



14.11.2009

Turvallisuusseminaarissa turvattiin vanhusten arkea

Katja Sirviö

Naisten Valmiusliiton jokavuotinen turvallisuusseminaari järjestettiin 14. marraskuuta 2009 Porissa. Ikääntyvien arjen turvallisuudesta oli puhumassa koko joukko asiantuntijoita, sokerina pohjalla yleisön laitto tanssimaan pikku-lotta- ja maritta-toiminnassa mukana ollut **Aira Samulin**.

Tonnin säästöt kenkiä nastoittamalla

Seminaarin avasi sisäasiainministeri **Anne Holmlund** valottamalla sisäministeriön tavoitteita ikääntymisen arjen turvallisuuden parantamiseksi. Ministeriön tavoite on, että Suomi on Euroopan turvallisimaa maa vuoteen 2015 mennessä.

”Parannettavaa riittää. Ikääntyminen on meille haaste, mutta myös mahdollisuus. Samalla tavoittelemme yhteiskunta, jossa ikääntymistä arvostetaan”, Holmlund sanoi.

Holmlundin mukaan ikääntyvien uhkana ovat samat vaaratekijät kuin muidenkin: syrjäytyminen, palokuolemat, väkivaltarikollisuus.

Holmlund toivoikin viranomaisilta ja järjestöiltä yhteistyötä, varsinkin harvaan asutuilla alueilla asuvien vanhusten turvallisuudesta huolehdittaessa – peruspalveluiden vähentyessä se on viranomaisten ja valtavat voimavarat omaavien kyläyhdistysten yhteinen haaste.

Porin kaupunginvaltuusto oli seminaaria edeltävänä maanantaina hyväksynyt kaupungin turvallisuussuunnitelman, jonka yhtenä keskeisenä tavoitteena on vanhusväestön turvallisuus. Porin kaupunginjohtajan **Aino-Maija Luukkosen** mukaan vanhusväestön turvallisuutta lähdetään takaamaan neuvolatoiminnalla, toimintakykyä parantamalla sekä tapaturmia ehkäisemällä.

”Kaupunki säästi viime vuonna tuhat euroa terveydenhuollossa pelkästään nastoittamalla vanhusten jalkineet”, Luukkonen kertoi.

Kaatuminen onkin vanhusten suurin turvallisuusuhka. Geriatrian ylilääkäri **Maritta Salonoja** paljastaa, että vuodessa ikäihmisten parissa sattuu 100 000 tapaturmaa, ja niistäkin suurin osa tutussa ympäristössä.

”Kaatuilu lisääntyy, koska ikääntyminen tuo tullessaan muutoksia, kuten tasapainon heikkenemistä ja lihasvoiman vähenemistä. Samalla sairaudet lisääntyvät ja aktiivisuus vähenee”, Salonoja totesi.

Kaatumistapaturmat on kuitenkin mahdollista ehkäistä vaaratekijät selvittämällä ja niihin puuttamalla. Turvallisen liikkumisen mahdollistavat oikeanlainen ympäristö, ravinto ja erilaiset apuvälineet.

Vanhuksille riittää pienikin ilo

Turvallisuuden tunnetta lisää esteetön ympäristö, jossa palvelut ovat saatavilla. Arkkitehti **Kirsti Pesola** Invalidiliitosta sanoi, että kyse on pienistä ja suurista valinnoista, joissa otetaan huomioon sekä muut että myös oma tulevaisuus. Pesolan esitys sisälsikin kasan esimerkkejä pihosta, portaista ja oviaukoista, joista liikuntarajoitteisen on vaikea kulkea.

”Rakennusratkaisuja kannattaa miettiä, jos ei muuten niin itsekkäistä syistä. Liikuntarajoitteisuus tulee koskemaan joskus jokaista meistä”, Pesola muistutti.

Seminaarin lopuksi yleisöä nauratti ikinuori Aira Samulin, joka Pesolan puheeseen viitaten toi terveiset syntymäkodistaan Hyrsylänmutkan hirsilinnasta. Samulin on tehnyt Hyrsylänmutkaan vanhuudenkodin paitsi itselleen myös malliksi muille vanhuksille: kodista löytyvät paitsi esteettömät kulkureitit myös lukuisat aktiviteettimahdollisuudet.

Lopuksi vanhainkodeissa paljon kiertävä Samulin kehotti kuulijoita muistamaan vanhainkotien asukkaita:

”Ikäluokka, joka uhrasi kotinsa ja työnsä kotimaansa puolesta, kuolee nyt ikävään. Heille riittää pienikin ilo, käsi olkapäällä tai päivän lehden lukeminen. Ja jos ulos vie, niin se vasta suuri ilo onkin”, Samulin totesi.



Inaktiivisuus on kasvattaa kaatumisriskiä. Pitkän seminaarin päätteeksi Aira Samulin aktivoi yleisön kaikille sopivaan tanssiin. Emmen tahdissa kaikki tekivät liikkeitä voimiensa mukaan – kuten vanhainkodeissakin.