

Nea Toijanen
Sanni Ähkönen

KYSELY IKÄIHMISTEN OSALLISTUMISESTA YHTEISÖTILOJEN SUUNNITTELUUN

Opinnäytetyö
Sosiaali- ja terveysalan ammattikorkeakoulututkinto
Geronomikoulutus

2024



**Kaakkois-Suomen
ammattikorkeakoulu**

Tutkintonimike	Geronomi (AMK)
Tekijä/Tekijät	Nea Toijanen ja Sanni Ähkönen
Työn nimi	Kysely ikäihmisten osallistumisesta yhteisötilojen suunnitteluun
Toimeksiantaja	Kouvolan kaupunki
Vuosi	2024
Sivut	28 sivua, liitteitä 4 sivua
Työn ohjaaja(t)	Marko Raitanen

TIIVISTELMÄ

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää ikäihmisten kokemuksia yhteisötiloissa toimimisesta, sekä näkemyksiä ja toiveita yhteisötilojen toiminnan kehittämisestä. Kyselyssä selvitettiin ikäihmisten kokemuksia siitä, miksi he osallistuvat toimintaan yhteisötiloissa ja kuinka muutokset esimerkiksi sijainnissa ja toiminnassa otetaan vastaan. Lisäksi kyselyssä selvitettiin vastaajien näkemyksiä yhteisötilojen toiminnan kehittämisestä ja kartoitettiin Kouvolan kaupungin ja Kymenlaakson hyvinvointialueen välistä yhteistyötä yhteisötilojen toiminnassa.

Opinnäytetyön viitekehyksessä käsiteltiin lähdeosteiden ja tutkimusten avulla ikääntyneiden osallisuutta, hyvinvointia ja matalan kynnyksen kohtaamispaikkojen tärkeyttä ikääntyneiden toimintakyvylle ja hyvinvoinnille.

Opinnäytetyön tutkimuskysymykset olivat: Millaisia kokemuksia ikäihmisillä on yhteisötiloissa toimimisessa? Miten ikäihmisten mielestä yhteisötiloja tulisi kehittää?

Opinnäytetyö oli määrällinen tutkimus, jonka tiedonkeruumenetelmänä toimi kysely. Kysely perustui erilaisilla tilasto-ohjelmilla luotuihin numerollisiin analyysihin. Näiden avulla pystyttiin selvittämään ikääntyneiden toiveita ja kokemuksia yhteisötiloissa toimimisesta. Kyselyllä saatiin tietoa myös yhteisötiloissa käyvien iästä ja sukupuolesta.

Tutkimuksen tulosten mukaan yhteisötilat ovat merkittäviä monen ikäihmisen arjessa. Yhteisötilojen toiminnan monipuolisuus ja sisältö ratkaisee viihtyvyydessä paljon. Toimivat ja monipuoliset tilat ovat myös ikäihmisille keskeisiä tekijöitä, ja vaikuttavat muun muassa siihen, kuinka usein ikäihminen käy yhteisötiloissa. Sijainti vaikuttaa monen yhteisötiloissa käymiseen, läheistä sijaintia ja hyviä kulkuyhteyksiä pidetään todella tärkeinä. Ikäihmisten kokemuksia yhteisötiloissa toimimisesta löytyi paljon, mutta joukossa oli myöskin uusia kävijöitä. Matalan kynnyksen palvelun sijainti pitäisi olla mahdollistettu kaikille esimerkiksi ilmaisella kuljetuksella.

Asiasanat: Ikääntynyt, osallisuus, hyvinvointi, matalan kynnyksen kohtaamispaikka, kulttuuri

Degree title	Degree Programme in Elderly Care
Author (authors)	Nea Toijanen & Sanni Ähkönen
Thesis title	Survey of elderly people participation in the design of community spaces
Commissioned by	The City of Kouvola
Time	2024
Pages	28 pages, 4 pages of appendices
Supervisor	Marko Raitanen

ABSTRACT

The purpose of this thesis was to find out the experiences of elderly people about visiting in community spaces, as well as their views and wishes regarding the development of community spaces. The survey explored the experiences of the elderly on why they participate in activities in these community spaces and how changes, in location and operation, for example, are received. As well as the development of the operation of community spaces, as well as mapping the cooperation between the city of Kouvola and the wellbeing services county of Kymenlaakso in the operation of community spaces.

In the reference framework of the thesis, the participation of the elderly, well-being and the importance of low-threshold meeting places for the functionality and well-being of the elderly were discussed with the help of source works and research.

The research questions of the thesis were: What experiences do elderly people have regarding visits to community facilities? How do the elderly think community spaces should be developed?

The thesis was a quantitative study, the data collection method of which was a survey. The survey was based on numerical analyzes created with various statistical programs. With the help of these, it was possible to find out the wishes and experiences of the elderly about visiting in community facilities. It was also possible to find out what ages are in the community facilities, as well as, for example, gender.

According to the results of the study, community spaces are a significant and important part of many elderly people's daily lives. The versatility and content of the activities of the community spaces determines a lot in terms of comfort. Functional and versatile spaces are also key factors for the elderly, and how often an elderly person visits these community spaces. The location affects many people's visit to community spaces, a close location and good transport connections are considered really important. There were a lot of elderly people who have been visiting community spaces before, but there were also new visitors among them. The location of a low-threshold service should be possible for everyone, for example with free transportation.

Keywords: Elderly, inclusion, well-being, low-threshold meeting place, culture

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	5
2	TEORIA.....	6
2.1	Hyvinvointi.....	6
2.2	Osallisuus.....	7
2.3	Matalan kynnyksen palvelut.....	8
2.4	Kulttuurinen vanhustyö.....	9
3	TUTKIMUKSEN TARKOITUS, TAVOITE JA TUTKIMUSKYSYMYKSET.....	9
4	TUTKIMUKSEN LÄHTÖKOHDAT.....	10
4.1	Kohtaamispaikka.....	10
4.2	Ikääntyneet Kymenlaaksossa.....	11
5	TUTKIMUKSEN TOTEUTUS.....	11
5.1	Tutkimusmenetelmät ja aineistonkeruu.....	11
5.2	Aineistonkäsittely.....	12
6	TUTKIMUKSEN TULOKSET.....	12
6.1	Taustamuuttajat.....	12
6.2	Kokemukset.....	14
7	JOHTOPÄÄTÖKSET.....	19
7.1	Pohdinta.....	19
7.2	Eettisyys.....	21
7.3	Kehittämisen- ja jatkotutkimusehdotukset.....	22
	LÄHTEET.....	23

LIITTEET

Liite 1. Saatekirje

Liite 2. Kysely

1 JOHDANTO

Suomessa oleva väestöllinen murros haastaa hyvinvointivaltiota ja hyvinvointialueita. Suomen väestö ikääntyy ja samalla syntyvyys laskee. Suomen väestö kuuluu myös maailman vanhimpiin. Esimerkiksi vuonna 2021 väestön 65 vuotta täyttäneiden osuus oli 22,9 prosenttia. Terveiden elinvuosien lisääntyminen kertoo myös elinolojen ja hyvinvoinnin parantumisesta. Samaan aikaan sosiaali- ja terveyspalveluiden käyttäjien määrä kasvaa ja työkäisten määrä vähenee. (Karvonen ym. 2022, 20–21.)

Sote-uudistuksen tavoite on yhdenvertaisten ja laadukkaiden sosiaali- ja terveydenhuollon sekä pelastustoimen palveluiden tarjoaminen hyvinvointialueen asukkaille, palveluiden saatavuuden ja saavutettavuuden parantaminen, hyvinvoinnin ja terveyserojen pienentäminen sekä vastaaminen ikääntymisen aiheuttamiin haasteisiin (Sote-uudistus 2023). Sosiaali- ja terveyspalvelut ovat laaja kenttä. Yhdistävänä tekijänä kaikille näille palveluille on käyttäjät, joille palvelu on luotu. Käyttäjät ovat asiakaslähtöisten sosiaali- ja terveyspalveluiden lähtöpiste. Asiakaslähtöisyyttä määritellään usein palveluita tuottavan organisaation tarpeista. Vaikka asiakaslähtöisyyttä ja asiakkaan merkitystä on laajasti tunnustettu Sosiaali- ja terveyspalveluissa. Asiakkaan näkökulmasta asiakaslähtöisyydessä on kyse palvelun vastaamisesta asiakkaan yksilölliseen tarpeeseen. (Virtanen ym. 2011, 11.)

Organisaatioissa ajatellaan asiakaslähtöinen kehittäminen usein järjestelmien ja mallien kannalta, vaikka asiakaslähtöisen kehittämisen pitäisi tapahtua asiakkaan tarpeiden mukaan. Asiakaslähtöisyys vaatii myös vastavuoroisuutta. Palveluntarjoajan ja asiakkaan välillä täytyy olla vuoropuhelua. Asiakasymmärrys ja palveluymmärrys ovat myös onnistuneen asiakaslähtöisyyden yhteisymmärryksen tärkeitä osia. Asiakasymmärrys tarkoittaa palveluntarjoajalta kattavan asiakastiedon käyttötilanteeseen hyödyntämisen. Asiakkaan tietämys saatavilla olevista palveluista ja palvelumahdollisuuksista on palveluymmärrystä. (Virtanen ym. 2011, 18.)

Palveluihin pääsy on merkittävä osa sosiaalista osallisuutta. Matalan kynnyksen palveluiden tarkoitus on löytää asiakkaat, jotka ovat jääneet jostain syystä

palvelujärjestelmän ulkopuolelle. Kynnys hakeutua matalan kynnyksen palveluihin olisi helpompaa kuin normaaleihin palveluihin. Matalan kynnyksen palveluilla pystytään näin lisäämään sosiaalista osallisuutta. (Leemann & Hämäläinen 2015, 1.)

Tämän opinnäytetyön tarkoitus on selvittää ikäihmisten kokemuksia yhteisötiloissa toimimisesta ja näkemyksiä yhteisötilojen kehittamisestä. Kyselyssä selvitettiin ikäihmisten kokemuksia siitä, miksi he osallistuvat toimintaan yhteisötiloissa ja kuinka muutokset esimerkiksi sijainnissa ja toiminnassa otetaan vastaan. Lisäksi kyselyssä selvitettiin vastaajien näkemyksiä yhteisötilojen toiminnan kehittamisestä ja kartoitettiin Kouvolan kaupungin ja Kymenlaakson hyvinvointialueen välistä yhteistyötä yhteisötilojen toiminnassa.

2 TEORIA

2.1 Hyvinvointi

Ikääntyneet ovat monimuotoinen ryhmä erilaisissa elämäntilanteissa, joilla on jokaisella oma ainutlaatuinen elämänhistoria. Ikääntyneiden ryhmä kattaa ihmisiä 65-vuotiaista yli 100-vuotiaisiin. (Solin ym. 2023, 33.) Nykyään eläkkeelle jäävät henkilöt ovat terveempiä. He myös vaikuttavat tulevaisuudessa merkittävästi yhteiskunnallisiin asioihin, sekä talouteen. Ikääntyneiden hyvää toimintakykyä ja elämänlaatua pitää yllä mahdollisuus kehittää itseään, tavata muita ihmisiä ja kokea kulttuuria. (Laatusuositus hyvän ikääntymisen turvaamiseksi ja palvelujen parantamiseksi 2020, 21.)

Hyvinvointi koostuu monesta eri tekijästä ja ne ovat pääasiassa samat ikääntyneillä kuin muillakin ikäluokilla. Suurena hyvinvoinnin pilarina voidaan pitää toimintakykyä, sillä sen heikentymisellä on isot vaikutukset ikääntyvän koettuun hyvinvointiin, onnellisuuteen ja kykyyn selviytyä arjessa. Tällöin ympäristön tuella on iso vaikutus, jotta ikääntyvä saa tarvittavan tuen säilyttäen kuitenkin oman toimijuuttaan arjessa. Ikääntyneen kannattaa tehdä asumissuunnitelmat hyvissä ajoin huomioiden esteettömyys ja turvallisuus. (Laatusuositus aktiivisen ja toimintakykyisen ikääntymisen ja kestävien palvelun turvaamiseksi 2024, 26–29.)

Usein hyvinvoinnin osatekijöitä on monia, vaikka puheeksi nousee eritoten fyysinen terveys ja toimintakyky (Haarni 2017, 6–7). Mielen terveys on meillä jokaisella jatkuvasti muuttuva tila, jossa on erilaisia vaiheita. Positiivisella asenteella ja opituilla sopeutumistaidoilla voidaan pärjätä jo pitkälle kohtamaan ikääntyminen paremmin. (Solin ym. 2023, 21.) Mielen hyvinvointi on merkittävässä roolissa hyvinvoinnin kulmakivenä ja siihen tulisikin panostaa. Tärkeässä roolissa on mielen terveysongelmien ehkäisy eli mielen hyvinvoinnin tukeminen eikä pelkästään mielen järkkymisen hoitaminen jälkikäteen. (Haarni 2017, 6–7.)

Elämänlaatua heikentää iän myötä lisääntyvä yksinäisyys. Eristäytyminen tai yksinäisyys voi vähentää ikääntyneen resursseja elämään (Haarni 2017, 7). 80 vuotta täyttäneistä kotona asuvista jopa noin kolmasosan on arvioitu syrjäytyneen yleisestä hyvinvoinnista köyhyyden, sairauksien ja heikon toimintakyvyn sekä palvelujen riittämättömyyden ja yksinäisyyden takia (Vaarama & Ollila 2014.)

2.2 Osallisuus

Osallisuus on tärkeä osa yhteiskunnassa toimimista. Osallisuus voidaan määritellä osallistumisen lisäksi aktiivisena toimijana olemista omassa elämässään, yhteisössä ja yhteiskunnassa. (Isola ym. 2017, 3.) Osallisuuden edistäminen on yhteiskuntapoliittisesti tärkeä tavoite, jonka avulla luodaan yhdenvertaista toimintakulttuuria ja edistetään kansalaisaktiivisuutta (Ruuskanen ym. 2023. 2–3.)

Ikääntyvillä osallisuutta voidaan hyödyntää esimerkiksi ryhmämuotoisilla toimintamalleilla. Näillä keinoin ehkäistään syrjäytymistä yhteiskunnasta, joka on ikääntyvällä riskinä. Kokemus huonosta osallisuudesta on yksi yksinäisyyden osatekijä sekä lisää psyykkistä kuormitusta. Osallisuus onkin yksi hyvinvoinnin edistämisen keino, sillä sen avulla edistetään ihmisen tarvetta tulla kuulluksi ja olla osa yhteiskuntaa. (Osallisuuden edistäjän opas 2023, 20.) Yhdessä tekeminen ja yhteenkuuluvuus lisää mielen hyvinvointia sekä luo arkeen rytmiä ja mielekkyyttä elämään (Haarni 2017, 38).

Osallisuus voidaan jakaa kolmeen osa-alueeseen sosiaali-, käyttäytymis- ja terveystieteelliseen tutkimukseen perustuen. Osallisuus omassa elämässä näkyy mahdollisuutena elää omannäköistä elämää. Omassa elämässä osallisenä olo tarkoittaa, että ihmisellä on päätösvaltaa omasta elämästä. Itsensä toteuttaminen ja kehittäminen vaatii taitoa, tietoa ja resursseja. Toisena on osallisuus yhteisöissä ja vaikuttamisen prosesseissa, jolloin on mahdollisuus vaikuttaa tärkeisiin asioihin ja kuulua yhteisöihin. Yhteisö voi olla mikä vain ystävä-, harrastus-, perhe- tai yhteiskunnan ryhmä. Vaikeassa elämäntilanteessa on tärkeää, että pystyy vaikuttamaan. Vaikuttamisella voi saada merkityksellisyyden tunnetta ja sisältöä elämään. Osallisuus yhteisestä hyvästä, jolloin on mahdollisuus päästä tuottamaan ja jakamaan yhteistä hyvää. Avoimet ja yhteiset tilat mahdollistavat yhdenvertaisuuden ja yhteenkuuluvuuden tunnetta. (Osallisuuden edistäjän opas 2023, 22–26.)

2.3 Matalan kynnyksen palvelut

Palveluilla haetaan asukkaiden hyvinvoinnin lisäämistä, joten on erittäin tärkeää saada siitä saavutettavaa jokaiselle. Matalan kynnyksen palveluilla varmistetaan saavutettavuus ja tasa-arvoinen kohtelu. Tällöin tärkeässä roolissa on asiakaslähtöisyys, jotta pystytään huomioimaan väestön erilaiset vaatimukset ja tarpeet. Toiminnan maksuttomuus tai hyvin edullinen hinta edistää usein osallistumista. (Leeman & Hämäläinen 2015, 3–4). Kohtaamispaikkoihin on tervetullut kuka tahansa ja siellä on tärkeässä roolissa eri toimijoiden yhteistyö. (Seppälä ym. 2020, 3.)

Matalan kynnyksen palveluiden tavoitteena on aktivoida ihmisiä osallistumaan ja olla osa yhteisöä. Yleensä palvelut tarjoavat kohtaamis- ja harrastusmahdollisuuksia, joiden avulla päästään vuorovaikutukseen muiden kanssa ja ylläpidetään sosiaalista hyvinvointia. Matalan kynnyksen palvelut vakiintuivat suomeen 1990-luvulla, jolloin herättiin hyvinvointivaltion kriisiin ja kolmas sektori alkoi tekemään vahvemmin hyvinvointityötä. Nykyään matalan kynnyksen palveluita löytyy paljon ja hyvin erilaisille kohderyhmille, kuten päihde- ja mielen-terveyspalveluissa. (Leeman & Hämäläinen 2015, 3–4.)

Matalan kynnyksen kohtaamispaikkoja eli yhteisötiloja ikääntyville on Kouvolassa viisi. Näiden avulla Kouvolan kaupunki pyrkii lisäämään asukkaiden hyvinvointia aktivoimalla alueen yhteisöllistä toimintaa eli aluetoimikunnilla. Aluetoimikunnat ovat Anjalankoski, Elimäki-Koria, Kuusankoski-Jaala, Valkeala ja keskusta-alue. Jokaisen aluetoimikunnan tehtävä on selvittää, minkälainen tarve yhteisötilalla on alueellaan sekä suunnitella sinne käyttäjille suunnattua toimintaa. (Yhteisötilat alueilla 2024.)

2.4 Kulttuurinen vanhustyö

Kulttuurihyvinvointi pitää osata huomioida myös hyvinvointiin liittyvissä teki-
jöissä. Kulttuurin ja taiteen avulla hyvinvointi lisääntyy, luodaan yhteisöllisyyttä
sekä lisätään ikääntyvien osallisuutta. (Tähti 2022, 6–11.) Kulttuuri ja taide
kuuluvat jokaisen ihmisen arkeen fyysistä, psyykkistä, sosiaalisista rajoitteista
huolimatta (Aholainen 2019, 1).

Nykyään osataan nähdä kulttuuri hyvinvointia lisääväksi tekijäksi paremmin,
mikä näkyy esimerkiksi kuntien hyvinvointisuunnitelmiin merkatuista kulttuuri-
hyvinvointiin liittyvistä aihepiireistä. Kymenlaakson alueellisen ikääntyneiden
väestön kulttuurihyvinvointisuunnitelmassa on mainittu osallisuuden lisäämi-
nen, kulttuurihyvinvointipalveluiden saavutettavuus ja saatavuus. Suunnitel-
maa varten tehdyn kyselyn pohjalta taide- ja kulttuuripalvelut tärkeäksi omalle
hyvinvoinnille. (Kymenlaakson alueellinen ikääntyneen väestön kulttuurihyvin-
vointisuunnitelma 2021.)

3 TUTKIMUKSEN TARKOITUS, TAVOITE JA TUTKIMUSKYSYMYKSET

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää ikäihmisten kokemuksia yhteisötiloissa toimimisesta ja näkemyksiä yhteisötilojen kehittämisestä. Kartoittaminen tehtiin kyselyllä, joka oli vastattavissa kaksi viikkoa. Kyselyyn vastattiin kohtaamispaikassa Porukkatalolla. Opinnäytetyö toteutettiin Kouvolan kaupungille.

Tutkimuskysymykset:

1. Millaisia kokemuksia ikäihmisillä on yhteisötiloissa toimimisessa?

2. Miten ikäihmisten mielestä yhteisötiloja tulisi kehittää?

4 TUTKIMUKSEN LÄHTÖKOHDAT

4.1 Kohtaamispaikka

Kouvolan kaupunki perusti testamenttivaroin ikäihmisille matalan kynnyksen kohtaamispaikan, nimeltään Ikäasema, joka sijaitsee Kouvolan ydinkeskustassa. Siellä ikääntyneet pystyivät käymään kahvilla, osallistumaan järjestettyyn toimintaan, sekä lukemaan esimerkiksi lehtiä. Viereisestä tilasta löytyi ikääntyneiden oma kuntosali. Ikäasemalla on ollut myös sosiaali- ja terveydenhuollon palveluita.

Kouvolan kaupunki perusti testamenttivaroin ikäihmisille matalan kynnyksen Ikäasema-kohtaamispaikan Kouvolan ydinkeskustaan Hansakeskukseen. Tilassa voi tavata ihmisiä, lukea lehtiä, kahvitella ja osallistua järjestettyyn ohjelmaan sekä saada liikuntaneuvontaa. Viereiseen tilaan perustettiin senioreille sopiva kuntosali. Ikäasemalla on ollut saatavilla sosiaali- ja terveydenhuollon palveluja.

Ikäaseman toimintakonseptia haluttiin laajentaa kaikenikäisten avoimeksi kohtaamispaikaksi ja keväällä 2022 Ikäasema muuttui Pointiksi, kaikenikäisten olohuoneeksi. Tilaa voivat käyttää kuntalaiset ja järjestöt maksutta. Pointin käytännön toiminnasta on huolehtinut Kouvolan Kipinä ry.

Kymenlaakson hyvinvointialue päätti 2023 keskittää ikääntyneiden palveluita säästösyiden takia. Ikäihmisillä on mahdollisuus kokoontua Nuorten paikassa ja Kohoassa. Ikäihmiset toimittivat adressin Pointin jatkumisen puolesta. Karitoituksen jälkeen Pointin toiminta siirtyisi Porukkatalolle.

Porukkatalo on yhdistysten, yritysten sekä kaupungin toimijoiden yhteinen toimitila Kouvolaissa Savonkadulla, vain 800 metrin päässä kaupungin ydinkeskustasta. Porukkatalo tarjoaa yhdistyksille ja yhteisöille tiloja kokouksiin, kerhoiltoihin, tapahtumiin ja muihin kohtaamisiin.

4.2 Ikääntyneet Kymenlaaksossa

Väestörakenteen kehityssuunta on kymenlaaksossa haastava. Ikääntyneiden määrä kasvaa merkittävästi. Samaan aikaan väestömäärä vähenee. Tästä syystä on tärkeää huomioida ikääntyneiden varhaisen ja ennaltaehkäisevän tuen vahvistamista yhteistyössä järjestöjen, kuntien, seurakuntien ja Kymso-ten kanssa (nykyinen Kymenlaakson hyvinvointialue). Moni ikääntyneistä asuu kotona, mikä aiheuttaa yksinäisyyden tunteita. Monelta ikääntyneeltä puuttuu myös läheistuki. (Kymsote 2021, 13.)

5 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

5.1 Tutkimusmenetelmät ja aineistonkeruu

Tutkimusmenetelmänä toimii yhteistyössä opinnäytetyön tilaajan kanssa laadittu ”tyytyväisyyskysely”. Kyselytutkimus on määrällinen tutkimus, joka perustuu erilaisilla tilasto-ohjelmilla luotuihin numerollisiin analyyseihin. Näiden avulla pystytään selvittämään ihmisten erilaisia kokemuksia ja käsityksiä (Vilkkä 2021, Luku 4). Määrällisen tutkimuksen tavallisin aineiston keräämisen tapa on kyselylomake (Vilkkä 2021, Luku 4). Kysely laadittiin käyttämällä Webropol-alustaa. Kysely on vakioitu, jolloin kaikilta kyselyyn vastaavilta kysytään täysin samat kysymykset (Vilkkä 2021, Luku 4). Kyselyn alussa oli neljä kysymystä taustatietoja. Kyselylomakkeen kysymykset olivat osittain valmiina vaihtoehtoina, joihin pystyi lisäämään lisäkommentteja. Kysely sisälsi myös muutaman avoimen kysymyksen.

Opinnäytetyön tutkimuksellinen osuus perustui kyselyn tuloksiin. Opinnäytetyöhömme kuuluu myös tietoperustaa ja keskeisiä käsitteitä. Työhömme on etsitty tietoa kirjoista, tutkielmista, pro gradu -tutkielmista sekä artikkeleista. Kyselyiden vastauksia kerättiin kaksi viikkoa kohtaamispaikoissa Porukkatalolla, Nuorten paikassa ja Kohoassa. Kyselylomakkeen etu on, että vastaaja jää tuntemattomaksi, mutta riskinä että vastaajia on vähän (Vilkkä 2021, Luku 4). Suurin osa, kyselyiden vastauksista on tullut niin että olemme itse olleet paikalla ja tarvittaessa vastanneet kyselystä tulleisiin kysymyksiin. Kysely on kysymyksistä huolimatta pysynyt anonyyminä.

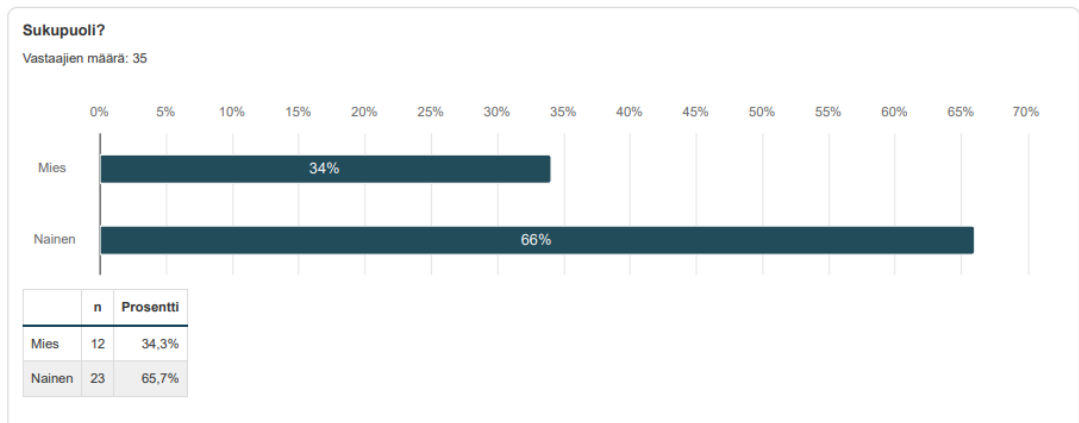
5.2 Aineistonkäsittely

Kysely oli tehty Webropol-ohjelmalla. Aineiston analyysi tehtiin myös Webropol-ohjelman avulla. Kysely kysyttiin vastaajilta paperisena. Syötimme kyselyn vastaukset Webropol-ohjelmaan. Käsittelimme aineiston ja analysoimme ohjelman avulla. Webropol-ohjelmaan täytyy kirjautua omilla käyttäjätunnuksilla, jolloin ohjelma on tietoturvallinen. Kyselyn vastauksia kertyi 32 kappaletta. Kerätty aineisto analysoitiin suorilla ja suhteellisilla jakaumilla sekä keskiarvotarkastelun avulla.

6 TUTKIMUKSEN TULOKSET

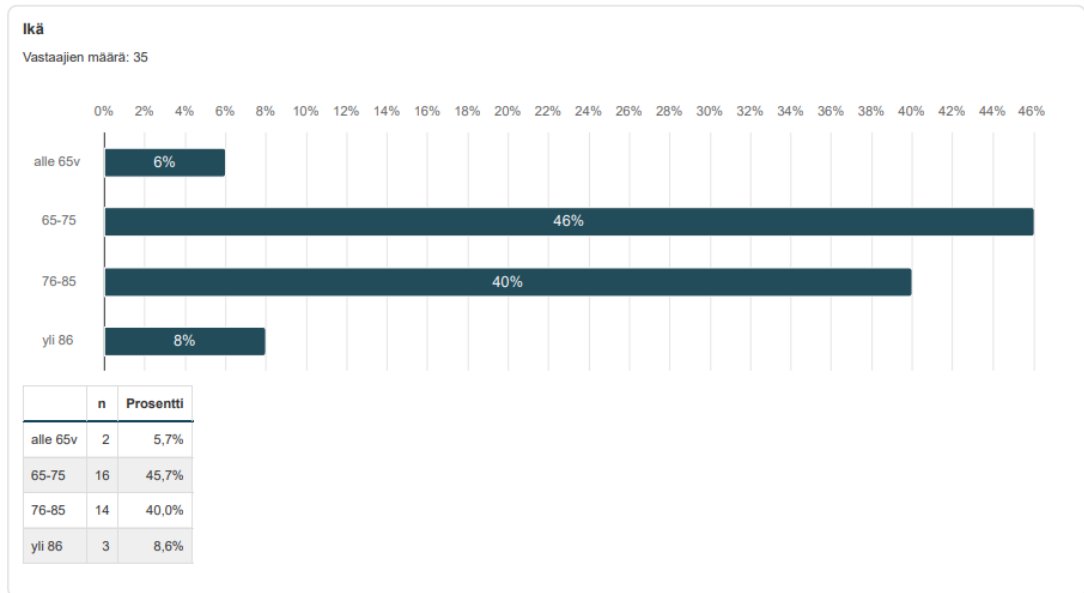
6.1 Taustamuuttujat

Vastauksia kyselyyn saimme 32 vastaajalta. Vastaajista 66 % oli naisia ja 34 % miehiä (kuva 1). Tulos naisten ja miesten vastaamisen eroavaisuudessa oli odotettavissa.



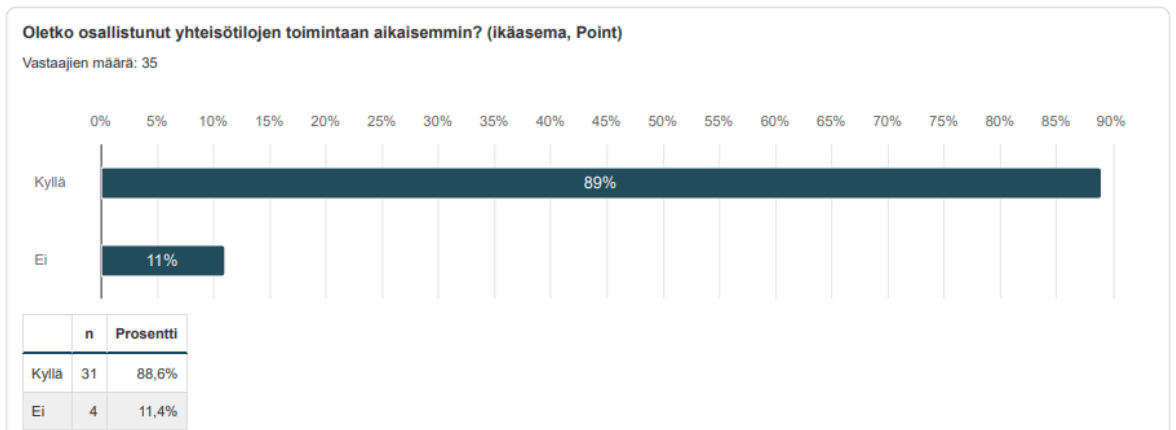
Kuva 1. Sukupuolijakauma

Ikäjakaumassa suurin osa vastaajia oli 65–75-vuotiaita, joita oli 46 %. 40 % vastaajista oli 76–85-vuotiaita. Yli 86-vuotiaita vastaajista oli 8 % eli kolme vastaajaa. Kaksi vastaajaa oli alle 65-vuotiaita eli 6 % vastaajista (Kuva 2.)



Kuva 2. Kyselyyn vastanneiden ikäjakauma

Toisessa taustakysymyksessä selvitettiin, miltä asuinalueelta kohtaamispaikkaan tullaan käymään. Vastaajista 68,6 % vastasi asuvansa kaupungin keskustassa. Taajamassa vastaajista asuu 28,6 %. Yksi kyselyyn vastannut asuu maaseudulla.



Kuva 3. Yhteisötilojen toimintaan aikaisempi osallistuminen

Kolmannessa taustakysymyksessä selvitettiin, ovatko vastaajat osallistuneet yhteisötilojen toimintaan aikaisemmin. 88,6 % vastaajista oli osallistunut aikaisemminkin. 11,4 % vastaajista olivat ensikertalaisia. (Kuva 3.)

6.2 Kokemukset

Selvitimme kyselyssä vastaajilta kokemuksia yhteisötilojen valittuihin toimintoihin. Kysymys oli: Vastaa oman asiakaskokemuksesi perusteella kuinka tyytyväinen olet yhteisötilojen seuraaviin toimintoihin. Arviointi 1–5, 1. erittäin tyytymätön, 2. Jokseenkin tyytyväinen, 3. En tyytyväinen enkä tyytymätön, 4. jokseenkin tyytyväinen, 5. erittäin tyytyväinen.

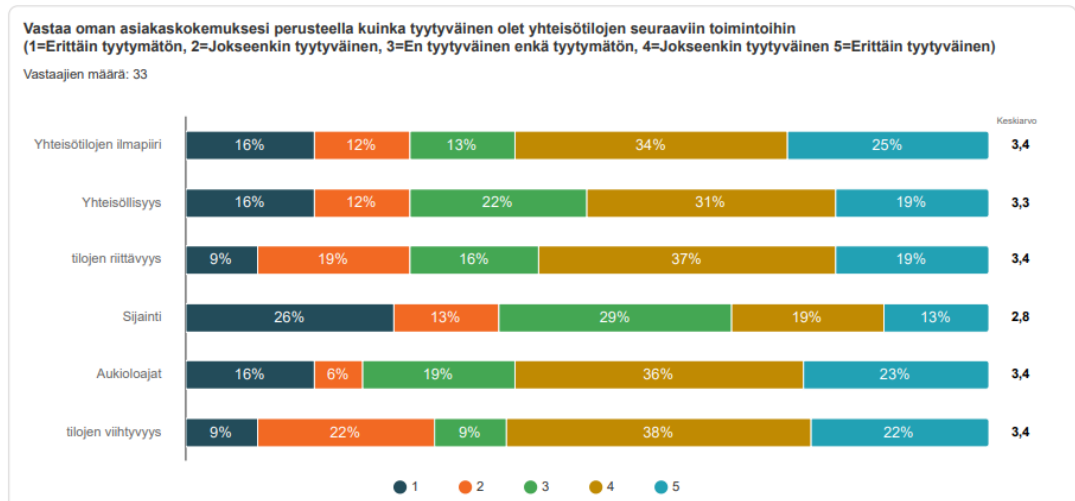
Yhteisötilojen ilmapiiriin jokseenkin tyytyväisiä oli 34 %. 16 % vastaajista koki olevansa ilmapiiriin erittäin tyytymätön. Lähes samoilla määrillä 12 % ja 13 % vastaajista kokivat olevansa ilmapiiriin jokseenkin tyytyväinen tai en tyytyväinen enkä tyytymätön. 25 % vastaajista koki yhteisötilojen ilmapiirin erittäin hyväksi.

Kysymykseen koskien yhteisöllisyyttä 16 % vastaajista vastasi olevansa erittäin tyytymätön yhteisöllisyyteen. 22 % vastaajista koki, että ei ole tyytyväinen eikä tyytymätön yhteisöllisyyteen. Positiivisen puolella jokseenkin tyytyväinen vastaajista oli 31 %. 19 % vastaajista on yhteisöllisyyteen erittäin tyytyväinen (Kuva 4.)

Tilojen riittävyys yhteisötiloissa koettiin 37 % vastaajan mukaan, että siihen ollaan jokseenkin tyytyväisiä. Tähänkin 19 % oli vastannut olevan tilojen riittävyyteen erittäin tyytyväinen. 16 % vastasi en tyytyväinen enkä tyytymätön tilojen riittävyyteen. Erittäin tyytymätön tilojen riittävyyteen vastaajista oli 9 % ja 12 % jokseenkin tyytyväinen (Kuva 4.)

Sijaintiin liittyen 26 % vastaajista koki olevansa sijaintiin erittäin tyytymätön. En tyytyväinen enkä tyytyväinen vastasi 29 %. 13 % koki olevansa sijaintiin erittäin tyytyväinen. Jokseenkin tyytyväisiä oli 19 % ja jokseenkin tyytyväisiä 13 % vastaajista (Kuva 4.)

Aukioloaikoihin 38 % vastasi olevansa jokseenkin tyytyväinen. Erittäin tyytyväinen aukioloaikaan oli 23 % vastaajista. 16 % vastasi olevansa erittäin tyytymätön aukioloaikoihin. Tilojen viihtyvyyteen 38 % oli jokseenkin tyytyväinen. Vastaajista 22 % koki olevansa erittäin tyytyväinen. 9 % koki olevansa erittäin tyytymätön tilojen viihtyvyyteen (Kuva 4.)



Kuva 4. Asiakaskokemuksen jakautuminen

Aukioloajoista kaksi kyselyyn vastaajista vastasi myös sopivia toiveaikoja. Aukioloaikatoiveet olivat klo 9–15, 9–13.30 tai 12–15. Sijainnista yksi kyselyyn vastaaja oli vastannut, että sijainti on kaukana. Yhteisötilojen ilmapiiristä oli kaksi kommenttia. Vastaajat olivat vastanneet samalla tavalla, että ilmapiiri on hyvä Nupa-, Eduko- ja seurakuntakeskuksella.

Kyselyssä oli mahdollisuus kertoa vapaasti kokemuksia yhteisötiloissa toimimisesta. Vapaasti annetut kommentit antavat merkittäviä mielipiteitä kyselyyn vastaajilta. Jaoin kommentit taulukkoon ja teimme niistä jaottelua samantyyppisiin ja niistä erilaisia luokkia. Pääluokkia on sijainti, henkilökunta, teknologia, viihtyisyys, yksinäisyys ja aktiivisuus. Sijainnin yläluokkia on sijainti kaukana ja maksullinen kuljetus. Henkilökunnan yläluokkia ovat kohtaaminen, ohjaaminen ja tervehtiminen. Teknologian yläluokkia ovat äänentoisto, akustiikka ja induktiosilmukka. Yksinäisyyden yläluokkia ovat yhteisöllisyys ja yhteisötilan tärkeys. Aktiivisuuden yläluokkia ovat ilmapiiri, osallistuminen, viihtyvyys ja tilat (Taulukko 5.)

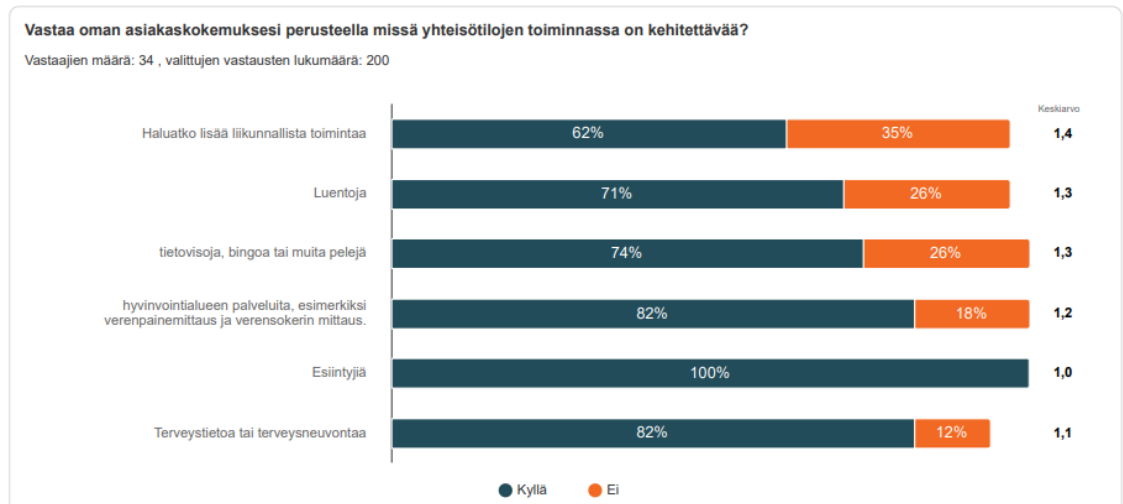
”Ohjelmat eivät pidä paikkaansa ja huonosti informoitu kävijöille. Kulkuyhteydet hyvät mutta kaikilla ei ole varaa palvelulinja-auton käyttöön. Ehdotus pöytäkävijöille maksuton kuljetus niin voisi vanhat asiakkaat löytää tänne takaisin.”

Taulukko 1. Kokemuksia yhteisötiloissa toimimisesta

Vastaajien määrä: 20

Vastaukset
Ikä-asemaa ei korvaa mikään!
Tiloista puuttuu induktiosilmukka.
Kaukana citystä
Henkilökunta ei sanonut päivää (ei koske koko henkilökuntaa), mutta muutos tuli silloin, kun joku sanoi asian ääneen yhdessä tilaisuudessa. Oli kivoja musiikkihetkiä.
Aikaisemmin tykkäsin käydä Pointissa ja Ikäasemalla.
Tilat ovat kyllä toimivia monitoimitiloja. Äänentoisto on kyllä huono, tarvitsee akustiikkalevyjä, ainakin esiintyjien taakse, miksei muuallekin.
Porukkatalo minulle jalkavaivaiselle huonossa paikassa.
Vähän viihtyvyyttä lisää yhteisötiloihin.
Olen mukana Kamarin toiminnassa. Toivon todella hartaasti että toiminta jatkuu meillä.
Tila on hyvä, mutta liian vähän toimintaa.
Ohjelmat eivät pidä paikkaansa ja huonosti informoitu kävijöille. Kulkuyhteydet hyvät mutta kaikilla ei ole varaa palvelulinja-auton käyttöön. Ehdotus pointin kävijöille maksuton kuljetus niin voisi vanhat asiakkaat löytää tänne takaisin.
Taällä voisi käydä enemmän porukkaa
Ennen oli kaikki hyvin
ok
Olen käynyt kaksi kertaa, en osaa sanoa onko hyvä vai huono. On molempia, olisi kiva kun olisi jonkinlainen ohjaaja, ainakin joskus. Minä ainakin tunsin itseni jotenkin tänne kuulumatommaksi. Kahvi ja kahvileipä oli hyvää, kiitos!
Ymmärtääkseni ilmapiiri asiakkaiden keskuudessa oikein positiivinen ja osallistujat aktiivisia.
Olen aika vähän käynyt. Ihan hyvät kokemukset.
Nupassa erittäin hyvät ja ilmavat, raikkaat tilat. Edukossa kahvion tilat hyvät. Seurakuntakeskuksen maria-salin tilat loistavat.
näillä mennään.
Jos ei olisi yhteisötiloja olisin totaalisesti yksin!

Seuraavaksi kyselyssä kysyttiin valittujen toimintojen kehittämisestä. Kysymys oli: Vastaa oman asiakaskokemuksesi perusteella missä yhteisötilojen toiminnassa on kehitettävää? Liikunnallista toimintaa yhteisötiloissa kaipaa 62 %. 35 % vastaajista ei halua liikunnallista toimintaa lisää. Luentoja kuulisi mielellään 71 % vastaajista. 26 % ei kaipaa luentoja. Pelejä kuten tietovisoja tai bingoa vastaajista haluaisi 74 %. Hyvinvointialueen palveluita, kuten verenpaineenmittausta vastaajista 82 % toivoisi lisää. 18 % ei kaipaa hyvinvointialueen palveluita. Esiintyjä yhteisötiloihin vastaajista haluaisivat kaikki. Kyllä- vastauksia oli 100 %. Terveystietoa tai terveysneuvontaa haluaisi 82 % ja 12 % ei niitä kaipaa. (Kuva 6.)



Kuva 5. Yhteistoiminnan kehittäminen valituissa toiminnoissa

Viimeisenä kyselyn kysymyksenä oli: Millaista muuta toimintaa haluaisit yhteisötiloihin?

Taulukko 2. Toiveita toiminnasta yhteisötiloihin

Millaista muuta toimintaa haluaisit yhteisötiloihin?	
Vastaajien määrä: 18	
Vastaukset	
Vapaa kuntosalii!	
Eipä tule varmaan käytettyä, kuin seurakuntatalon Maria-Salia. Siellä tuntuu olevan ihan mukavasti ohjelmaa.	
Liikuntaa (omatoimista) ohjausta.	
Ulkopelejä, iso shakkilauta, konsertteja	
Jumppa tuokiota, tietovisaa (ei valmiita vaihtoehtoja, vaan todella tietoa vaativaa). Ei arvaus juttuja.	
Sellaista toimintaa, joka lisää asukkaan yhteisöllisyyttä, naurujoogaa, yhteislaulamista.	
Musiikkiliikuntaa, jumppaa, tanssia, ym. karaokea.	
Sellaista toimintaa joka sopii kaiken ikäisille, esim. kepparikisat	
Laaja-alaista osallistumista eri yhteisöjen ja yksityishenkilöiden toimesta	
Esiintyjä "taitelijoita, musiikki-esityksiä, yhteislaulua, runonlausuntaa, pikku teatteria, stand up.	
Enemmän jotain yhteistä vaikka palkkatuella kipinästä joku tänne kokopäiväksi haastalemaan ja pelauttamaan asiakkaita.	
Kaikeaa terveyteen liittyvää ohjelmaa.	
Esiintyjä toivon	
Esiintyjä	
Musiikkia ja laulua	
Mielellään jotain hieman tavallisesta poikkeava, josta voisi saada kokemuksia ja siitä kipinän uudeksi iltoharrastukseksi.	
Vaihtelevat paikat ovat mielenkiintoisia. Yhteisötilat tuovat vaihtelua elämäni.	

"Mielellään jotain hieman tavallisesta poikkeava, josta voisi saada kokemuksia ja siitä kipinän uudeksi iltoharrastukseksi." Poiminta taulukosta 7.

Esiintyjä, liikuntaa, laulua ja erilaisia pelejä toivottiin eniten. Seurakuntatalon Maria-Sali koettiin mielenkiintoisimmaksi paikaksi sisällön takia. Esiintyjät ovat hyvin toivottuja yhteisötiloihin. Esiintyjä oli tarkemmin määritelty yhdessä kommentissa, jossa toivottiin taitelijoita, musiikkiesityksiä, pikku teatteria ja stand up -esiintyjää. Musiikkia, laulua ja yhteislaulua toivottiin. Toiveissa kerrottiin myös, että vaihtelevat paikat tuovat rikkautta ja mielenkiintoa. Tietovisaa toivottiin, jossa tietoa tarvittaisiin. (Taulukko 7.)

7 JOHTOPÄÄTÖKSET

7.1 Pohdinta

Tämän opinnäytetyön tuloksia voidaan hyödyntää kohtaamispaikka Porukkatalon toiminnan kehittämiseen. Tutkimuskysymykset olivat, millaisia kokemuksia ikäihmisillä on yhteisötiloissa toimimisessa sekä miten ikäihmisten mielestä yhteisötiloja tulisi kehittää. Opinnäytetyössä pyritään kuvaamaan kyselyyn vastanneiden vastauksia ja analysoimaan niiden mahdollisuuksia Porukkatalon kehittämisessä. Miten yhteisötila Porukkatalo saadaan erottumaan muista yhteisötiloista ja saada kävijämäärä kasvamaan. Kyselyn vapaat kommentit ovat tässä merkittävänä tekijänä.

Yhteisötilojen toiminta koetaan merkittäväksi ja tärkeäksi. Yhteisötilojen toiminnalla ja tiloilla on selvästi paljon merkitystä viihtyvyyteen. Tilat ovat tärkeä osa yhteisötilojen toimintaa ja viihtyvyyttä. Tilojen monipuolisuus ja niitten riittävyys vaikuttaa, että yhteisötiloista löytyy mahdollisuuksia monenlaiseen toimintaan. Jos ei halua toimintaan osallistua, voi esimerkiksi rauhoittua toisessa tilassa.

Merkittävä ja pitkälti tiedossa oleva asia on se, että yhteisötila Porukkatalon sijainti haastaa sen käyttöä. Säästösyistä suosittu yhteisötila Porukkatalo siirtyi kauemmas keskustasta ja toiminta pyörii yhdistysten varassa. Toivottujen esiintyjien rahoittamisessa on siis paljon haasteita, vaikka se varmasti toisikin paljon enemmän kävijöitä yhteisötiloihin ottaen huomioon sen, että kulkuyhteyteen on tehty parannuksia.

Yhteisötila Porukkatalo toimii Kipinä Ry:n järjestön toiminnalla, jonka yhteistyökumppaneina ovat Kouvolan Kaupunki, Kymenlaakson hyvinvointialue, TE-palvelut ja Kouvolan Asunnot Oy. Yhteisötila Porukkatalolla on työntekijöitä kuntouttavasta työtoiminnasta, joka toimii Tukevasti tukea 2.0 hankkeen avulla. Porukkatalolle voi tehdä myös lahjoituksia. (Kipinä 2024.) Yhteisötila Porukkatalolle löytyy palvelulinja-auto, jolla pääsee helposti kulkemaan. Palvelulinja-auto on kuitenkin maksullinen, mikä vähentää kulkijoita. Sijainnin muuttuneeseen tilanteeseen ei pysty vaikuttamaan. Palvelulinja-auton kuljetus voisi esimerkiksi olla ilmainen silloin, kun yhteisötila Porukkatalolla tapahtuu

jotain enemmän ihmisiä kiinnostavaa. Esteettömyyttä emme käsitelleet kyselyssä, mutta Kouvolan Kaupunki on kertonut parantavan esteettömyyttä lisäämällä Porukkataloon helppokulkuisuutta. (Porukkatalo yhteisötila 2024.) Toiminnan pitäisi olla niin monipuolista, että se vetäisi käyttäjiä lisää. Muutamat kyselyyn vastaajat kokevat esimerkiksi Seurakuntatalo Maria-salissa toiminnan olevan monipuolisempaa, joten he käyvät mieluummin siellä. Monen toiminnan haasteena on rahoittaminen.

Uuden henkilön vastaanottamiseen tulisi panostaa entistä enemmän, jotta hän kokee olonsa tervetulleeksi. Kyselyyn vastanneelta henkilöltä oli tullut kokemus yhteisötilasta, että hän ei kuulu joukkoon. Jotta yhteisötilaan saadaan lisää kävijöitä ja toimintaa elävämmäksi, on tärkeää, että uudet paikalle tulevat kokevat itsensä tervetulleiksi. Kohtaamisen tärkeys korostuu henkilökunnasta ja siitä, miten helposti vakioporukkaan pääsee mukaan. Mitä matalammaksi kynnyksen saa sitä helpompi osallistuminen on taustasta huolimatta (Leemann & Hämäläinen 2015, 1). Tähän pystytään vaikuttamaan henkilökunnan vuorovaikutustaidoilla, jotta ensikohtaamisesta tulee tervetullut olo ja kuinka henkilökunta osaa ryhmyttää osallistujia keskenään.

Kyselyyn vastanneiden vastauksista yhtenä selkeänä nousi liikunta. Kuntosali Porukkatalolle siirtyykin ja sitä pystyy käyttämään samalla tavalla kuin aikaisemmin yhteisötilojen yhteydessä. Musiikkiliikuntaa, tanssia, ohjattua ja oma-toimista liikuntaa toivottiin. Liikuntatoimintoja varmasti yhteisötiloissa löytyy monenlaisia mutta ennen kaikkea monipuolisuudella kaikille sopivaa on tärkeää löytyä. Yhteistyön vahvistaminen Kymenlaakson hyvinvointialueen ja Kouvolan kaupungin voisi tapahtua niin, että tarjoaisiko kaupungin liikuntapalveluitaan yhteisötila Porukkatalolla tai hyvinvointialue esimerkiksi terapia palveluitaan. Näiden toiveiden ja kommenttien avulla mitä kyselystä saatiin, voitaisiin saada yhteisötila Porukkatalolle lisää näkyvyyttä ja samalla myös kehittää yhteisötilojen mahdollisuuksia jatkaa, jotta mahdollisimman moni löytäisi paikalle.

Yksinäisyys oli aiheena odotettavissa ikääntyneiden parissa tehdystä kyselystä. On todettu, että ikääntyneiden kokeman yksinäisyys on yleisempää kuin muun väestön. (Rahikka ym. 2020. 2–3.) Aihe nousikin kyselyssä esille.

Yhteisötilojen tärkeys korostuu siinä, kun yksinäinen ikääntynyt pääsee sosiaalisten suhteiden pariin ainoastaan siellä, jos läheisiä ei ole. Yhden kyselyyn vastaajan kommentti oli ”jos ei olisi yhteisötiloja olisin totaalisen yksin!” Vaikka muita yksinäisyyteen viittavia kommentteja ei tullut, uskomme kuitenkin, että moni yhteisötiloissa kävijä osaa tähän samaistua.

Tämän tutkimuksen tarkoituksena oli kartoittaa ikäihmisten kokemuksia yhteisötiloissa. Tavoitteena oli tuottaa Kouvolan kaupungille kehitysideoita ja tietoa muutosten vastaanottamisesta. Kyselyn vastausmäärä yllätti meidät, mikä oli positiivinen asia. Ryhmähaastatteluilla tai yksittäisellä haastattelutuokiolla olisimme voineet saada lisää informaatiota ja kehitysideoita. Halusimme pitää kyselyn yksinkertaisena ja helposti lähestyttävänä. Yhteisötilojen toiminnalta odotetaan myös paljon, koska kyselystä tuli selville, että tarjontaa löytyy muualtakin. Yhteisötilojen tarjonta ja viikko-ohjelmat ratkaisevat paljolti ketkä osallistuvat mihinkin yhteisötilan toimintaan. Yhteisötiloihin myös syntyy vakiokävijöiden ryhmiä, jotka vaikuttavat missä yhteisötilassa ikääntynyt mielellään vierrailee. Tutkimuksen tulosten jakaantuminen oli mielenkiintoista tutkimuksen kannalta, koska mitään selkää linjaa ei ollut. Mielenkiintoista olisi tietää miten yhteisötila Porukkatalon toiminta on lähtenyt eteenpäin ja ovatko kävijät jatkaneet siellä käymistä.

7.2 Eettisyys

Tutkimuksen täytyy noudattaa hyvää tieteellistä käytäntöä. Tutkimusetiikka kulkee koko tutkimustyön matkan mukana. Tutkimusetiikkaan kuuluu sovittujen sääntöjen noudattaminen tutkimuskohteeseen, toimeksiantajiin, kollegoihin ja yleisöön. Noudatamme myös hyvää tieteellistä käytäntöä, jolloin olemme käyttäneet eettisesti kestäviä tutkimusmenetelmiä ja tiedonhankintamenetelmiä (Vilkkä 2021, Luku 2). Kyselyyn osallistuessaan henkilö osallistui opinnäytetyöhön vapaaehtoisesti. Kyselyyn vastanneen henkilön yksityisyyttä kunnioitettiin. Henkilötietoja ei kysytty. Tutkimusaineistoa käytettiin vain opinnäytetyötä varten, jonka jälkeen tutkimustiedot hävitettiin. Lähdetietojen pitäisi olla mahdollisimman tuoretta, jotta tutkimustieto olisi ajankohtaista. Vastaajien anonymiteetti oli turvattu, myös kun kyselyn vastauksia syötettiin Webropol-järjestelmään.

Kysely on myös toteutettu huomioiden kestävä kehitys ja tämän opinnäytetyön kohdalla se tarkoittaa terveyttä ja hyvinvointia sekä näiden tarpeiden ennakointia. Suunnittelimme ja raportoimme tutkimuksen asiallisesti, huomioiden myös etiikan. Pyrimme täyttämään tieteellisen tutkimuksen kriteerit täyttäviä menetelmiä tiedonhaussa ja tulosten esittämisessä.

7.3 Kehittämis- ja jatkotutkimusehdotukset

Jatkotutkimuksena tälle tutkimukselle voisi selvittää, millä tavalla ikääntyneitä on saatu yhteisötilan toimintaan Porukkatalolle ja miten yksinäiset ikääntyneet rohkaistaan muiden pariin. Miten uuden ihmisen kohtaamista yhteisötilassa on kehitetty?

LÄHTEET

Aholainen, M. 2019. Mitä ikääntyneiden kulttuuripalveluilla tarkoitetaan? *Gerontologia*. 33(44). Verkkolehti. Saatavissa: <https://journal.fi/gerontologia/article/view/80012/47062> [viitattu 2.3.2024].

Haarni, I. 2017. Ikääntyvä mieli. Mielen hyvinvointia vanhetessa. Helsinki: Suomen mielenterveys seura. Verkkojulkaisu. Saatavissa: <https://mieli.fi/wp-content/uploads/2021/08/Ikaantyyva-mieli-kirja.pdf> [viitattu 14.2.2024].

Isola, A-M., Kaartinen, H., Leemann L., Lääperi R., Schneider T., Valtari, S. & Keto-Tokoi, A. 2017. Mitä osallisuus on? Helsinki. Verkkojulkaisu. Saatavissa: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135356/URN_ISBN_978-952-302-917-0.pdf?sequence=1&isAllowed=y [viitattu 5.3.2024].

Karvonen, S., Kestilä, L. & Saikkonen, P. 2022. Suomalaisten hyvinvointi. Terveiden ja hyvinvoinninlaitos. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/145692/Suomalaisten%20hyvinvointi%202022%20verkko.pdf?sequence=4&isAllowed=y> [viitattu 20.3.2024].

Kipinä. 2024. Kouvolan kipinä. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://kouvolankipina.fi/> [viitattu 13.4.2024].

Kymenlaakson alueellinen ikääntyneen väestön kulttuurihyvinvointisuunnitelma 2021–2025. 2020. Kouvolan kaupunki. Saatavissa: https://www.kouvolafi.fi/wp-content/uploads/2023/08/ikaantyneen_vaeston_kulttuurihyvinvointisuunnitelma_2021-2025.pdf [viitattu 3.4.2024].

Kymsote. 2021. Kymenlaakson ikääntyneen väestön hyvinvointisuunnitelma. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://kymenhva.fi/wp-content/uploads/2023/02/Ikaantyneen-vaeston-hyvinvointisuunnitelma.pdf> [viitattu 27.2.2024].

Laatusuositus aktiivisen ja toimintakykyisen ikääntymisen ja kestävien palvelujen turvaamiseksi. 2024. Sosiaali- ja terveysministeriö. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/165460/STM_2024_4_J.pdf?sequence=1&isAllowed=y [viitattu 26.4.2024].

Laatusuositus hyvän ikääntymisen turvaamiseksi ja palvelujen parantamiseksi. 2020. Sosiaali- ja terveysministeriö. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/162455/STM_2020_29_J.pdf [viitattu 16.3.2024].

Leemann, L. & Hämäläinen, R.-M. 2015. Matalan kynnyksen palvelut. Sosiaalisen osallisuuden edistämisen koordinaatiohanke (Sokra). Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. WWW-dokumentti. Saatavissa: www.thl.fi/sokra [viitattu 12.2.2024].

Osallisuuden edistäjän opas. 2023. Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. WWW-dokumentti. Saatavissa:

<https://thl.fi/aiheet/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/osallisuuden-edistaminen/heikoimmassa-asemassa-olevien-osallisuus/osallisuuden-osa-alueet-ja-osallisuuden-edistamisen-periaatteet> [viitattu 20.3.2024].

Porukkatalo yhteisötila. 2024. Kouvolan kaupunki. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://www.kouvola.fi/kouvola-kaupunki/osallistu-ja-vaikuta/yhteisotilat-alueilla/porukkatalo-kohtaamispaikka/> [viitattu 13.4.2024].

Rahikka, A., Annanniemi, V. & Suutari, S. 2020. Ikääntyvien naisten kokema yksinäisyys. Gerontologia. Verkkolehti. Saatavissa: <https://journal.fi/gerontologia/article/view/77397/53028> [viitattu 10.4.2024].

Ruuskanen, A., Ristolainen, H., Tiilikainen, E., Topo, P. & Kankaanpää, E. 2023. Ikääntyneiden ryhmätoiminnan taloudellinen arviointi ja vaikutukset osallisuuteen. Gerontologia 37. Verkkolehti. Saatavissa: <https://journal.fi/gerontologia/article/view/115373/76866> [Viitattu 8.4.2024].

Seppälä, T., Grönlund, H. & Kemppainen, T. 2020. Matalan kynnyksen kohtaamispaikkojen sijainti ja saatavuus Helsingin kaupunginosassa. Helsingin yliopisto. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://journal.fi/janus/article/view/74407/53961> [viitattu 15.3.2024].

Solin, P., Heimonen, S., Luoma, M-L., Tamminen, N., Lukkarinen, E. & Viertiö, S. (toim.) 2023. Ikääntyneiden mielen hyvinvoinnin nykytila Suomessa. Vantaa. WWW-dokumentti. Saatavissa: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/147880/URN_ISBN_978-952-408-123-8.pdf?sequence=1&isAllowed=y [viitattu 27.4.2024].

Sote-uudistus. 2023. Sosiaali- ja terveysministeriö. Sosiaali- ja terveydenhuollon uudistus. WWW-dokumentti. Saatavissa: <https://stm.fi/soteuudistus> [viitattu 1.3.2024].

Tähti, T. 2022. Pienet teot, suuri hurma. Helsinki. Taideyliopiston Sibelius-Akatemia. PDF-dokumentti. Saatavissa: https://taju.uniarts.fi/bitstream/handle/10024/7634/ePDF_Taru%20T%E4hti_Pienet%20teot,%20suuri%20hurma_Sibelius-Akatemia.pdf;jsessionid=92589066EDC5364F9747F78B67A872AC?sequence=1 [viitattu 26.7.2023].

Vilka, H. 2021. Tutki ja kehitä. Jyväskylä: PS-kustannus. E-kirja. Saatavissa: <https://finna.fi/Record/3amk.290454?sid=4418862453> [Viitattu 14.3.2024].

Virtanen, P., Suoheimo, M., Lamminmäki, S., Ahonen, P. & Suokas, M. 2011. Matkaopas asiakaslähtöisten sosiaali- ja terveyspalveluiden kehittäminen. Helsinki. Saatavissa: <https://www.businessfinland.fi/globalassets/julkaisut/matkaopas.pdf> [viitattu 17.3.2024].

Yhteisötilat alueilla. 2024. Kouvolan kaupunki. PDF-dokumentti. Saatavissa: <https://www.kouvola.fi/kouvola-kaupunki/osallistu-ja-vaikuta/yhteisotilat-alueilla/> [Viitattu 14.3.2024].

Liitteet

Saatekirje

Hei,

Nyt sinulla olisi mahdollisuus päästä vaikuttamaan ja kehittämään ikääntyneiden palveluita. Olemme geronomiopiskelijat Sanni Ähkönen ja Nea Toijanen Kaakkois-suomen ammattikorkeakoulusta ja tämä kysely on osa opinnäytetyötämme. Haluamme tietää kokemuksia siitä miksi ikääntyneet osallistuvat toimintaan yhteisötiloissa ja kuinka muutokset otetaan vastaan, sekä yhteistoiminnan kehittäminen. Teemme kehitystyötä yhteistyössä Kouvolan kaupungille.

Kysely on vastattavissa kaksi viikkoa 15.1.2024 alkaen yhteisötiloissa Porukatalolla, sekä kahdessa muussa ikääntyneiden kohtaamispaikassa Nuorten paikassa ja Kohoassa. Kyselyyn vastaamisessa menee noin 5 minuuttia.

Sinun vastauksesi on meille tärkeä.

Opinnäytetyömme valmistuu kevään 2024 aikana.

Kyselyyn tai opinnäytetyöhön liittyviin kysymyksiin vastaa Sanni Ähkönen sähköpostitse osaah023@edu.xamk.fi.

Kysely ikäihmisten osallistumisesta yhteisötilojen suunnitteluun

1. Sukupuoli?

- Mies
 Nainen

2. Ikä

- alle 65v
 65-75
 76-85
 yli 86

3. Asutko?

- Kaupungin keskustassa
 Taajamassa
 Maaseudulla

4. Oletko osallistunut yhteisötilojen toimintaan aikaisemmin? (ikäasema, Point)

- Kyllä
 Ei

5. Vastaa oman asiakaskokemuksesi perusteella kuinka tyytyväinen olet yhteisötilojen seuraaviin toimintoihin

(1=Erittäin tyytymätön, 2=Jokseenkin tyytyväinen, 3=En tyytyväinen enkä tyytymätön, 4=Jokseenkin tyytyväinen 5=Erittäin tyytyväinen)

	1	2	3	4	5
Yhteisötilojen ilmapiiri	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Yhteisöllisyys	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

	1	2	3	4	5
tilojen riittävyys	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Sijainti	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Aukioloajat	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

tilojen viihtyvyys	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

Toivomme sinun perustelevan vastaustasi.

6. Halutessasi voit kertoa lisää omasta kokemuksestasi yhteisötiloissa

Pyrimme kehittämään tapaamisia asiakaslähtöisemmiksi, joten kerro omia mielipiteitäsi, mitä tapaamiseen pitäisi kehittää enemmän.

Kysymykseen on mahdollista perustella vastaustaan, joka on meille todella tärkeää tietoa.

7. Vastaa oman asiakaskokemuksesi perusteella missä yhteisötilojen toiminnassa on kehitettävää?

	Kyllä	Ei
Haluatko lisää liikunnallista toimintaa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Luentoja	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
tietovisoja, bingoa tai muita pelejä	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
hyvinvointialueen palveluita, esimerkiksi verensokerinmittaus ja verensokerin mittaus.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Esiintyjiä	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Terveystietoa tai terveysneuvontaa	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

8. Millaista muuta toimintaa haluaisit yhteisötiloihin?
