

# Myyrmäen Eläkkeensaajien jäsenten tilanteesta ja odotuksista



## JOHDANTO JA KESKEISIÄ TULOKSIA

Myyrmäen Eläkkeensaajat ry:n (myöh. MES) hallitus päätti viime talvena tehdä jäsenkyselyn, joka lähetettiin jokaiselle jäsenelle (N=386). Kysymysten määrä minimoitiin mahdollisimman pieneksi, jotta ihmiset jaksaisivat vastata ja että raportin tekeminen ei vaatisi kohtuuttomasti työtä. Kyselyssä oli neljätoista suljettua kysymystä ja neljä avokysymystä (liite). Aineiston käsittelyssä käytettiin vuokra-ohjelmaa, <https://www.kyselynetti.com>. Kyselyyn vastasi 286 henkilöä eli 74 % jäsenistä. Lämmin kiitos kaikille vastaajille!

Varsin hyvän kokonaiskuvan ikäihmisten näkemyksistä ja tulevaisuudennäkymistä saadaan Eläkeläisliittojen etujärjestö EETU ry:n vuonna 2016 TNS-Gallupilla teettämästä Huomisen kynnyksellä kyselystä. Paikallinen eläkkeensaajien yhdistys tarvitsee kuitenkin tätä yksilöidympiä tietoja nimenomaan omaa jäsenkuntaansa koskien. Sitä paitsi paikallisesti esiintyy kysymyksiä, joihin valtakunnan tasolla ei välttämättä kiinnitetä, eikä tarvitsekaan kiinnittää huomiota. Huomisen kynnyksellä -raportti on tämän raportin taustalla.

Kyselyn keskeisinä tavoitteina oli a) saada kuva jäsenten toimintakyvystä ja siihen liittyen ennen muuta liikkumisesta, keskeisten palvelujen toimivuudesta ja taloudellisista toimintaedellytyksistä sekä b) jäsenten suhteesta yhdistyksensä toimintaan ja toiveisiin sen kehittämiseksi.

Tavoitteena ei ollut varsinaisten palvelusuunnitelmaan liittyvien hoito-, kuntoutus- ja niitä vastaavien tarpeiden tyydyttämisen arvioiminen. Se tehtävä kuuluu kaupungin vanhustenhuollolle. Sen sijaan ajatuksena oli, että keskeisiä toimintaedellytyksiä kuvaamalla saadaan esille myös jäsenten mahdolliset tarpeet, joita palvelusuunnitelmissa tulee ottaa huomioon. Kysely tuottaa MES:lle tärkeää tietoa vaikuttamistyöhön.

Kysely koostui ns. suljetuista kysymyksistä, joissa on valmiit vastausvaihtoehdot vastaajalle. Osassa näistä kysymyksistä vastaaja on voinut valita useamman kuin yhden vaihtoehdon. Suljettujen kysymysten etu on niiden täsmällinen kohdentuminen. Rajoituksena puolestaan on, että aina asiat eivät ole niin yksinkertaisia, jotta niihin voi antaa yksiselitteisen vastauksen. Kun vastaajia on riittävän suuri määrä, tämä haitta jää taustalle. Jotta saataisiin jäsenten oma ääni ja odotukset mahdollisimman hyvin esiin, osa kysymyksistä oli avoimia kysymyksiä, joihin vastaaja voi kertoa vapaasti omasta tilanteestaan. Avoimiin kysymyksiin yleensä vastaavat ne, joilla kyseisestä asiasta on jotain erityistä mielessään. Näiden kysymysten haaste on se, että kaikki eivät ole tottuneita kirjoittajia ja osalta niihin vastaaminen voi jäädä tästä syystä tekemättä, vaikka sanottavaa olisikin.

Kyselyn tulosten perusteella tullaan miettimään onko tarvetta tehdä kohdennettuja lisäselvityksiä ja kenen tehtävä niiden tekeminen on. Tässä kyselyssä tuli esimerkiksi esiin, että joka viides jäsen osallistuisi nykyistä enemmän MES:n toimintaan, jos liikkuminen olisi helpompaa. Haastatteluin tai muin keinoin tulee selvittää mistä tässä tarkasti ottaen on kysymys. Onko tämän selvittäminen edunvalvontajärjestö-MES:n asia vai kaupungin vanhustenhuollon tehtävä?

Tämän kaltainen kysely myös kohottaa jäsenten tietoisuutta omasta tilanteesta ja palveluntarpeista. Tämä luo valmiuksia jäsenille osallistua aktiivisesti itseään koskevan palvelusuunnitelman tekoon. Tämä on erityisen tärkeää tilanteessa, jossa palveluiden toteuttajia on monenlaisia.

Palvelun käyttäjä jää helposti kolmanneksi osapuoleksi silloin, kun palvelun ostaja (kunta) ja palvelun toteuttaja (yritys) tekevät ostopalvelusopimuksen. Palvelusta saattaa muodostua kaikkia vanhuksia koskeva raami, jossa yksilölliset tarpeet unohtuvat. Eläkkeensaajien yhdistysten yksi keskeisistä tehtävistä on turvata palvelun käyttäjän ja tarvittaessa hänen omaistensa oikeus osallistua ennakoivasti palveluiden suunnitteluun jo siinä vaiheessa, kun palvelun ostaja (kunta) ja palvelun toteuttaja (yritys) tekevät ostopalvelusopimuksen (Anja Karvonen-Kälkäjä, Unohtuiko vanhus? 2012).

Toteutetun kyselyn tulosten arvioiminen ja niistä yhdistyksen toimintaan vaikuttavien johtopäätösten teko jää luonnollisesti MES:n hallitukselle ja yleiskokoukselle. Kiinnitän tässä tiivistyksenomaisesti huomiota vain muutamaan selkeästi esille tulleeseen tulokseen.

Kyselyn myönteisiä tuloksia:

- \* MES:n monipuoliseen toimintaan ollaan hyvin tyytyväisiä. Monia ajatuksia toiminnan kehittämiseksi esitettiin, mutta samalla ymmärrettiin, että vapaaehtoisia ei tule rasittaa liikaa.
- \* Vastaajien taloudellinen tilanne on mahdollistanut, että lähes jokainen vastaaja on kyennyt noudattamaan lääkärin määräämää lääkehoitoa.
- \* Vantaan hammashuolto toimii tulosten mukaan suorastaan erinomaisesti.

Korjausta kaipaavat:

- \* Osalla eläkkeensaajilla on niin pieni eläke, että se muodostaa toiminnallisen rajoitteen. Tämä tulee ottaa huomioon kaikissa palveluiden hinnoittelussa.
- \* Peräti kaksikolmasosa liikkuisi nykyistä enemmän, jos julkisen liikenteen lippujen hinnat eivät olisi liian korkeita.
- \* MES:n kerhotila on ahdas ja ilmanvaihdoltaan toimimaton.
- \* Tuloksista on pääteltävissä, että kaikki eivät pääse MES:n järjestämille retkille ja matkoille. Vaikka ne ovat edullisia, silti hinta on liian korkea osalle jäseniä. Hinta näyttäisi olevan kuitenkin vain yksi este matkoille ja retkille osallistumiselle. Tämä on asia, jota MES:n hallitus on useasti käsitellyt ja tulee edelleen käsittelemään.

Huomiota kaipaa:

- \* Tuloksista on pääteltävissä, että lapset ja lapsenlapset merkitsevät ikäihmisille todella paljon. Hyvä vuorovaikutus lapsenlasten kanssa on ikäihmisille erittäin tärkeää ja myös lapsilla tulee olla oikeus isovanhempiinsa. Tämä on kokonaan unohtunut yhteiskunnallisesta keskustelusta. On varmasti kipeä asia mikäli isovanhemmilla ja lastenlapsilla ei ole jostain syystä mahdollisuutta yhteydenpitoon ja yhdessä olemiseen tai se horjuu.

Toivon, että tämä raportti hyödyttää laajemminkin eläkkeensaajien yhdistyksiä sekä on hyödyllinen tiedon välittäjä Vantaan kaupungin poliitikoille ja virkamiehille.

Vantaalla elokuussa 2017

Jussi Särkelä

puheenjohtaja

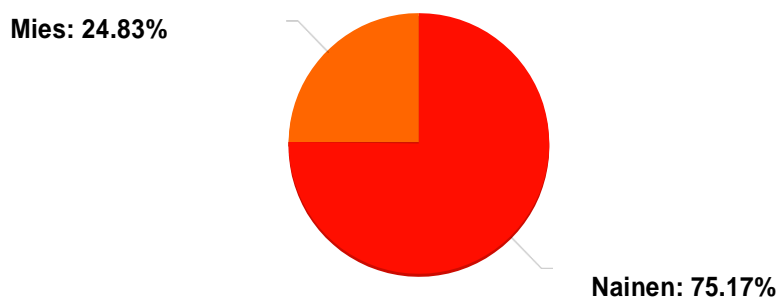
kyselyn ja raportin tekijä

## JÄSENILTÄ KYSELYLLE HYVÄ VASTAANOTTO

Kysely lähetettiin postissa jokaiselle MES:n jäsenelle. Mukana oli palautuskuori, jonka postimaksu oli maksettu valmiiksi. Vastauskuoret sai palauttaa myös Café Arkkiin. Vastaaminen tehtiin mahdollisimman helpoksi. Kyselylomakkeen lähetekirje on raportin lopussa.

Kysely sai jäseniltä hyvän vastaanoton. Siitä kertoo vastausprosentti, joka oli 74,1. Vastajia oli yhteensä 286, joista naisia 215 ja miehiä 71. Naiset vastasivat hieman miehiä tunnollisemmin, sillä 4.6.2017 jäsenluettelon mukaan yhdistyksen jäsenistä naisten osuus oli 72,7 % ja miesten 27,2 % (N=393). Vastajista naisten osuus oli 75,2 % ja miesten 24,8 %.

Kuvio 1. Vastajien sukupuoli



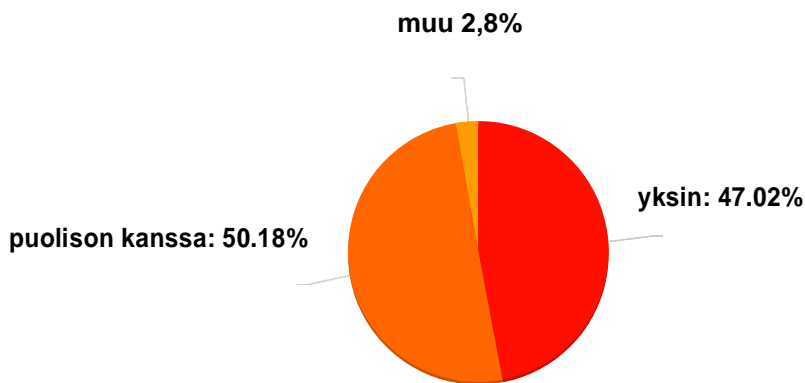
## ASUMISOLOSUHTEET JA TOIMINTAKYKY

Ikääntyvien ja ikääntyneiden toimintakykyyn vaikuttaa aivan olennaisesti asuminen. Asumista ja liikkumista koskevat kysymykset olivat kyselyn keskiössä.

Yhdistyksen jäsenkunta, tai ainakin tähän kyselyyn vastanneet, muodostuu kotonaan asuvista henkilöistä. Palveluasunnoissa asuvia ei vastajissa ollut. Puolet vastajista (n=143) asui puolison kanssa ja yksin lähes puolet (n=134). Kahdeksan henkilöä asui "muun" kanssa, avovastauksista ja muista vastauslomakkeisiin tehdyistä merkinnöistä päätellen lapsensa kanssa.

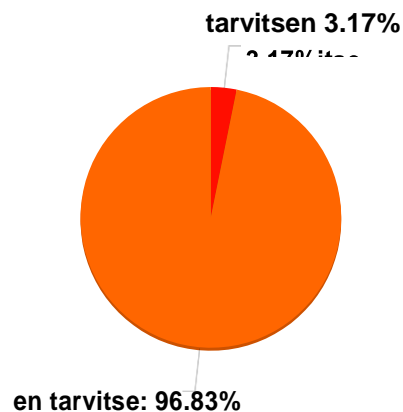
Kyselyssä kysyttiin, tarvitseeko vastaaja asumisessa kaupungin tai yksityisten palveluja. Tähän kysymykseen vastasi 285 jäsentä.

Kuvio 2. Kotitalouden luonne

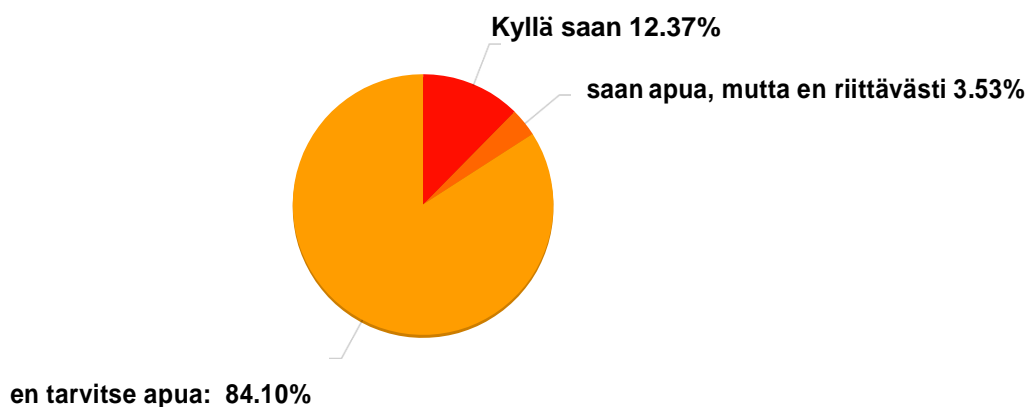


Yhdistyksen jäsenten hyvästä toimintakyvystä kertoo, että suuri enemmistö vastaajista ilmoitti pärjäävänsä ilman kaupungin tai yksityisen palveluntuottajan palveluja (84,1%, n=238). Vain 3,2 % ilmoitti tarvitsevänsä joko kaupungin tai yksityisen palveluntuottajan apua. 12,4 % (n=35) kertoi saavansa asumisessaan apua. Kyselyssä jäi tarkentamatta mistä apu täsmällisesti ottaen tulee. 3,5 % (n=10) ilmoitti saavansa apua, mutta ei riittävästi. Tuloksista on pääteltävissä, että vastaajista noin 40-50 henkilön kohdalla olisi syytä kartoittaa palvelutarve ja tehdä palvelusuunnitelma tai päivittää ne.

Kuvio 3. Tarvitsen asumisessa kaupungin tai yksityisten palveluja (n=284):



Kuvio 4. Saatko riittävästi apua asumiseesi kotona (n=283)

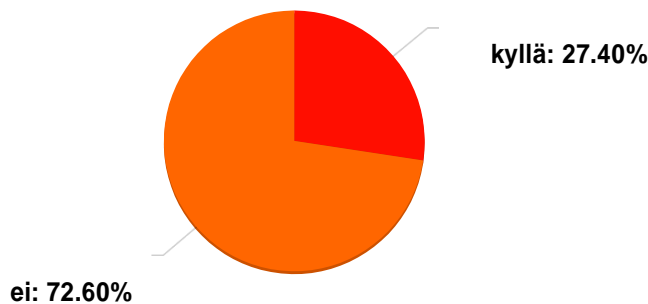


## KOHTUULLISET PALVELUMAKSUT

Eläkeläisliittojen etujärjestö EETU ry:n vuonna 2016 teettämän gallupkyselyn mukaan ikäihmisen suurin ongelma on eläkkeiden pienuus (54 %). Taloudelliset vaikeudet ilmoittaa ongelmaksi joka kolmas (34 %) ikäihminen. Sosiaali- ja terveystalvelujen korkeaa hintaa pitää suurena ongelmana joka viides (20 %) vastaaja.

MES:n kyselyyn vastanneista 27,4 % (n=77) kertoi palvelumaksujen ja omavastuuosuuksien rasittavan liikaa talouttaan. Pulmana maksuja ja osuuksia ei pitänyt 72,6 % (n=204). Eläkkeiden pienuus ja toimeentulon tiukkuus tulivat esille myös avokysymyksissä. Vähävaraisten näinkin suuri osuus jäsenistä merkitsee, että yhdistyksen tulee toimintaa toteuttaessaan erityisesti varmistaa, että jokaisella on mahdollisuus täyteen osallistumiseen eikä rahan puute tule esteeksi.

Kuvio 5. Rasittavatko erilaiset palvelumaksut ja omavastuuosuudet liikaa talouttasi? (n=281)



Vastaajilta tiedusteltiin erikseen lääkärin määräämän lääkehoidon taloudellisesta rasittavuudesta. Vuoden alusta, kolme kuukautta ennen kyselyä, lääkkeiden omavastuusiin tuli viidenkymmenen euron lisä. Viisikymmentä euroa on pieneläkeläiselle suuri raha. Alkuvuodessa esiintyi paljon sellaista puhetta ja huhua, joiden perusteella monet saattoivat pitää omavastuun korotusta suurempana ongelmana kuin se olikaan. Toisaalta on julkaistu selvityksiä, joiden perusteella osa vähävaraisista on jäänyt lääkärin määräämiä lääkkeitä ilman jo useiden vuosien ajan.

Vuosiomavastuu, ns. lääkekatto, aleni muutamalla eurolla edellisestä vuodesta. Se on vuonna 2017 605,13 euroa. Vuosiomavastuun täytyessä, potilas maksaa lääkkeitään 2,50 / lääke / ostokerta.

Pieneläkeläisillä lääkekustannukset saattavat nousta aivan kohtuuttomalle tasolle. Vaikka toimeentulotuki tulisi avuksi, johtaa niukka talous myös elämänpiirin kapeutumiseen, kuten kaikilla pitkään toimeentulotuella elävillä. Alla piirroksena tämän hetkinen lääkekorvausjärjestelmä.

## LÄÄKEKORVAUSJÄRJESTELMÄ 1.1.2017

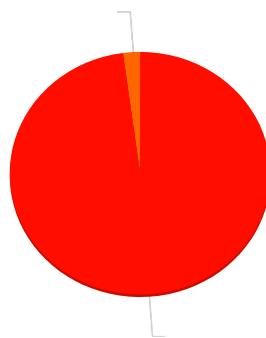


Lähde: <http://www.kela.fi/laakkeet>.

MES:n jäsenet pystyvät tämän selvityksen mukaan noudattamaan lääkärin määräämää lääkehoitoa. Vain 2,1 % (n=6) kyselyyn vastanneista ei pysty lääkehoitoaan toteuttamaan.

Kuvio 6. Pystytkö toteuttamaan lääkehoitoasi lääkärin määräyksen mukaan? (n=283)

En: 2,12%

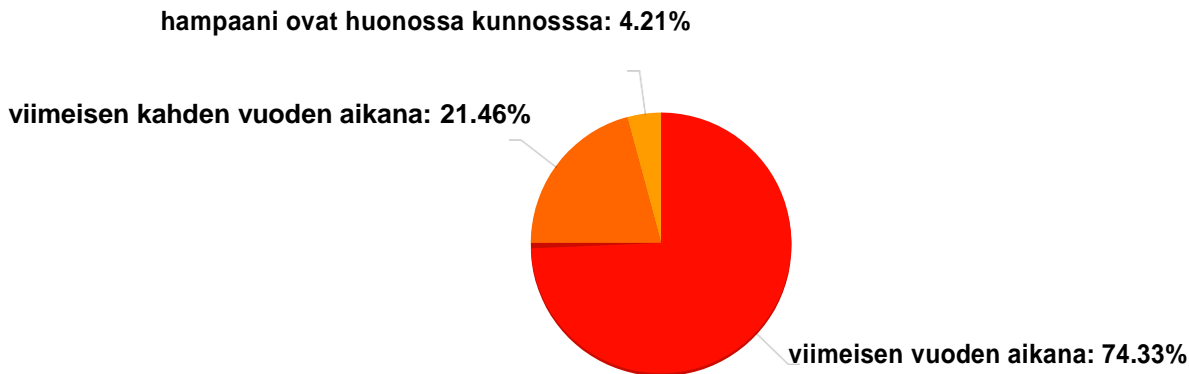


kyllä: 97.88%

Kyselyn tulosten mukaan hammashuolto toimii Vantaalla erinomaisesti. Vain 4,2 % (n=11) ilmoitti hampaidensa olevan huonossa kunnossa. Viimeisen vuoden aikana hammaslääkärillä tai hammashoitajalle oli käynyt peräti 74,3 % (n=194) vastaajista. Viimeisen kahden vuoden aikana hammaslääkärillä ja hammashoitajalle oli käynyt 21,5 % (n=56) aikana. Vastausprosentti hammaslääkärillä tai hammashoitajalla käyntejä koskevaan kysymykseen oli jonkin verran keskimääräistä pienempi, 67,6 % kaikista yhdistyksen jäsenistä.



Kuvio 7. Olen käynyt hammaslääkärillä tai hammashoitajalla (suuhygienisti), (n=261):



### JULKISEN LIIKENTEEN KALLEUS ESTÄÄ LIIKKUMISTA

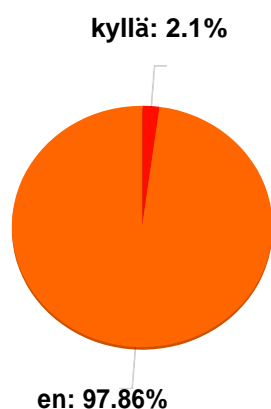
Eetu ry:n teettämän gallupin mukaan yksinäisyys on ikäihmisten toiseksi suurin ongelma. Peräti neljä kymmenestä ikäihmisestä kokee yksinäisyyttä.

Yksi - mutta vain yksi - yksinäisyyden mittari on henkilön liikkuminen tai liikkumattomuus kodin ulkopuolella. MES:n kyselyssä tätä lähestyttiin liikkumisen tiheyden ja taloudellisten mahdollisuuksien näkökulmasta.

Yhdistyksen kannalta on myös mielenkiintoista miten tärkeänä jäsenet pitävät osallistumista sen toimintaan. Tätä mitattiin tiedustelemalla vastaajilta missä he käyvät säännöllisesti.

Ensimmäisessä liikkumista kartoittavassa kysymyksessä tiedusteltiin kaupungin kuljetuspalvelujen käytöstä. Oli yllättävää, että vain kuusi henkilöä (2,1%) ilmoitti käyttävänsä kuljetuspalvelua. Myös tämä tulos kertoo MES:n jäsenten hyvästä toimintakyvystä. Toisaalta voidaan kysyä, tietääkö jokainen MES:n jäsen kaupungin kuljetuspalvelujen mahdollisuuksista.

Kuvio 8. Saatko kaupungilta kuljetuspalvelua? (n=281)



Toisessa liikkumista kartoittavassa kysymyksessä tiedusteltiin liikkumisen useutta. Vastaukset myös tähän kysymykseen kertoivat MES:n jäsenten olevan aktiivisia ja toimintakykyisiä. Vain kymmenen vastaajaa 283:sta kertoi käyvänsä kodin ulkopuolella kerran viikossa tai harvemmin. Reilu kolmannes käy kodin ulkopuolella useita kertoja viikossa ja lähes kaksi kolmannesta käy kodin ulkopuolella päivittäin.

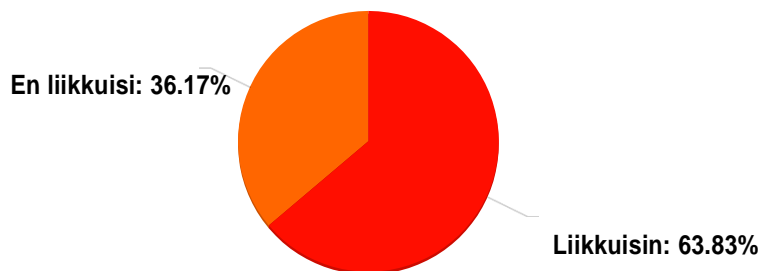


Kuvio 9. Kodin ulkopuolella liikkuminen (n=283)



Kolmannessa liikkumista koskevassa kysymyksessä tiedusteltiin henkilön halukkuutta liikkua enemmän jos juna- tai bussilippu ei olisi niin kallis kuin se nyt on. Vastauksissa heijastui selvästi eläkkeiden pienuus. Peräti kaksi kolmasosaa MES:n jäsenistä liikkuisi enemmän, jos siihen olisi varaa. On perusteltua päätellä, että terveyden säilyttämisen vuoksi lääkkeet pyritään hankkimaan vaikka muusta välttämättömästä kulutuksesta tinkimällä, mutta liikkumiseen vähätuloisuus vaikuttaa. Vastaajista 63,8% (n=180) liikkuisi enemmän jos lippujen hinnat eivät olisi liian kalliita. 36,2 %:n (n=102) liikkumiseen lippujen hinnat eivät vaikuta.

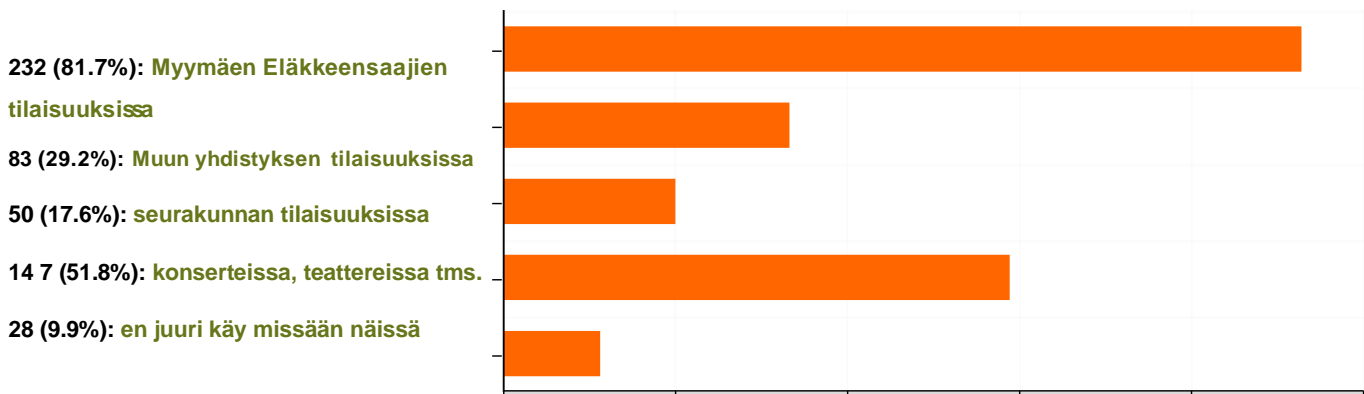
Kuvio 10. Liikkuisitko enemmän, jos juna- ja bussilippu ei olisi niin kallis (n=282)



Neljännessä liikkumista koskevassa kysymyksessä oltiin kiinnostuneita MES:n jäsenten aktiivisuuden kohteista. Myyrmäen Eläkkeensaajien tilaisuudet olivat selvästi yleisimpiä paikkoja, joissa vastaajat kävivät, 81,7 % (n=232) vastaajista. Tätä ei voi liiaksi korostaa. *Nykyiset toimitilat ovat liian pienet* ja lisäksi MES:n jäseniä askarruttaa tulevaisuus; on vahvasti ollut esillä, että lähivuosien aikana yhdistys joutuu luopumaan nykyisistä tiloista. Avokysymyksissä tilojen ahtaus tuli myös esiin. Ratkaisun löytyminen tilaongelmaan on yhdistykselle erittäin tärkeää.

Jonkun muun yhdistyksen tilaisuuksissa käy 29,2 % (n=83) vastaajista, konserteissa , teattereissa ja vastaavissa säännöllisesti käy 51,8 % (n=147) vastaajista ja seurakunnan tilaisuuksissa käy 17,6 % (n=50) vastaajista. Kymmenen prosenttia (9,9 %, n=28) ei käy juuri missään.

Kuvio 11. Jäsenten aktiivisuuden kohteet K (n=284):

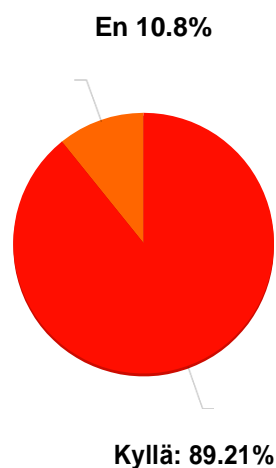


Kysymykseen “Jos liikkuminen olisi helpompaa, osallistuisin MES:n tapahtumiin / Tulisin mielelläni MES:n pikkujoulujuhlaan” vastasi vain 92 henkilöä. Merkityksellistä kuitenkin on, että 57 henkilöä eli 19,9 % kaikista vastaajista osallistuisi MES:n tapahtumiin, jos liikkuminen olisi helpompaa. Kysyä voi myös onko liikkumisen vaikeus esteenä MES:n pikkujoulujuhlaan osallistumiselle. 63 vastaajaa eli 22 % kaikista tähän kysymykseen vastanneista osallistuisi “ilomielin” MES:n pikkujoulujuhlaan. Tässä lienee yhdistyksen hallitukselle pohdinnan paikka.

## YHDISTYKSEN TOIMINTA TUNNETAAN HYVIN

Valtaosa jäsenistä tietää kyselyn perusteella riittävästi yhdistyksensä toiminnasta. Vain kolmekymmentä vastaajaa kertoi, että eivät tiedä siitä riittävästi. Tulos on erinomainen ja kertoo, että yhdistyksen viestintä on ollut riittävä.

Kuvio 12. Tiedätkö mielestäsi riittävästi Myyrmäen Eläkkeensaajat ry:n toiminnasta (n=278).



## TIETOKONEEN KÄYTTÖTAIDOT

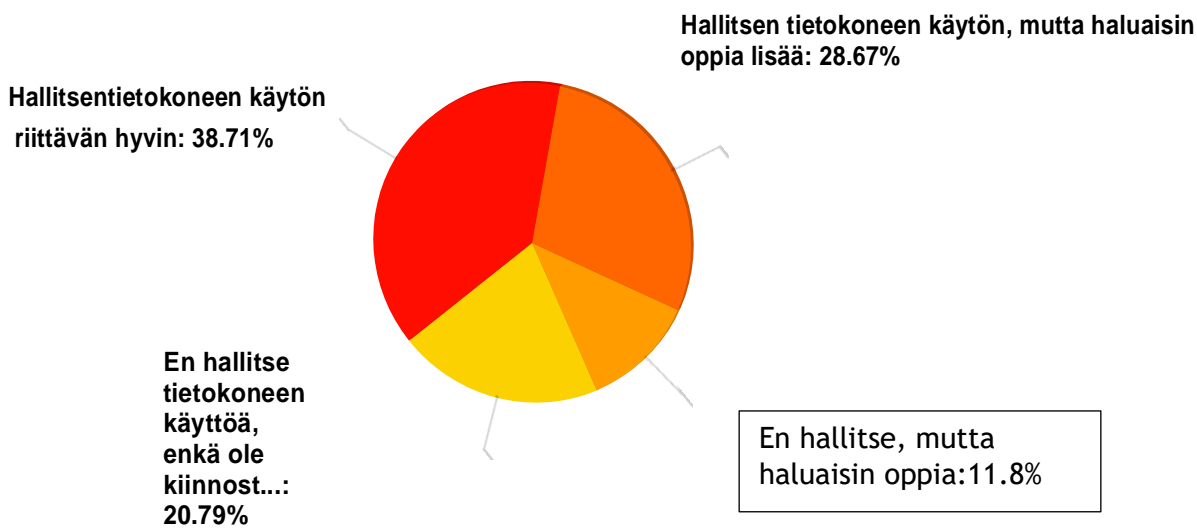
Sähköinen asiointi on vyörynyt nopeasti kansalaisten perustaidoksi. Hitaimmin se on yleistynyt vanhimmissa ikäryhmissä. Vanhus- ja lähimmäispalveluliiton, Vallin, selvityksen mukaan melkein puolet ikäihmisistä ei ole koskaan hoitanut asioitaan verkossa. Eniten ikäihmiset käyttävät verkossa pankki- ja terveystietopalveluja.

Vallin selvityksen mukaan tietokone on käytössä 64 %:lla ikäihmisistä, älypuhelin 43 %:lla ja tablettitietokone 34 %:lla. Mitään edellä mainittua ei ollut käytössä 30 %:lla ikäihmisistä.

MES:n kyselyssä kartoitettiin tietokoneen käyttötaitoja. Kysymykseen vastasi lähes jokainen kyselyyn vastanneista (n=279). Heistä 38,7 % (n=108) kertoi hallitsevansa tietokoneen käytön riittävän hyvin. Lisäksi 28,7 % (n=80) kertoi hallitsevansa tietokoneen käytön, mutta haluavan oppia sitä lisää. Kaikkiaan tietokoneen käytön hallitsee siis 67,4 % (n=188) vastanneista eli enemmän kuin Vallin kyselyyn osallistuneista.

Tietokoneen käyttöä ei hallitse kolmannes vastanneista, 32,6 % (n=91). Vähän yli joka kymmenes (11,8 %, n=33) heistä haluaisi kuitenkin oppia tietokoneen käytön.

Kuvio 13. Tietokoneen käyttötaidot ja lisäopin tarve



MES:n tulee tämän selvityksen mukaan jatkaa tietokoneen käytön opastusta. Vallin tutkimuksen mukaan ikäihmiset haluaisivat oppia tietokoneen käytön mieluiten omassa kodissaan (83 %). Kolmannekselle (36 %) sopii oppimapaikaksi vertaisopastajien opastuspiste ja viidennekselle (22 %) kirjasto.

## MYYRMÄEN ELÄKKEENSAAJIEN ILOJA, SURUJA JA ODOTUKSIA

Kyselyssä haluttiin nostaa esiin mahdollisimman hyvin vastaajien omassa elämäntilanteessa olevia iloja, huolenaiheita ja muita tärkeitä asioita. Niitä kartoitettiin neljällä avomuotoisella kysymyksellä. Avovastaukset on teemoitettu vastaajien vastausten pohjalta ja nostettu taulukoihin kunkin teeman yleisyyden mukaiseen järjestykseen.

Ensimmäisellä kysymyksellä haettiin vastaajien myönteisiä tunnelmia. Mikä on elämän suuri ilo. Eetu ry:n Huomisen kynnyksellä kyselyn mukaan ”onnellisuuteen vaikuttavista tekijöistä” kolme tärkeintä olivat hyvä terveys (93 %), hyvät ihmissuhteet (70 %) ja kiinnostavat harrastukset (33 %). Hyvä toimeentulo oli onnellisuuden tekijä joka viidennellä (22 %) vastaajalla.

MES:n kysely toteutettiin avokysymyksenä ja sanan ”onnellisuus” sijalla oli ”ilo”. Kysymykseen vastasi 66.8 % kyselyyn vastanneista (n=191) / 49.5 % kaikista jäsenistä (n=386).

### Taulukko 1. Mikä on elämän suurin ilo

Hyvä tai tyydyttävä oma toimintakyky ja terveys	95 hlöä
Lapset ja lastenlapset	85 hlöä
Ystävät, sukulaiset, perhe	47 hlöä
Harrastukset (liikunta, taide, kesämökki jne.)	31 hlöä
Puoliso	24 hlöä
Oma koti	8 hlöä
Hyvä elämä, kaikki on nyt hyvin	6 hlöä
Oma vapaaehtoistoiminta	3 hlöä

Tuloksessa huomio kiinnittyy lasten, lastenlasten, puolison, kodin ja ystävien suureen merkitykseen ”suurena ilon” tuojana. On pääteltävissä mm., että ikäihmisten oikeus hyvään vuorovaikutukseen lastenlastensa kanssa on todella tärkeä. Asia tulee nähdä myös lasten oikeutena isovanhempiinsa. Tämä on selvityksen yksi avaintuloksista.

Yksi tai kaksi mainintaa sai seuraavat ilon aiheet: puolison terveyden säilyminen, vakavasta sairaudesta selviäminen, ei rahahuolia, hyvät palvelut, MES:n kerho, turvallinen ympäristö, vapaus työpaineista, uskonto (usko), lemmikit, Arkki Café, televisio, hyvät terveyspalvelut Martinlaaksossa, matkustelu, eläkkeellä olo.

Kaksi otetta vastauksista:

”Elämä itsessään on ihanaa. Hyvä aviopuoliso, parisuhde. Lapset ja heidän elämänsä. Jokainen uusi päivä tuo uuden ilon!”

”Kun ovi käy.”

Kyselyssä kartoitettiin myös sitä, mikä on ikävintä Myyrmäen Eläkkeensaajien jäsenten elämässä. Tähän avokysymykseen vastasi 58.4 % kyselyyn vastanneista (n=167) / 43.3 % kaikista jäsenistä. Osa vastaajista (28) vastasi, että ”ei mikään”, ”kaikki on hyvin”.

### Taulukko 2. Mikä on ikävintä elämässäsi tällä hetkellä?

Sairaus, kipu, vamma, voimien väheneminen, rapistuva kroppa	67 hlöä
Yksinäisyys	18 hlöä
Tiukka talous, pieni eläke	17 hlöä
Puolison, läheisen sairaus / toimintavajavuus	11 hlöä
Puolison, läheisen kuolema	10 hlöä
Liikkuminen hankalaa	7 hlöä
Huoli maailman nykytilasta	4 hlöä
Huoli lapsista	4 hlöä

Yksinäisyys nousee vahvasti esiin, kuten myös pieni eläke.

Ikävimmimmiksi asioiksi omassa elämässä koettiin oma sairaus, vamma, voimien väheneminen ja rapistuva kroppa. Näitä asioita nosti esiin 67 henkilöä. Toiseksi eniten nousi esiin yksinäisyys (18) ja lähes yhtä usein talouden tiukkuus ja liian pieni eläke (17). Seuraavaksi yleisimmän kokonaisuuden muodostivat puolisoon tai läheiseen liittyvät sairaudet, toimintavajavuudet (11) tai puolison/läheisen kuolema (10). Neljä vastaajaa nosti esiin huolen mailman tilasta ja yhtä monta huolen lapsista.

Yksi tai kaksi mainintaa sai seuraavat ikävän aiheet: lääkkeiden korkeat hinnat, sääli/huoli pakolaisten

tilanteesta, huoli omien vanhempien pärjäämisestä, vanhuksiin kohdistuvat huijaukset, liukkaat kadut ja kävelytiet, asumisen kalleus, pelko Arkki Cafén lopettamisesta, kyttäävät naapurit, ajan puute, suuret lääkemäärät, lapsi asuu ulkomailla.

Ikävimpiä asioita elämässään vastaajat kuvasivat mm. seuraavasti:

”Jonkinlainen yksinäisyys välillä. Kaipaen hyväksyntää, halausta ja kosketusta.”  
 ”Tuntuu, että maailma on muuttunut pelottavammaksi.”

Tämän kyselyn tulokset antavat hyvin samanlaista tietoa huolenaiheista, kun Eetu ry:n kysely. Eetun kyselyssä kysyttiin pelkoja. Eniten pelättiin omaa sairastumista (79 %), liikuntakyvyn menettämistä (75 %), läheisen sairastumista (56 %) ja läheisen kuolemaa (46 %), epävarmuuden ja turvattomuuden lisääntymistä yhteiskunnassa (47 %) ja taloudellisia ongelmia (42 %). Yksinäisyyttä Eetun kyselyssä pelkäsi 32 % vastaajista.

Kyselyssä tiedusteltiin myös, millaisia toiveita vastaajilla on. Tähän kysymykseen sai toivoa mitä tahansa. Siihen vastasi 56.3 % kyselyyn vastanneista (n=161) / 41.7 % kaikista jäsenistä.

### Taulukko 3. Mitä toivoisit?

Oman terveyden ja toimintakyvyn säilymistä	84 hlöä
Palvelujen säilymistä ja paranemista (mm. hammashuollon ja silmälasien halpuuttaminen, Myyrmäessä lääkäriin pääsy)	29 hlöä
MES:n matkat halvemmiksi tai maksuttomiksi	19 hlöä
Hyviä ihmissuhteita, ystäviä	10 hlöä
Maailman rauhaa	9 hlöä
Puolison, läheisen terveyden ja toimintakyvyn säilymistä	8 hlöä
Jotta pystyisi liikkumaan paremmin	6 hlöä
Uuden kumppanin löytymistä	3 hlöä
Saisi hyvän hoitopaikan, kun sen aika tulee	3 hlöä
Lottovoittoa	3 hlöä

Terveyden ja toimintakyvyn säilyminen on myös tässä kärjessä. Huoli tulevaisuudesta ja palvelujen säilymisestä nousee myös vahvasti esille. Luottamus yhteiskuntaan on koetteilla, kun samaan aikaan maailman tila ja rauha panee murehtimaan tulevaa.

Näyttäisi siltä, että MES:n järjestämille matkoille eivät kaikki halukkaat pääse. Osasyynä on matkojen kalleus, vaikka yhdistys kompensoi niitä huomattavasti. Vastaajien selkeä toivomus on, että matkat olivat halvempia tai maksuttomia.

Yksi tai kaksi mainintaa sai seuraavat toiveet: sopua ihmisten kesken, etelän lämpöön pääsy, saisi iloa elämään, puhdas luonto, huoli lapsista / lapsenlapsista, parempi asunto, kun pystyisi matkustelemaan, ettei olisi kaltoin kohdeltuja vanhuksia, oppisi soittamaan kitaraa, jotta ihmisillä olisi enemmän järkeä, tietoa senioriasuntojen vaihtoehtoista ja niihin pääsyn mahdollisuuksista.

Vastaajien omin sanoin toiveet olivat esimerkiksi tällaisia:

”Bussi- ja junaliput olisivat halvempia eläkeläisille. Pääsisi lääkäriin silloin, kun on tarvetta, eikä tarvitsisi mennä yksityiselle, se on kallista!”

”Että saisimme edelleen Vantaan kaupungilta sen Sporttikortin pitää uimahallille ja kuntosaliin ilmaiseksi, siitä suurkiitos!”

”Se olisi onnea, jos vielä kokisi rakastumisen ja läheisyyden - joka kestäisi...”

Viimeisessä avokysymyksessä tiedusteltiin toiveita Myyrmäen Eläkkeensaajilta. Tähän kysymykseen vastasi 51.4 % kyselyyn vastanneista (n=147), mikä on 38.1 % kaikista yhdistyksen jäsenistä.

#### Taulukko 4. Mitä toivoisit Myyrmäen Eläkkeensaajilta?

Toiminta on nyt riittävää ja hyvää	56 hlöä
Retkiin liittyviä toiveita (ks. alla luettelo)	25 hlöä
Hyvää ilmapiiriä, toveruutta ja yhteishenkeä, ”tervehditään edes”, yhteistä iloa ja talkoohenkeä	17 hlöä
Kerhotila on ahdas	12 hlöä
Jaksamista vastuunkantajille	10 hlöä
Enemmän ulkopuolisten luentoja	8 hlöä
Enemmän yhteislaulu- ja musiikkitilaisuuksia, karaokea	5 hlöä
Edunvalvontaa enemmän (sote)	4 hlöä
Arkki Cafén vapaaehtoisten huomioimista	4 hlöä
Ulkoilupäiviä; kävelyä ympäristössä	3 hlöä

Myyrmäen Eläkkeensaajat ry:n toimintaan olla pääsääntöisesti tyytyväisiä. Vastauksissa nousee olennaisena puutteena kerhotilan ahtaus. Tämä on ongelma, johon yhdistyksen hallituksen tulee aktiivisesti pyrkiä löytämään ratkaisu.

MES:n järjestämiä retkiä kommentoitiin pitkin kyselyä. Se osoittaa miten tärkeää retkitoiminta on jäsenten kannalta. Hallitus joutuu pohtimaan retkitoiminnan monipuolistamisen mahdollisuuksia ja miten mahdollistetaan jokaisen jäsenen oikeus osallistua retkille.

Retkiin liittyviä toiveita esitti 25 vastaajaa. Vastaukset jakautuivat seuraavasti:

- \* enemmän retkiä teattereihin ja konsertteihin, 9 mainintaa.
- \* että kaikilla olisi mahdollisuus päästä retkille, 7 mainintaa.
- \* enemmän edullisia tai maksuttomia retkiä, 5 mainintaa.
- \* tehtäisiin myös lyhyitä retkiä, 2 mainintaa.
- \* tehtäisiin ulkomaanmatkoja, 1 maininta.
- \* sieniretkiä, 1 maininta.

Yksi tai kaksi mainintaa sai seuraavat toiveet: maanantaikerhossa ollaan sisänlämpivästä vain pienissä omissa ryhmissä, iloa iltapäiviin, lisää ohjausta kuntosalilla, kuvataidetoimintaa, enemmän jäsenten kuulemista, lyhyempi nimipäiväesittely kerhossa, hyvä yhteistyö nuorisotoimen kanssa, huonokuuloisille pitäisi saada paikka eteen, hallituksen pitäisi lisätä tiedottamista, eläkeläisjärjestöjen yhteistyön lisäämistä, Arkki Cafén vapaaehtoisille jaksamista.

Yhdistyksen aktiivit, vapaaehtoiset, saivat pitkin kyselyä kiitosta. Heitä arvostetaan. Totta on, että MES:n monipuolinen toiminta ei olisi mahdollista ilman noin 25-30 henkilön erityistä aktiivisuutta. Silti uutta voimaa tarvitaan.

Jäsenten omin sanoin toiveet Myyrmäen eläkkeensaajille olivat muun muassa tällaisia:

”Toiminta on vireää ja vetäjille jaksamista. Kiitokset toiminnasta, sillä yksinäisyys on suurin syy vanhenevien ihmisten pahoinvointiin.”

”Hymyilyä silmäin vilkkeellä, halauksia kuulumisten kyselyihin. Enemmän toveruutta ja hiljaisempien ja ujoimpien jäsenten huomioimista.”

## LIITE

### Hyvä Myyrmäen Eläkkeensaajat ry:n jäsen

Toivomme, että vastaat muutamaan kysymykseen ja palautat vastauslomakkeen ohjeiden mukaisesti kahden viikon sisällä. Näin ehdimme koota vastaukset keskusliittomme liittokokoukseen mennessä, jossa yhdistyksemme edustaja voi esitellä Myyrmäen Eläkkeensaajien jäsenten tarpeet puheenvuorossaan.

Jos tarvitset apua lomakkeen täytössä, pyydäthän ystäviesi, lapsiesi, kodinhoitajien tms. apua. Voit soittaa myös yhdistyksen puheenjohtaja Jussi Särkelälle puh. 040 847 5742. Hän tulee tarvittaessa auttamaan lomakkeen täyttämässä.

Jokaiselle on turvattu nimetön vastaaminen. Teidän nimi ei tule esille missään vaiheessa.

Ohessa on kirjelomake vastauslähetystä varten. Postimaksu on maksettu puolestasi. Ole hyvä palauta kuori kahden viikon sisällä.

## KYSYMYKSET

Laita kruksi X valitsemaasi vaihtoehtoon.

### 1. Olen

Nainen \_\_\_\_

Mies \_\_\_\_

### 2. Asun

Yksin \_\_\_\_

Puolison kanssa \_\_\_\_

Muu \_\_\_\_

### 3. Tarvitsen asumisessa kaupungin tai yksityisten palveluja

Tarvitsen \_\_\_\_

En tarvitse \_\_\_\_

### 4. Saatko riittävästi apua asumiseesi kotona?

Kyllä saan \_\_\_\_

Saan apua, mutta en riittävästi \_\_\_\_

En tarvitse apua \_\_\_\_

### 5. Rasittavatko erilaiset palvelumaksut ja omavastuuosuudet liikaa talouttasi?

Kyllä \_\_\_\_

Eivät \_\_\_\_

### 6. Pystytkö toteuttamaan lääkehoitoasi lääkärin määräyksen mukaan?

Kyllä \_\_\_\_

En \_\_\_\_

### 7. Olen käynyt hammaslääkärillä tai hammashoitajalla (suuhygienisti)

Viimeisen vuoden aikana \_\_\_\_

Viimeisen kahden vuoden aikana \_\_\_\_

Hampaani ovat huonossa kunnossa \_\_\_\_

### 8. Saatko kaupungilta kuljetuspalvelua?

Kyllä \_\_\_\_

Ei \_\_\_\_



**9. Käyn kotini ulkopuolella**

Kerran viikossa tai harvemmin \_\_\_\_

Useita kertoja viikossa \_\_\_\_

Joka päivä \_\_\_\_

**10. Liikkuisitko enemmän, jos juna- ja bussilippu ei olisi niin kallis kuin se nyt on?**

Liikkuisin \_\_\_\_

En liikkuisi \_\_\_\_

**11. Käyn säännöllisesti**

Myyrmäen Eläkkeensaajien tilaisuuksissa \_\_\_\_

Jonkun muun yhdistyksen tilaisuuksissa \_\_\_\_

Seurakunnan tilaisuuksissa \_\_\_\_

Konserteissa, teattereissa ja vastaavissa \_\_\_\_

En juuri käy missään näissä \_\_\_\_

**12. Jos liikkuminen olisi helpompaa, osallistuisin**

Myyrmäen Eläkkeensaajien tapahtumiin \_\_\_\_

Tulisin ilomielin Myyrmäen Eläkkeensaajien pikkujoulujuhlaan \_\_\_\_

**13. Tiedätkö mielestäsi riittävästi Myyrmäen Eläkkeensaajat ry:n toiminnasta**

Kyllä \_\_\_\_

En \_\_\_\_

**14. Tietokoneen käyttötaidot**

Hallitsen tietokoneen käytön riittävän hyvin \_\_\_\_

Hallitsen tietokoneen käytön, mutta haluaisin oppia lisää \_\_\_\_

En hallitse tietokoneen käyttöä, mutta haluaisin oppia sen \_\_\_\_

En hallitse tietokoneen käyttöä, enkä ole kiinnostunut siitä \_\_\_\_

**LOPUKSI MUUTAMA AVOKYSYMYS**

Avokysymyksiin vastaaminen ei ole välttämätöntä. Jos tuntuu, että et halua näihin vastata, voit lähettää lomakkeen, kun olet vastannut yllä oleviin kysymyksiin.

**15. Mikä on elämässäsi suurin ilo tällä hetkellä?****16. Mikä on elämässäsi ikävintä tällä hetkellä?**

**17. Mitä toivoisit?****18. Mitä toivoisit Myyrmäen Eläkkeensaajilta?**

Jos kertomasi ei mahdu yllä oleville ruuduille, voit kirjoittaa näiden papereiden taakse tai aivan erilliselle paperille.

Kiitos. Hyvää kevättä ja kesän odotusta.

**LÄHTEET**

Huomisen kynnyksellä 2016: Kysely 55-84 -vuotiaiden tulevaisuudennäkymistä, Eläkeläisen etujärjestö EETU ry. / TNS Gallup Oy, 2016.

Ikäihmiset ja sähköinen asiointi. Miten saadaan kaikki mukaan. Vanhus- ja lähimmäispalveluliiton tutkimuksia, 2017.

Karvonen-Kälkäjä Anja, Unohtuuko vanhus? Oikeustieteellinen tutkimus hallintosopimuksen asianosaissuhteista vanhuksen vaikuttamismahdollisuuden näkökulmasta. Vanhustyön keskusliiton tutkimuksia 1 - 2012.