

Ikäihmisten vapaa-aikakoordinaation väliraportti ja Voimaa Vanhuuteen -loppuraportti 2026

Tausta

Kunnanhallitus teki päätöksen 17.4.2023 § 102 osallistua kolmivuotiseen Ikäinstituutin Voimaa vanhuuteen –ohjelmaan yhdessä muiden hyvinvointialueen (Varhan) kuntien kanssa. Lisäksi rekrytoitiin Ikäihmisten vapaa-aikakoordinaattori Vakka-Suomen vanhustenkotiyhdistyksen perintövaroilla.

Toiminnan tavoitteet

Voimaa vanhuuteen -ohjelman ja ikäihmisten vapaa-aikakoordinaattorin työn tavoitteina olivat:

- Lisätä ikäihmisten liikunta-aktiivisuutta ja toimintakykyä
- Tavoittaa vähän liikkuvat ja yksinäisyyttä kokevat ikäihmiset
- Kehittää henkilökohtaista liikunta- ja vapaa-aikaneuvontaa
- Lisätä matalan kynnyksen liikuntaryhmiä
- Vahvistaa vertaisliikuntatoimintaa
- Lisätä yhteistyötä kunnan, hyvinvointialueen, seurakunnan ja järjestöjen välillä
- Kehittää pysyviä toimintamalleja osaksi kunnan hyvinvointityötä

Liikuntatoiminnan tulokset

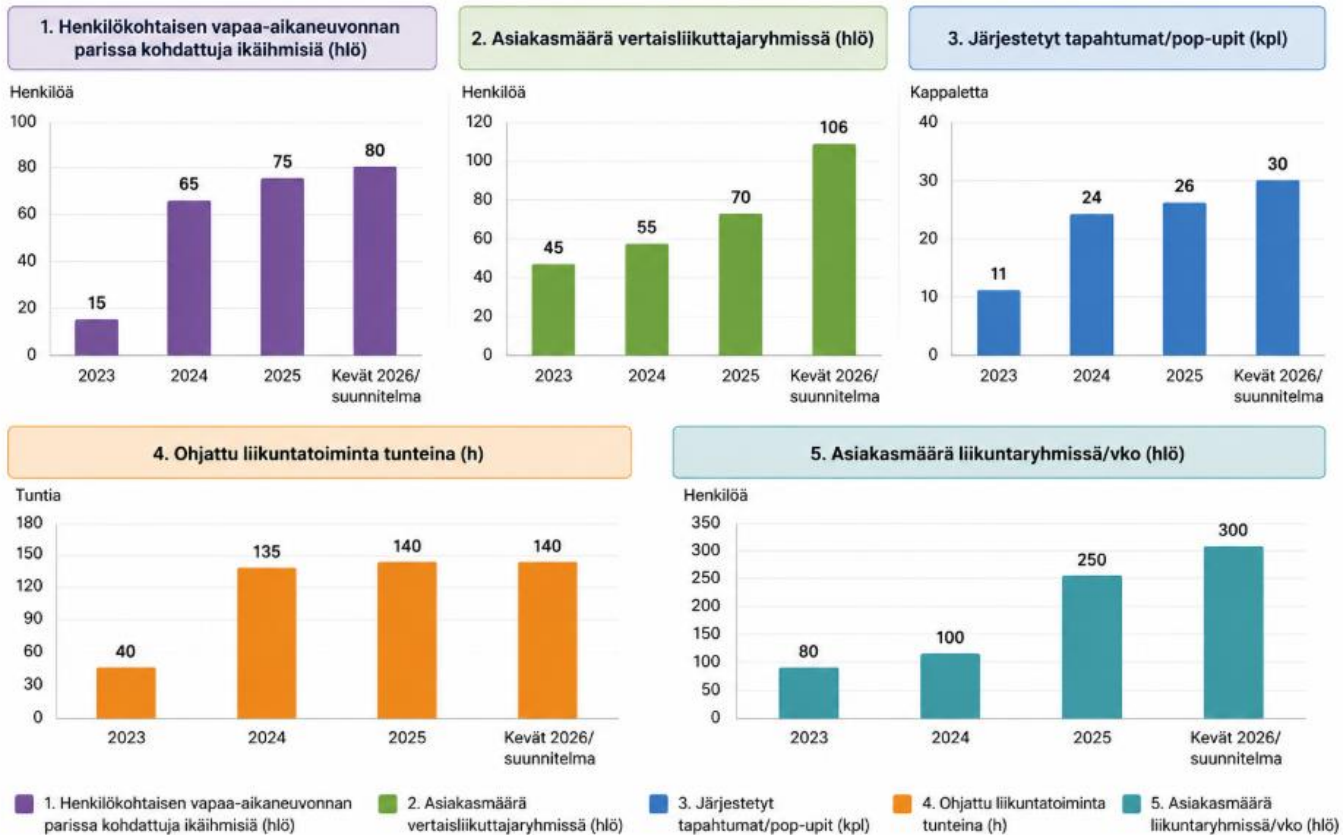
Toiminta on lisännyt:

- Ikäihmisten mahdollisuuksia osallistua liikuntaan ja vapaa-ajantoimintaan
- Yhteisöllisyyttä ja sosiaalisia kontakteja
- Tietoa kunnan palveluista
- Yhteistyötä eri toimijoiden välillä
- Hyvinvointialueen ja kunnan yhdyspintatyötä

Keskeisiä yhteistyökumppaneita olivat:

- Mynämäen kunnan eri toimialat
- Paikalliset eläkeläisyhdistykset ja muut alueelliset ikäihmisten palveluja tuottavat yhdistykset ja järjestöt
- Mynämäen seurakunta
- Varsinais-Suomen hyvinvointialue
- Voimaa vanhuuteen –ohjelmaverkosto, Ikäinstituutti

Toiminnan kehitys 2023–kevät 2026



Taulukko (toiminnan kehitys 2023-2026): vertailun sisällä liikuntatoimen ikäihmisille suunnatut liikuntapalvelu kokonaisuus.

Lukuja toiminnassa:

	2023	2024	2025	Kevät 2026
Henkilökohtaisen vapaa-aikaneuvonnan asiakkaat	15	65	75	80
Vertaisliikuntaryhmien osallistujat	45	55	70	106
Tapahtumat ja pop up -toiminta	11	24	26	30
Ohjatut liikuntatunnit	40	135	140	140
Liikuntaryhmien viikoittaiset osallistujat	80	100	250	300

Vapaa-aikatoiminnan vaikutukset

Ikäihmisten vapaa-aikakoordinaattorin työn vaikutukset näkyvät laajasti koko kunnan ikääntyneiden palvelukokonaisuudessa.

Lisäresurssin ansiosta on voitu perustaa useita uusia matalan kynnyksen liikuntaryhmiä sekä kehittää muuta vapaa-ajantoimintaa, kuten Ikäihmisten olohuone -toiminta, retket, teemaviikot ja

hyvinvointitapahtumat. Toiminnan kehittämisessä on voitu pilotoida uusia toimintamalleja ja arvioida niiden soveltuvuutta pysyvään palvelutarjontaan.

- **Palvelutarjonnan kasvu:** Lisäresurssi on mahdollistanut useiden uusien matalan kynnyksen liikuntaryhmien perustamisen. Lisäksi on käynnistetty muita vapaa-ajan ryhmiä, kuten ikäihmisten olohuone, sekä järjestetty kohdennettuja retkiä ja tapahtumia. Lisäresurssin myötä on voitu myös pilotoida uusia toimintamuotoja ja arvioida niiden soveltuvuutta kunnan palvelutarjontaan.
- **Alueellinen kattavuus:** Toiminta on laajennettu keskustasta kylien alueelle, tuoden palvelut lähelle kuntalaisia. Tämä vähentää kuljetustarpeita ja mahdollistaa osallistumisen myös niille, joiden on vaikea lähteä kauemmas kotoaan.
- **Yksilöllinen tuki:** Ikäihmisten liikuntaneuvonta on käynnistynyt. Liikuntaneuvonta auttaa löytämään oikeat palvelut niille, jotka liikkuvat terveytensä kannalta liian vähän.
- **Järjestöyhteistyön lisääntyminen:** Yhteistyö kolmannen sektorin toimijoiden (eläkeläisyhdistykset, seurakunta) kanssa on lisääntynyt merkittävästi. Yhteistyö on monipuolista ja aktiivista ympäri vuoden.
- **Vanhusneuvoston toiminnan tukeminen:** Ikäihmisten vapaa-aikakoordinaattori toimii kunnan vanhusneuvoston sihteerinä ja tarjoaa neuvostolle hallinnollista ja käytännön tukea. Tämä on keskeinen tekijä vanhusneuvoston toiminnan sujuvuuden, jatkuvuuden ja vaikuttavuuden kannalta.
- **Vapaaehtoistoiminnan koordinointi:** Ikäihmisten vapaa-aikakoordinaattori vastaa vertaisliikuttajatoiminnasta, jota on saatu laajennettua usealla ryhmällä. Ryhmät ovat maksuttomia ja avoimia kaikille eläkeläisille.
- **Selkeä yhteyshenkilö:** Kuntalaisilla ja yhteistyökumppaneilla on nyt yksi nimetty henkilö, johon ottaa suoraan yhteyttä; parempi saavutettavuus.
- **Kuntalaistyytyväisyys:** Toiminnasta saatu palaute on ollut positiivista ja kysyntä ikäihmisten palveluille on jatkuvassa kasvussa.

Ikäihmisten vapaa-aikakoordinaattorin tehtävä on ollut merkittävä investointi ennaltaehkäisevään hyvinvointityöhön. Toiminnan vaikutukset näkyvät konkreettisesti kasvaneina osallistujamäärinä, laajentuneena palvelutarjontana, vahvistuneena yhteistyöverkostona sekä ikäihmisten lisääntyneenä osallisuutena ja hyvinvointina. Osallistujamäärien jatkuva kasvu osoittaa, että palveluille on selkeä tarve. Samalla toiminta tukee kuntastrategian tavoitteita hyvinvoinnin edistämisestä, ennaltaehkäisevästä työstä, osallisuuden vahvistamisesta sekä yhteistyöstä eri toimijoiden kesken.

Toiminnan jatkuvuuden turvaaminen on tärkeää, jotta ohjelmakauden aikana saavutetut tulokset voidaan säilyttää ja edelleen kehittää ja ylläpitää jatkotoimin.

Mynämäen kunnassa asuu yli 65-vuotiaita 29,1 % koko väestöstä (vuonna 2024) ja ikäihmisten määrä on nousujohteinen seuraaville vuosille.

Väestöennuste 2024: Väestö 31.12. muuttujina Alue, Vuosi, Sukupuoli, Tiedot, yksikkömuuttuja ja Ikä

	Yhteensä					
	Väestö 31.12. (ennuste 2024)					
	Ei määriteltä			Prosenttilaskenta		
	65 - 74	75 - 84	85 -	65 - 74	75 - 84	85 -
Mynämäki						
2040	914	884	519	39,45	38,15	22,40
2045	879	856	553	38,42	37,41	24,17

Lähde: Tilastokeskus, 30.9.2026

Talous:

Ikääntyneen väestön hyvinvointia edistävää toimintaa on rahoitettu Vakka-Suomen vanhustenkotiyhdistyksen varoin palkkarahoituksen osalta vuosina 2023-2026 103.493,41 eurolla. Lisäksi ikäihmisten palveluiden rahoitusta ja siihen kohdistuvia henkilöstökustannuksia on osaksi rahoitettu Lupa- ja valvontaviraston (ent. AVI) myöntämällä Liikunnallinen elämäntapa - hankeavustuksilla yhteensä 68 300 eurolla. Edellä mainittujen rahoituksen avulla on mahdollistettu ikääntyneen väestön hyvinvointia edistävän toiminnan toteuttaminen ja kehittäminen kunnassa.

Nykytilanne: Kunta on hakenut Liikunnallinen elämäntapa -hankkeen rahoitukselle jatkoaikaa Lupa- ja valvontavirastolta vuoden 2027 loppuun asti.

