

Suunnitelma ikääntyneen väestön tukemiseksi 2026-2029



Päijät-Hämeen
hyvinvointialue

Sisällys



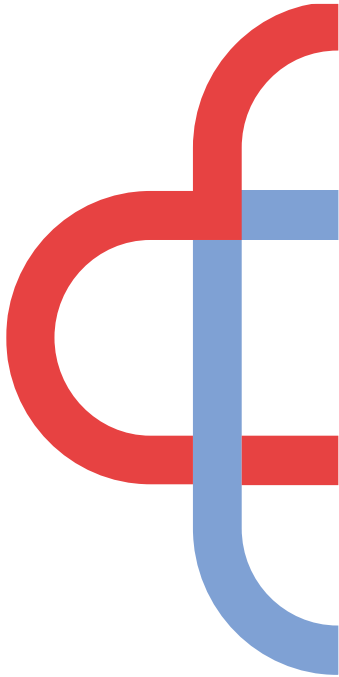
1. Johdanto



2. Ikääntyneiden hyvinvoinnin ja toimintakyvyn tilannekuva Päijät-Hämeessä



3. Suunnitelma ikääntyneiden tukemiseksi – kehityskärjet ja tavoitteet



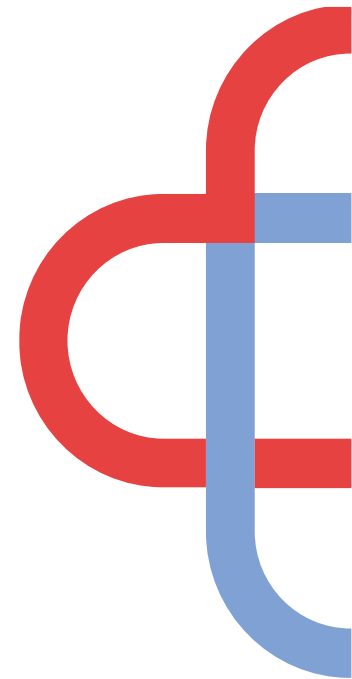
1. Johdanto



Päijät-Hämeen
hyvinvointialue

Suunnitelma ikääntyneen väestön tukemiseksi

- Hyvinvointialueen tulee laatia suunnitelma toimenpiteistään ikääntyneen väestön hyvinvoinnin, terveyden, toimintakyvyn ja itsenäisen suoriutumisen tukemiseksi sekä iäkkäiden henkilöiden tarvitsemien palvelujen ja omaishoidon järjestämiseksi ja kehittämiseksi osana sosiaali- ja terveydenhuollon järjestämisestä annetun lain 7 §:n 3 momentissa tarkoitettua hyvinvointikertomusta ja -suunnitelmaa.
- Suunnittelussa on painotettava kotona asumista ja kuntoutumista edistäviä toimenpiteitä sekä arvioitava ikääntyneen väestön hyvinvoinnin tilaa, ikääntyneelle väestölle tarjolla olevien palvelujen riittävyttä ja laatua sekä ikääntyneen väestön palveluntarpeeseen vaikuttavia tekijöitä.
- Suunnitelmiin on sisällytettävä ikääntyneen väestön asumista koskevien tarpeiden ennakointi sekä niitä vastaavan asumisen kehittäminen.

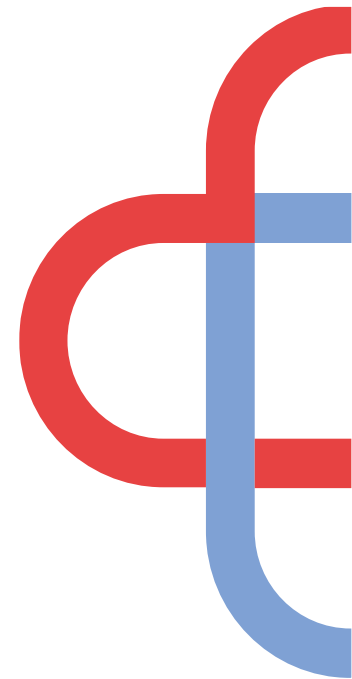


Kansallinen ohjaus

Kansallisen ikäohjelman 2030 tavoitteena on varautua väestön ikääntymiseen laaja-alaisesti. Ikäohjelmalla kannustetaan mahdollisimman toimintakykyisen ikääntymisen turvaamiseen sekä taloudellisesti, ekologisesti ja sosiaalisesti kestäväen palvelujärjestelmän rakentamiseen.

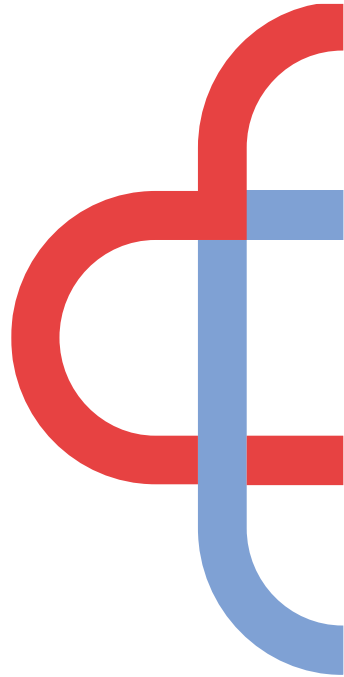
**Hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistäminen
2030 toimeenpanosuunnitelma**

**Laatusuositus aktiivisen ja toimintakykyisen ikääntymisen
ja kestävien palvelujen turvaamiseksi 2024–2027**



Kansallisen ikäohjelman vaikuttavuustavoitteet

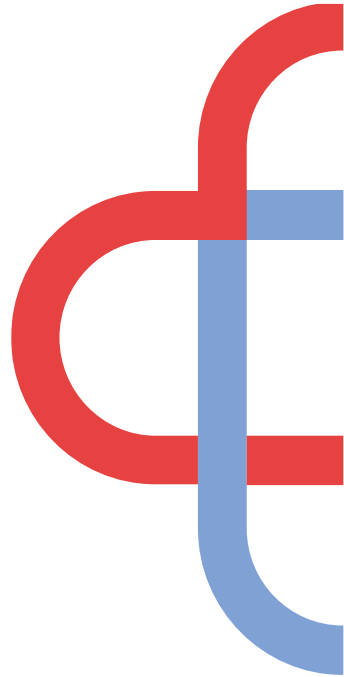
- Iäkkäät ovat toimintakykyisempiä pidempään
- Asuminen ja asuinympäristöt ovat ikäystävällisiä
- Palvelut toteutetaan ekologisesti ja taloudellisesti kestäväällä tavalla
- Teknologia on lisännyt hyvinvointia
- Ikääntyvien työikäisten työkyky on parantunut ja työurat ovat pidentyneet, erityisesti ikäihmisten palveluissa
- Yhä useampi osallistuu vapaaehtoistoimintaan ja sen tekemistä tuetaan ikääntyvässä yhteiskunnassa



Hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistäminen 2030

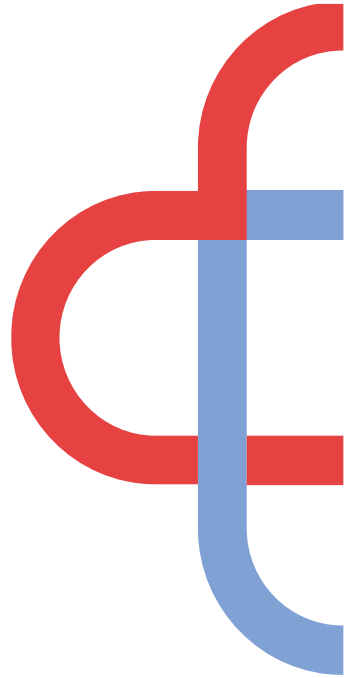
toimeenpanosuunnitelman painopisteet

- Kaikille mahdollisuus osallisuuteen
- Hyvät arkiympäristöt
- Hyvinvointia ja terveyttä edistävä toiminta ja palvelut
- Päätöksenteolla vaikuttavuutta
- Toimenpidesuunnitelmassa korostetaan poikkihallinnollista ja monitoimijaista yhteistyötä ja ikääntyneen väestön osallisuutta
- Arkiympäristö vaikuttaa olennaisesti iäkkäiden ihmisten hyvinvointiin, terveyteen ja turvallisuuteen. Arkiympäristöistä pitää saada sellaisia, että ne kannustavat iäkkäitä ihmisiä toimimaan hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistämiseksi



Laatusuositus aktiivisen ja toimintakykyisen ikääntymisen ja kestävien palvelujen turvaamiseksi 2024–2027 painopisteet

- Iäkkäiden palveluissa työskentelevien työkyky paranee
- Iäkkäät ovat toimintakykyisiä pidempään
- Osallisuus vapaaehtoistoimintaan kasvaa
- Teknologia lisää hyvinvointia
- Ikäystävällisyyttä asumiseen ja asuinympäristöihin
- Palvelut toteutetaan kestävällä tavalla



Päijät-Hämeen hyvinvointialueen suunnitelma ikääntyneen väestön tukemiseksi

Tämän suunnitelman tavoitteena on määritellä ne puitteet, joilla Päijät-Hämeen hyvinvointialueella edistetään ikääntyneen väestön hyvää ja laadukasta elämää.

Ikääntyneet muodostavat merkittävän osan Päijät-Hämeen väestöstä. Lisäksi Päijät-Hämeessä väestön ikääntyminen on poikkeuksellisen nopeaa valtakunnallisesti.

Ikääntyneiden laadukas ja itsenäinen elämä ei ole ensisijaisesti kiinni hyvinvointialueen palveluista, vaan esteettömästä ja viihtyisästä asumisesta, mielekkästä tekemisestä, yhteisöllisyydestä, turvallisuuden tunteesta, harrastemahdollisuuksista ja monista muista kuntien, kolmannen sektorin ja muiden toimijoiden tarjoamista mahdollisuuksista.

Omannäköinen ja hyvinvoiva elämä toimintakyvyn ja terveyden rajoissa on pitkälti kiinni myös ikääntyneestä itsestään ja hänen tekemistään valinnoista.



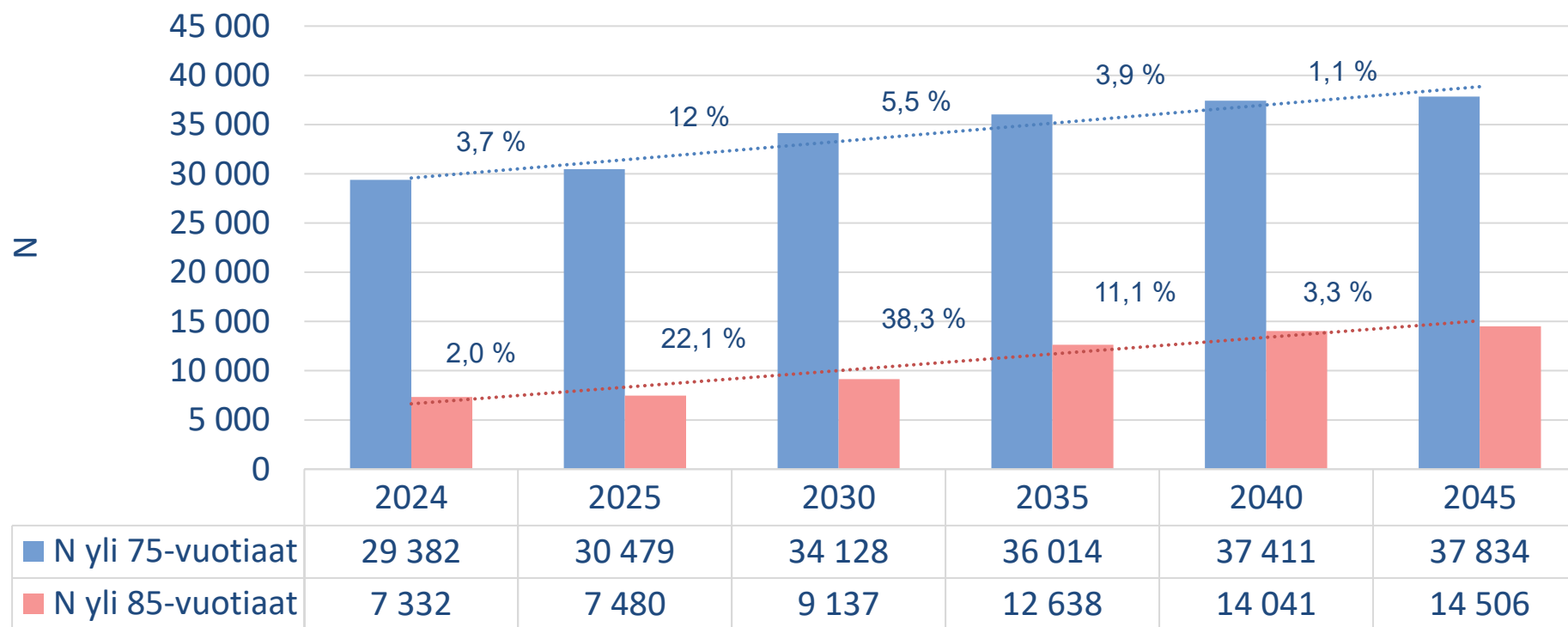
2. Ikääntyneiden hyvinvoinnin ja toimintakyvyn tilannekuva Päijät-Hämeessä



Päijät-Hämeen
hyvinvointialue

Väestöennuste vuoteen 2045, Päijät-Häme

Väestöennuste vuoteen 2045 yli 75-vuotiaat ja yli 85-vuotiaat

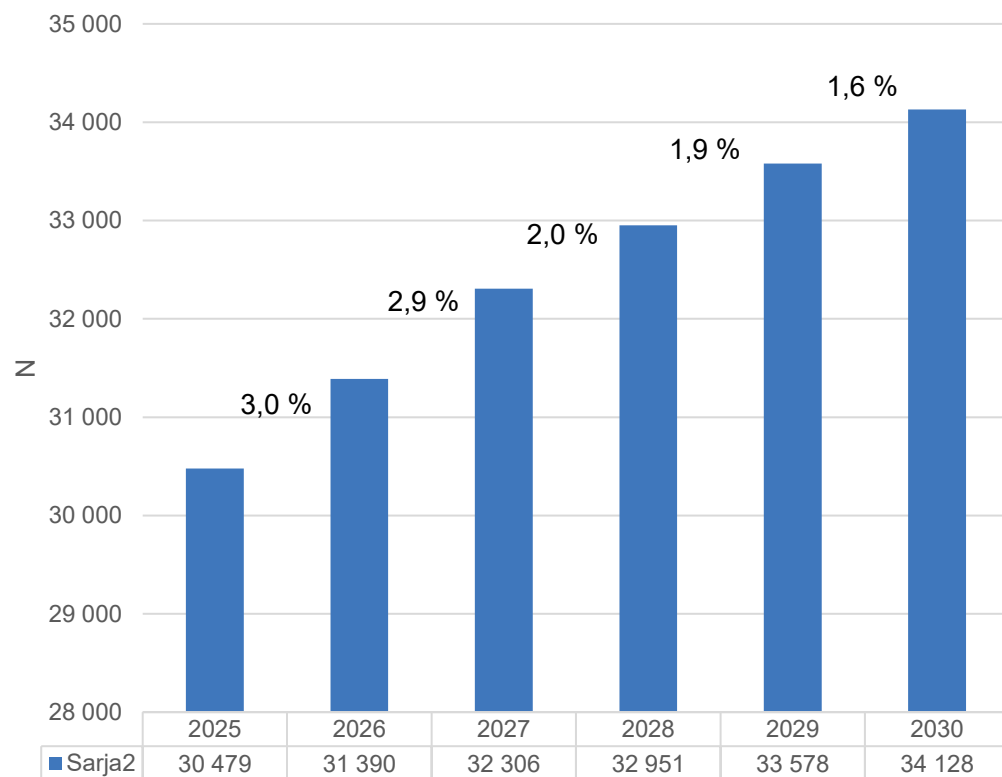


Määrällinen kasvu yli 75-vuotiaat 2024-2045 N= 8452 ja yli 85-vuotiaat N=7174

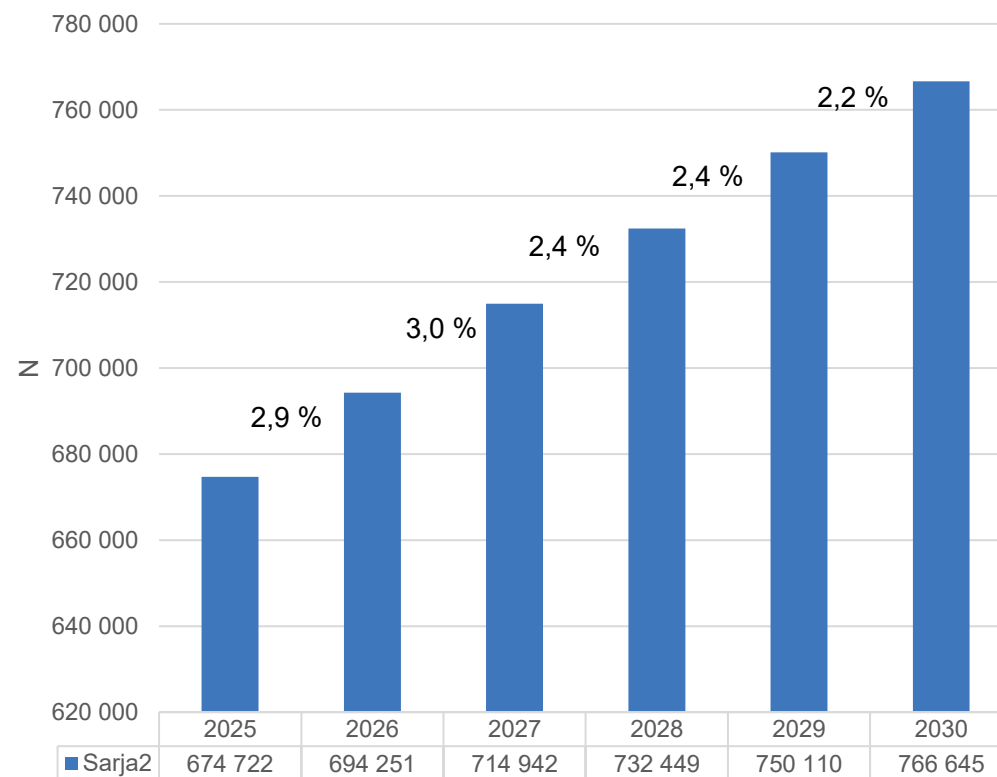


Väestöennuste 2025-2030, Päijät-Häme ja koko maa, yli 75-vuotiaat

Väestöennuste 2025-2030, yli 75-vuotiaat, Päijät-Häme



Väestöennuste 2025-2030, yli 75-vuotiaat, koko Suomi



Havaintoja ikääntyneen väestön sosiaalisesta hyvinvoinnista, sosiaalisista ongelmista ja ilmiöistä Päijät-Hämeessä (1/2)

Erilaiset taloudelliset vaikeudet ja velkaantuminen

Asumisen haasteet (häiriökäytös, siivottomuus, paloriskien lisääntyminen), hädät, vaikeus saada asuntoa, asunnottomuus

Arjen voimavarat ovat heikentyneet (jaksamattomuus, toivottomuus, toimintakyvyn heikkeneminen)

Yhteiskunnalliseen osallisuuteen liittyvät tarpeet tai puutteet osaamisessa (digitaidot, pankkiasiointi, kuulluksi tuleminen palvelutarpeestaan, kyky hakea palveluja, haastavat kulkuyhteydet tai osaamattomuus/pelko käyttää julkisia liikennevälineitä)



Havaintoja ikääntyneen väestön sosiaalisesta hyvinvoinnista, sosiaalisista ongelmista ja ilmiöistä Päijät-Hämeessä (2/2)

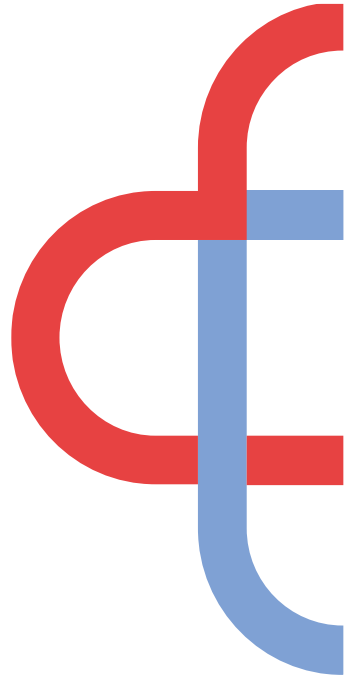
Yksinäisyys, tukiverkoston puute

Päihde- ja mielenterveysongelmat ja haasteet hakea/saada näihin apua

Palveluista kieltäytyminen

Haavoittavat sosiaaliset suhteet (taloudellista hyväksikäyttöä, väkivaltaa)

Polarisoituminen, eriarvoistuminen, väliinputoajat (palveluiden kriteerit eivät täyty)



3. Suunnitelma ikääntyneiden tukemiseksi - kehityskärjet ja tavoitteet



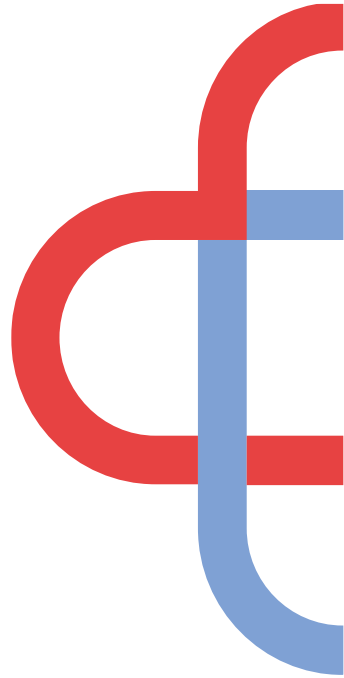
Päijät-Hämeen
hyvinvointialue

Miltä tulevaisuus näyttää?

Ikääntyneiden suhteellinen osuus kasvaa merkittävästi aina vuoteen 2045. Eläkeikäisen ja etenkin yli 84-vuotiaiden määrä kasvaa merkittävästi myös 2040-luvulla. Tämän hetken arvion mukaan vuonna 2050 jo joka seitsemäs suomalainen on yli 74-vuotias.

Voidaan kuitenkin arvioida, että ikääntyvä väestö on toimintakykyisempää, vaikka palvelujen tarve vääjäämättä kasvaa. Omaehtoiset ratkaisut ja digitaaliset ja teknologiset palvelut lisääntyvät. Tulevaisuus näyttäytyy siten, että se on digitaalisesti saavutettava, mutta inhimillinen palveluyhteiskunta.

Ikääntyvä Suomi ei ole vain haaste, vaan myös mahdollisuus. Ikääntyminen ei ole enää passiivista ja yhä useampi eläkeläinen on aktiivinen toimija, terve ja osallistuu yhteiskuntaan esimerkiksi vapaaehtoistyön tai osa-aikatyön kautta.





Palvelurakennetavoitteet vuoteen 2029 mennessä

Tavoitteena on, että
ikääntyneet voivat asua
omassa kodissaan
mahdollisimman pitkään



Palvelurakennetavoitteet vuoteen 2029 mennessä

Palveluiden peittävyys suhteessa ≥ 75 -vuotiaat

Palvelu	Tavoite
Kotona asuvat yli 75-vuotiaat	Vähintään 94 %
Ympäri vuorokautinen palveluasuminen	Enintään 6 %
Kotiin vietävät palvelut	Enintään 10 %
Yhteisöllinen asuminen	2-3 %
Omaishoidon tuki yli 75-vuotiaat	Vähintään 2 %



Suunnitelma ikääntyneiden tukemiseksi kytkeytyy hyvinvointialueen strategiaan ja palvelustrategiaan



Tekemisemme kärjet on johdettu Hyvinvointisuunnitelmasta

Osallisuus ja yhteisöllisyys

- Ikääntyneiden osallisuus vahvistuu
- Ikääntyneiden yksinäisyys ja turvattomuus vähenee

Mielen hyvinvointi

- Ikääntyneiden tyytyväisyys elämään on lisääntynyt

Arjen turvallisuus

- Ikääntyneiden kokemus arjen turvallisuudesta on vahvistunut
- Ikääntynyt saa apua saa silloin, kun sitä tarvitsee
- Muuttuviin olosuhteisiin varautuminen on vahvistunut ikääntyneiden osalta

Päihteettömyys ja terveelliset elämäntavat

- Ikääntyneiden hyvinvointia ja terveyttä edistävät elintavat ovat vahvistuneet
- Pyrimme tunnistamaan ikääntyvän väestön terveyden ja toimintakyvyn heikkenemisen varhaisessa vaiheessa





Kärkikohtaiset tavoitteet ja toimenpiteet



Kärki 1: Osallisuus ja yhteisöllisyys (1/2)

Tavoite	Toimenpiteet	Vastuutaho	Mittarit
Ikääntyneiden osallisuus vahvistuu	Tuemme asiakkaan aktiivista osallistumista ja itsemääräämisoikeutta	Hyvinvointialue	RAI: asiakkaan osallistuminen oman RAI-arviointinsa tekemiseen % Asiakaspalautejärjestelmä Roidu: Hoitoani ja asiaani koskevat päätökset tehtiin yhteistyössä kanssani
	Järjestämme asiakasraateja ja omaisten iltoja palveluiden piirissä olevien asiakkaiden läheisille säännöllisesti	Hyvinvointialue: Ikääntyneiden palvelut ja kuntoutus -toimiala	Omaisten iltojen/asiakasraatien määrä eri palvelualueilla



Kärki 1: Osallisuus ja yhteisöllisyys (2/2)

Tavoite	Toimenpiteet	Vastuutaho	Mittarit
Ikääntyneiden yksinäisyys ja turvattomuus vähenee	• Yhteisöllisen asumisen määrää kasvatetaan ja laadullista kehittämistä tehdään yhteistyössä asiakkaiden kanssa • Olemme aktiivisessa asiantuntijaroolissa ikäystävällisten ja esteettömien asuinympäristöjen ja asuntojen kehittämisessä kuntien sekä muiden alueen toimijoiden kanssa. • Iäkkäiden asumisen ennakkoinnin keskustelua ylläpidetään yhdessä kuntien ja yhteistyökumppaneiden kanssa.	Hyvinvointialue: Ikääntyneiden palvelut ja kuntoutus-toimiala, Pelastustoimi, kunnat	Yhteisöllisen asumisen piirissä % yli 75 vuotiaista RAI: yksinäisyyden ja turvattomuuden kokemus (palveluiden piirissä olevat) Itsensä yksinäiseksi tuntevien osuus (%) TerveSuomi
	• Kotikulmilla-toiminnan laajentaminen koko maakunnan alueelle • Tuemme kuntien ja järjestöjen toteuttamaa ikääntyneiden etsivää työtä ja varhaisen tuen verkostoja	Hyvinvointialue: terveysliikuntakoordin aattori, HYTE-yksikkö, kunnat Järjestötoimijat, kunnat, hyvinvointialue	Kotikulmilla-toiminnan määrä kuntien alueella



Kärki 2: Mielen hyvinvointi

Tavoite	Toimenpiteet	Vastuutaho	Mittarit
Ikääntyneiden tyytyväisyys elämään on lisääntynyt	Ohjaamme ikääntyneitä kuntien, 3. sektorin sekä muiden tahojen toimintoihin	Hyvinvointialue, kunnat, 3. sektori ja muut toimijat	TerveSuomi: Elämänlaatunsa hyväksi tuntevien osuus 75 vuotta täyttäneistä



Kärki 3: Arjen turvallisuus (1/3)

Tavoite	Toimenpiteet	Vastuutaho	Mittarit
Ikääntyneiden kokemus arjen turvallisuudesta on vahvistunut	- Aktiivisen toimijuuden lisääminen: yksilön turvallisuusosaamisen parantuminen, kriisinkestävyys: ikääntynyt osaa toimia häiriö- ja kriisitilanteissa - Hyvinvointialue edellyttää yhteisöllisen asumisen kohteissa sammutuslaitteiston asentamista	Hyvinvointialue: pelastustoimi, Ikääntyneiden palvelut ja kuntoutus –toimiala, kunnat ja muut toimijat	Sotkanet: Ikääntyneiden kokemus turvattomuudesta yli 75 vuotiaiden osalta Sotkanet Pelastuslaitoksen ikäihmisille antamat turvallisuuskoulutukset ja tapahtumat (N)
	Kaatumisen ehkäisyn ja toimintakyvyn edistämisen IKINÄ-toimintamalli käytössä Hyvinvointialueella	Hyvinvointialue: HYTE-yksikkö, Ikääntyneiden palvelut ja kuntoutus –toimiala, Avosairaanhoido	Kaatumisiin ja putoamisiin liittyvät hoitajaksot 65 vuotta täyttäneillä Lonkkamurtumien määrä 65 vuotta täyttäneillä Toimenpidekoodit: OAB45 Tapaturmiin liittyvä ohjaus ja neuvonta WZA40 Kaatumisvaaran arviointi
	Lähisuhdeväkivallan puheeksi oton ja puuttumisen toimintamalli käytössä toimialalla/kaikilla tulosalueilla	Hyvinvointialue: HYTE-yksikkö, Ikääntyneiden palvelut ja kuntoutus -toimiala	

Kärki 3: Arjen turvallisuus (2/2)

Tavoite	Toimenpiteet	Vastuutaho	Mittarit
Ikääntynyt saa apua silloin, kun sitä tarvitsee	• Hyödynnämme teknologiaa kotona asumista tukevissa palveluissa ja asumispalveluissa • Annamme ohjausta ja neuvontaa asiakaskohtaamisissa sekä olemme mukana erilaisissa ikääntyneille suunnatuissa teemataapahtumissa • Hätänumero tutuksi • Hyvinvointialueen lääkinnällisen kuntoutuksen apuvälinepalvelut varmistavat, että asiakkaat saavat tarveperusteiset apuvälineet oikea-aikaisesti	Hyvinvointialue: Pelastustoimi, Ikääntyneiden palvelut ja kuntoutus -toimiala	Sotkanet: Ikääntyneiden kokemus turvattomuudesta yli 75 vuotiaiden osalta Asiakaspalautejärjestelmä Roidu: 1. Sain apua kun sitä tarvitsin 2. Minulle jäi tunne, että minusta välitettiin kokonaisvaltaisesti



Kärki 3: Arjen turvallisuus (3/3)

Tavoite	Toimenpiteet	Vastuutaho	Mittarit
Muuttuviin olosuhteisiin varautuminen on vahvistunut ikääntyneiden osalta	• Ohjaamme kaikissa kohtaamisissa ennaltaehkäisevien toimien vahvistamiseen: omaehtoisten ratkaisujen käyttämiseen ja ikääntymisen mukanaan tuomiin muutoksiin varautumiseen • Valmiusyksikön ohjeistus kotivaran hankkimiseksi • Teknologianäyttelytila Arjen avuksi Trion Palvelutorilla kannustaa tutustumaan omaehtoisii arjen apukeinoihin	Hyvinvointialue: Pelastustoimi, Ikääntyneiden palvelut ja kuntoutus -toimiala	Pelastuslaitoksen ikäihmisille antamat turvallisuuskoulutukset ja tapahtumat (N)



Kärki 4: Päihteettömyys ja terveelliset elämäntavat (1/3)

Tavoite	Toimenpiteet	Vastuutaho	Mittarit
Ikääntyneiden hyvinvointia ja terveyttä edistävät elintavat ovat vahvistuneet	• Ohjaamme asiakkaita liikuntaneuvonnan piiriin Liikkumislähetteellä • Teemme yhteistyötä kuntien liikuntapalveluiden, senioriohjaajien ja hyvinvointikoordinaattoreiden kanssa ja ohjaamme asiakkaita kunnan palveluiden piiriin • Ohjaamme asiakkaita kolmannen sektorin liikuntapalveluita tarjoavien toimijoiden piiriin	Hyvinvointialue: Ikääntyneiden palvelut ja kuntoutus -toimiala, Avosairaanhoito, HYTE-yksikkö	Sotkanet: Liikuntaneuvontaan ohjautuneiden määrä 65-74v ja >75v
	• MNA-vajaaravitsemuksen riskitesti käytössä	Hyvinvointialue	Vajaaravitsemuksen seuranta MNA-testi (N)



Kärki 4: Päihteettömyys ja terveelliset elämäntavat (2/3)

Tavoite	Toimenpiteet	Vastuutaho	Mittarit
Ikääntyneiden hyvinvointia ja terveyttä edistävät elintavat ovat vahvistuneet	Annamme asiakaskohtaamisissa ohjausta ja neuvontaa terveellisten elintapojen noudattamiseen	Hyvinvointialue	OAB-toimenpidekoodit
	Alkoholin riskikäytön tunnistaminen ja lyhyt neuvonta -toimintamalli (Audit C ja mini-interventio) käytössä kaikissa asiakaskohtaamisissa	Hyvinvointialue: HYTE-yksikkö	Sotkanet: Alkoholia liikaa käyttäneiden osuus (Audit C) 65 vuotta täyttäneistä



Kärki 4: Päihteettömyys ja terveelliset elämäntavat (3/3)

Tavoite	Toimenpiteet	Vastuutaho	Mittarit
Pyrimme tunnistamaan ikääntyvän väestön terveyden ja toimintakyvyn heikkenemisen varhaisessa vaiheessa	Sähköisen terveystarkastuslomakkeen avulla seulotaan tyypin 2 diabetesriskiä sekä kartoitetaan toimintakykyä ja elintapoja	Hyvinvointialue: Avosairaanhoito	Terveystarkastuslomakkeen kautta tunnistettujen tyypin2 diabetes riskissä olevien henkilöiden määrä. Terveystarkastuslomakkeiden kokonaismäärä
	Gerastenian (hauraus-raihnaus-oireyhtymä) tunnistamisen ja hoidon prosessin hyödyntäminen perusterveydenhuollon ja erikoissairaanhoidon palveluissa	Hyvinvointialue	Tunnistettujen gerastenia potilaiden määrä avosairaanhoidossa.
	Terveydenhuollon palveluissa kehitetään hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen seurantaa ottamalla käyttöön ohjausta ja neuvontaa kuvaavia toimenpidekoodeja	Hyvinvointialue	OAB-toimenpidekoodien käyttöönotto kyllä/ei



Päijät-Hämeessä on turvallista ikääntyä ja elää oman näköistä elämää - muut tavoitettamme edistävät toimet

- Seuraavalla nelivuotiskaudella kehitettävänä toimintana on Ikääntyneiden palvelut ja kuntoutus -toimialan Järjestämissuunnitelman toteutuksessa aloitettu hyvinvointialueen koordinoima Ikä-yhteistyöryhmä.
- Ikä-yhteistyöryhmän tarkoituksena on monialaisesti edistää ja kehittää ikääntyneiden palveluita hyvinvointialueella ja tehdä yhteistyötä eri sidosryhmien kanssa alueen kunnissa.

- Syksyllä 2025 hyvinvointialueen verkkosivuilla julkaistu sähköinen seniorineuvola ohjaa ikääntyvän väestön hyvinvoinnin, terveellisten elintapojen ja toimintakyvyn edistämiseen sekä sairauksien, tapaturmien ja onnettomuuksien ehkäisyyn.
- Sähköinen seniorineuvola tarjoaa laajan tietopaketin eri teemoista ikääntyneen näkökulmasta sekä kokoaa hyvinvointialueen ikääntyneille suunnatut palvelut yhteen paikkaan.
- Seniorineuvolan tavoitteena on auttaa terveyden ja hyvinvoinnin kartoittamisessa ja ikääntymisen mukanaan tuomiin muutoksiin varautumisessa.

Seniorineuvola - Päijät-Hämeen hyvinvointialue

- Suunnitelman tavoitteiden ja toimenpiteiden etenemistä seurataan osavuosikatsausten yhteydessä sekä vuosittaisessa hyvinvointiraportissa tähän suunnitelmaan kirjatulla mittareilla.
- Nelivuotiskauden päätteeksi kootaan hyvinvointikertomus, jossa arvioidaan tavoitteiden toteutumista ja kehittämistoimenpiteiden tilannetta.

