

Senioreiden tarpeet, kokemukset ja ehdotukset ikäystävälliseen Göteborgiin liittyen

Tilannekatsaus 2024



Johdanto

Ketään ei jätetä-periaate

Yhdistyneiden kansakuntien (YK:n) selkeimmät avainsanat planeettaamme koskevassa yhteisessä toimintasuunnitelmassa tiivistyvät ketään ei jätetä-periaatteessa. Periaate asettaa oikeudenmukaisuuskysymyksen keskiöön. Agenda 2030 -toimintaohjelma asettaa tavoitteet sille, miten saavutamme taloudellisesti, ekologisesti ja sosiaalisesti kestäväen yhteiskunnan.

Göteborgin kaupunki liittyi vuonna 2016, ensimmäisenä kaupunkina Ruotsista, WHO:n ikäystävällisten kaupunkien verkostoon. Kaupunki muotoili tavoitteeksi, että Göteborg olisi hyvä kaupunki asua ja ikääntyä. Siksi kaupungissa on nyt organisaatio ja rakenne ikäystävällisen kaupungin kehittämiseksi. Ikäystävällinen Göteborg edistää asioita yhdessä vanhusasiamiehen kanssa panostaen myös sukupolvien välisiin kohtaamisiin. Lisäksi ikäihmiset osallistuvat kehitystyöhön tulevaisuuden kehittäjinä. Mainitut asiat ovat esimerkkejä toimenpiteitä, miten Göteborgin kaupunki toimii. Raportti on esimerkki, miten Göteborgin kaupunki seuraa, kuuntelee ja osallistaa ikäihmisiä.

Göteborgin yliopistossa toimii ikääntymisen ja terveyden keskus AgeCap, joka kokoaa yhteen usean eri alojen tutkijoita. AgeCapin yleisenä tavoitteena on, että tutkimus edistää ihmisten kyvykkyyttä eli, että ihmiset voisivat elää elämää ja ikääntyä tavalla, jota he itse pitävät arvokkaana. Tutkimukset osoittavat, että ryhmätasolla elämme pidempään ja tulemme terveemmiksi. Suuria haasteita on yhä. Varsinkin kun on kyse asenteista vanhuksia tai ikäsyrintää kohtaan. Ennakkoluulot ja pinttyneet käsitykset iästä ohjaavat ajatuksiamme ja päätöksiamme. Usein unohdetaan ikäihmisten moninaisuus ja heistä puhutaan homogeneenisena ryhmänä.

AgeCap on osallistunut ikäystävällisen Göteborgin työhön ja ovat vakuuttuneita siitä, että tutkimustiedon avulla olemme kaikki paremmin varustautuneita tulevaisuutta ajatellen. Kunnan työ ikäystävällisen Göteborgin puolesta on hyvin tärkeää. Eikä ketään saa jättää, jos Göteborgista halutaan hyvä kaupunki ikääntymiseen. Mikäli Göteborgista on tarkoitus kehittää hyvä kaupunki ikääntymiseen, on tärkeää tukea kestävyysmurroksessa häviölle jääviä ihmisiä. Ratkaisevaa on kaikkien kansalaisten huomioiminen sosiaalisesti oikeudenmukaisella tavalla.

***Maria Edström**, journalismin apulaisprofessori ja Agecapin yhteistyökumppani, Ikääntymisen ja terveyden keskus, Göteborgin yliopistossa.*

Monille parempi mutta ei kaikille

Tietoisuus ikääntyneen väestön elinolojen eroista on tärkeä osa ikäystävällisessä kaupungissa. Paljon on mennyt hyvin monelle, mutta ei kaikille. Esimerkkejä ikääntyneiden elinolojen eroista näkyy selvästi siinä, miten köyhyys vaikuttaa elämänmahdollisuuksiin. Jollekin kyse voi olla siitä, että on varaa turvahälyttimeen kotona, kun taas jollekin toiselle se voi olla hammaslaskun maksaminen (Mac Innes et al., 2024). Ruotsissa on enemmän pienituloisia ikääntyneitä kuin muissa Pohjoismaissa (Tilastokeskus Ruotsi, 2017). Yli 300 000 ruotsalaista eläkeläistä pidetään köyhinä eli he täyttävät niin sanotun alhaisen taloudellisen tason kriteerit (Tilastokeskus Ruotsi, 2022). Tämä vaikuttaa erityisesti ulkomailla syntyneisiin ikääntyneisiin. Joka kolmas ikääntynyt henkilö syntynyt matalan tulotason maassa on pienituloisen ja heillä on alle 10 000 kruunun varallisuus (Gustafsson et al., 2019).

Ikääntyneiden asumislisä ja toimeentulotuki ovat taloudellista tukea, joka on tarkoitettu köyhyyden lievittämiseen. Tästä huolimatta tällä hetkellä on noin 200 000 ikäihmistä, jotka ovat oikeutettuja tähän tukeen, mutta jotka eivät käytä sitä (Ruotsin valtiontalouden tarkastusvirasto, 2019). Kysymys nostaa esiin hyvinvointipalvelujen saavutettavuusnäkökohdat. Vanhustenhoitoa hoitavien sosiaalityöntekijöiden haastattelut, todistavat tuen tarpeesta apurahojen sähköisessä hakuprosessissa Ruotsin eläkelaitokselle (Lundälv, Mac Innes, 2023).

Kuinka ikääntyneet göteborgilaiset voivat osallistua yhteiskunnan tarjoamiin hyvinvointipalveluihin, riippuu useista tekijöistä: asuvatko he yksin tai kumppanin kanssa, ovatko he terveitä tai kamppailevatko sairauksien kanssa ja tuntevatko olonsa mukavaksi tai syrjäytyneiksi digitaalisessa yhteiskunnassa. Kyse on yksilön kyvystä navigoida viranomaisviidakossa, mutta myös siitä, miten viranomaiset ja yritykset ovat yksilön käytettävissä (Lundälv, Mac Innes, 2023). Jotta kaikki Göteborgin kansalaiset voisivat täysin omaksua sosiaaliset oikeutensa, on välttämätöntä, että heitä koskevat tiedot ovat helposti saatavilla riippumatta siitä, onko kyse kohtaamispaikoista, terveyden- ja sairaanhoidosta vai taloudellisesta tuesta.

Uusi sosiaalipalvelulaki tulee voimaan vuonna 2025. Laissa keskitytään selkeämmin ennaltaehkäisevään sosiaalityöhön. Nyt voidaan aloittaa keskustelu siitä, miten poistamme ikäraajat, tulorajat ja muut asiat, jotka estävät ikääntyneiden täysimääräisen osallistumisen yhteiskuntaan. Ikäystävällinen kaupunki on käyttäjäystävällinen kaupunki.

***Hanna Mac Innes**, kehitysjohtaja, tutkimus, vanhukset sekä sosiaali- ja terveyshallinto, lehtori ja tutkijatohtori, sosiaalityön laitos, Göteborgin yliopisto*

Yhteenveto

Väestön ikääntyminen – yksi tärkeimmistä yhteiskunnallisista kysymyksistä

Kuten suurimmassa osassa maailmaa, Göteborgissa on meneillään väestönkehitys, jossa ikääntyneiden osuus kasvaa nopeasti. Väestön ikääntymisestä on tullut yksi tärkeimmistä sosiaalisista kysymyksistä ja se asettaa vaatimuksia yhteiskunnalle ja ympäristölle, jossa elämme ja työskentelemme, sekä fyysisistä että sosiaalisista näkökohdista. Vastatakseen tähän väestörakenteen muutokseen, Göteborgin kaupunki on ollut WHO:n maailmanlaajuisen ikäystävällisten kaupunkien verkoston, *Age-friendly Cities and Communities* (WHO, 2024), jäsen vuodesta 2016. Ikäystävällinen Göteborg on nimi, joka perustuu jäsenyydestä ja viittaa Göteborgin kaupungin yhteiseen ja järjestelmälliseen työhön ikäystävällisyyteen. Ikäihmisten mukaan ottaminen yhteiskunnan kehittämiseen ja heidän sitoutumisien, kokemusten ja ideoiden hyödyntäminen on ratkaisevan tärkeää, jotta voidaan luoda kestävä kaupunki, jossa on hyvät edellytykset aktiiviselle ja terveelle ikäntymiselle, ikäystävällinen Göteborg.

Kysely Göteborgin senioreille

Raportti *Seniors' needs, experiences and proposals for a age-friendly Göteborg, current situation report 2024* esittelee tuloksia kyselystä, johon osallistui 817 senioria eri puolilta Göteborgia. Tulosta on tarkoitus käyttää perustana jatkuvaan työhön kehittääkseen ikäystävällinen Göteborg.

Senioreiden ajatuksia ja ideoita ikäystävällisempään Göteborgiin

Vastaukset osoittavat, että Göteborg on monin tavoin monelle hyvä kaupunki asua ja ikääntyä, mutta on myös alueita, joissa tarvitaan parannuksia. Kannustavat ikäystävälliset elementit, kuten ilmainen matkustaminen julkisilla liikennevälineillä, joustava linja-autolinja ja laaja valikoima ilmaisia aktiviteetteja, korostetaan erittäin positiivisena. Esteiksi ja haasteiksi nostetaan esiin esimerkiksi yhteiskunnan digitalisaatiosta johtuva syrjäytyminen, riittämätön tieto ja fyysiset ympäristöt, jotka eivät ole esteettömiä. Monet kertovat kokemuksesta yhteiskunnan ikäsyrjinnästä ja syrjinnästä iän vuoksi. Tämä ilmenee sekä siinä, miten sinua kohdellaan, että siinä, että tarpeet väheksytään tai laiminlyödään.

Seniorit haluavat muun muassa, että Göteborgin kaupunki panostaa asumiseen, jotka ovat fyysisesti esteettömpiä ja kohtuuhintaisempia, tarjoaa tukea muuttamiseen heidän tarpeisiinsa sovitettuun asumiseen ja parantaa kotihoidon jatkuvuutta. Useat korostavat tarvetta parantaa julkisen liikenteen esteettömyyttä. Enemmän aikaa kulkuvälineeseen nousemiseen ja siitä poistumiseen, enemmän pysäkkejä, joissa on penkkejä ja sääsuoja ovat esimerkkejä tästä.

Kysyntää on myös enemmän ja helposti saatavasta tiedosta ja terveyttä edistävästä tarjonnasta, aktiviteeteista ja saatavilla olevasta yhteiskunnan tuesta. Ehdotuksissa korostetaan senioreille postilaatikkoon tulevaa, koottua tietoa ja henkilökohtainen yhteyshenkilö, jolle soittaa ja joka voi vastata kysymyksiin, digitaalisen tiedon lisäksi.

Monet korostavat myös sosiaalisen yhteisöllisyyden merkitystä ja sitä, että kaupungin tulisi panostaa useampiin ja kehittyneempiin kohtaamispaikkoihin, joissa aukioloajat ovat pidennetyt. Palveluasuminen on arvostettu asumismuoto, joka voi luoda sekä turvallisuutta että yhteisöllisyyttä. Myös yhteiskunnan kehittämisessä mukana oleminen ja hyödynnetyksi tuleminen voimavarana sekä työelämässä että vapaaehtoisesti on monelle tärkeää.

Seniorit haluavat myös, että pääsy viheralueille ja puistoihin helpottuu ja että kaupunki kehittää kaupunkiympäristöä esteettömämmäksi ja turvallisemmaksi. He korostavat esimerkeiksi tarvetta lisätä istuimia, varjoa ja tasaista kävelypintaa.

Sisältö

Johdanto	2
Yhteenveto	4
1 Johdanto	7
Tausta ja tarkoitus	7
Senioreilla tärkeä rooli kaupunkikehityksessä	8
Ikäystävällinen Göteborg	8
Ikäännyimme eri tavalla	8
2 Menetelmä	10
Vastausten valinta ja kerääminen	10
Menetelmän mahdollisuudet ja haasteet	11
3 Tulos	12
Kuinka ikäystävällisenä seniorit pitävät Göteborgia tänä päivänä? ...	14
Tätä korostetaan ikäystävällisenä	15
Tätä pidetään vähemmän ikäystävällisenä	16
Terveys-, hoito- ja hoivapalvelut	20
Asunnot	22
Sosiaalinen osallistaminen ja osallisuus	24
Liikkuvuus	26
Yhteiskunnan tuki ja palvelut	29
Kaupunkiympäristö	31
Tiedotus ja viestintä	33
Vapaaehtoistyö ja työelämä	35
Viesti tulevaisuutta varten	36
4 Lähteistä	37
5 Liitteet	39

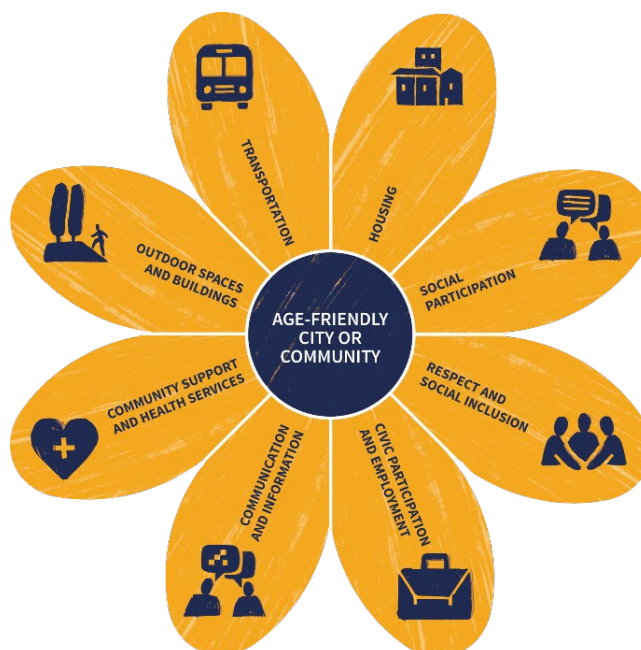
1 Johdanto

Tausta ja tarkoitus

Tämän raportin tarkoituksena on täydentää ikäystävällisen Göteborgin kautta tehdyn työn perusarviointia (2019). Raportti välittää 65 vuotta täyttäneiden göteborgilaisten ajankohtaisia kokemuksia, ajatuksia ja ehdotuksia siitä, miten Göteborgia voidaan kehittää entistä paremmaksi paikaksi elämiseen ja ikääntymiseen. Lisäksi Göteborgin kaupungin *Tulevaisuuden kehittäjät* esittää vastauksiin perustuvia pohdintoja ja ideoita (ks. lyhyt kuvaus Tulevaisuuden kehittäjistä vaaleanpunaisessa laatikossa sivulla 8). Samanaikaisesti tämän raportin kanssa on käynnissä ikäystävällisen Göteborgin toimintasuunnitelman (2021–2024) seuranta. Tarkoitus on käyttää raporttia perustana kaupungin jatkuvalla työllä Göteborgin kehittämiseksi ikäystävällisenä kaupunkina.

Raportissa tarkastellaan kaikkia kahdeksaa painopistealuetta, jotka Maailman terveysjärjestö (WHO) on tunnistanut työssään ikäystävällisten kaupunkien ja yhteisöjen hyväksi (ks. kaavio 1).

Raportissa termejä "vanhukset" ja "seniorit" käytetään toistensa synonyymeinä ja niillä viitataan 65-vuotta täyttäneisiin ja sitä vanhempiin henkilöihin.



Kuvio 1. WHO:n kahdeksan painopistealuetta; Asuminen, Vapaaehtoistyö ja työelämä, Terveyspalvelut sekä hoito- ja hoiva, Informaatio ja viestintä, Liikkuvuus, Yhteiskunnan tuki ja palvelut, Sosiaalinen osallistuminen ja osallisuus, Kaupunkiympäristö (WHO, 2023).



Senioreilla tärkeä rooli kaupunkikehityksessä

Senioreiden kokemukset siitä, miten Göteborg toimii tänään, ja heidän ehdotuksensa tulevaisuudesta ovat tärkeitä, jotta voidaan ymmärtää, miten kaupunkia on mukautettava, että se toimisi paremmin ikääntyvälle väestölle. Ottamalla mukaan ja hyödyntämällä senioreiden sitoutumista, kokemuksia ja ehdotuksia voidaan luoda mahdollisuuksia kaikenikäisille ihmisille elää aktiivista ja terveellistä elämää, edistää turvallisuutta ja yhteisöllisyyttä. Se antaa myös paremmat mahdollisuudet hyödyntää ikääntyneitä yhteiskunnan voimavarana, torjua ikäsyrjintää ja edistää kestäväää sosiaalista kehitystä.

WHO korostaa, että ikäystävälliset ympäristöt eivät hyödytä vain vanhuksia, vaan parantavat kaikenikäisten ihmisten elämää (Maailman terveysjärjestö, 2023).

Ikäystävällinen Göteborg

Göteborgin kaupunki on ollut vuodesta 2016 lähtien WHO:n maailmanlaajuisen ikäystävällisten kaupunkien ja yhteisöjen verkoston *Age-friendly Cities and Communities* (AFCC) jäsen. Ikäystävällinen Göteborg on osoitus kaupungin yhteisestä sitoumuksesta työskennellä pitkäjänteisesti, suunnitelmallisesti ja yhdessä ikäihmisten ja muiden yhteiskunnallisten toimijoiden kanssa ikäystävällisemmäksi kaupungiksi. Työ perustuu WHO:n näyttöön perustuvaan metodologiaan, joka on kuvattu WHO:n dokumentissa: *Creating age-friendly environments in Europe: a tool for local policy-makers and planners* (Maailman terveysjärjestö, 2018).

Vuodesta 2021 lähtien, AFCC:n jäsenyyden pohjalta, vanhukset sekä sosiaali- ja terveyshallinto johtavat Göteborgin kaupungin työtä.

Tulevaisuuden kehittäjät – tapa osallistaa senioreita

Tulevaisuuden kehittäjien tehtävänä on olla mukana kehittämässä Göteborgia ikäystävällisenä kaupunkina. He asuvat eri puolilla Göteborgia ja heillä on erilaiset taustat, elämäkokemukset ja toiminnalliset kyvyt. Yhdessä hallinnon ja toimintojen kanssa he ovat sitoutuneet tekemään kaupungista paremman paikan elää ja ikääntyä.

goteborg.se/aldersvanliga

Ikäännyimme eri tavalla

Ikääntyneet Göteborgissa ovat monimuotoinen väestönosa ja ikääntyvät eroavat toisistaan riippuen siitä millainen terveys, taloudellinen tilanne, kulttuuritausta, koulutus, elämäntapa ja sosiaaliset verkostot on (Göteborgin kaupunki, 2023). Göteborgin senioreista 25 prosenttia ovat ulkomailla syntyneitä. Sekä sosiaaliset erot että sukupuoli vaikuttavat ikääntymiseemme, ja epätasa-arvoiset elinolot yleensä vahvistuvat vuosien mittaan.

Joillakin vanhuksilla on rikas sosiaalinen elämä, kun taas toiset kokevat yksinäisyyttä vastoin tahtoaan. Suurempi osa naisista verrattuna miehiin ja yli 85-vuotiaista vanhemmista verrattuna nuorempiin vanhempiin, tuntee itsensä yksinäiseksi (VGR, 2022). Jotkut ovat fyysisesti aktiivisia ja osallistuvat työelämään tai vapaaehtoistyöhön, kun taas toiset voivat olla rajoittuneita liikkuvuuskyvystä ja olla riippuvaisia terveydenhuollosta ja sosiaalihuollosta. Noin 12 prosentilla on kotihoitopalveluja tai he asuvat hoitokodeissa ja noin 6 prosentilla on terveydenhuollon toimenpiteitä vanhusten sekä sosiaali- ja terveyshallituksesta (Göteborgin kaupunki, 2024).

Miesten keskitulot ovat yleensä korkeammat kuin naisten. Joillekin digitaalitekniikka on luonnollinen osa jokapäiväistä elämää, kun taas monilla on vaikeuksia käyttää digitaalisia palveluja. Ruotsin Internet-säätiön raportin *Ruotsalaiset ja internet* (2024) mukaan, tekijä, jolla on suurin vaikutus internetin ja sähköisten palvelujen käyttöön on käyttäjän ikä. Raportin mukaan lähes kaikki ruotsalaiset, jotka eivät käytä internetiä, ovat eläkeikäisiä. Yli 65-vuotiaan väestön katsotaan olevan vaarassa päätyä digitaalisen yhteiskunnan ulkopuolelle. Joka viides eläkeikäinen ilmoittaa, ettei käytä internetiä, mutta nuorten ja vanhempien eläkeläisten välillä on suuri ero. Eläkeikäiset, jotka eivät käytä internetiä, enemmän kun viisikertaistuu 75-vuotiaissa verrattuna nuorempiin, 65–75-vuotiaisiin.

Göteborgilaisten heterogeeninen joukko, jotka ovat ikääntyneitä ja ikääntymässä, merkitsee sitä, että yhteiskunnallisten toimijoiden on otettava huomioon monenlaisia tarpeita kehittäessään kaupunkia tulevaisuuden ikääntyvän väestön tarpeisiin.

2 Menetelmä

Göteborgilaisten senioreiden tarpeita, ehdotuksia ja kokemuksia on kerätty kyselyllä, johon on voinut vastata 1.8.–30.9.2024. Kysely ja lähestymistapa kehitettiin vuoropuhelussa demokratia- ja kansalaispalveluhallinnon kanssa.

Menetelmätukena käytettiin kansalaisvaikuttamisen käsikirjaa (Göteborgin kaupunki, 2024). Lähtökohtana on ollut pyrkiä keräämään vastauksia mahdollisimman laajalta seniorijoukolta.

Koska Göteborgin kaupunki on osa suomen kielen hallintoaluetta, yksi versio kyselystä julkaistiin ruotsiksi ja yksi suomeksi. Tulevaisuuden kehittäjät testasivat kysymyksiä ja kyselyn rakennetta kahdesti. Muutamat ruotsinsuomalaiset seniorit testasivat kyselyä kerran ennen lopullisen version julkaisua.

Vastausten valinta ja kerääminen

Elokuun 2024 alussa Göteborgissa lähetettiin satunnaisesti valituille senioreille 20 000 postikorttia, joiden tarkoituksena oli kiinnittää huomiota kyselyyn ja tavoittaa laajasti kertomalla, että Göteborg on ikäystävällinen kaupunki.

Postikortti on tuotettu vuoropuhelussa demokratia- ja kansalaispalvelun hallinnon kehitysjohtajien sekä Tulevaisuuden kehittäjien kanssa, jotka antoivat mielipiteensä suunnittelusta ja sisällöstä. Göteborgin kaupungin yhteyskeskukselle ilmoitettiin postikorteista ja kyselystä ennen postitusta, jotta he voisivat auttaa ihmisiä, jotka ottavat yhteyttä ja joilla on kysymyksiä.

Satunnainen valinta postikorttien lähettämiseen tehtiin Ruotsin kansallisen osoiterekisterin (SPAR) avulla. Valinta tehtiin prosenttijakaumalla, joka vastasi eri ikäryhmiin kuuluvien 65-vuotiaiden ja sitä vanhempien ihmisten määrää kullakin Göteborgin kaupunkialueella¹.

Asukkaille lähetettyjen postikorttien lisäksi kyselystä tiedotettiin useille göteborgilaisten senioreiden kanssa tekemisissä oleville toimijoille. Tietoja lähetettiin sähköpostitse ja julisteiden kautta yhdistyksille, Göteborgin kaupungin neuvostoille, oikeuksia vahvistaville toimintoille Regnbågshuset (sateenkaarivähemmistöjen kansalaistoimisto), Romano Center i Väst

Kyselyn sisältö:

Arviointiasteikko 1–7 siitä, kuinka ikäystävällisenä Göteborg koetaan vuonna 2024. (Pakollinen kysymys).

Vapaatekstivastaukset arvion perustelemiseksi. (vapaaehtoinen kysymys)

Vapaatekstivastaukset siihen, mihin kaupungin tulisi panostaa, jotta Göteborgista tulisi ikäystävällisempi. (vapaaehtoinen kysymys)

Kysymys siitä, mihin vastaajat pitävät tärkeimpänä investoida WHO:n kahdeksan painopistealueen perusteella ikäystävällisten kaupunkien ja yhteisöjen kanssa tehtävässä työssä. (vapaaehtoinen kysymys)

Kysymyksiä iästä, sukupuolesta, alueesta ja siitä, miten vastaajat saivat tietää kyselystä. (vapaaehtoiset) kysymyksiä)

¹ GDPR:ään liittyvien tietojen käsittelystä tehtiin niin sanottu kynnysanalyysi.

(kansallisen vähemmistö romanien kansalaistoimisto), Teckenspråksforum (viittomakielisten kansalaistoimisto) ja muille kunnallisille toimintoille (liite 1).

Vastausjakson aikana järjestettiin neljä avointa tapaamista ruotsiksi, yksi joka kaupunkialueella. Tämän jälkeen asukkailla oli mahdollisuus tavata kaupungin työntekijöitä, kertoa ajatuksiaan, käydä vuoropuhelua ja täyttää kysely. Kyselyyn vastasi keskimäärin 50 henkilöä tilaisuutta kohden. Kyselyvastauksia on kerätty myös ikäihmisten kohtaamispaikoista ja kirjastoista. Lisäksi vastauksia on kerätty asukkailta puheluilla ja sähköposteilla. Useimmat ovat kuitenkin täyttäneet kyselyn itsenäisesti postikortin QR-koodin tai verkkolinkin kautta.

Asukasoppaat² ovat olleet läsnä fyysisissä tapaamisissa ja vieneet kyselyn mukanaan muissa tehtävissä, joissa he tapaavat asukkaita, joilla on muu kuin ruotsinkielinen tausta. Vastauksia on kerätty myös Syyrian ortodoksisen seurakunnan vanhusten kokouksessa Hjällbossa ja tapaamisessa Fontänhusets Silverklubb:in kanssa (mielenterveyspotilaiden kuntoutus).

Eri hallintojen yhteistyön kautta kaupungin suomenkieliset työntekijät pystyivät kolmeen otteeseen auttamaan senioreita keskusteluissa ja täyttämään kyselylomakkeen suomeksi. Tietoa kyselystä käännettiin suomeksi ja tarjottiin dialogimahdollisuuksia suomeksi. Tietoa levitettiin eläkeläisneuvostojen sekä ruotsinsuomalaisten ja suomalaisten yhdistysten kautta. Tietoa levitettiin myös Göteborgin kaupungin goteborg.se-kalenterin kautta. Tietoa kyselystä levitettiin myös suomenkielisessä paikallisradiossa.

Kehitysjohtajat ovat käyneet kahteen otteeseen vuoropuhelua romaniyhdistysten kanssa ja tiedottaneet kansalliselle vähemmistölle kyselystä Göteborgin kaupungin oikeuksia vahvistavan toiminnon, Romano Center i Väst kansalaistoimiston kautta.

Menetelmän mahdollisuudet ja haasteet

Kyselyvastaukset kerättiin pääosin digitaalisesti. Yksi vastauksien keräämisen haasteista oli tavoittaa ihmisiä, joilla ei ole pääsyä digitaaliseen teknologiaan tai kokemusta siitä. Tämän saavuttamiseksi tarjottiin useita vaihtoehtoisia osallistumistapoja kuten edellä kuvattiin.

¹ Niin sanottu kynnysanalyysi tehtiin GDPR-liittyviin tietojen käsittelyyn

² Asukasoppaat ovat demokratia- ja kansalaispalvelun hallinnon palveluksessa tekemässä paikallista tiedotus- ja dialogityötä eri kielillä.

Suurin osa suullisesti tai sähköpostitse vastanneista senioreista on ilmaissut kiitollisuutensa siitä, että he ovat saaneet postilaatikkoonsa postikortin, jossa

”

Ei ollut aavistustakaan kaikesta, mitä Göteborgin kaupunki tarjoaa senioreille, ennen kuin sain tämän postikortin ja sain tämän yhteyden.

kerrotaan, mitä Göteborgin kaupungissa tapahtuu. He ovat kokeneet positiiviseksi sen, että heitä pyydetään osallistumaan ja sanomaan mielipiteensä kaupungin kehityksestä tällä tavalla.

Vuoropuhelu romaniyhdistysten ja Romano Center i Väst kanssa paljastivat, että valittu menetelmä rajoitti romani-ikäihmisten mahdollisuuksia osallistua kyselyyn. He huomauttivat, että tulevaisuudessa tämentyyppisissä

tutkimuksissa olisi otettava huomioon romanien kyvyt vastaamaan ottaen huomioon ryhmän sisällä esiintyvät murteet. Koska monilla ikääntyneillä romaneilla ei ole luku- tai kirjoituskykyä, on tärkeää palkata osaavia, kulttuurin ja kielen taitavia ihmisiä kääntämään, tulkitsemaan ja selittämään kysely paikan päällä. Tämä parantaisi saavutettavuutta ja mahdollistaisi osallistavamman osallistumisen.

Toinen haaste on ollut asunnottomien ryhmän tavoittaminen. Tässä tarvittaisiin erilainen työskentelytapa kohderyhmän tavoittamiseksi.

3 Tulokset

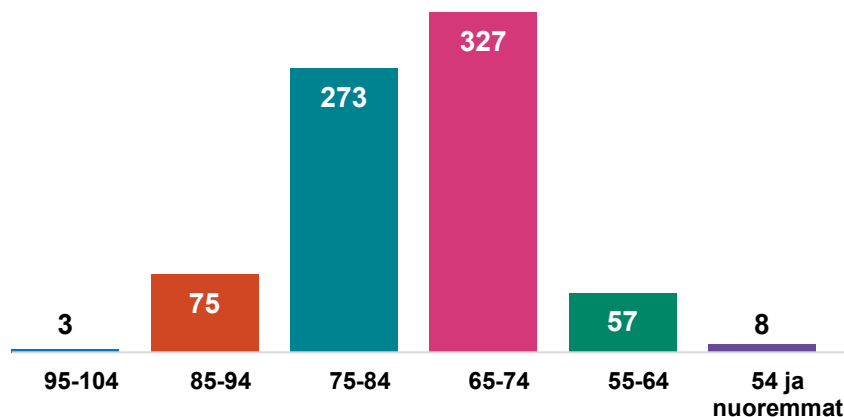
Monet kyselyn vastauksista vahvistavat, että tarpeet ja haasteet ovat edelleen pitkälti samoja kuin vuonna 2019 tehdyssä perusarvioinnissa. Lähtötilanteen arviointi kattoi kuusi WHO:n kahdeksasta painopistealueesta: *asuminen, tiedotus ja viestintä, liikkuvuus, yhteiskunnan tuki ja palvelut, sosiaalinen osallistuminen ja osallisuus sekä kaupunkiympäristö*. Tässä raportissa niitä täydentävät *Vapaaehtoistoiminta ja työelämä sekä Terveyspalvelut, terveys ja sosiaalihuolto* sisältäen kaikki WHO:n painopistealueet.

Kyselyn vastaukset osoittavat suurta sitoutumista kaikkiin painopistealueisiin. Vastauksista käy ilmi, että kaikki painopistealueet ovat tärkeitä ja että alueet ovat usein tiiviisti sidoksissa toisiinsa. Monet kyselyyn vastanneet asukkaat ovat vaivautuneet kuvaamaan huolellisesti sekä elämisen ja ikääntymisen haasteita että positiivisia kokemuksia Göteborgissa.

Kyselyyn vastanneista 817 seniorista 63 % (516) on naisia ja 35 % (289) miehiä. Kymmenen ihmistä ei ole ilmoittanut sukupuoltaan ja kaksi on ilmoittanut vaihtoehdon toisin.

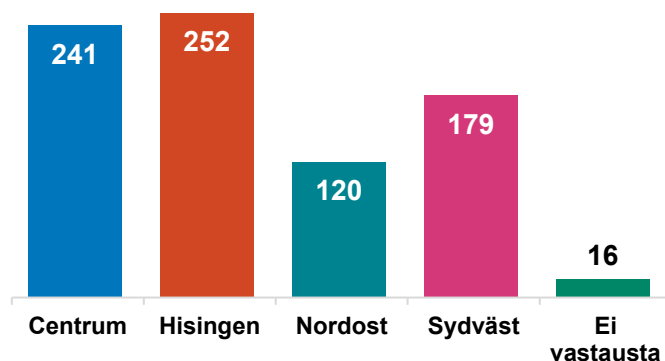
Suurin kyselyyn vastanneiden ikäryhmä on 65–74-vuotiaat ja seuraavaksi eniten 75–84-vuotiaat (taulukko 1).

Taulukko 1. Vastaajien ikäjakauma (henkilömäärä)



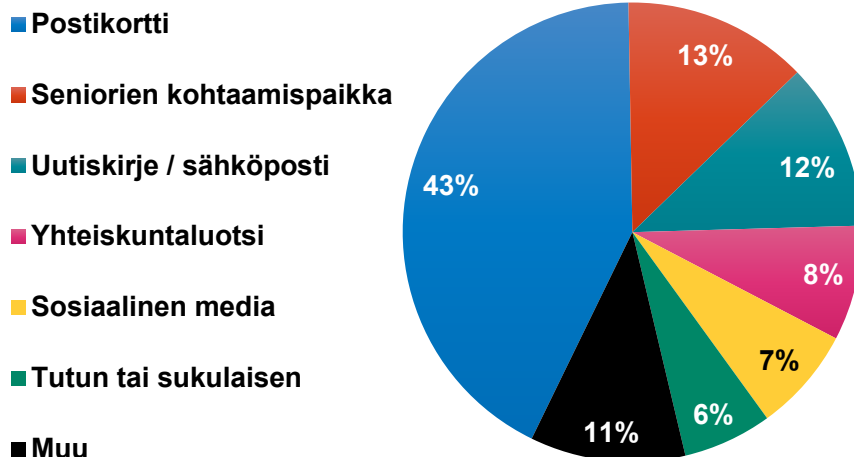
Suurin osa vastaajista asuu Hisingenissä, jota seuraa Centrum. Lounaassa vastaajia on hieman vähemmän ja alhaisin vastausprosentti koillisessa kaupunginosassa (taulukko 2).

Taulukko 2. Missä kaupunginosissa vastaajat asuvat? (henkilömäärä)



Suurin osa kertoo saaneensa tiedon kyselystä postilaatikkoon lähetettyjen postikorttien kautta. Tätä seuraten tietoa saatiin senioreiden kohtaamispaikan, uutiskirjeiden tai sähköpostien sekä kaupungin yhteiskuntaluotsien kautta. Myös sosiaalinen media ja tuttavat tai sukulaiset ovat vaikuttaneet kyselyn tiedottamiseen.

Taulukko 3. Miten vastaajat saivat tietää kyselystä?



Kuinka ikäystävällisenä seniorit pitävät Göteborgia tänä päivänä?

Miten ikäystävälliseksi seniorit pitävät Göteborgia tänä päivänä on tutkittu arviointiasteikolla, jossa arvioinnin lisäksi pyydettiin vapaatekstikysymyksellä vastaajia perustelemaan arvionsa. Useimmat vastaavat neljästä seitsemän pisteen asteikolla. Jotkut ilmaisevat, että heillä ei ole selkeää mielipidettä asiasta joko siksi, että he eivät itse koe, että asia vaikuttaa suoraan heihin, tai siksi, että he eivät ole varmoja siitä, mitä termillä "ikäystävällinen" tarkoitetaan.

”

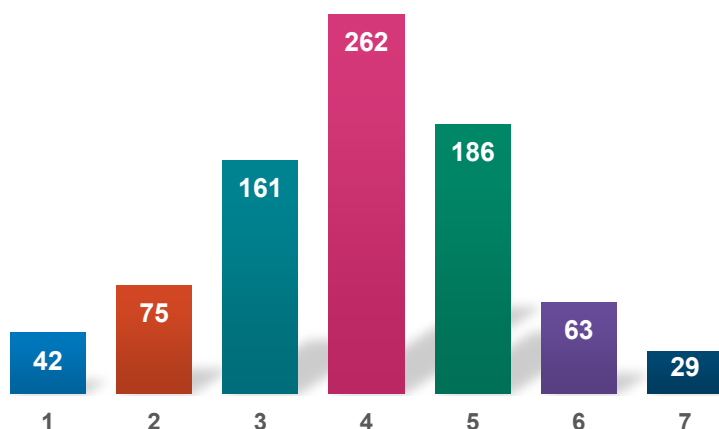
Täytin juuri 65 vuotta, työskentelen edelleen enkä ole vielä alkanut pohtia tällaisia asioita, joten valitsin "ei kumpaakaan" -vaihtoehdon

Positiivista on, että Göteborg haluaa tulla ikäystävällisemmäksi kaupungiksi! Se antaa toivoa ja luo luottamusta.



Taulukko 4. Kuinka ikäystävällinen Göteborg mielestäsi on?

1 = ei lainkaan ikäystävällinen 7 = täysin ikäystävällinen



Tätä korostetaan ikäystävällisenä

Seniorit korostavat useita näkökulmia, jotka heidän mielestään ovat ikäystävällisiä. Eniten mainitaan seniorikortti, joka tarjoaa ilmaisen matkan julkisilla liikennevälineillä tiettyinä aikoina. Myös Flexlinjen kuljetuspalvelua arvostetaan, vaikka seniorit esittivät myös useita palveluun liittyviä parannusehdotuksia.

Kaupungin toimintavalikoimaa kuvataan positiiviseksi. Monet mainitsevat kunnan järjestämästä ja tarjoamasta toiminnasta, muun muassa kohtaamispaikat ja seniorien kohtaamispaikat. Myös erilaisten eläkeläisyhdistysten järjestämä toiminta, kulttuuritoiminta, päiväluennot, kirjastojen käyttö ja kuntoilumahdollisuudet esitetään arvokkaina.

Göteborgiin muuttaneet kuvailevat kaupunkia hyväksi kaupungiksi asua ja ikääntyä muihin kaupunkeihin verrattuna muun muassa erilaisten aktiviteettien ja seniorialennusten, seniorikorttien ja Flexlinjen-kuljetuspalvelun ansiosta. Jotkut mainitsevat myös, että he kokevat Göteborgin kaupunkielämässä ja ravintoloissa enemmän eri ikäryhmiä kuin muissa kaupungeissa.



Ilmainen julkinen liikenne ja Flexlinjen -kuljetuspalvelu.

Senioreiden toimintaa kohtaamispaikoissa.

Kuntoilumahdollisuudet senioreille.

Luentoja ja kulttuuritoimintaa eri paikoissa päivän aikana.

Kotitalkkari-palvelut ja tekninen tuki.

Palveluasuminen ja turvahälyttimet.

”

Hyvä että on ilmainen julkinen liikenne ja kohtaamispaikat. Positiivista, että Göteborgin kaupunki haluaa tulla ikäystävällisemmäksi, sitä tarvitaan.

Tätä pidetään vähemmän ikäystävällisenä

Monet pitävät helposti saatavilla sekä ymmärrettävää viestintää ja tietoa tärkeänä osana ikäystävällistä yhteiskuntaa. Samalla monet sanovat, että on vaikea tietää, mistä ja milloin ikäihmisenä voi kääntyä kunnan puoleen saadakseen tukea tai tietoa. He korostavat myös, että he jäävät paitsi paljon tietoa, joka on saatavilla vain digitaalisesti. Ruotsinsuomalaiset seniorit huomauttavat, että suomenkielisestä toiminnasta on liian vähän tietoa ja silloin kun sitä on saatavilla, informaatiota jaetaan liian lähellä tapahtuman ajankohtaa. Kuvataan myös, että suomenkielisen tiedon saaminen on hieman parantunut viime vuosina.

Fyysistä kaupunkiympäristöä kuvaillaan, että sitä on parannettava, jotta Göteborgia voidaan pitää ikäystävällisempänä. Monissa vastauksissa kuvataan haasteita, jotka liittyvät itsenäiseen, turvalliseen ja varmaan liikkumiseen kaupungissa. Usein kyse on liikkumisesta kävellessä, erityisesti paikoissa, joissa jalankulkijat, pyöräilijät ja autoilijat jakavat tilan. Jalkakäytävien epätasaisia pintoja ja kuoppia kuvataan toistuvasti, samoin kuin puutteita lumenpoistossa sekä liukastumisten estävän liikkumista. Rakentaminen on vaikeuttanut vanhusten liikkumista kaupungissa; sekä fyysisten esteiden että jalankulku- ja tieverkon usein tapahtuvien muutosten ansiosta. Sähköpotkulaudat ja sähköpolkupyörät ovat aihe, joka koskettaa ja jonka monet mainitsevat erityisesti. Potkulaudat lisäävät turvattomuuden tunnetta sekä autoliikenteessä että jalankulku- ja pyöräteillä, ja ne muodostavat myös suoria esteitä jalankulkuyöylle pysäköitynä. Istuma- ja lepopaikkojen puute mainitaan myös usein.

”

Vaikea liikkua, jos jäät pois tietyillä pysäkeillä kaupungissa, pyörät, autot, raitiovaunut. Tuntuu hallitsemattomalta ja stressaavalta.

Katukivet ovat hienoja mutta vaarallisia, ja niin kauan kuin ne ovat jalkakäytävänä suuressa osassa kantakaupunkia, Göteborg ei ole ikäystävällinen kaupunki.



Tiedon puute.

Vaikea ymmärtää, mistä ja miten saada tukea eri asioissa.

Palveluiden ja tietojen digitalisointi.

Tiedot ja palvelut, joita ei ole mukautettu riittävästi esim. liikunta- tai muun rajoitteisten tarpeita ajatellen.

Saavuttamattomat fyysiset ympäristöt.

Penkkien ja istuinten puute.

Lumenpoiston ja liukumisen estävien toimenpiteiden puute.

Rakennustyöt vaikeuttavat liikkumista.

Hoidon ja hoivan- sekä terveydenhuollon vaihteleva laatu.

Valinnanvaran puute vanhusten asumisessa.

Yksinäisyyden ja sosiaalisen eristytymisen kokemus.

Digitalisaatio – uhka riippumattomuudelle

Yksi kauttaaltaan esiin nostettu haaste, joka voidaan linkittää lähes kaikkiin WHO:n painopistealueisiin, on se, miten muun muassa palveluiden ja tiedon pitkälle menevä digitalisointi haastaa itsenäisyyttä arjessa. Se osoittaa, miten lisääntyvä digitalisaatio vaikuttaa negatiivisesti julkisen tiedon saatavuuteen ja mahdollisuuksiin vaikuttaa tärkeisiin asioihin. Kun esimerkiksi Göteborgin kaupungin tiedot ovat saatavilla vain digitaalisesti, se voi tarkoittaa, että senioreille ei kerrota olennaisia asioita.

Seniorit antavat esimerkkejä siitä, miten lisääntynyt digitalisointi aiheuttaa liikuntarajoitteita, koettua sosiaalista eristyneisyyttä ja itseluottamuksen heikkenemistä. He kuvaavat, miten se aiheuttaa vaikeuksia, jotka liittyvät muun muassa julkiseen liikenteeseen, maksulliseen pysäköintiin ja julkisiin wc-käynteihin.

Moni kertoo jäävänsä digitaalisten palveluiden ja tiedon ulkopuolelle. Vastauksissa usein mainittu, sähköisestä tunnistautumisesta esimerkki, on BankID:n käyttö. Monien jokapäiväisten asioiden hoitamiseksi tarvitaan nykyään pankkitunnuksia ja älypuhelinta. Jos sinulla ei ole tai et osaa käyttää pankkitunnuksia ja älypuhelinta, voi olla vaikeaa hoitaa viranomaisasioita, sähköisiä terveyspalveluja ja pankkiasioita.

Kuvaukset eivät tule vain ihmisiltä, jotka eivät ole lainkaan digitaalisia. Moni, jolla on älypuhelin tai tietokone, kokee vaikeaksi pysyä perässä, kun heidän käyttämänsä digitaaliset palvelut muuttuvat, kehittyvät nopeasti tai ovat monimutkaisia heti alusta alkaen.

Ikäsyrojintä – kansallinen ja paikallinen haaste

Ikäsyrojintä on haaste, joka tuodaan esiin monissa vastauksissa. Se ilmenee sekä siinä, miten sinua kohdellaan ja kokemuksessa siitä, että tarpeitasi väheksytään tai siirretään sivuun.

”

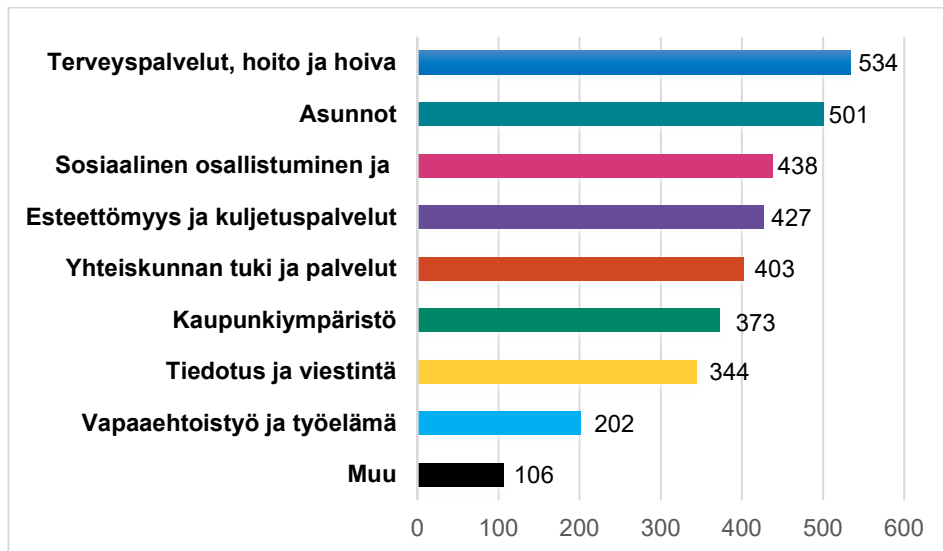
Göteborgissa on selvää ikäsyrojintää, missä ikinä oletkin! Ihmiset halveksivat meitä vanhuksia!

Aivan uskomatonta Ruotsissa laajalle levinnyttä ikäsyrojintää. Tulin Ruotsiin 70-luvulla ja olen yllätynyt siitä, että heti kun jätät eläkkeelle, et ole minkään arvoinen yhteiskunnassa.

Mihin seniorit haluavat Göteborgin panostavan tullakseen ikäystävällisemmäksi kaupungiksi?

Vastaajilla oli mahdollisuus valita niin monta painopistealuetta kuin halusivat kysymykseen siitä, mikä on tärkeintä ikäystävällisen kaupungin puolesta tehtävässä työssä (taulukko 5). Vastaukset osoittavat suhteellisen tasaisen jakautumisen terveyspalvelujen, hoidon- ja hoivan ja asumisen välillä, sekä sosiaalisen osallistumisen ja osallisuuden, liikkuvuuden ja kuljetuspalveluiden, yhteiskunnan tuen ja palvelujen välillä. Hieman matalampi vastausmäärä kaupunkiympäristöstä sekä tiedotusta ja viestintää koskien. Vapaaehtoistyö ja työelämä valittiin vastausvaihtoehtoista harvemmin.

Taulukko 5. Mihin alueisiin on mielestäsi tärkeintä panostaa, jotta Göteborgista tulisi ikäystävällisempi kaupunki?



Vapaamuotoisista vastauksista, jotka sisältävät perusteellisia kuvauksia, käy selvästi ilmi, että lukumäärää ei voida tulkita liian staattisesti. Painopistealueet vaikuttavat toisiinsa eri tavoin ja linkittyvät toisiinsa. Esimerkiksi kokemus kaupungissa liikkumisesta (liikkuvuus) vaikuttaa kokemukseen yhteiskunnan tuen ja palvelujen saatavuudesta.

Tämä puolestaan voi vaikuttaa siihen, missä määrin voi olla voimavarana muille, esimerkiksi vapaaehtoisena toimiminen (vapaaehtoistyö ja työelämä). Epävarmuus siitä, mistä ja miten tietoa hakee tai onko tieto epäselvää, voi vaikuttaa esimerkiksi siihen, miten terveyspalvelut ja sairaanhoito koetaan saavutettavaksi tai miten asuntojen saatavuus koetaan.

”

Kaikki alueet, joita ikäystävällinen Göteborg on kehittänyt, ovat minun puoleltani etusijalla! Seniorit ovat jo valinneet alla olevat alueet, joihin on erityisen tärkeää panostaa ja keskittyä ennaltaehkäisevään ja terveyttä edistävään työhön!

Käsite turvallisuus mainitaan eri tavoin ja liitetään useisiin painopistealueisiin. Kyse voi olla asumisen ja lähiympäristön turvallisuudesta, rikollisuuteen ja yhteiskunnalliseen turvallisuuteen liittyvästä turvallisuudesta, hoidon- ja hoivan turvallisuudesta, yhteiskunnan ja toiminnan turvallisuudesta tai yleisestä turvallisuudesta kaupunkiympäristössä ja julkisessa liikenteessä.

Perusteelliset vapaatekstivastaukset on tiivistetty fokusalueiden otsikoiden alle valikoitujen lainausten kanssa, tuodakseen

esille senioreiden omia konkreettisia ideoita ja ajatuksia. Tulevaisuuden kehittäjät, jotka ovat mukana ikäystävällinen Göteborg -toimeksiannon työssä, ovat ottaneet osaa lainauksista ja ryhmänä esittäneet yhteenvetopohdintoja kustakin painopistealueesta.

Senioreiden äänet vahvistavat tuloksia

Kyselyn lisäksi seniorit ovat esittäneet jatkuvasti ajatuksia, kokemuksia ja ehdotuksia koko toimintasuunnitelmakauden 2021–2024 ajan. Tämä on usein tapahtunut erilaisten julkisten toimintojen yhteydessä, jotka liittyvät ikäystävällisen Göteborgin työhön. Esimerkkejä tällaisista toiminnoista ovat Rollaattorijuoksu (Rullatorloppet), mielenterveydestä kertova, Uskalla puhua -tapahtuma (Våga prata), ajatushautomot, luennot, tutkimusseminaarit ja työpajat. Näiden aktiviteettien aikana välitetyt ajatukset ja ehdotukset vahvistavat kyselyn tulokset. Sekä kyselyvastauksissa että muissa ikäihmisten vastauksissa korostuu merkitys tulla nähdyksi ja käytettävän voimavarana yhteiskunnassa. Seniorit kuvaavat, että he haluavat ja voivat olla mukana ja osallistua yhteiskunnan ja kaupungin kehittämiseen. Alueita, joita mainitaan ovat esimerkiksi senioreiden läsnäolon lisääminen kouluissa, mentorina toimiminen ja vastuussa oleminen erilaisista vapaaehtoistehtävistä.

Terveys-, hoito- ja hoivapalvelut



Helposti saatavilla olevat yhteiskunnan palvelut edullisin kustannuksin ovat välttämättömiä, jotta ikääntyneet ihmiset pysyvät terveisinä, itsenäisinä ja aktiivisina. Tämä tarkoittaa sekä riittävää saatavuutta, että yhteiskunnan hoito- ja hoiva- sekä muut terveyspalvelut sijaitsevat kätevästi lähellä ikääntyneiden asuinpaikkaa ja että näiden palvelujen tarjoamiseksi on koulutettua henkilökuntaa. (Maailman terveysjärjestö, [WHO] 2024).

➤ Vanhuksiin erikoistuneet terveyskeskukset

Monet ilmaisevat, että laadukkaiden terveyspalveluiden saatavuutta, jossa nähdään koko ihminen, olisi parannettava. Toivotaan erikoistuneempaa vanhustenhoitoa ja terveyskeskuksia sekä ilmaista tarvetta lisätä ammattilaisten pätevyyttä ikääntyneiden terveydenhuollon tarpeet huomioon ottaen.

Mainitaan myös toivomus lisätä hoidon jatkuvuutta. Tämä ilmaistaan tarpeena ja haluna tavata rajattu määrä henkilöitä terveydenhuollon yhteydessä ja henkilökuntaa, jotka voivat kommunikoida yksinkertaisella tavalla niin, että tiedon vastaanottajat ymmärtävät.

"Eriyiset terveyskeskukset yli 70- vuotiaille."

➤ Omalla kielellä puhuminen ja selittäminen

Jotkut ilmaisevat huolensa siitä, että he eivät pysty kommunikoimaan tapaamansa henkilön kanssa hoidon tai hoitokontaktin aikana. Kyse voi olla sekä kielitaidosta että kulttuurisesta ymmärryksestä.

"On tärkeää, että sairaaloissa voi puhua suomea. Kertoa vaivoista suomeksi. Pystyä kuvailemaan kipujaan."

➤ Kuka tulee kotiini?

Jotkut ehdottavat, että Göteborgissa tarkistettaisiin kotipalvelun järjestämistä. On toivottavaa, että jatkuvuus olisi korkea ja että mahdollisimman vähän eri ihmisiä kävisi henkilön kotona. Jatkuvuus samojen ihmisten tapaamisen muodossa lisää turvallisuuden tunnetta, kun tietää, kuka suorittaa toimenpiteet, ja saa mahdollisuuden tutustua kyseiseen henkilöön.

"Kotipalvelua samalla henkilökunnalla ja joilla on aikaa sinulle."

➤ Houkutteleva hoito- ja hoiva-ala sekä koulutettua henkilökuntaa

Hoito- ja hoiva-alan ammattien houkuttelevuutta korostetaan, jotta yhä useammat ihmiset valitsisivat alan. Koulutusvaatimusten, kielitaidon ja terveydenhuolto- ja hoitohenkilöstön olojen parantaminen ovat toimenpiteitä, joita monet pitävät tärkeinä. Kun tapaa terveys- ja hoiva henkilöstöä, joilla on

tietämystä vanhusten tarpeista ja kun itse ymmärtää ja voi tulla ymmärretyksi, kuvataan, että turvallisuus lisääntyy sekä hoitoa tai huolenpitoa tarvitsevien että omaisten osalta.

"Henkilöstölle on asetettava koulutusvaatimuksia, kielitaitoa ja parempia työehtoja niin, että ihmiset, jotka hakeutuvat töihin, hakeutuvat alalle koska he viihtyvät työskennellessään ihmisten kanssa."

➤ **Lisää koulutusta ikäihmisille hyvinvoinnista ja itsehoidosta**

Vastauksista käy ilmi, että olisi positiivista, jos olisi enemmän tietoa, kursseja ja tiloja hyvinvoinnin ja itsehoidon tuntemuksen vahvistamiseksi.

"Kehittäkää mielenkiintoisia kursseja, projekteja ja luentoja, jotka välittävät toimivaa, houkuttelevaa ja helposti ymmärrettävää tietoa siitä, miten keho pidetään terveenä ja energisenä valitsemalla aktiivisesti oikea ruokavalio ja elämäntapa."

"Terveyskeskusten tulisi kutsua senioreita tiedotustilaisuuksiin, joissa puhutaan liikunnasta, ruokavaliosta, elämäntapatekijöistä yleensä."

"Rakentakaa tiloja, joissa ikäihmiset voivat saada tukea ja tietoa apuvälineistä sekä osallistua fyysistä ja psyykkistä terveyttä vahvistavaan toimintaan."



Tulevaisuuden kehittäjät pohtivat kyselyvastauksia terveys-, hoito- ja hoivapalveluista

Näemme, että yhteiskunta tarvitsee enemmän tietoa siitä, miten ikääntyminen vaikuttaa terveyteen. Ikäystävällisen yhteiskunnan luomiseksi on ratkaisevan tärkeää, että terveys- ja hoito- sekä hoivapalvelut mukautetaan ikääntyneiden tarpeisiin. Kyse ei ole vain hoidon saatavuudesta, vaan myös turvallisen ja ymmärrettävän terveydenhuollon ja sosiaalihuollon luomisesta, jossa tiedot ovat helposti ymmärrettäviä ja henkilökohtainen tuki ja koskemattomuus turvataan kaikissa vaiheissa.

Myös omaiset, jotka tukevat ja osallistuvat vanhustenhoitoon, tarvitsevat kaupungilta vankkaa tukea selviytyäkseen.

Annetaan kotipalvelulle paremmat edellytykset tukea meitä ja tehdä terveyttä edistävää työtä. Kotipalvelun palvelut ovat monille tärkeitä, ja ne voisivat ehkä toimia myös ikääntymistä ja terveyttä koskevan tiedon välittäjänä Göteborgissa.

Miksi emme perustaisi geriatriasia terveyskeskuksia, jotka ovat meidän vanhusten asiantuntijoita, kun meitä on tulevaisuudessa enemmän!

Asunnot



Asuminen on turvallisuuden ja aktiivisen elämän perusedellytys. Seniorit korostavat, kuinka tärkeää on, että koti ja elinympäristö toimivat. Monilla ihmisillä ei ole varaa uuteen rakennettuun asuntoon. Ikääntyneet ihmiset haluavat itse valita, missä ja miten he asuvat, ja he tarvitsevat enemmän ja parempaa tietoa mahdollisuuksista parempaan asumiseen; asumisvaihtoehdot, asumisen mukauttaminen ja vuokra-asuntojen hakeminen (Maailman terveysjärjestö, [WHO] 2024).

➤ Esteetöntä asumista ja palveluasumista kohtuullisella vuokralla

Esteetön asuminen edistää itsenäisyyttä, ja moni haluaa kaupungin panostavan esteettömämpään asumiseen kohtuullisella vuokralla. Monet ilmaisevat halunsa muuttaa palvelutaloon, mutta eivät tiedä, miten hakuprosessi toimii. Se, ettei tarvitse kulkea portaita alas pesutupaan, että kerrostalossa on tiettyjä palveluita ja asunnon turvahälyttimet nostetaan esiin esimerkkeinä siitä, mikä voi auttaa useampia ihmisiä tuntemaan olonsa turvalliseksi asuinympäristössään.

"Lisää halpoja vuokra-asuntoja, joissa on parveke (vanhuksena olet todennäköisesti paljon kotona), pyykinpesumahdollisuus kylpyhuoneessa ja pääsy hissiin."

"Investoikaa palveluasumisen lisäämiseen. Erittäin positiivista että löytyy yhteinen oleskelutila. Nykyään useimmat vapaat asunnot ovat kalliita. Panostakaa halvempiin."

➤ Mahdollisuus muuttoapuun sekä neuvontaan ja tukeen

Vastausmateriaalissa kuvataan muuttoavun tarve. Sekä neuvonnan, suunnittelun, organisoinnin että muuton edellyttämien käytännön asioiden toteuttaminen kaipaa apua. Joissakin tapauksissa kuvataan tavaroiden siirtämistä omin voimin ylitsepääsemättömäksi, mikä tarkoittaa, että jäät mieluiten asumaan kotiin, joka ei ole esteetön.

"Auttakaa käytännössä vanhuksia, jotka haluavat muuttaa parempaan kotiin."

"Kehitäkää Boplats- palveluja senioreita varten."

➤ Luonnonläheiset alueet

Luonnon läheisyys edistää terveyttä ja monet ilmaisevat, että asia on tärkeää sekä keholle että sielulle.

"Rakentakaa tänään enemmän koteja vanhemmille ja nuoremmille, joiden ei tarvitse olla niin suuria, vaan jotka sijaitsevat lähellä luontoa."

➤ **Sukupolvien välisiä kohtaamisia ja yhteisöllisyyttä edistävää asumista**

Halutaan lisää asumisvaihtoehtoja, jotka edistävät yhteisöllisyyttä, myös sukupolvien välillä. Yhdistetty opiskelija- ja senioriasuminen, kollektiivi asuminen ja mahdollisuus olla mukana elinympäristössä asumismuodosta riippumatta ovat esimerkkejä siitä, mistä keskustellaan.

"Ikääntyminen on luonnollista, ja jotta meidät nähtäisiin osana laajempaa kontekstia, meidän on myös eletävä kaikkien muiden keskuudessa mahdollisimman pitkään. On sukupolvien välisten lähestymistä tavata naapuri, jolla on kaksi pientä lasta, ja vähentää ikäsyrajintää."

"Asuminen on myös ensisijaisesti etusijalla, mielestäni Göteborgissa pitäisi olla enemmän kollektiivista asumista. Koti on loistava mahdollisuus sosiaaliseen kanssakäymiseen."



Tulevaisuuden rakennuttajat pohtivat asumiseen liittyviä kyselyvastauksia

Vapaus valita, missä ja miten asumme, on tärkeää hyvinvoinnillemme. Turvallinen ja osallistava elinympäristö edistää sekä terveyttä että yhteisöllisyyttä, mikä on tärkeää kaikille, mutta erityisesti vanhuksille. Vastauksissa näkyy kasvava tarve erilaisille asumisvaihtoehtoilta, jotka ovat sekä fyysisesti saavutettavia että kohtuuhintaisia.

Palveluasuminen on arvostettu asumismuoto, joka voi luoda sekä turvallisuutta että yhteisöllisyyttä. Monisukupolvinen asuminen ja kollektiiviset ratkaisut ovat muita mielenkiintoisia ratkaisuja, jotka voivat edistää sosiaalista yhteenkuuluvuutta ja joita haluaisimme nähdä enemmän. Muista kuitenkin, että kaikki eivät halua muuttaa, joten on samalla suuri tarve hyödyntää uutta tekniikkaa ja mukauttaa myös olevien asuntojen esteettömyyttä.

Lisäksi on tärkeää tiedottaa senioreille tarjolla olevista asumisvaihtoehtoista ja siitä, mitä tukea voidaan tarjota muuton yhteydessä koko prosessin helpottamiseksi.

Sosiaalinen osallistaminen ja osallisuus



Mahdollisuus osallistua koulun ulkopuoliseen toimintaan, sosiaaliseen, kulttuuriseen, poliittiseen ja uskonnolliseen toimintaan ja tuntea yhteisöllisyyttä yhteiskunnassa on tärkeää hyvän terveyden kannalta. Se luo edellytykset käyttää taitojaan ja tietojään, saada kunnioitusta, rakentaa itseluottamusta ja läheisiä suhteita. Se edistää myös tunnetta siitä, että on maailmansuuntautunut ja ajan tasalla (Maailman terveysjärjestö, [WHO] 2024).

➤ Monipuolisempia kohtaamispaikkoja ja aktiviteetteja

Yhteistä vastauksissa on tarve tavata ja kohdata uusia ihmisiä. Useat ovat sitä mieltä, että kaupungin tulisi panostaa senioreiden kohtaamispaikkoihin pidennetyillä aukioloajoilla ja laajempaan aktiviteettien tarjontaan. Kulttuuritoimintaan halutaan myös osallistua halvemmallalla.

"Kehittäkää senioreiden kohtaamispaikkoja houkutellaksenne lisää ihmisiä. Valikoima sopii vain tietyille ryhmälle. Haluaisin nähdä enemmän älyllistä keskittymistä taiteeseen liittyviin vuoropuheluihin, näyttelyvierailuihin ja sitä seuraaviin vuoropuheluihin."

"Haluan päästä joka päivä lounaalle muiden vanhusten kanssa. On surullista, kun vanhuksille suunnatuilla aktiviteeteilla on kesätauko. Emme pidä lomia, meistä tulee entistä yksinäisempiä."

"Panosta enemmän ikäihmisten kohtaamispaikkoihin kirjastoissa ja muissa paikoissa."

"Toistuva disko yli 70-vuotiaille kaikilla kaupunkialueilla. Se on ihana tapa tavata uusia tuttavuuksia sekä liikkua että tuntea merkityksellisyyttä ja iloa!"

"Ehkä pitäisi olla vuosittaiset pikatreffijuhlat Skandinaviumissa?"

"Suurempi seniorialennus teattereihin, museoihin jne."

➤ Lisää sukupolvien välistä toimintaa ja kohtaamispaikkoja

Yksi toive on vahvistaa mahdollisuuksia tavata yli sukupolvirajojen ja muuttaa olemassa olevia kohtaamispaikkoja entistä ikäystävällisemmiksi. Vastanneet korostivat, että on tärkeää luoda ymmärrystä yhteiskunnan ikäryhmien välille ja esimerkiksi asuinalueen naapureiden välille. Yksi esiin tuotu ehdotus on työskennellä kielen ja kulttuurin siirtämiseksi seuraavalle sukupolvelle.

"On tärkeää, että asuinalueella on paikallista toimintaa, jossa eri ikäryhmät voivat kohdata yli sukupolvirajojen."

"Kaupunki tarjoaa paljon eri-ikäisille. Tapahtumia, luentoja ja työpajoja, joissa nuoret ja vanhat ihmiset voisivat tavata toisiaan, ei tarjota riittävästi kansallisille vähemmistöille.

Kulttuurin suojeleminen ja siirtäminen seuraavalle sukupolvelle on tärkeää.

Monet teemat voisivat toimia sekä nuorille että vanhoille ja tarjota yhteisiä kiinnostuksen kohteita. Samalla oppisi suomea ja pystyisi elvyttämään kielitaitoa."

➤ Ilmaiset aktiviteetit

Monen ikäihmisen talous on kireällä ja korostavat, että on tärkeää suunnitella maksutonta toimintaa.

"Ikäihmisten taloudellinen tilanne on usein kireä, monilla ei ole varaa osallistua erilaisiin tapahtumiin. Ehkä tärkein asia kaikista. Tuntuu 'häpeälliseltä' olla köyhä."



Tulevaisuuden kehittäjät pohtivat kyselyvastauksia osallistamisesta ja osallisuudesta

Ikäystävällisemmän Göteborgin kannalta erilaiset kohtaamispaikat ja aktiviteetit ovat ratkaisevan tärkeitä. Tässä meidän on panostettava anteliaampiin aukioloaikoihin. Hyödynnä senioreita voimavarana, jotta se olisi mahdollista. Ehkä voimme auttaa pitämään auki ja luomaan entistä parempia mahdollisuuksia senioreille tavata, puhua kahvikupin ääressä ja vahvistaa heidän terveyttään.

Yhteistyö uskonnollisten yhteisöjen kanssa voisi olla keino tavoittaa enemmän ryhmiä, ja kirjastot voisivat kehittyä toimimaan sosiaalisina keskuksina. Kaikenikäisille osallistava toiminta on tärkeää, sillä sukupolvien väliset tapaamiset kiinnostavat usein sekä nuoria että vanhoja.

Tärkeä näkökohta on taloudellinen. On tärkeää, että toiminta on mahdollisimman maksutonta, jotta useammalla on mahdollisuus osallistua. Turvallisuus on toinen avaintekijä aktiviteetteihin osallistumisessa ja sosiaalisessa aktiivisuudessa. Esimerkiksi aktiviteetit voivat aloittaa aikaisemmin.

Liikkuvuus



Liikkuvuudessa on kyse ihmisten kyvystä liikkua sekä itsenäisesti että tuetusti. Hyvät liikkumismahdollisuudet lisäävät sosiaalisen osallistumisen ja yhteiskunnalliseen elämään osallistumisen edellytyksiä, kuten kulttuuria, palveluja ja terveys- ja hoivapalveluja. Se, että jokainen voi itse valita, milloin hän haluaa liikkua jalan, polkupyörällä, rollaattorilla, pyörätuolilla, moottoroidulla pyörätuolilla tai julkisilla liikennevälineillä, lisää terveyttä, elämänlaatua ja mahdollisuutta itsenäiseen elämään. (Maailman terveysjärjestö, [WHO] 2024).

➤ Kehittää ja tiivistää julkista liikennettä

Mahdollisuus matkustaa turvallisella ja esteettömällä julkisella liikenteellä on erittäin tärkeää, jotta pääsee sukulaisille, aktiviteetteihin, terveyskeskuksiin ja kauppoihin. Vastanneet kertovat, että pysäkkien on oltava lähellä ja että kyytiin nousemiseen ja siitä poistumiseen tarvitaan enemmän aikaa. Useat korostavat myös tarvetta parantaa yhteyksiä kaupungin uloimmista osista paikallisiin keskustoihin ja keskusta.

"Parempi bussiyhteys Backasta Göteborgin keskusta."

"On tärkeää, että me vanhukset, joilla on vaikeuksia kävellä, joilla on rollaattori tai pyörätuoli, että pääsemme liikkumaan satamassa eli keskustassa. Lautat ovat tärkeitä, ja niitä pitäisi laajentaa, jotta voimme liikkua ympäriinsä. Slottsbergetin poistaminen on katastrofi."

"Tarvitsemme enemmän aikaa, kun nousemme kyytiin/pois kyydistä, jotta me ehditään istuutua."

➤ Lisää pysäkkejä joissa on penkkejä ja sääsuojia

Bussipysäkkien istuma- ja levähdysalueita kuvaillaan tärkeiksi ja asiaksi, johon on panostettava enemmän. Myös matkalla pysäkille ja pysäkiltä.

"Meiltä puuttuvat yksinkertaiset puistonpenkit, jotka helpottaisivat liikkumista julkisilla liikennevälineillä. Asuinalueellamme ei ole lepopaikkaa kodin ja bussipysäkin välissä."

"Rakentakaa odotuskatoksia kaikille pysäkeille."

➤ Kehittääkää flex-linja kuljetuspalveluita käyttäjien tarpeiden mukaan

Flex-linja kuljetuspalvelua arvostetaan. Samalla halutaan enemmän ja helpompia vaihtoja ja enemmän pysäkkejä muun julkisen liikenteen yhteydessä. Lisäksi pyydetään selkeämpää tietoa flex-linjasta ja sen toiminnasta.

"Flex-linjaa pitäisi laajentaa ja lisätä, jotta kaupungissa voisi matkustaa enemmän."

"Flex-linja toimii joskus, mutta ei, jos sinulla on sovittu aika."

➤ **Ilmainen julkinen liikenne suurimman osan päivästä**

Moni toivoo, että seniorikortti olisi voimassa useampana aikana päivän aikana. He, joilla on pidempiä matkoja kaupungin keskustaan, perheen ja ystävien luo, osallistuvat aktiviteetteihin, haluavat osallistua luonto- tai yhdistyselämään muualla kaupungissa, kuvaa vaikeuksia pysyä seniorikortin tarjoamassa matkajassaan.

"Ilmainen julkinen liikenne senioreille ympäri vuorokauden. On niin tärkeää, että voi osallistua toimintaan ja yhteisöön."

"Minua stressaa paljon, että voin matkustaa vain tiettyjen aikojen välillä."

➤ **Lisää turvallisuutta jalankulku- ja pyöräteillä**

Monet kuvaavat jalankulkijan ja pyöräilijän haasteita kaupungissa. Useat ihmiset ehdottavat maanpinnan parantamista, sähköpotkulautojen sääntelyä ja jalankulku- ja pyöräteiden opasteita turvallisuuden lisäämiseksi.

"Investoikaa parempiin jalkakäytäviin. Kaupungin innokkuudessa rakentaa pyöräteitä, jalkakäytävät ja jalankulkutiet on jätetty taka-alalle ja usein kaventuneet."

"Mukulakivet ja reunakivet ovat rollaattorien ja pyörätuolien vitsaus. Mukulakivikatuja voi usein välttää, mutta olisi hyvä, jos reunakivet korjattaisiin paikkoihin, joissa on liikuttava."

"Sähköpotkulaudat pääsevät jalkakäytävälle nopeasti, niitä on kaikkialla ja siitä voi tulla vaarallista."

➤ **Parannettu lumenpoisto ja jäänpoisto**

Lumenpoisto ja jäänpoisto, jotka helpottavat jalankulkijoiden turvallista liikkumista, on toistuva aihe vastausten joukossa.

"Esimerkki: portaikko (kävelytiellä), jossa on kaide, jossa vain puolet portaista oli lapioitu (se on hyvä), mutta lapiointi tehtiin kauimpana kaiteesta olevasta osalta. MITEN AJATTELIVAT?"

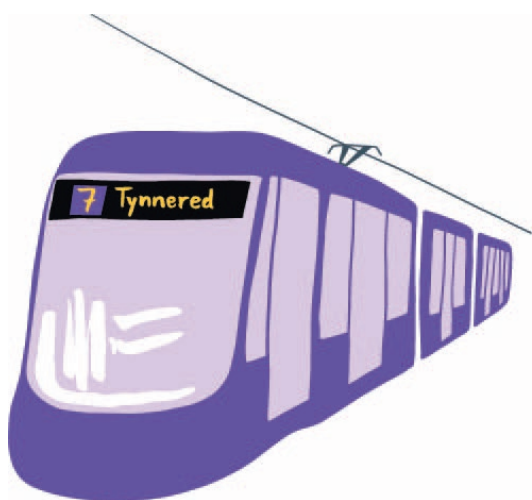
"Talvella bussipysäkit ja suojatiet ovat aivan vaarallisia. Koska autot ovat etusijalla, voin aina kävellä liukastumatta ajoradalla, mutta kun pääsen bussipysäkin jääkadulle tai suojatien jääpenkereille, se on kauheaa."

➤ **Parempi saavutettavuus autoille ja paremmat pysäköintitilat**

Vastaukset osoittavat, että kyky ajaa ja pysäköidä strategisiin paikkoihin lähellä kohdepisteitä on tärkeää. Tätä korostavat erityisesti ne, jotka eivät asu keskustan kaupunginalueilla.

"Autolla liikkumisen pitää olla helpompaa. Asumme omakotitalossa ja siksi meidän on kuljetettava puutarhassa käytettyjä tuotteita. Se voi olla istutusmultaa, lannoitetta, taimia ja paljon muuta. Auto on siis välttämätön kuljetuksessa."

"Keskustasta on vaikea löytää parkkipaikkaa kauppojen ja terveyskeskusten läheltä."



Tulevaisuuden kehittäjät pohtivat kyselyn vastauksia liikkuvuudesta

Kehittyneempi flex-linja kuljetuspalvelu näyttää pystyvän ratkaisemaan monia ongelmia, joita Göteborgin seniorit tuovat esiin. Ehkä flex-linja voisi kulkea suuremman osan päivästä, tarjota enemmän vaihtopisteitä, joissa flex-linjalapset ovat myös lähellä muuta julkista liikennettä, ja enemmän ja selkeämpää tietoa flex-linjasta pysäkkiosoitteineen.

Miksi emme tarjoaisi puolta hintaa julkisen liikenteen hinnasta niinä aikoina, kun se ei ole ilmaista?

Vastauksista käy selvästi ilmi, että liikkuvuudella on yhteyttä ikäihmisten kykyyn osallistua sosiaalisiin aktiviteetteihin ja yhteiskuntaan eri tavoin. Mahdollisuus matkustaa ympäri kaupunkia helposti, turvallisesti ja kohtuullisin kustannuksin tarjoaa myös enemmän mahdollisuuksia olla voimavara muille, tehdä työtä, osallistua vapaaehtoistoimintaan sekä tehdä vapaaehtoistyötä tai tukea perhettä ja ystäviä.

Monet seniorit korostavat erityistä ongelmaa - sähköpotkulautoja. Koemme tämän yhä vakavammaksi ja kiireellisemmäksi ongelmaksi kävelyteiden turvallisuuden, esteettömyyden ja esteettömyyden kokemuksen kannalta ja ennen kaikkea onnettomuuksiin yhteiskunnalle aiheutuvien kustannusten kannalta.

Yhteiskunnan tuki ja palvelut



Yhteiskunnan tuki ja palvelut, jotka ovat lähellä ja saavutettavissa, vaikuttavat ikäihmisten kykyyn ylläpitää hyvää terveyttä ja huolehtia itsestään. Hyvä hoito on ikäystävällisen yhteisön tuen ja palvelun perusta. (Maailman terveysjärjestö, [WHO] 2024).

➤ Mahdollisuus hoitaa asioita puhelimella soittaen

Ollakseen riippumaton, korostetaan tarvetta saada enemmän tukea digitaalisten palveluiden käyttöön ja tarvetta vaihtoehdoille. Kyselyvastauksista käy ilmi, että fyysiset tapaamiset ovat yhä useammin korvautuneet digitaalisilla palveluilla, esimerkiksi ajan varaaminen terveysasemaan digitaalisen alustan kautta tai että chatbotit vastaavat kysymyksiin ihmisen sijaan. Arvostamme suuresti mahdollisuutta kääntyä ihmisen puoleen asioinemme ja kysymyksinemme, joka voisimme saada ohjausta ja tukea.

"Varmistakaa, että jokaisessa kaupunginosassa löytyy henkilö, jolle soittaa. Tuntisin oloni paljon turvallisemmaksi."

"Vanhusasiamiehen pitäisi ohjata yhteiskuntajärjestelmää. Neuvontatoimisto, joka osaa vastata siihen, minkä yhteiskunnallisen järjestön puoleen voi kääntyä tiettyjen kysymysten perusteella."

➤ Enemmän vaihtoehtoja maksutapoihin kuin digitaaliset

Monet ihmiset mainitsevat ongelman, että niin monet palvelut hyväksyvät vain digitaalisia maksuja. Tämä sulkee pois heidät, joilla ei ole kännykkää, tai joilla on vaikeuksia käyttää älypuhelinia. On ehdotettu, että pysäköintimittarit palautettaisiin, jotta voisi maksaa kortilla tai käteisellä.

"Pelkään, etten pysty pysäköimään autoani tai käymään vessassa, jos unohdan puhelimeni, tai akku menee tyhjäksi."

➤ Digitaalisen tietämyksen koulutus ja BankID: n käyttö

Mahdollisuuksia oppia digivälineiden käyttöä korostetaan toistuvasti, ja koulutuksesta ja tuesta on kysyntää. Turvallisuuden tunne digitaalisessa "viidakossa" koetaan asiana, jonka sinun odotetaan ratkaisevan itse. Useat korostavat erityisesti pankkitunnuksen käyttöön liittyvää epävarmuutta.

"Panostakaa enemmän koulutukseen digitaalisessa maailmassa. Tietoja puhelimen ja iPadin käytöstä. Esimerkiksi BankID:stä ja muusta."

"Luokaa kohtaamispaikkoja, joissa ikäihmiset voivat saada apua digitaalisten välineitten käytössä. Lisää mahdollisuutta drop-in-aikoihin, jolloin voit saada apua varaamatta aikaa."

➤ **Ennaltaehkäisevä tuki ja neuvonta**

Toinen esiin nostettu tarve on sosiaalisen ja taloudellisen tuen saatavuus ja tiedottaminen.

Kyse voi olla esimerkiksi perheen tuesta. Toinen esimerkki on tuen tarve petosten välttämiseksi.

"Omaisille tarvitaan lisää tukea. En edes tiennyt, että tukea oli saatavilla."

➤ **Lähipalvelukeskukset, jotka ovat helposti saavutettavissa ja integroituvat kaupunginosaan**

Palvelujen saatavuus lähellä kotia on tärkeää sekä itsenäisen pärjäämisen että elämänlaadun kannalta. Erityisesti mainitaan ruokakauppojen, apteekkien, kirjastojen ja muiden arjen palveluiden tarve. Paikalliset torit tai keskukset kauppoineen, kahviloineen ja kohtaamispaikkoineen ovat monille arvokkaita.

"Palauttakaa vanhan ajan 'pienet korttelitorit', joissa voin helposti hoitaa päivittäisiä asioita, ruokakaupassa asioinnin, apteekki jne. luo turvallisuutta lähiympäristössä."

"Avatkaa kirjasto uudelleen Kärrässä! Lisää luentoja kirjastoissa ja kohtaamispaikoissa."

➤ **Kohtelu ja saavutettavuus**

Ystävällinen ja huomaavainen lähestymistapa voi olla ratkaisevan tärkeä ongelmien ratkaisemisessa, luottamuksen luomisessa ja riippumattomuuden edistämiseksi. Sitä arvostetaan suuresti. Sen lisäksi, että rakennukseen pääsee sisään ja sieltä pois, korostetaan myös sitä, kuinka tärkeää on varmistaa esteettömyys huonokuuloisille, tiedotustilaisuuksissa ja vastaavissa.

"Pankkien pitäisi olla asiakasystävällisempiä niille, jotka eivät osaa tätä tekniikkaa kovin hyvin."

"Investoikaa kuulosilmukkeisiin."



Tulevaisuuden kehittäjät pohtivat kyselyvastauksia yhteiskunnan tuesta ja palveluista

Näemme, että on vaikea löytää saatavilla olevaa sosiaalista tukea. Tee siitä helposti saatavaa olevilla julkisilla paikoilla. Miksei valituissa paikoissa olisi digitaalista ilmoitustaulua, jossa on kosketusnäyttö?

Näemme myös, että auto olisi edelleen voitava ottaa mukaan päivittäisiin asioihin. Ajatellaan, että kunnalla voisi olla erityinen tarjous vanhuksille, kuten alennetut pysäköintihinnat ja erityiset pysäköintipaikat, jotta useammat ihmiset voivat hyödyntää kaupungin tarjoamaa yhteisön tukea ja palveluja.

Lisäksi digitaalisia taitoja olisi vahvistettava panostaen koulutukseen sekä perustasoa että niille, jotka haluavat pysyä ajan tasalla työelämän jälkeen. Lisätukea tulisi antaa myös niille, jotka eivät puhu ruotsia.

Kaupunkiympäristö



Kaupunkiympäristön suunnittelulla ja sisällöllä on suuri merkitys itsenäiselle elämälle, elämänlaadullemme ja mahdollisuuksillemme osallistua ja viettää aikaa julkisissa tiloissa ja viheralueilla. On olemassa useita ominaisuuksia, jotka tekevät kaupunkiympäristöistä ja viheralueista ikäystävällisiä - läheisyys, saavutettavuus ja turvallisuus. (Maailman terveysjärjestö, [WHO] 2024).

➤ Kaupungin kehittämiseen osallistumisen lisääminen

Kyselyn vastauksista käy ilmi, kuinka tärkeää on kehittää kaupungin erilaisia ulkoilu ympäristöjä ja -paikkoja niin, että ne ovat mahdollisimman monen käytössä. Useissa korostuu kiinnostus ja halu osallistua entistä enemmän kaupunkiympäristöjen suunnitteluun ja kehittämiseen sekä ulkoilu ympäristöjen hoitoon ja huolenpitoon eri puolilla kaupunkia.

"Ottakaa liikuntarajoitteiset ja vanhukset, joilla jokin muu vammaisuus mukaan kaupungin suunnitteluun. Tai ottakaa mukaan erityisopettajia. He osaavat ajatella eri ryhmien tarpeita. Jonkun täytyy kävellä ympäri kaupunkia senioreiden kanssa nähdäkseen parannusmahdollisuuksia. Nykyään saavutettavuus on niin huono."

"Osoittakaa ja asettakaa alueita, niiden ei tarvitse olla suuria, ehkä 40–50 neliömetriä, joissa yksilöiden tai vanhusryhmien tehtävänä on perustaa ja ylläpitää kasvinviljelyä. Painopisteen pitäisi olla, että kukkapenkissä on jotain, joka kukkii helmikuusta marraskuuhun."

➤ Viheralueiden ja puisto ympäristöjen säilyttäminen ja kehittäminen

Myös viheralueiden ja puistojen säilyttämisen ja viheralueiden rakentamisen merkitys kaupunkiin korostetaan. Vastanneet ovat huolissaan siitä, että kaupungin tiivistäminen johtaa viheralueiden osuuden vähenemiseen, mikä vaikuttaa hyvinvointiin, elämänlaatuun ja terveyteen.

"Lisää vihreitä puita, enemmän puistonpenkkejä siellä täällä. Me tarvitsemme varjoa!"

"On tärkeää pitää keskustan viheralueet koskemattomina kaikille niille, joilla ei ole autoa ja joilla on vaikeuksia päästä luontoon."

➤ Lisää esteettömiä istuimia

Istumapaikkojen lisäämisen tarve nostetaan esille sekä kaupunkiympäristön että liikkumisen yhteydessä. Niitä on oltava kaikkialla, missä ihmisten odotetaan liikkuvan, ja sillä on oltava mahdollisuus päästä sääsuojaan. Esimerkiksi nostetaan istumapaikkojen ja penkkien tarve lähellä kotia, kaupoissa ja muissa

fyysisissä kaupunkiympäristöissä sekä mahdollisuus osallistua ja kokea puistoja ja luontoalueita korostetaan.

"Monissa paikoissa pitää levätä. Istuimia ja penkkejä tarvitaan lisää."

➤ **Vahvistakaa ja kehittäkää kaupunkiympäristön turvallisuutta**

Turvallisuuden kokemus voi olla ratkaiseva ulkoilun kannalta. Osa vastaajista toivoo kameravalvonnan lisäämistä ja parempaa valaistusta kaupungin turvallisuuden parantamiseksi. Monet korostavat myös halua poistaa esteiksi koettuja asioita, kuten korkeita reunakiveyksiä ja mukulakivipäällysteitä, jotka vaikeuttavat esteettömyyttä.

"Parempi valaistus ja enemmän poliiseja tai muita, jotka voivat partioida Hisingenin kaduilla ja toreilla."

"Lisää kameravalvontaa. Rikollisuus on ongelma."

➤ **Suunnittelkaa kaupunki kaikkiin sääolosuhteisiin**

Esiin nousee ehdotuksia ja esimerkkejä siitä, miten kaupungin suunnittelu voisi helpottaa useampien ihmisten liikkumista vaikeissa sääolosuhteissa.

"Inspiroidutaan Montrealista ja Torontosta, joissa on niin kuin meillä paljon huonoa säätä. Ne ovat tosin suurempia kaupunkeja, mutta molemmilla on yli 3 mailia(!) maanalaisia käytäviä, jotka sisältävät kauppoja ja ravintoloita ja jotka yhdistävät eri paikkoja ja rakennuksia. Kävelysillat ja maanalaiset kävelytiet tarkoittavat myös sitä, että sinun ei tarvitse ylittää vilkkaita katuja ja polkuja, minkä pitäisi johtaa vähemmän liikenneonnettomuuksiin jalankulkijoiden kanssa ja vähemmän liikkaiden teiden aiheuttamia kaatumisia. Emmekö voisi olla ensimmäisiä, jotka tekevät tämän Ruotsissa?"

Tulevaisuuden kehittäjät pohtivat kaupunkiympäristöä koskevia kyselyvastauksia

Haluamme korostaa monien korostamien viheralueiden ja puistojen säilyttämisen ja kehittämisen tärkeyttä kaupungissa. On tärkeää pystyä käsittelemään helleaaltoja nyt ja tulevaisuudessa. Puistot ovat tärkeitä henkiselle ja fyysiselle terveydelle ja ennen kaikkea sosiaalisia kohtaamispaikkoja eri sukupolville. "Uusi-Seelanti" Länsi-Göteborgissa on todella hyvä esimerkki puistosta. Veden läheisyys on myös tärkeää, ja mahdollisuudet kävellä ja liikkua jopa varjossa lähellä vettä ovat alue, jota on kehitettävä.

Selkeiden opasteiden luominen jalankulku- ja pyöräteille ja selkeämpien merkintöjen tekeminen maahan ohjaamaan ja osoittamaan, miten meidän pitäisi kävellä, on tärkeää turvallisuuden luomiseksi ja onnettomuuksien ehkäisemiseksi. Liikenteenvalvojat voisivat lisätä turvallisuutta risteyksissä ja vilkkaasti liikennöidyissä solmukohdissa.

Älä myöskään unohda, että turvallisuus on joskus tasa-arvokysymys, esimerkiksi vanhemmat naiset ovat epävarmempia kuin vanhemmat miehet ulkona, kun on pimeää.

Tiedotus ja viestintä



Ikäystävällisessä kaupungissa kaikki tietävät, mistä löytää tietoa kaupungin palveluista. Tiedot ovat helposti ymmärrettäviä ja helposti saatavilla. Kunnalle on helppo viestittää senioreiden käyttämissä kanavissa. Palveluista viestitään tavalla, joka herättää uteliaisuutta ja kiinnostusta. Ikäihmiset kokevat, että "palvelut ovat minua varten" ja on selvää, että kunta on viestijä. (Maailman terveysjärjestö, [WHO] 2024).

➤ Tulostetut ja selkeät tiedot

Monet ilmaisevat turhautumistaan siihen, että tieto on usein saatavilla vain digitaalisesti. Digitaalisia tietoja pyydetään täydentämään painetulla tekstillä. Se voidaan jakaa julkisilla paikoilla, kotiin postilaatikkoon tai eri julkisissa paikoissa sijaitsevien virkamiesten kautta. Tietojen on oltava helposti ymmärrettäviä. Yksi ehdotus on panostaa esitteisiin, joissa on selittäviä kuvia, tai kerättyä seniorilehteen.

"Asiallisen, selkeän tiedon pitäisi tulla minulle suoraan postitse, minun ei pitäisi joutua etsimään tätä itse verkosta. Minulla ei ehkä ole lainkaan digitaalista tietoa = minut jätetään ulkopuolelle/syrjäytetään/syrjitään."

"On tärkeää saada tietoa suomeksi myös painettuna, ei vain verkossa."

➤ Tietoa siitä, mitä tukea senioreille on tarjolla

Mitä tulee siihen, mitä tukea kaupunki voi tarjota, jotkut ilmaisevat, että sitä on selvennettävä. Jotkut ihmiset kokevat törmäävänsä tietoon sattumalta. Yksi esiin nostettu ehdotus on, että 70 ja 80 vuotta täyttävälle senioreille lähetettäisiin tietoa palveluista, joilla voi olla merkitystä ikäryhmälle.

"Tarvitaan enemmän ja parempaa tietoa siitä, millaista tukea ja apua me seniorit voimme saada Göteborgin kaupungilta. En tiennyt, että senioreille on kohtaamispaikkoja tai että joissakin tiloissa voi harrastaa liikuntaa ilmaiseksi. Tarvitsemme paljon parempaa tietoa ja viestintää meille senioreille. Viranomaisten on myös kehitettävä viestintäänsä ikäihmisille."

"On tärkeää tietää, mitä palveluja kunta tarjoaa ikäihmisille. Siksi voisi lähettää tästä painotuotteen esimerkiksi kahteen otteeseen. Ensimmäinen kaikille, jotka täyttävät 70-vuotta, toinen 80-vuotta."

➤ Yhteisön tiedotusfoorumi

Ikäihmisten kohtaamispaikkoja korostetaan mahdollisena areenana yhteisölliselle tiedolle, tuelle ja vuoropuhelulle useilla alueilla.

"Lisää kohtaamispaikkoja, joissa keskitytään antamaan neuvoja yhteiskunnassa liikkumiseen, mukaan lukien apu yhteiskunnan järjestelmien ymmärtämisessä."



Tulevaisuuden kehittäjät pohtivat kyselyvastauksia informaatiosta ja viestinnästä

Ikäystävällisemmän ja terveyttä edistävemmän Göteborgin luomiseksi on tärkeää tiedottaa ikäihmisille tarjolla olevista palveluista, tuesta ja avusta. Ensisijaisena tavoitteena olisi oltava asiaankuuluvien tietojen lähettäminen kootussa muodossa suoraan senioreille, mieluiten kaikille 70-, 80- ja 90-vuotiaille.

Tiedot on suunniteltava siten, että niitä ei erehdy pitämään suoramainontapostina ja että ne on helppo omaksua. Painotuotteita pidetään turvallisina, helppoina tallentaa ja ne olisi suunniteltava siten, että ne erottuvat joukosta keskittyen selkeisiin kuviin, jotka täydentävät tekstiä. Kohdennettua ja selkeää tietoa tulisi levittää sinne, missä ikäihmiset ovat, kuten kirjastoihin, terveyskeskuksiin ja kohtaamispaikkoihin. Myös tässä digitaaliset tietonäytöt voivat toimia hyvin!

Monet pitävät tiedonhakua verkossa kuin viidakossa navigoimista, joten panostakaa yksinkertaiseen ja johdonmukaiseen tietoon. Samalla henkilökohtaisen yhteydenpidon puhelimitse on oltava helposti saatavilla, esimerkiksi selvästi näkyvän vanhuskohtaisen digitaalisen painikkeen kautta.

Vapaaehtoistyö ja työelämä



Ikääntyneet ihmiset ovat yhteiskunnan voimavara ja antavat panoksensa yhteiskunnalle myös eläkkeelle siirtymisen jälkeen. Ikäystävällinen yhteiskunta tarjoaa ikääntyneille monia mahdollisuuksia tehdä tämä joko vapaaehtoisen vapaaehtoistyön tai palkkatyön kautta ja pitää heidät mukana poliittisessa prosessissa (Maailman terveysjärjestö, [WHO] 2024).

➤ Seniorit voimavarana työelämässä

Monet haluavat jatkaa työntekoa myös eläkkeelle siirtymisen jälkeen ja että yhteiskunta hyödyntää paremmin senioreiden kokemusta ja taitoja. Sen vuoksi olisi helpotettava mahdollisuutta jatkaa työntekoa eläkkeelle siirtymisen jälkeen.

"Antaa vanhusten pysyä töissä, helpottakaa vanhusten saada pitää työpaikkansa (minkä pitäisi olla hyvä esimerkki)."

➤ Mahdollisuus tehdä vapaaehtoistyötä

Kuvataan vapaaehtoistyön merkityksestä, mutta tarvitaan enemmän ja selkeämpää tietoa, jotta senioreiden huomio kiinnittyy mahdollisuuteen osallistua. On ehdotettu, että senioreita käytettäisiin vapaaehtoisina nykyistä useammissa toiminnoissa, joissa yhteiskunta näkee haasteita, esimerkiksi useammissa kouluissa.

"Rekrytoi ikärikkaita vapaaehtoisiksi ja sijoita resursseja alueille, joilla näemme yhteiskunnallisia ongelmia. Pyydä apua ammattimaisilta rekrytoijilta, jotta ihmiset ymmärtävät, että on tosi kyseessä ja että se merkitsee piristysruisketta Göteborgille ja Ruotsille."

"Toistemme kykyjen hyödyntämisen tulisi olla johdonmukainen ajatus, kun suunnitellaan ikäihmisten hyvinvointia. Hoivakotien ja kotihoidon vahvistaminen eläkeläisillä, jotka osallistuvat turvan antajan roolissa vahvistaa myös eläkeläisen itsetuntoa."

Tulevaisuuden kehittäjät pohtivat kyselyvastauksia vapaaehtoistoiminnasta ja työelämästä

Seniorit antavat merkittävän panoksen omaishoitajana ja olemalla korvaamaton tuki omille tai muiden lapsille ja lastenlapsille. Seniorit ovat tärkeä voimavara yhteiskunnassa, ja meidän on yhteiskuntana tehtävä tämä näkyväksi. Meidän on myös vahvistettava mahdollisuuksia osa-aikatyöhön ja työllistymiseen 69 ikävuoden jälkeen rakenteellisesti yksittäisistä johtajista riippumatta.

Vapaaehtoistyöhön on myös erittäin palkitsevaa osallistua, ja on tärkeää nostaa sen asemaa, tiedottaa enemmän ja laajentaa ikäihmisten mahdollisuuksia osallistua yhteiskunnan eri osa-alueisiin ja yhteiskunnallisiin haasteisiin.

Miksei perustaisi mentoripankkia, jossa vanhemmat ja nuoremmat voivat tukea toisiaan. Keskittymällä vähemmän fyysiseen haurauteen ja enemmän senioreiden henkiseen kapasiteettiin ja kokemukseen, voimme yhdessä tehdä potentiaalin näkyväksi!

➤ **Kiinnitä huomiota ponnisteluihin, joita seniorit tekevät sukulaisten ja perheen hyväksi**

Toiset kuvaavat, että elämä eläkkeelle siirtymisen jälkeen tarkoittaa täystyöllisyyttä iäkkäistä vanhemmista, lapsenlapsista tai sairaasta puolisoista/kumppanista/ystävästä huolehtimista ja että työntekoon tai vapaaehtoistyöhön ei siksi jää aikaa.

"70 vuotta täyttäneiden ei pitäisi joutua jatkuvasti selittämään, miksi he eivät enää ole töissä. Usein olet enemmän kuin kiireinen lastenlasten, iäkkäiden vanhempien ja oman terveytesi kanssa."

Viesti tulevaisuutta varten

Ikääntyneet ovat korvaamaton voimavara yhteiskunnassamme. Elämäkokemuksellaan, tietämyksellään ja ajallaan monet ihmiset osallistuvat lukemattomilla tavoilla perheen ja yhteisön elämään. Kaikkien yhteiskunnallisten toimijoiden on oltava mukana luomassa parempia edellytyksiä aktiiviselle ja terveelle ikääntymiselle. Kuntien, alueiden ja valtion on lähestyttävä asiaa kokonaisvaltaisesti ja keskittyttävä erityisesti ikääntyneiden näkökulmaan. Ikäystävälliset kaupungit ja yhteisöt tekevät juuri niin.

Kyselyn tulokset korostavat ikäihmisten prioriteetteja, tarpeita ja ehdotuksia ikäystävällisemmän Göteborgin luomiseksi. Jokaisella meistä on tärkeä rooli, myös kanssaihmisinä ja yhteiskunnan jäseninä. Näkemällä toisemme ja välittämällä toisistamme, osallistumalla pieniin ja suuriin ponnistuksiin – naapurustoissamme, työpaikoillamme ja yhteisöissämme – voimme tehdä Göteborgista entistä ystävällisemmän ja kestävämmän kaupungin, joka ei vain toimi kaikenikäisille, vaan kukoistaa. Yhteistyön voima on avainasemassa. Kun kunnat, järjestöt, yritykset ja asukkaat yhdistävät voimansa, ajattelevat ja työskentelevät yhdessä, saamme aikaan muutoksia, joilla on todellista merkitystä.



4 Lähteistä

Gustafsson, B., Mac Innes, H., & Österberg, T. (2019). *Older people in Sweden without means: on the importance of age at immigration for being 'twice poor'*. Ageing & Society, 39(6), 1172-1199.

Göteborgs Stad, Stadsledningskontoret (2019) *Basutvärdering, Nulägesbeskrivning av seniorers behov, erfarenheter och synpunkter om åldersvänligheten i Göteborg*. Göteborgs Stad.
<https://goteborg.se/wps/portal/start/goteborg-vaxer/sa-arbetar-staden-med-stadsutveckling/aldersvanliga-goteborg/om-aldersvanliga-goteborg>

Göteborgs Stad, Stadsledningskontoret (2023) *Äldreombudsmannens rapport. Mänskliga rättigheter blir inte färre med åldern*. Stadsledningskontoret.
Göteborgs Stad. <https://goteborg.se/wps/portal/start/kommun-och-politik/politik-och-demokrati/sa-kan-du-paverka-och-vara-delaktig/aldreombudsman>

Göteborgs Stad, (2024) Göteborgs Stads huvudpresentation, *Hållbar stad – öppen för världen*, [4100-Göteborgs Stads huvudpresentation 2024 svenska.pptx](#)

Göteborgs Stad, Äldre samt vård- och omsorgsförvaltningen (2024) *Om äldre samt vård- och omsorgsförvaltningen* [Förvaltningspresentation - Om äldre samt vård- och omsorgsförvaltningen 2024.pptx](#)

Internetstiftelsen (2024) *Svenskarna och internet 2024*.
<https://svenskarnaochinternet.se/rapporter/svenskarna-och-internet-2024/>

Mac Innes, H., Bjurbäck, H. & Lundälv, J. (2024). *Sociala problem efter 65: socialt förebyggande arbete på nya arenor*. (Upplaga 1). Lund: Studentlitteratur.

Mac Innes, H., & Lundälv, J. (2023). *Biståndshandläggares erfarenheter av sociala problem hos äldre medborgare—En kartläggning om de sociala problemens synlighet*. Socialmedicinsk tidskrift, 100(2), 313-320.

Riksrevisionens rapport om mörkertal inom bostadstillägget [Elektronisk resurs]. (2019). Regeringskansliet.

Statistikmyndigheten SCB (25 oktober 2017). *Högre andel äldre med låg inkomst i Sverige jämfört med Norden*. <https://www.scb.se/hitta-statistik/statistik-efter-amne/levnadsforhallanden/levnadsforhallanden/undersokningarna-av-levnadsforhallanden-ulf-silc/pong/statistiknyhet/undersokningarna-av-levnadsforhallanden-ulfsilc2/>

Statistikmyndigheten SCB (2022). *Efter 60. En beskrivning av äldre i Sverige 2020*. Demografiska rapporter 2022:2 Stockholm: Statistikmyndigheten SCB

Västra Götalandsregionen. Avdelning Data & analys. Regional Vårdanalys. (2022). *Hur mår invånarna i Västra Götaland 2022, Regional rapport - Hälsa på lika villkor 2022* <https://infogram.com/halsa-pa-lika-villkor-i-vastra-gotaland-2022-1hzj4o3q0l8yo4p?live>

World Health Organization. Demographic Change and Healthy Ageing (DHA), EURO Europe Regional Office (RGO) (2018) *Age-friendly environments in Europe: Indicators, monitoring and assessments* (WHO/EURO:2018-1088-40834-55192) <https://www.who.int/publications/i/item/9789289052122>

World Health Organization (2024) *Creating age-friendly cities and communities* <https://www.who.int/activities/creating-age-friendly-cities-and-communities>

World Health Organization. Demographic Change and Healthy Ageing (DHA), (2023) *National programmes for age-friendly cities and communities: a guide*, ISBN: 978 92 4 0068698 <https://www.who.int/publications/i/item/9789240068698>

World Health Organization (2024) *Civic Participation and Employment*. <https://extranet.who.int/agefriendlyworld/age-friendly-practices/civic-participation-and-employment/>

World Health Organization (2024) *Community and Health Care* <https://extranet.who.int/agefriendlyworld/age-friendly-practices/community-and-health/>

World Health Organization (2024) *Housing* <https://extranet.who.int/agefriendlyworld/age-friendly-practices/housing/>

World Health Organization (2024) *Transportation* <https://extranet.who.int/agefriendlyworld/age-friendly-practices/transportation/>

World Health Organization (2024) *Social Participation* <https://extranet.who.int/agefriendlyworld/age-friendly-practices/social-participation/>

World Health Organization (2024) *Outdoor Spaces and Buildings* <https://extranet.who.int/agefriendlyworld/age-friendly-practices/outdoor-spaces-and-buildings/>

World Health Organization (2024) *Respect and Social Inclusion* <https://extranet.who.int/agefriendlyworld/age-friendly-practices/communication-and-information/>

World Health Organization (2024) *Communication and Information* <https://extranet.who.int/agefriendlyworld/age-friendly-practices/communication-and-information/>

5 Liitteet

Lisäys 1 Luettelo kyselylomakkeiden jakelusta

- Yksikön johtajat ja työntekijät terveyden edistämässä ja ennaltaehkäisevässä toiminnassa - joka sisältää kohtaamispaikat, perheen tuen ja palveluasunnot.
- Kansalaisten toimistot
- Kaupunginkirjasto ja lähikirjastot
- Viittomakielen foorumi (Teckenspråksforum)
- Romano Center lännessä (Romano Center i väst)
- Suomenkieliset yksiköt hoivakodeissa
- Suomenkieliset yhdistykset
- Saarialogi (Eteläinen saaristo, Lounais) (Ö-dialogen)
- Syyrian ortodoksinen seurakunta Angeredissa
- Aktivitetshuset 4 kaupungissa Hammarkullen
- Bergum Gunnilsen kehittäminen (yhdistys)
- Kansalaisyhteiskunnan opisto
- Sateenkaaritalo (Regnbågshuset), LGBT-seniorit
- Göteborgin vapaaehtoiskeskukset (Sensuksen ja Ruotsin kirkon kautta)
- Göteborgin toiminnallisten oikeuksien yhdistys
- Tulevaisuuden kehittäjät
- Kirjastot saavat tietoa + julisteen kaupunginkirjaston kautta.
- Fritidsbanken
- Stena Fastigheter turvaisännän kautta
- Urheilu- ja yhdistyshallinnon uutiskirje kaikille senioriyhdistyksille
- Kaikki oikeuksiin perustuvat kunnanvaltuustot
valtuustokoordinaattoreiden kautta, esimerkiksi Göteborgin kaupungin ruotsinsuomalaista ja kansallista vähemmistöä edustavien romanien valtuusto
- Juutalaisten, saamelaisten, afroruotsalaisten ja muslimien neuvostot
- Vanhukset ja sosiaali- ja terveyshallinnon eläkeläisneuvosto
- Vanhusasiamies
- Punainen Risti Tuve
- Kauppakeskus Hjällbo kohtaamispaikka kaikille
- Bellevue moskeija
- Göteborgin moskeija
- Kohtaamispaikka Biskopsgårdenissa,
- Biskopsgårdenin kirjastoystävät, jotka puolestaan ovat välittäneet sen muille Biskopsgårdenin verkoston yhdistyksille.
- Hisingenin kansalaistoimistot ovat ilmoittaneet ja tiedottaneet ja olleet avuksi noin 6 säännöllisessä työvuorossa Hisingenin ympäristössä ja kahdessa säännöllisessä työvuorossa koillisessa
- Kaupungin Facebook ja Instagram
- Vårt Göteborg - lehti
- Vanhus sekä hoito- ja hoivahallinnon intranet
- Yhteiskuntatieteiden Teams

Göteborgin kaupunki, 2024

Julkaisupäivä 2024-12-19

Kuvitus

Josephine Skapare

Vanhus hoito- ja hoivahallinto

goteborg.se/aldersvanliga

Puhelin: 031-365 00 00 (yhteyskeskus)

Sähköposti: aldrevardomsorg@aldrevardomsorg.goteborg.se