluntarjoajan kanssa; voi joskus olla työlästä määritellä esimerkiksi kohtuullinen tonttivuokran taso tällaisessa tapauksessa. Tuorein tieto on, että asia on etenemässä.

- Porvoossa on hyvin **liikuntapaikkoja**, mutta niiden suunnittelussa ei ole kovin hyvin huomioitu vanhempia, ehkä huonosti liikkuvia asukkaita. Korona-aikana tämä asia kärjistyi, liikkumisen mahdollisuudet vähenivät ja ikäihmisten yleiskunto huononi nopeasti. Liikuntapaikkoja tarvittaisiin monipuolisemmin, eikä niitä saa keskittää yhteen paikkaan kaupungissa.

Ensi vuonna tehdään liikuntapaikkaselvitys, jolla kartoitetaan erilaiset liikuntapalvelut ja niiden tarpeet – palveluiden pitäisi tavoittaa kaikki kuntalaiset.

- Palveluita pitäisi saada lisää **keskusta-alueen ulkopuolelle**; siellä asuu paljon vanhoja ihmisiä mökeissään. Kaupungilta toivottaisiin myös sysäystä tai kannustetta kyläyhdistyksille yms. toimijoille lisätä ikäihmisten hyvinvointia parantavia toimia näillä alueilla, esimerkiksi liikuntatempauksia yms.

- Ikäihmisten kanssa toimivan usein kuulema pieni toive: kaivattaisiin **lisää penkkejä** ym. lepopaikkoja kulkureittien varsille!



- Viranhaltijoille voitaisiin järjestää **kokemuskävelyitä liikuntaesteisten kanssa** kaupungilla, jotta he ymmärtäisivät paremmin millaisista vaaranpaikoista ja hankaluuksista palautetta tulee (mm. töyssyt ja muut esteet kulkuväylillä). Käveleminen, itsenäisesti liikkuminen on ensisijaisen tärkeää ikäihmisten terveyden ja hyvinvoinnin kannalta.

*Esteettömyys ja mm. kaupungin tiloihin pääsy on koko ajan kehitystyön alla, mutta tekemistä vielä riittää. Vinkkejä ”vaaranpaikoista”, töyssyistä jne. sekä tarkkoja paikkatoiveita esimerkiksi penkeille toivotaan annettavan enemmän ePorvoon sähköisen palautekanavan tai Kompassin kautta – **antakaa suoraan palautetta** viranhaltijoiden tiedoksi! (Ainakin hyvinvointikoordinaattori ottaa mielellään palautetta vastaan myös puhelimitse.) Palautetta on myös aktiivisesti saatu suoraan vanhus- ja vammaisneuvostoilta ja on yhdessä sovittu, miten palaute viedään eteenpäin ns. päätyyn asti.*

- Vanhusneuvoston tehtävistä ja roolista haluttiin lisää tietoa.

Sekä kunnissa että hyvinvointialueilla on omat vaikuttamistoimielimet. Porvoon kaupungin vanhusneuvostosta on kaksi henkilöä Itä-Uudenmaan hyvinvointialueen vanhusneuvostossa. Samoin periaattein toimii vammaisneuvosto. Vanhusneuvoston (ja vammaisneuvoston) kanssa on tehty kehittämistyötä vuoden 2022 lopusta. Toimintaa on suunnattu kaupungin järjestämävastuulla oleviin palveluihin, selkeytetty käytännön asioita ja ennen kaikkea saatu vaikuttaminen paljon aikaisempaan hetkeen. Varsinaisia lausuntoja ei anneta vaan sellaisen pyytämisen johtaa kutsuun vaikuttamistoimielinten kokouksiin. Vaikuttamisen hetki on nyt oikea-aikainen ja ennakoiva ja siitä olemme kaikki iloisia.

- Liikkumisen kannalta oleellista on myös se, että jalkakäytävillä ja muilla kevyen liikenteen väylillä **on turvallista liikkua**. Kovaa ajavat polkupyörät ja viime aikoina lisääntyvästi myös erilaiset sähköavusteiset kaksipyöräiset voivat tuntua jalankulkijan kannalta uhkaavilta. Toisaalta, mikä väline on ikäihmiselle paras? Pyörä tai vaikkapa sähkömopo voi hyvinkin lisätä vanhan ihmisen toimintasädetä ja parantaa elämän laatua. Kenelle kuuluu tällaisten mahdollisuuksien lisääminen? Kaupalliset toimijat eivät sitä tee muuten kuin taloudellisen hyödyn ehdoilla.

- Myös auto on ikäihmisille tärkeä: täytyy käydä kaupassa, tapaamassa perhettä ja ystäviä yms., ja **Porvoon on pinta-alaltaan laaja** kaupunki.

*Kaupungin liikennesuunnittelua pyritään koko ajan tekemään kaikki liikku-
mismuodot huomioiden.*

- **Liikunnan** lisäksi ikäihmisten hyvinvoinnin kannalta erittäin tärkeitä ovat myös **ravitsemus** (mm. ruoan hinnan nousu on johtanut ravintoarvoltaan heikompien ruoka-aineiden käytön lisääntymiseen) sekä **mielen hyvinvointi**, esimerkiksi sosiaaliset verkostot. Pitäisi käsitellä näitä kolmea asiaa kokonaisuutena; tarvitaan ohjausta, pitäisi luoda kokonaisvaltainen kehitysohjelma, joka kattaa nämä kaikki.



Nämä asiat on tunnistettu kaupungin hyvinvointityössä ja koskevat kaikenikäisiä. Hyvinvointialueuudistuksen myötä kaupungilla ei ole töissä ravitsemusasiantuntijaa, eikä ole tarkoituksenmukaista tällaista Porvoon kaupungin toiminnaksi rakentaa. Kaupungin toimin voidaan korostaa valistuksen merkittävää (myös kansalaisopiston rooli on merkittävä) ja yhteistyössä hyvinvointialueen kanssa asiaa edistää. Muistetaan myös, että hyvien ravitsemusoppien omaksuminen alkaa jo päiväkotij- ja kouluruokailusta.

- Kaikenlainen **aktiivisuus ja osallistuminen** ylläpitävät hyvinvointia ja omatoimisuutta, ja täten saavutetaan myös säästöjä palveluiden ja hoidon tarpeen vähenemisenä. Siksi on aivan ensiarvoisen tärkeää, että kaikelle ikäihmisille aktivoivalle, esimerkiksi yhdistystoiminnalle, on **riittävästi toimitiloja**.

Tämä tarve on tiedossa ja otetaan huomioon suunnittelussa. Esimerkiksi Gammelbackassa on oltu huolestuneita siitä, että uusien tilojen suunnittelu kulkee vain koulun nimellä. Suunnitelmiin kuuluu kuitenkin, että myös muille nykyisten tilojen toimijoille on tilat jatkossakin.

- **Kaupungin jakamista avustuksista** puhuttiin paljon. ”Raha ratkaisee”, usein palautteisiin ja aloitteisiin vastataan vetoamalla rahan (resurssien) puutteeseen. Pitäisikö lisätä rahaa **yhdistysten tukemiseen**? Avustussumma, joka tänä vuonna jaettiin otsikolla ”Yhteisöllisyyden tukeminen”, oli puhujan mielestä mitättömän pieni ja sille oli paljon hakijoita. Toista puhujaa häiritsi se, että **ikäihmisistä puhutaan lähes aina kulueränä ja rasitteena**; entä kaikki se hyöty, joka heistä on esimerkiksi isovanhempien tukena jälkikasvulle jne.?

*Kun avustuksia mietittiin uusiksi hyvinvointialueuudistuksen yhteydessä, oli haastavaa määritellä ne osa-alueet, jotka jäävät kaupungin vastuulle. Kun puhutaan rahasta, puhutaan usein **panos-tuotos -suhteesta**. Se on harvoin missään niin hyvä kuin panostettaessa vapaaehtoistyön ja yhdistysten toiminnan edellytyksiin; tätä pitäisi korostaa enemmän.*

- Paljon on puhuttu liikuntapalveluista ja niiden kehittämisestä, mutta osalle ikäihmisistä **kulttuuripalvelut** ovat niitä, jotka pitävät aktiivisina ja elämässä kiinni. Miksei Porvoossa ole esimerkiksi kesäteatteria, joka monella muulla paikkakunnalla on merkittävä aktivoija ja myös matkailuvaltti?

Kulttuuripalvelut ovat todellakin tärkeitä, niillä myös rakennetaan ja vahvistetaan kaupungin ja sen asukkaiden identiteettiä sekä mielen hyvinvointia. Tässäkin avustukset yhdistyksille ja muille toimijoille ovat merkittävässä roolissa. Lisäksi esimerkiksi kirjastolla on erillisiä ikäihmisille suunnattuja palveluita kuten kotipalveluna kirjat kotiin. Myös kirjaston tilat ovat yhdistysten käytettävissä, ja niissä järjestetään erilaisia digituen muotoja. Kirjastolla on myös alkamassa uusi hanke ”Ikäviisaat palvelut”, jossa kokeillaan uusia palvelumuotoja. Kaikenlainen palaute, pienistäkin asioista kuten tuolien ja pöytien korkeus, on erittäin arvokasta palveluiden kehittämisessä.

Kulttuuripalvelut ovat ehkä vielä enemmän kuin liikuntapalvelut keskittyneet keskusta-alueelle. Kirjastoauton käyttöä kulttuurin viemiseksi keskustan



ulkopuolelle voisi tutkia, ja lisää kehitysideoita toivotaan siihenkin, miten kyläyhdistyksiä voisi tukea aktivoimaan alueensa iäkkäitä asukkaita. Kulttuuripalveluilla on nyt myös siirrettävä katsomo, jota voi lainata yleisötilaisuuksiin. Myös matkailupalvelut suuntaa enemmän viestintäänsä yhdistyksille Porvoon ulkopuolella: sesongin laajentaminen palvelee vaikkapa kokousmatkailua Porvooseen, mikä puolestaan hyödyttää myös täkäläisiä toimijoita verkostoitumisen yms. kautta.

Kaiken kaikkiaan, yhteenvetona koko keskustelusta voitaisiin todeta: Porvoon kaupunki tekee todella paljon hyviä asioita, asiat saadaan vielä paremmiksi yhdessä puhumalla ja kehittämällä. Se on myös sitä kaivattua yhteisöllisyyttä. Viranhaltijat kaipaavat palautetta ja ideoita - parhaita palveluiden asiantuntijoita ovat niiden käyttäjät ja tarvitsijat itse.