	KUHMON KAUPUNKI	MUISTIO	5	1
--	-----------------	---------	---	---

Vanhus- ja vammaisneuvosto

Aika 26.11.2024 klo 12:15 - 14:04

Paikka Kaupungintalo, Puro + Teams-etäyhteys

Käsitellyt asiat

Asianro	Otsikko	Sivu
§ 38	Kokouksen avaus	3
§ 39	Laillisuus ja päätösvaltaisuus	4
§ 40	Muistion tarkastajien valinta	5
§ 41	Työjärjestyksen hyväksyminen	6
§ 42	Liikkumishjelma 2024-2030 - Liikkuva Kuhmo	7
§ 43	Vanhustenviikko 2024 tapahtumien raportti	10
§ 44	Vanhus- ja vammaisneuvoston toimintasuunnitelma ja taloussuunnitelma 31.5.2025	11
§ 45	Esteettömyyskartoitus	12
§ 46	Kuhmon kaupungin Esteettömyyssuunnitelma	13
§ 47	Kylätapaamisten anti Maaseudun neuvottelukunnan kokouksissa vuonna 2024	14
§ 48	Muut asiat	16
§ 49	Ilmoitusasiat	17

Osallistujat

	Nimi	Klo	Tehtävä	Lisätiedot
Läsnä	Inget Maija	12:15 - 14:04	puheenjohtaja	
	Lipsonen Tapio	12:15 - 14:04	varapuheenjohtaja	
	Kilponen Kauko	12:15 - 14:04	jäsen	
	Komulainen Ritva	12:15 - 14:04	jäsen	
	Malinen Anne	12:15 - 14:04	jäsen	
	Heikkinen Erkki	12:15 - 14:04	varajäsen	
	Tervo Virpi	12:15 - 14:04	varajäsen	
	Ronkainen Elvi	12:15 - 14:04	varajäsen	
	Heikkinen Leila	12:15 - 14:04	varajäsen	
Muu	Huotari Eila	12:15 - 14:04	varajäsen	
	Kilponen Raija	12:15 - 14:04	sihteeri	
Poissa	Kähkönen Riikka	12:15 - 14:04	hyvinvointiaktivaattori	
	Heikkinen Eeva	jäsen		
	Karvonen Eine	jäsen		
	Kilpeläinen Jouni	jäsen		
	Pieniniemi Juhani	jäsen		

Muistion tark.



Piirainen Jorma

jäsen

AllekirjoituksetMaija Inget
puheenjohtajaRaija Kilponen
sihteeri

Käsitellyt asiat

38 - 49

Muistion tarkastus


Kuhmo 2.12.2024

Eila Huotari
muistion tarkastajaVirpi Tervo
muistion tarkastaja

Muistion nähtävilläpitowww.kuhmo.fi 02.12.2024

palvelusihteeri

Raija Kilponen


	KUHMON KAUPUNKI	MUISTIO	5	3
---	-----------------	---------	---	---

Vanhus- ja vammaisneuvosto	§ 38	26.11.2024
-------------------------------	------	------------

Kokouksen avaus

Vanvamne 26.11.2024 § 38

Päätös Puheenjohtaja avasi kokouksen ja toivotti osallistujat tervetulleiksi.

	KUHMON KAUPUNKI	MUISTIO	5	4
---	-----------------	---------	---	---


Vanhus- ja vammaisneuvosto	§ 39	26.11.2024
----------------------------	------	------------

Laillisuus ja päätösvaltaisuus

Vanvamne 26.11.2024 § 39

Kokous todetaan laillisesti kokoon kutsutuksi ja päätösvaltaiseksi. Myönnetään läsnäolo- ja puheoikeus muille kokouksessa läsnä oleville.

Päätös Kokous todettiin lailliseksi ja päätösvaltaiseksi. Myönnettiin läsnäolo- ja puheoikeus muille kokouksessa läsnä oleville.

	KUHMON KAUPUNKI	MUISTIO	5	5
---	-----------------	---------	---	---

Vanhus- ja vammaisneuvosto	§ 40	26.11.2024
-------------------------------	------	------------

Muistion tarkastajien valinta

Vanvame 26.11.2024 § 40

Päätösehdotus

Valitaan kaksi muistion tarkastajaa.

Päätös Muistion tarkastajiksi valittiin Eila Huotari ja Virpi Tervo.

	KUHMON KAUPUNKI	MUISTIO	5	6
---	-----------------	---------	---	---

Vanhus- ja vammaisneuvosto	§ 41	26.11.2024
-------------------------------	------	------------

Työjärjestyksen hyväksyminen


Vanvamne 26.11.2024 § 41

Päätösehdotus

Asialista hyväksytään työjärjestykseksi.

Päätös

Asialista hyväksyttiin työjärjestykseksi.

	KUHMON KAUPUNKI	MUISTIO	5	7
---	-----------------	---------	---	---

Vanhus- ja vammaisneuvosto	§ 42	26.11.2024
----------------------------	------	------------

Liikkumishjelma 2024-2030 - Liikkuva Kuhmo

Vanvamne 26.11.2024 § 42
585/12.04.00/2024


Esittely Hyvinvointiaktivaattori Riikka Kähkönen

Liikkumishjelma toimii liikkumisen edistämisen asiakirjana, jolla tehdään liikunnan ennaltaehkäisevää työtä ja sen kehittämistä näkyväksi. Ohjelma toimii myös osana laajempaa hyvinvointisuunnitelmaa lähtökohtanaan hyvinvoiva kuntalainen. Ohjelmatyöllä tavoitellaan yhteistä tahtotilaa ja toimenpiteitä kuntalaisten fyysisen aktiivisuuden lisäämiseksi ja hyvinvoinnin parantamiseksi. Liikkumishjelma tarkastelee elämänkaarimallin mukaisesti eri ikäryhmiä. Kilpa- ja huippu-urheilu sekä liikuntamatkailu on jätetty liikkumishjelman ulkopuolelle, vaikka niiden merkitys liikunnan toimintaympäristössä ja liikkumiseen kannustavana esimerkkinä ymmärretäänkin.

Kaupungin tehtävänä on luoda yleisiä edellytyksiä liikunnalle Kuhmossa. Kunnalliset liikuntapalvelut perustuvat liikuntalakiin (390/2015), jossa on määritelty periaatteet toiminnan järjestämiseksi. Liikuntalaki pyrkii edistämään väestön hyvinvointia ja terveyttä sekä tukemaan lasten ja nuorten kasvua ja kehitystä liikunnan avulla. Liikunta on osa kunnan peruspalveluja ja tärkeä osa kuntalaisten hyvinvointia. Kuhmon kaupungin strategiassa 2021–2025 tavoitteeksi on asetettu mm. Täyttä elämää keskustassa ja kylissä – Hyvinvoivat kuhmolaiset. Hyvinvointityö tukee kaupungin strategisia ja toiminnallisia tavoitteita.

Liikunta ja liikkuminen ovat keskeisessä asemassa useiden kansanterveydellisesti tärkeiden pitkäaikaissairauksien ehkäisyssä, hoidossa ja kuntoutuksessa yhdistettynä muihin elintapamuutoksiin ja hoitoihin. Liikunnan harrastamiseen vaikuttavat iän ja sukupuolen lisäksi useat tekijät, kuten koulutustaso sekä terveys ja toimintakyky. Merkittävä rooli väestön liikunta-aktiivisuudessa yksilön oman motivaation ja liikuntamyönteisyyden lisäksi on liikkumiseen kannustavalla ympäristöllä. Liikunnan tarkastelu saadaan moniulotteisemmaksi, kun laajennamme käsityksiämme liikunnan edistämisestä liikkumisen edistämiseksi, jolloin puhutaan kaikenlaisen aktiivisuuden lisäämisestä ihmisten arjessa.

Liikkumisen väheneminen ja lisääntynyt paikallaanolo herättävät huolta arkiaktiivisuuden osalta. Vapaa-ajan liikuntaa harrastetaan edelleen, mutta huolta herättää sen riittämättömyys terveyden kannalta. Fyysinen kokonaisaktiivisuus on vähentynyt, koska arkiliikunta on vähentynyt ja istuminen lisääntynyt niin työelämässä kuin kotona. Indikaattoritietojen ja kokemustiedon

	KUHMON KAUPUNKI	MUISTIO	5	8
---	-----------------	---------	---	---

Vanhus- ja vammaisneuvosto	§ 42	26.11.2024
----------------------------	------	------------

perusteella liikkumattomuus on polarisoitunutta. Suurinta huolta aiheuttaa liian vähän liikkuvat.

Liikkumisohjelmassa nostetaan monitoimijainen yhteistyö resurssiksi. Ohjelman toteutuessaan parhaalla mahdollisella tavalla tuloksena ovat terveemmät, hyvinvoivat ja toimintakykyiset kuhmolaiset. Liikkumisohjelman vaikuttavuuksia yksilötasolla ovat terveyden ja hyvinvoinnin kokemus, jaksamien ja elämän merkityksellisyys. Yhteiskunnan tasolla hyötyjä ovat taloudelliset vaikutukset, väestön työkykyisyys ja mielenterveys sekä maanpuolustuskyky.

Liikkumisohjelman tahtotila 2025–2030 – Hyvinvoiva ja toimintakykyinen kuhmolainen

Tahtotilan osatavoitteet:

- Verkostoyhteistyön laajentaminen yhdyspintatyössä
- Liikunnan kehittämistyössä huomioidaan asiakaslähtöisyys, asiakastarpeet ja yhteistyön tarpeet
- Yhdistisyhteistyötä vahvistetaan pitkäjänteisen ja säännöllisen liikuntatoiminnan tuottamiseksi
- Liikkuvampi arki, aktiiviset elämäntavat ja positiiviset liikunta-asetteet
- Soveltavan liikunnan suunnitelma osaksi Liikkumisohjelmaa

Liikkumisohjelmasta nostetaan tavoitteita laajaan hyvinvointisuunnitelmaan ja hyvinvoinnin vuositavoitteisiin sekä talousarviosuunnitteluun. Ohjelmaa tarkastellaan ja päivitetään valtuustokausittain.

Liikkumisohjelmaa on valmisteltu moniammatillisena yhteistyönä, kuntalaisia osallistaen ja laajaa lähdeaineistoa hyödyntäen.

Liitteenä Liikkumisohjelma 2024–2030 – Liikkuva Kuhmo.


Päätösehdotus

Kuullaan hyvinvointiaktivaattori Riikka Kähkösen esittely, jonka jälkeen Vanhus- ja vammaisneuvosto keskustelelee aiheesta ja antaa siitä kommenttinsa.

Asiantuntijana kuultiin hyvinvointiaktivaattori Riikka Kähkösen esitys.

Päätös Vanhus- ja vammaisneuvosto keskusteli monipuolisesti liikkumisohjelmasta hyvinvointiaktivaattorin kanssa.


Vanhus- ja vammaisneuvosto osallistuu aktiivisesti mihin sitä kutsutaan.

	KUHMON KAUPUNKI	MUISTIO	5	9
---	-----------------	---------	---	---

Vanhus- ja vammaisneuvosto	§ 42	26.11.2024
-------------------------------	------	------------

Liitteet

Numero	Otsikko
Liite1	Liikkumisojelman - Liikkuva Kuhmo 2024-2030:n esittely

	KUHMON KAUPUNKI	MUISTIO	5	10
---	-----------------	---------	---	----

Vanhus- ja vammaisneuvosto	§ 43	26.11.2024
----------------------------	------	------------

Vanhustenviikko 2024 tapahtumien raportti

Vanvamne 26.11.2024 § 43
631/00.02.05/2024

Esittelijä Puheenjohtaja


Päätösehdotus

Käydään läpi toteutuneet tapahtumat ja henkilömäärät Vanhustenviikolla 2024 liitteenä olevan ohjelman mukaan.

Päätös Käytiin läpi Vanhustenviikon tapahtumat ja tarkennettiin henkilömäärät liitteen mukaiseksi.

Liitteet

Numero	Otsikko
Liite2	Vanhustenviikon ohjelma 2024
Liite3	Kuhmolaisen juttu vanhustenviikon tapahtumista 15.10.2024

	KUHMON KAUPUNKI	MUISTIO	5	11
---	-----------------	---------	---	----

Vanhus- ja vammaisneuvosto	§ 44	26.11.2024
----------------------------	------	------------

Vanhus- ja vammaisneuvoston toimintasuunnitelma ja taloussuunnitelma 31.5.2025

Vanvamne 26.11.2024 § 44
630/00.02.05/2024

Esittelijä Puheenjohtaja

Päätösehdotus


Päätetään toimintasuunnitelmasta ja taloussuunnitelmasta 31.5.2025 saakka.

Controllerilta saatiin 26.11.2024 tieto vanhus- ja vammaisneuvoston vuoden 2025 talousarviosta. Se on 5956 euroa.

Päätös Päätettiin vanhus- ja vammaisneuvoston toimintasuunnitelma 31.5.2025 saakka liitteen mukaan. Hyväksyttiin vuoden 2025 talousarvio 5956 euroa.

Liitteet

Numero	Otsikko
Liite4	Toimintasuunnitelma 31.5.2025 saakka

	KUHMON KAUPUNKI	MUISTIO	5	12
---	-----------------	---------	---	----

Vanhus- ja vammaisneuvosto	§ 45	26.11.2024
----------------------------	------	------------

Esteettömyyskartoitus

Vanvamne 26.11.2024 § 45
628/00.02.05/2024


Esittelijä Puheenjohtaja

Päätetään uusista kohteista vuodelle 2025, kaupungintalo ja kylätaloja.

Päätösehdotus

Keskustellaan tulevista kohteista.

Päätös Hyväksyttiin uusina esteettömyyskartoituskohteina vuodelle 2025 kaupungintalo ja Lentiiran kylätalo. Muita kylätaloja otetaan mukaan sitä mukaa, kun kohteet saadaan varmistettua.

	KUHMON KAUPUNKI	MUISTIO	5	13
---	-----------------	---------	---	----

Vanhus- ja vammaisneuvosto	§ 46	26.11.2024
----------------------------	------	------------

Kuhmon kaupungin Esteettömyyssuunnitelma

Vanvamne 26.11.2024 § 46
652/01.04.02.00/2024

Esittelijä Puheenjohtaja

Esitys Neuvoston jäsen Erkki Heikkinen on saanut Invalidiliitolta sähköpostia ”Jokaisen kunnan tulisi laatia esteettömyyssuunnitelma”. Liitteenä on Lahden kaupungin esteettömyyssuunnitelma mallina (liite).


Päätösehdotus

Keskustellaan aiheesta ja päätetään mahdollisesta aloitteen tekemisestä kaupunginvaltuustolle.

Päätös Päätettiin tehdä aloite Kuhmon kaupungin esteettömyyssuunnitelman laatimisesta kaupunginvaltuustolle sen seuraavaan kokoukseen 17.12.2024.

Liitteet

Numero	Otsikko
Liite5	Lahden kaupungin esteettömyyssuunnitelma 2024-2026

	KUHMON KAUPUNKI	MUISTIO	5	14
---	-----------------	---------	---	----

Vanhus- ja vammaisneuvosto	§ 47	26.11.2024
----------------------------	------	------------

Kylätapaamisten anti Maaseudun neuvottelukunnan kokouksissa vuonna 2024

Vanvamne 26.11.2024 § 47
632/00.02.05/2024

Esittelijä Puheenjohtaja

Esitys Vanhus- ja vammaisneuvoston henkilöitä on osallistunut myös Maaseudun neuvottelukunnan kokouksiin kylillä vuonna 2024. Osallistumisella on ollut myönteisiä vaikutusta puolin ja toisin.

18.1.2024 livantiira

Maija Inget kertoi vanhus- ja vammaisneuvoston toiminnasta. Tiedusteluun, onko kylällä yksinäisiä ihmisiä, vastattiin, että kyllä on. Todettiin, että autottomia ihmisiä on vaikea saada liikkeelle kotoaan, saati aktivoitua mihinkään toimintaan. Lentiiran kyläläinen Matti Pesonen kertoi, että Lentiirassa edellisessä kokouksessa esiin noussut ajatus ikäihmisten kokoontumisista otettiin suunnitteluun. Toiminta aloitetaan ja mukaan ovat tervetulleita myös lähikylien ihmiset, muutkin kuin iäkkäät.


14.3. Niva

Maija Inget kertoi vanhus- ja vammaisneuvoston toiminnasta. Tavoitteena on saada hyvää vointia myös kylien yksinäisille ihmisille. Ennakoivan ajon koulutus EAK65+ ja ajosyyni järjestetään keväällä. Koulutuksesta tulee ilmoitus lehteen. Keskustelussa todettiin, että Nivalla on tiivis yhteisö ja tarinahetkiä on järjestetty vapaamuotoisesti. Matalan kynnyksen tapahtumat ovat hyviä, sosiaalisia pelkoja on paljon. Mahdollisia toimintamuotoja voisivat olla kulttuuri-, kirkko-, liikuntakaveri jne. Asiointiliikenteeseen on suuri tarve. Kaupungin senioripassista tarvittaisiin lisää tietoa.

2.5. Ikolan pappila, Kuhmon taajama

Maija Inget kertoi vanhus- ja vammaisneuvoston toiminnasta. Esteettömyyskartoituksia tehty mm. Ikolan pappilaan. Ikäihmisten ennakoivan ajon koulutus järjestetään. Myös pyöräilyturvallisuutta nostetaan esiin. Maija tiedusteli, miten ympäristöä rumentavia huonokuntoisia latoja saataisiin kunnostettua tai puratettua.

12.9. Ylä-Vieksi

	KUHMON KAUPUNKI	MUISTIO	5	15
---	-----------------	---------	---	----

Vanhus- ja vammaisneuvosto	§ 47	26.11.2024
----------------------------	------	------------

Maija Inget kertoi vanhusten viikon ”Hyvä arki, hyvä mieli” 6.–13.10. tapahtumista.

24.10. Vepsä-Ahovaara

Maija Inget kertoi vanhus ja vammaisneuvoston toiminnasta. Esteettömyyskartoituksia on tehty niin taajamassa kuin kylillä. Ennakoivan ajon koulutusta yli 65-vuotiaille on järjestetty. Vapaaehtoisia on koulutettu ystäväpalvelutyöhön. Yksinäisyyttä on torjuttu onnistuneesti mm. Lentiiran kylällä, jossa osallistujamäärä ”Tarinatupa” -tapaamisiin on ollut 15–35 ihmistä / tapaaminen.


Sen suosio on yllättänyt ja sinne tullaan muiltakin kyliltä.

Ritva Komulainen tiedusteli Tarinatuvasta: tila on liian pieni eläkeliiton tapahtumille, ei ole esteetön eikä sisäilmaltaan terve. Hän toivoi, että tilastrategiatyöryhmän työ etenisi ja päästäisiin toimenpiteisiin joko Rajakadun Tarinatupa-tilan korjaamiseksi ja laajentamiseksi tai korvaavien tilojen saamiseksi muualta. Hän muistutti vielä vanhusystävällisen kunnan kriteereistä ja kehotti päättäjiä miettimään täytyvätkö ne Kuhmossa.

Päätösehdotus

Jatketaan Maaseudun neuvottelukunnan kokouksiin osallistumista edelleen.

Päätös Päätettiin osallistua jatkossakin Maaseudun neuvottelukunnan kokouksiin.


	KUHMON KAUPUNKI	MUISTIO	5	16
---	-----------------	---------	---	----

Vanhus- ja vammaisneuvosto	§ 48	26.11.2024
-------------------------------	------	------------

Muut asiat

Vanvamne 26.11.2024 § 48

Päätös Ei ollut muita asioita.

	KUHMON KAUPUNKI	MUISTIO	5	17
---	-----------------	---------	---	----

Vanhus- ja vammaisneuvosto	§ 49	26.11.2024
----------------------------	------	------------

Ilmoitusasiat

Vanvamne 26.11.2024 § 49

Tiedote: Ikäihmisten sosiaalipalveluihin pääsyn keskimääräinen odotusaika ajalta 1.1.-30.6.2024. Liite.

Kainuun hyvinvointialueen vanhusneuvoston pöytäkirja 30.9.2024 on lähetetty sähköpostilla neuvoston jäsenille 12.11.2024.

Kainuun hyvinvointialueen Vammaisneuvoston 7.11.2024 pöytäkirja on lähetetty sähköpostilla neuvoston jäsenille 14.11.2024.

Osallistujia vuoden 2024 Ennakoivan ajon koulutukseen EAK 65+ oli 19 ja ajosyyniin 11 henkilöä.

Palautteita vanhus- ja vammaisneuvoston palautelaatikkoon Tarinatuvalle, tai muilla tavoilla ei ole tullut vuoden 2024 aikana.

Hyvinvointiaktivaattori Riikka Kähkönen tiedotti, että uimahallille on hankittu rollaattori.

Esittelijä Puheenjohtaja

Päätösehdotus

Vanhus- ja vammaisneuvosto merkitsee ilmoitusasiat tietoonsa saatetuksi.

Päätös Vanhus- ja vammaisneuvosto totesi ilmoitusasiat tietoon saaduksi.

Liitteet

Numero Otsikko

Liite6 Ikäihmisten sosiaalipalveluihin pääsyn keskimääräinen odotusaika ajalta 1.1.-30.6.2024