

# Seinäjäjoki

# K65

KULTTUURIHYVINVOINTISUUNNITELMA

*"Kulttuuri on yhtä tarpeellista kuin ravinto."*

**Ikäntyvien kulttuurihyvinvointisuunnitelma vuosille 2021–2025**

## Sisällysluettelo

Tiivistelmä .....	2
Tietoa Seinäjoen ikääntyvistä .....	3
Ikääntyvien kulttuurihyvinvointi Seinäjoella 2021-2025 .....	4
K65 Kulttuurihyvinvointisuunnitelma: mitä, kuka, miksi, miten? .....	6
Kulttuurihyvinvoinnilla on väliä! - talousvaikutukset ja resurssit .....	8
Koettua kulttuurihyvinvointia - kulttuurin merkityksiä ikääntyville .....	10
Tavoitteet, toimenpiteet ja kokeilut -taulukko .....	12
Kulttuurihyvinvointi ikääntyvien palveluissa - palvelu palvelun sisällä .....	14
Ikääntyvien kulttuurihyvinvoinnista viestiminen .....	15
Ikääntyvien kulttuurihyvinvoinnin tilannekuva 2020 .....	16
Mitä on jo tehty? .....	18
Mitä on kulttuurihyvinvointi? Tietoa ja käsitteet .....	20
Suunnitelman taustaa .....	22
Lähteet .....	23

## Tiivistelmä

K65 Kulttuurihyvinvointisuunnitelma määrittelee tavoitteet yli 65-vuotiaiden seinäjokisten kulttuurihyvinvoinnille vuosille 2021-25. Suunnitelma ja sen toimenpiteet koskevat Seinäjoen kaupunkia ja sen toimialoja. Suunnitelman pohjaksi on tuotettu ja kerätty tietoa.

Suunnitelma on koostettu Seinäjoen kaupungin kulttuuri- ja ikääntyvien palveluiden toimesta. Mukana suunnitelmatyössä on ollut 23 eri tahoa aina kirjastosta teatteriin ja kotihoidosta työllisyyspalveluihin. Suunnitelman kokoamisessa on kuultu ikääntyviä seinäjokisia.

Tavoitteena suunnitelman kokoamisessa on kulttuurin hyvinvointivaikutusten laajempi hyödyntäminen ikääntyvien hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseksi. Suunnitelma kertoo, miten Seinäjoella järjestetään kulttuuripalveluita ikääntyville.

Suunnitelman toimenpiteille on määritelty tahot, jotka vastaavat niiden käytännön toteutuksesta. Suunnitelmaa varten luotu moniammatillinen asiantuntijaryhmä jatkaa kokoontumistaan myös suunnitelman valmistumisen jälkeen ja seuraa tavoitteiden toteutumista säännöllisesti. Suunnitelma on Seinäjoen kaupungin kulttuurihyvinvointisuunnitelman ensimmäinen osa.

## Tietoa Seinäjoen ikääntyvistä

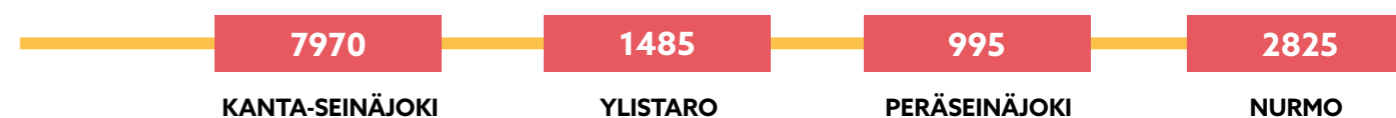
Suunnitelman tueksi on tuotettu ja koottu tietoa. Kulttuurihyvinvoinnin kannalta olennaisia tietoja on koottu yhteen eri tilastoista, tutkimuksista ja tietojärjestelmistä. Suurista tilastopankeista ovat olleet käytössä THL:n Sotka.net ja Tilastokeskuksen SeutuNet. Merkittävä tausta-aineisto on ollut GERDA-kyselytutkimuksen aineisto Seinäjoelta. Suunnitelmaa varten tuotettiin myös uutta tietoa opinnäytetyöprojektina K65 Kulttuurihyvinvointikyselyn muodossa. Tietolähteenä ja tilastotiedon tuottamisen apuna erityisesti kotihoidon asiakkaiden osalta on toiminut RAI-arviointijärjestelmä.

**85-90 % kaikista yli 65-vuotiaista on toimintakykyisiä aikuisia, jotka pärjäävät ilman ulkopuolista apua. Biologisesti vanhuuden voidaan ajatella alkavan kymmenen vuotta ennen kuolemaa. Kun eliniänodote kasvaa, vanhuus on koko ajan vain pienempi osa ihmisen elinvuosista. <sup>1</sup> Gerontologian ja kansanterveyden professori Taina Rantasen mukaan ikääntymisessä on tällä hetkellä nähtävissä kaksi suurta muutosta: toimintakykyisten vuosien lisääntyminen sekä hoivan tarpeen lisääntyminen elämän viimeisinä vuosina. <sup>2</sup>**

### Ikääntyvien lukuja Seinäjoella (2020)



### Ikääntyvien määrä Seinäjoella alueittain (2019)



Seinäjoen asukkaista yli 20 % on yli 65-vuotiaita.

61 %

Yli 65-vuotiaista käyttää itsenäisesti internetiä

Seinäjoella yli 75-vuotiaita asuu kotona enemmän kuin koko maassa keskimäärin: 91,4 % asuu kotona itsenäisesti tai palveluiden turvin, 47,5 % asuu yksin

86 %

Kokee kulttuurin parantavan hyvinvointiaan

#### Tilastolähteet:

SeutuNet, Sotka.net, Kulmala 2020, K65 kulttuurihyvinvointikysely ja Seinäjoen hyvinvointiraportti 2019

1 Salmela 2020  
2 Lääkärilehti

# Ikääntyvien kulttuurihyvinvointi Seinäjoella 2021–2025

## Tavoitteet

### K65 Kulttuurihyvinvointisuunnitelma sisältää kuusi tavoitetta:

- Ikääntyvien yksinäisyyden vähentäminen
- Kulttuuripalvelujen saavutettavuuden parantaminen
- Yhdenvertaisten osallistumismahdollisuuksien kehittäminen
- Ikääntyvien kulttuurihyvinvointiin suunnattujen resurssien lisääminen
- Kulttuurisen vapaaehtoistoiminnan kehittäminen
- Osallisuuden lisääminen kulttuurin keinoin

## Arvot

### K65 Kulttuurihyvinvointisuunnitelmaa ohjaavat arvot ovat:

- Asiakaslähtöisyys
- Matala kynnyks lähestyä ja osallistua
- Saavutettavuus
- Alueellinen tasa-arvo

Kulttuurihyvinvoinnin perustana toimii yhdenvertaisuuden toteutuminen: kaikilla on oikeus osallistua kulttuuriseen elämään ja kaikilla tulee olla siihen yhdenvertaiset mahdollisuudet.<sup>3</sup> Tähän pohjaavat ikääntyvien kulttuurihyvinvoinnin arvot, joiden muodostamisessa esiin nousi erityisesti Kulttuuria kaikille –ajattelu ja paikallisena ominaispiirteenä kuntaliitoshistorian myötä maantieteellinen ja alueellinen tasa-arvo.

K65 Kulttuurihyvinvointisuunnitelman arvot ja tavoitteet on luonut ikääntyvien kulttuurihyvinvoinnin moniammatillinen asiantuntijaryhmä.<sup>4</sup>

## Mitä arvot tarkoittavat käytännön toiminnassa?

- **Asiakaslähtöisyys:** Toteutetaan avointa kulttuuritoimintaa, joka pohjautuu esimerkiksi asiakaskyselyn tietoihin mieluisasta ja kiinnostavasta toiminnasta. Kotihoidossa hyödynnetään esimerkiksi RAI-arviointijärjestelmästä saatavaa tietoa.
- **Saavutettavuus:** Kootaan K65-saavutettavuuskäsikirja, jota käytetään oppaana ikäystävällisen kulttuurin tuottamisessa. Tiedostetaan, että ikääntyvät ovat moninainen joukko mm. aktiivisuudeltaan ja toimintakyvyltään. Huomioidaan tilaisuuksissa esteettömyys. Viestitään monella tavalla ja monissa kanavissa.
- **Matala kynnyks lähestyä ja osallistua:** Kulttuuritoiminta on avointa sekä maksutonta ja siitä kerrotaan selkokielellä ja houkuttelevasti. Innostetaan ikääntyvien palveluiden henkilökuntaa tarjoamaan aktiivisesti mahdollisuuksia osallistua.
- **Alueellinen tasa-arvo:** Suunnitellaan ja toteutetaan toimintaa Seinäjoen kantakaupungin ulkopuolelle. Hyödynnetään tuttuja alueellisia paikkoja, kuten palvelukeskuksia ja kirjastoja, toiminnan järjestämisessä.

## Keskeiset toimenpiteet

### IKÄÄNTYVIEN YKSINÄISYYDEN VÄHENTÄMINEN:

Pyritään löytämään yksinäisyydestä kärsiviä ikääntyviä, puututaan yksinäisyyteen aina sitä kohdattaessa ja tarjotaan aktiivisesti avuksi yhteisöllistä kulttuuritoimintaa.

- Kehitetään toimiva malli, jolla tuttavat tai läheiset voivat matalalla kynnyksellä ilmoittaa huolestaan
- Otetaan taiteen ja kulttuurin ammattilaiset, joiden osaamista on kohtaaminen ja vuorovaikutus, mukaan ratkomaan yksinäisyyden haastetta
- Hyödynnetään kaupungin kulttuurikasvatusmalleja ikääntyvien kulttuuritoiminnassa, tavoitteena saavuttaa mahdollisimman laajasti ja tasa-arvoisesti yli 65-vuotiaiden ikäryhmä

### KULTTUURIPALVELUIDEN SAAVUTETTAVUUDEN PARANTAMINEN:

Kootaan K65-saavutettavuuskäsikirja, joka tarjoaa oppaan kulttuuripalveluiden tuottajille ja tietoa saavutettavuudesta palveluiden käyttäjille.

- Kirjoitetaan auki ikääntyvien kulttuuripalveluiden saavutettavuutta sekä siihen liittyviä haasteita Seinäjoella
- Luodaan malli saavutettavuusasioiden viestinnästä
- Tarkastellaan saavutettavuutta monesta näkökulmasta (esim. esteettömyys, selkokielisyys)

Kehitetään ikääntyvien mahdollisuuksia liikkua kulttuurin pariin sekä lisätään ja tuetaan mahdollisuuksia osallistua

- Kehitetään Kulttuurikaveri-toimintaa ja lisätään viestintää
- Kokeillaan erilaisia malleja kulkemisen mahdollistamiseen (esim. kimppakyydit, kuljetusavustukset) ja tehdään yhteistyötä palveluliikenteen kanssa
- Tarjotaan Kaikukorttia aktiivisesti vähävaraisille ikääntyville ja tarjotaan samalla Kulttuurikaveri-mahdollisuutta
- Parannetaan olemassa olevien palveluiden saavutettavuutta ja madalletaan kynnystä osallistua

### KAIKUKORTTI

Kaikukortti mahdollistaa kulttuuritapahtumiin osallistumisen heille, joilla ei olisi muuten siihen varaa. Kortilla voi hankkia maksuttomia pääsylippuja esim. teatteriin. Kortin voi saada mm. aikuissozialityön asiakas. Lisätietoa: [seinajoki.fi/kaikukortti](http://seinajoki.fi/kaikukortti)

### RAI-JÄRJESTELMÄ

RAI-järjestelmä on standardoitu tiedonkeruun ja havainnoinnin välineistö, joka on tarkoitettu vanhuspalvelun asiakkaan palvelutarpeen arviointiin ja hoito-, kuntoutus- ja palvelusuunnitelman laatimiseen.<sup>5</sup>

# K65 Kulttuurihyvinvointisuunnitelma

**Tunnustetaan kasvava näyttö taiteen ja kulttuurin merkityksestä terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseksi: tuetaan merkittävään tutkimusnäyttöön perustuvien toimenpiteiden käyttöönottoa, kuten musiikin käyttöä sairaaloissa ennen leikkaustoimenpidettä, taidetoiminnan sisällyttämistä muistihäiriöistä kärsivien henkilöiden arkeen ja yhteisöllisten taideohjelmien toteuttamista mielenterveyden tukemiseksi.**

WHO:n raportin politiikkasuositus

## Mitä?

K65 Kulttuurihyvinvointisuunnitelma määrittelee tavoitteet yli 65-vuotiaiden seinäjokisten kulttuurihyvinvoinnille. Suunnitelmassa kuvataan toimenpiteet ja kokeilut, joilla näihin tavoitteisiin päästään. Suunnitelma käsittelee Seinäjoen kaupunkia ja sen toimialoja, erityisesti sivistyksen ja hyvinvoinnin toimialaa sekä sosiaali- ja terveystoimialaa.

Suunnitelma on voimassa 2021–2025. Aikaraami on yhtenevä Seinäjoen kaupunkistrategian ja valmisteilla olevan hyvinvointisuunnitelman kanssa. Suunnitelman pohjaksi on kerätty tietoa asiakaskyselyistä, virallisista tilastoista, viranhaltijoilta ja työntekijöiltä, vanhusneuvostolta, yhdistystoimijoilta sekä tietojärjestelmistä. Suunnitelma linkittyy kaupungin hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseen ja sitä on valmisteltu yhteistyössä hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen vastuuhenkilöiden kanssa.

## Miksi?

Suunnitelman kokoamisen tarkoituksena on kulttuurin vaikutusten laajempi hyödyntäminen ikääntyvien hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseksi. Suunnitelmaprosessi on ollut myös keino saada merkittävä joukko erilaisia toimijoita viemään eteenpäin nimenomaan ikääntyvien kulttuurihyvinvointia. Seinäjoella on tehty jo yli vuosikymmenen ajan työtä lasten kulttuurikasvatukseen eteen. Nyt samalla päättävyydellä ja pitkäjänteisyydellä keskitytään ikääntyvien kulttuuriin oikeuksiin ja hyvinvointiin.

## Miten?

Yhteistyöllä päästään suunnitelman tavoitteisiin. Suunnitelma jalkautetaan tekemällä kokeiluja ja ottamalla niistä toimivat käyttöön pysyvästi. Jalkauttaminen on aloitettu asiantuntijaryhmän työnjaolla ja pohtimalla, kuinka kukin toimija voi omalla tahollaan ja yhteistyössä muiden kanssa edistää suunnitelman tavoitteita. Suunnitelmalle on luotu yhteiset arvot, joiden takana kaikki toimijat voivat seisoa. Asiantuntijaryhmä jatkaa kokoontumistaan myös suunnitelman valmistumisen jälkeen ja seuraa tavoitteiden toteutumista säännöllisesti.

”Nyt on otollinen aika nostaa kulttuurihyvinvoinnin asiaa esiin!”

Asiantuntijaryhmän edustaja

”Seinäjoella on paljon kulttuuri- ja liikuntatarjontaa. Ehkä kotipalvelu huomaa yksinäiset parhaiten. Kaupunki voisi tarjota enemmän vapaita joukkokyytejä, niin tulisi lähdettyä. Niiden itse järjestäminen on monelle vaikeaa.”

Kohderyhmän edustaja

## Kuka?

Suunnitelman on koostanut Seinäjoen kaupungin kulttuuri- ja ikääntyvien palvelut. Suunnitelmaprosessia on johtanut ikääntyvien kulttuuritoiminnan koordinaattori ja ohjausryhmänä on toiminut kulttuuripalveluiden sosiokulttuurinen tiimi. Suunnitelmaa on ollut tekemässä kaksi ryhmää kulttuurihyvinvoinnin ja ikääntyvien palveluiden kannalta tärkeistä toimijoista: suuri asiantuntijaryhmä sekä pienempi ydinryhmä, joka on ollut tiiviimmin mukana prosessissa. Asiantuntijaryhmässä on edustettuna 23 eri tahoa aina kirjastosta teatteriin ja kotihoidosta työllisyyspalveluihin.

Tärkeintä suunnitelman kokoamisessa on ollut ikääntyvien itsensä kuuleminen. Suunnitelmatyön aluksi toteutettiin kulttuurihyvinvointikysely yli 65-vuotiaille seinäjokisille. Kohderyhmää asiantuntijaryhmässä edustavat vanhusneuvoston nimeämä edustaja sekä vertaisasiantuntijat. Vertaisasiantuntijat ovat nimenneet Etelä-Pohjanmaan Muistiyhdistys ja Lakeuden omaishoitajat. Vanhusneuvostoa on tiedotettu hyvissä ajoin ennen suunnitelmatyön aloittamista. Suunnitelman arvot, tavoitteet ja toimenpiteet on asiantuntijaryhmän työskentelyn jälkeen luovutettu kommentoitavaksi vanhusneuvostolle. Aiheita on käsitelty ja toimenpiteitä täydennetty myös vertaisasiantuntijoiden kanssa teemakeskusteluissa.

Seinäjoen kaupunki				
Sivistys ja hyvinvointi	Sosiaali ja terveys	Elinvoima ja kilpailukyky	Toimintojen talo	Luottamushenkilöt
<b>Kulttuuripalvelut</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Ikääntyvien kulttuuritoiminta</li> <li>Sokutiimi</li> <li>Taidehalli</li> </ul> <b>Kirjasto</b> <b>Kansalaisopisto</b> <b>Museo</b>	<b>Ikääntyvien palvelut</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Tehostettu palveluasuminen</li> <li>Kotihoito</li> <li>Ikäkeskus</li> <li>Päivätoiminta</li> </ul> <b>Terveyspalvelut</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mielenterveyspalvelut ja avohoito</li> </ul>	<b>Asukasosallisuus</b>  <b>Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen</b>  <b>Työllisyyspalvelut</b>	<b>Toimivi-tukipalvelu</b>	<b>Vanhusneuvosto</b>  <b>Hyvinvointilautakunta</b>  <b>Sote-lautakunta</b>
Yhdistykset				
	<b>Etelä-Pohjanmaan Muistiyhdistys</b>	<b>Lakeuden Omaishoitajat</b>	<b>Seinäjoen Järjestötalo</b>	
	<b>Oppilaitokset</b>	<b>Kohderyhmän edustajat</b>		
	<b>SeAMK</b>	<b>Vanhusneuvoston edustaja</b>	<b>Etelä-Pohjanmaan Muistiyhdistyksen edustaja</b>	<b>Lakeuden Omaishoitajien edustaja</b>
	<b>Kulttuuritoimijat</b>		<b>Muut</b>	
	<b>Seinäjoen kaupungin-teatteri</b>	<b>Seinäjoen kaupungin-orkesteri</b>	<b>Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiiri</b>	

# Kulttuurihyvinvoinnilla on väliä!

**Inhimillisesti ja myös resurssien kannalta on viisasta ja kustannustehokasta ehkäistä terveydellisten ja sosiaalisten ongelmien syntyä esimerkiksi kulttuurisin keinoin ja menetelmin.**

Kuntaliitto

## Kulttuurihyvinvoinnin talousvaikutukset

Kulttuurilla on tutkitusti vaikutuksia terveyteen ja hyvinvointiin. Sosiaali- ja terveysmenot ovat merkittävä osa kuntien taloutta. Sen takia on tärkeää, että kulttuurihyvinvointia ja -palveluita tarkastellaan myös talouden näkökulmasta. Ikääntyvien osalta tämä korostuu, sillä esimerkiksi vanhusten ympärivuorokautinen hoito muodostaa valtion tasolla sote-menoista miltei viidenneksen<sup>6</sup>. Kulttuurilla ja taiteella on oikein suunnattuna mahdollista vaikuttaa menoihin. Vaikka tulevaisuudessa sote-palveluiden järjestämiseen tulisi rakenteellisia muutoksia, on kunnilla edelleen tärkeä tehtävä kuntalaisten hyvinvoinnin edistämiseksi, jolloin kulttuuri- palveluihin satsaaminen on jopa entistä tärkeämpää.

Kulttuurin ja talouden yhteydestä tiedetään tutkimusten perusteella, että kulttuuriin sijoitettu euro tulee takaisin jopa viisinkertaisena.<sup>7</sup> Kannattavaa on satsata ennaltaehkäiseviin palveluihin, jotka kohdistetaan terveyden ja hyvinvoinnin riskipisteisiin.<sup>6</sup>

Ikääntyvien hyvinvoinnin ja mielenterveyden osalta on tehty arvioita investointien palautumisesta. Arviot perustuvat eurooppalaisiin tutkimuksiin ja investointinäyttöön taide-toiminnan tunnetuista vaikutuksista mielenterveyteen. Nämä arviot on esitetty tohtori Piia Hounin kokoamassa ja Taiteen edistämiskeskuksen julkaisemassa teoksessa Taide-toiminta talouden tukijana sosiaali- ja terveyssektorilla.

### **Panostus ikääntyvien hyvinvoinnin edistämiseen ja mielenterveyden ongelmien ennaltaehkäisyyn**

(toiminnan aikaraami alle 10 vuotta):

Terveydenhuollon investoinnit  
» palautuvat 1-5 vuoden sisällä viisi kertaa suurempana

Muiden sektoreiden investoinnit  
» palautuvat 1-5 vuoden sisällä viisi kertaa suurempana

**Yksinäisyyden on todettu olevan yksi hyvinvoinnin riskipiste.<sup>6</sup> Mieli ry:n mukaan joka kolmas yli 65-vuotias tuntee itsensä ajoittain yksinäiseksi, 4-5 % kokee jatkuvampaa yksinäisyyttä. Yksinäisyys aiheuttaa mm. univaikeuksia, surua ja masennusta.<sup>8</sup> Kulttuurilla ja taiteella voidaan vaikuttaa tähän riskipisteeseen: taidetoiminnalla on yhteisöllisyyttä lisäävä vaikutus sekä vaikutuksia koettuun hyvinvointiin. Erityisesti mielenterveyshäiriöiden yhteydessä taide- ja kulttuuri-toiminnalla on myönteisiä vaikutuksia.<sup>6</sup>**

Tutkimusten ja käytännön kokemusten mukaan hoitohenkilökunnan työhyvinvointi lisääntyy, kun yksikössä järjestetään taide- ja kulttuuritoimintaa. Rakenteita ratkomassa-julkaisu esittää useita case-esimerkkejä, kuinka taide- ja kulttuuritoiminta parantaa ikääntyvien ympärivuorokautisissa palveluissa toimivan hoitohenkilökunnan hyvinvointia. Asukkaiden toimintakyky heijastuu henkilökunnan jaksamiseen. Oikein toteutettu taidetoiminta vähentää asukkaiden ahdistuneisuutta ja levottomuutta, mikä koetaan positiivisena ja työtä helpottavana. Taidetoiminta voi sitouttaa henkilökuntaa työhön ja työpaikkaan.

## Kulttuurihyvinvoinnin resurssit

Hyvinvointia synnyttävä kulttuuritoiminta tarvitsee resursseja. Toiminnan tulee olla laadukasta, määrältään riittävää ja sitä täytyy pystyä tekemään pitkänjänteisesti, jotta siitä tulee taloudellisesti ja terveydellisesti vaikuttavaa. Taloudellisten resurssien (budjetoidut varat, henkilöstö) lisäksi tarvitaan pysyviä rakenteita sekä toimialarajat ylittävää yhteistyötä. Tarvi-taan taiteen ja kulttuurin ammattilaisia, joilla on kulttuurihyvinvoinnin osaamista ja kokemusta ikäystävällisen kulttuuri-toiminnan toteuttamisesta. Tarvi-taan sote-henkilöstöä, jolla on osaamista ja ymmärrystä kulttuurihyvinvoinnista sekä mahdollisuutta arjen työssä tehdä tilaa kulttuuritoiminnalle. Kuntaorganisaati-ossa tarvitaan lisäksi näiden yhdistämi-seen koordinaatiota sekä omaa palvelu-tuotantoa. Kulttuurihyvinvointia ei synny itsestään: tarvitaan riittäviä panostuksia, että syntyy tuloksia!

**Kulttuuri-osallistumisen on havaittu vähentävän riskiä masennuksen kehittymiseen. Taide voi auttaa tarttumattomien tautien (esim. syöpä, keuhkosairaudet, diabetes sekä sydän- ja verisuonitaudit) hoidossa ja hallinnassa. Taiteiden on myös havaittu voivan suojata dementian kehittymiseltä.**

WHO:n kulttuurihyvinvoinnin tutkimusraportti

## CASE: Helsingin Kustaakartanon psykiatrian H2-osasto<sup>7</sup>

**22 asukkaan osastolla painotetaan yhteisöllisyyttä, taidetta ja kulttuuria arjessa.**

### **Vaikutukset henkilökuntaan:**

- osastolla vähiten poissaoloja talon muihin osastoihin verrattuna
- työhyvinvointikyselyiden mukaan työssä voidaan hyvin
- osasto on haluttu työpaikka

### **Vaikutukset asukkaisiin:**

- käyttävät hyvin vähän lisärauhottavia lääkkeitä
- osastolle tulevat pääsevät lähes poikkeuksetta eroon unilääkkeistään
- RAI-mittauksissa näkyy mm. käytösoireiden vähentyminen ja osallisuuden toteutumisen

## CASE: Artlift

**Englantilainen Artlift-yhteisö on tutkinut taidetoiminnan vaikutuksia ja tehnyt niiden pohjalta kustannusanalyysiä yli vuosikymmenen ajan.<sup>4</sup>**

Tutkimuksissa havaittiin taide-interventioon osallistuneiden potilaiden lääkärikäyntien ja muiden terveydenhuollon käyntien vähenevän.

Käyntitarpeen väheneminen sai aikaan n. 30% prosenttien säästön.

<sup>6</sup> Houni 2019

<sup>7</sup> Liikanen 2010

<sup>8</sup> Mieli ry

<sup>9</sup> Rosenlöf 2014

# Koettua kulttuurihyvinvointia - kulttuurin merkityksiä ikääntyville

Ikääntyvien seinäjokisten kokemuksia kulttuurihyvinvoinnista kartoitettiin keväällä 2020 K65 Kulttuurihyvinvointikyselyllä.<sup>10</sup> Kyselyn tuloksista kävi ilmi, että 86 % vastaajista koki kulttuurin parantavan hyvinvointiaan ja lisäävän tyytyväisyyttä elämään. Kyselyn vastaajat pitivät kulttuuria merkityksellisenä asiana ja samalla koettiin vahvasti, että kulttuuri lisää omaa hyvinvointia. Kulttuuri koettiin elämän sisällön lisääjänä ja sosiaalisen elämän mahdollistajana.

Vastaajissa erottui selkeästi kaksi joukkoa: kulttuuriaktiivit sekä he, jotka halusivat osallistua, mutta eivät jostain syystä pysty osallistumaan. Noin 70 % vastaajista kertoi haluavansa osallistua kulttuuritoimintaan, mutta ei syystä tai toisesta kykene. Osallistumisen esteenä korostui liikkuminen.

## K65 KULTTUURI- HYVINVOINTIKYSELY

**Keväällä 2020 toteutettu kysely, johon vastasi reilut 300 yli 65-vuotiasta seinäjokista. Kyselyyn pystyi vastaamaan sekä sähköisellä että paperisella lomakkeella. Kyselyä välitettiin kaupungin sähköisissä kanavissa sekä kaupungin ja seurakunnan toiminnoissa, kuten kirjastoissa, päivätoiminnassa ja diakoniatöinnässä.**

Avoimissa kysymyksissä tiedusteltiin toiveita ikääntyville suunnatusta kulttuuritoiminnasta. Noin neljännes vastaajista oli sitä mieltä, että toimintaa on vähintään riittävästi. Osa vastaajista koki, että kaupungin kulttuurielämä palvelee hyvin: ikääntyville räätälöityä toimintaa ei tarvita tai haluta. Toisaalta toivottiin erityisesti ikääntyville suunnattuja tietyiltä aikakausilta tuttuja sisältöjä. Vastaajat nostivat esiin myös helpon saavutettavuuden ja sopivan sijainnin lähellä kotia, samoin kuin maksuttomuuden ja edullisuuden.

*"Nyt voi mennä, minne haluaa. Myöhemmin, jos liikkuminen hankaloituu, on vaikeampi löytää mahdollisuuksia."*

*"Kerhotoimintaa pienissä ryhmissä ja mahdollisimman lyhyen matkan päässä esim. taloyhteisössä, jossa on kerhohuoneisto käytävissä. Tällä tarkoitan sitä, että huonosti liikkuvat henkilöt pääsisivät pois hetkeksi kodistaan muiden joukkoon keskustelemaan."*

*"Teatteria erityisesti käihmisille. 60-luvun musiikin konsertteja."*

*"Vierastan termiä "iäkkäille suunnattu". Mielestäni iäkkäät voivat osallistua samoihin tapahtumiin kuin muutkin, ja tarjontaa on riittävästi, joskin klassista musiikkia (myös kuoro-, urkumusiikki) kuuntelin mielelläni useamminkin."*

*"Porukalla teatteriin ja konsertteihin lähiseudulle ja kauemmaksikin päivämatkalle."*

## Kulttuurin merkitykset vastaajille

<b>Erottamaton osa elämää</b>	<b>Elämän sisällön luoja</b>	<b>Ikkuna kodin ulkopuolelle</b>
Kulttuurin itseisarvo	Piristäjä ja virkistäjä	Sosiaalisten kontaktien mahdollistaja

*"Kulttuuri on yhtä tarpeellista kuin ravinto."*

*"Tervetullutta vaihtelua eläkeläisen elämään teemalla "vierivä kivi ei sammaloidu". Halua olla mukana nykyajassa ja elämänmenossa."*

*"Elämää täydeksi tekevää toimintaa."*

*"Se (kulttuuri) on tärkeää, piristävää, hyvää kuntoa ylläpitävää. Usein kulttuurikokemus opettaa jotakin uutta ja antaa ajateltavaa."*

*"Ihmisten kanssa, kun muuten yksin olemista."*

## Kulttuurin koetut hyvinvointivaikutukset

<b>Mielialan kohoaminen</b>	<b>Lisääntyvä tyytyväisyys itseän</b>	<b>Sosiaaliset kontaktit</b>
	Oman elämän mielekkyys	Yksinäisyyden tunteen väheneminen
		Osallisuus

## Kulttuuritoimintaan osallistumisen esteet

<b>Saavutettavuus</b>	<b>Sosiaaliset syyt</b>	<b>Taloudelliset syyt</b>
Toimintakyky	Seuran puute	
	Etäisyys	

*"Paikallisliikennettä ei ole sunnuntaisin ja iltaisin."*

*"Välillä rahan puute, on mietittävä onko varaa."*

**K65 KULTTUURIHYVINVOINTISUUNNITELMA: Tavoitteet ja toimenpiteet 2021–2025**

Tavoite	Toimenpide	Toteutus/kokeilu 1	Toteutus/kokeilu 2	Asiaa edistävät tahot
<b>Ikääntyvien yksinäisyyden vähentäminen</b>	Etsitään ja löydetään ikääntyviä, joille kulttuuritoiminnasta olisi apua yksinäisyyteen	Otetaan yhteyttä suoraan (kirjeitse tai puhelimitse) tietyn ikäisiin yksinasuviin ikäihmisiin	Kiinnitetään huomiota aiheeseen toteuttamalla esim. viestintäkampanja	Ikäkeskus, kotihoito, päivätoiminta, kulttuuri-palvelut, hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen, asukasosallisuus, vanhusneuvosto, Toimintotalo, kansalaisopisto
	Kehitetään toimintamalli, jolla voidaan puuttua yksinäisyyteen ja tarjota apua esim. kulttuuri-toiminnan muodossa	Kun kohdataan yksinäisyyttä, puututaan siihen ja pyritään ohjaamaan sopivan toiminnan pariin	Otetaan taiteen ja kulttuurin ammattilaiset mukaan ideoimaan ratkaisua	Kotihoito, päivätoiminta, kulttuuripalvelut, hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen, asukasosallisuus, vanhusneuvosto, Toimintotalo, kansalaisopisto
<b>Kulttuuripalvelujen saavutettavuuden parantaminen</b>	Kehitetään ikääntyvien mahdollisuuksia liikkua kulttuurin pariin	Toteutetaan kokeiluja kuljetuspalveluiden järjestämisessä (esim. yhteistyö palveluliikenteen kanssa, kimpakyyti-kokeilu)	Tutkitaan mahdollisuutta tarjota taloudellista tukea kulttuurin pariin liikkumiseen	Ikäkeskus, kotihoito, päivätoiminta, kulttuuri-palvelut, Toimintotalo, kansalaisopisto
	Lisätään ja tuetaan mahdollisuuksia osallistua	Tarjotaan aktiivisesti Kaikukortti-mahdollisuutta ikääntyville	Viedään toimintaa kotiin tai lähelle kotia	Kotihoito, päivätoiminta, kulttuuripalvelut, vanhusneuvosto, Toimintotalo, teatteri, orkesteri, kansalaisopisto, kirjasto
	Kootaan K65 saavutettavuuskäsikirja	Lisätään tietoa saavutettavuudesta kulttuuri-palveluita tuottavien tahojen nettisivuille	Kiinnitetään huomiota tapahtumien ja toiminnan esteettömyyteen	Kulttuuri- ja ikääntyvien palvelut, hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen, asukasosallisuus, vanhusneuvosto, E-P:n Muistiyhdistys ry
	Kehitetään etäkulttuuripalveluita	Tarjotaan haja-asutusalueilla asuville mahdollisuutta osallistua kansalaisopiston kursseille etänä ja kokeillaan tarvittaessa laitteiden lainausta ja käyttöopastusta	Hyödynnetään kuvapuhelinpalvelun kokemuksia asumispalveluiden kulttuuritarjonnassa ja kehitetään kulttuurilaitosten virtuaaliyleisötyötä	Kansalaisopisto, kirjasto, teatteri, orkesteri, kulttuuripalvelut, päivätoiminta, kotihoito
	Lisätään ja kehitetään viestintää	Viestitään selkokielisesti ja kannustetaan osallistumaan. Pyydetään vertaiskokijat mukaan tiedottamiseen kertomaan omista kulttuurikokemuksista ja kulttuurin merkityksestä	Kannustetaan kulttuurin harrastajia ottamaan tuttavat mukaan, esim. "Ota naapuri mukaan"-kampanja	Kulttuuri- ja ikääntyvien palvelut, yhteistyössä kaikki asiantuntijaryhmän toimijat
<b>Yhdenvertaisten osallistumismahdollisuuksien kehittäminen</b>	Hyödynnetään suunnitelmallisesti kulttuurikasvatussuunnitelmien hyviä käytäntöjä ikääntyvien kulttuuritoiminnassa	Toteutetaan kulttuurin teemavuotia tehostetussa ympärivuorokautisessa palveluasumisessa ja senioriasumisessa	Tarjotaan soveltavaa taidetta erityisryhmille (esim. muistisairaant, hoiva-asiakkaat)	Kulttuuri- ja ikääntyvien palvelut, Taidehalli, teatteri, orkesteri, kirjasto, museo
	Lisätään koulutusta ja osaamista sote-henkilöstölle tuoda kulttuurisia elementtejä perustyöhön	Luodaan ikääntyvien palveluiden henkilökunnan kulttuurihyvinvoinnin koulutuspolku	Kulttuurihyvinvointi huomioidaan sote-palveluiden koulutussuunnitelmissa ja koulutuskalenterissa	Ikääntyvien palvelut, SeAMK
<b>K65-kulttuurihyvinvointiin suunnattujen resurssien lisääminen</b>	Tavoitetaan päättäjiä ja lisätään tietämystä kulttuurihyvinvoinnista	Tuotetaan päättäjille sunnattuja infomateriaaleja kulttuurin hyvinvointi- ja talousvaikutuksista	Etsitään tilaisuuksia tavata päättäjiä kulttuurihyvinvointi-agendalla	Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen, kulttuuri- ja ikääntyvien palvelut, vanhusneuvosto, luottamushenkilöt
	Ylläpidetään ja lisätään kaupungin toimialojen välistä yhteistyötä	Toteutetaan yhdessä käytännön toimenpiteitä ja viestitään yhteistyössä	Pidetään esillä tarvetta ikääntyvien kulttuurihyvinvointiin suunnatuille yhteisille henkilöresursseille	Kulttuuri- ja ikääntyvien palvelut, yhteistyössä kaikki asiantuntijaryhmän toimijat
	Jatketaan monialaista toimiala- ja organisaatorajat ylittävää työskentelyä asiantuntijaryhmässä ikääntyvien kulttuurihyvinvoinnin edistämiseksi	Asiantuntijaryhmässä mukana olevat tahot kirjaavat kulttuurihyvinvoinnin edistämisen omiin toimintasuunnitelmiin	Asiantuntijaryhmä kokoontuu säännöllisesti (1-2 krt vuodessa) ja arvioi tavoitteiden toteutumista	Kulttuuri- ja ikääntyvien palvelut, yhteistyössä kaikki asiantuntijaryhmän toimijat
	Pyritään hyödyntämään alan opiskelijoita toiminnan kehittämisessä ja toteuttamisessa	Tarjotaan kulttuurihyvinvoinnin toimintaa ja projekteja osaksi kurssisisältöjä	Etsitään ja nimetään kulttuurihyvinvoinnin yhteyshenkilöt oppilaitoksista	Päivätoiminta, kotihoito, kulttuuripalvelut, kansalaisopisto, museo, SeAMK
<b>Kulttuurisen vapaaehtoistoiminnan kehittäminen</b>	Kehitetään ja monipuolistetaan Kulttuurikaveritoimintaa	Lisätään viestintää ja etsitään uusia viestintäkanavia toiminnasta kertomiseen	Toteutetaan kokeiluja Kulttuurikaverin toimenkuvan laajentamisesta	Järjestötoiminta, kulttuuri- ja ikääntyvien palvelut, teatteri, orkesteri, kansalaisopisto, vanhusneuvosto
	Tavoitellaan aktiivisesti henkilöresursseja kaupungin vapaaehtoistoiminnan koordinaatioon	Ylläpidetään keskusteluyhteyttä vapaaehtoistyötä työssään edistävien toimihenkilöiden ja virkamiesten välillä	Tuodaan esille vapaaehtoistyön merkitystä hyvinvoinnin ja terveyden edistämässä sekä ikääntyvien yksinäisyyden vähentämisessä	Kansalaisopisto, kulttuuri- ja ikääntyvien palvelut, asukasosallisuus, hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen
<b>Osallisuuden lisääminen kulttuurin keinoin</b>	Huomioidaan toiminnassa erityisesti yhteisöllisyys sekä osallistujien näkyväksi ja kuulluksi tuleminen	Toteutetaan etäkulttuuripalveluita vuorovaikutteisesti	Järjestetään ryhmämuotoista toimintaa, joka on osallistavaa ja yhteisöllistä	Kulttuuri- ja ikääntyvien palvelut, kansalaisopisto, Muistiyhdistys ry, päivätoiminta, kirjasto, museo, Taidehalli
	Tuodaan esille ikääntyvien kulttuurin ja taiteen tekijyyttä	Toteutetaan yhteisötaideprojekti	Tuotetaan näyttelyitä ja tilaisuuksia, joissa tuodaan esille ikääntyvien tekemää taidetta (esim. Armas-festivaali)	Kirjasto, kansalaisopisto, kulttuuri- ja ikääntyvien palvelut, Taidehalli, museo, Muistiyhdistys ry
	Lisätään käyttöön ilmaisia tiloja ikääntyvien kulttuuritoimintaan	Otetaan päivisin tyhjätilat ikääntyvien käyttöön (esim. Tammikampus, palvelukeskukset, jne.)	Tarjotaan tilojen käyttäjille tilan lisäksi infoa tilantarjoajan kulttuuritoiminnasta ja kulttuurihyvinvoinnista	Kirjasto, kansalaisopisto, päivätoiminta, vanhusneuvosto, tehostettu palveluasuminen
	Kuullaan säännöllisesti kohderyhmää kulttuuripalveluiden kehittämisessä	Pidetään aktiivisesti yhteyttä vanhusneuvostoon ja viedään käsittelyyn ajankohtaisia kulttuurihyvinvointiasioita	Järjestetään asiakasraati ja toteutetaan asiakaskyselyitä	Kulttuuri- ja ikääntyvien palvelut, hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen, asukasosallisuus, vertaisasiantuntijat, kansalaisopisto

## Kulttuurihyvinvointi ikääntyvien palveluissa – palvelu palvelun sisällä

Kulttuurihyvinvoinnin kannalta on tärkeää huomioida ikääntyvät, jotka käyttävät ikääntyville suunnattuja sosiaali- ja terveyspalveluita tai ovat muuten mukana kaupungin järjestämissä toiminnoissa. Nämä ihmiset on parhaimmillaan helppo tavoittaa, sillä heihin on jo valmiiksi kontakti. Kulttuuripalveluiden tarjoaminen muiden palveluiden sisällä on järkevä ja tehokas tapa tavoittaa ikääntyviä sekä tarjota mahdollisuus päästä osalliseksi kulttuurin hyvinvointivaikutuksista.

Suunnitelmaprosessissa asiantuntijaryhmä käsitteli aihetta arvioimalla nykytilaa. Nykytila koettiin hyväksi, mutta tulevaisuudessa palveluita tulee kehittää, erityisesti etäkulttuuripalveluiden osalta. Lisäksi huomiota kiinnitettiin mm. kulttuuristen tarpeiden kirjaamiseen, henkilökunnan tärkeään rooliin sekä yhteistyöhön ja viestintään.

	Tehostettu ympäri- vuorokautinen asuminen	Kotihoito	Avoimet palvelut
<b>Nykytila</b>	Olemassa olevia hyviä kulttuuripalveluita		
<b>Kehittäminen</b>	Pitkällä tähtäimellä syytä varautua kehittämään uusia palveluita	Tulevaisuudessa tarve myös uusille palveluille	Palveluiden määrään ja saatavuuteen tulee kiinnittää huomiota
<b>Huomiot</b>	Kulttuurin kirjaamiseen tulisi kiinnittää huomiota	Vuokrattavat mobiililaitteet ja etäkulttuuripalvelut lisäävät saavutettavuutta	Palveluista viestintään tulee panostaa merkittävästi enemmän
<b>Keinot</b>	Sitoutunut henkilökunta (kulttuurivastaavat) avainasemassa	Kotihoitoon myös kulttuurivastaavat Oppilaitosyhteistyöllä resursseja kotihoidon kulttuuritoimintaan	Laadukkaat viestintämateriaalit ja -kanavat, jotka tavoittavat (mm. päivittäispalvelut, kuten kauppa tai apteekki)
<b>Kokeiluja</b>	Kuvapuhelinpalvelun kehittäminen ja toiminnan laajentaminen palveluasumiseen	Lainattavaksi koteihin laitteita, joilla pystyy osallistumaan kulttuuritapahtumiin etänä	Kulttuurikaveritoiminnan kehittäminen ja monipuolistaminen

## Kulttuurihyvinvoinnista viestiminen

Viestintä on tärkein yksittäinen osa-alue hyvinvointia lisäävien kulttuuripalveluiden kehittämisessä sen jälkeen, kun palvelut on luotu. Viestintä on haastava laji. Ikääntyville suunnattujen kulttuuripalveluiden viestinnässä on erityisesti huomioitava monikanavaisuus ja saavutettavuus. Sähköiset kanavat eivät ole vielä korvanneet perinteisiä, vaan viestimisen täytyy tapahtua niissä rinnakkain todennäköisesti vielä vuosien ajan.

### K65 Kulttuurihyvinvoinnin viestinnän teesit:

- Kaiken pitää olla asiakkaalle mahdollisimman helppoa
- Kaikki tieto pitää löytyä yhdestä paikasta
- Ikääntyvien omat kulttuurikokemukset kuuluviin

### Viestinnässä huomioitavaa:

#### Selkokieliisyys ja osallistumiskynnyksen madaltaminen

- » selkeä viesti, mistä on kysymys
- » houkuttelevat viestintämateriaalit

#### Läheisten ja ikääntyvien palveluiden asiakastyötä tekevän henkilökunnan rooli viestin välittämisessä

- » viesti täytyy saada perille myös näille kohderyhmille
- » tärkeä kanava saavuttaa läheisiä on paikallismedia, jonka kautta asiat nousevat laajempaan tietoisuuteen

#### Ikääntyvien omat kulttuurikokemukset ja verkostot

- » kulttuuria harrastavat ikääntyvät mukaan suosittelemaan toimintaa
- » verkostoissa leviävät ja suusta suuhun kulkevat viestit ovat tehokkaita

#### Merkittävä osa (61 % yli 65-vuotiaista) ikääntyvistä käyttää jo internetiä

- » tiettyjä kohderyhmiä voidaan tavoittaa helposti myös sähköisesti



# Ikääntyvien kulttuurihyvinvoinnin tilannekuva 2020

Suunnitelmaprosessin alussa muodostettiin kerätyn taustatiedon avulla kuva ikääntyvien kulttuurihyvinvoinnin nykytilasta Seinäjoella. Näiden tietojen pohjalta on muodostettu tavoitteet ikääntyvien kulttuurihyvinvoinnille Seinäjoella ja toimenpiteet tavoitteiden saavuttamiseksi.

Ikääntyvien kulttuurihyvinvoinnin vahvuutena on kulttuurimyönteisyys, hyvä vuosien aikana tehty pohjatyö ja laadukas toiminta. Kulttuuri nähdään merkityksellisenä ja tärkeänä asiana. Kulttuurihyvinvoinnin kehittämisessä ei tarvitse lähteä liikkeelle alusta, sillä pohjaa on rakennettu ja luotu rakenteita yhteistyölle ja saavutettavuudelle.

”On lähdetty liikkeelle pikkuhiljaa juurruttaen, mutta silti kunnianhimoisella otteella.”<sup>11</sup>

Heikkouksia ovat kulttuuristen oikeuksien huono toteutuminen tietyillä ryhmillä sekä eräiden kohderyhmien tavoittaminen. Heikkouksina nähtiin myös puutteellinen viestintä ja vähäiset resurssit.

”Saavutettavuudessa on vielä tekemistä”.

Uhkina nähdään tiettyjen heikossa asemassa olevien ryhmien väliin-putoaminen, suunnitelman jääminen vain paperiksi sekä kohderyhmän äänen hukkuminen toimihenkilöiden ja virkamiesten äänen alle. Myös suuret yhteiskunnassa vaikuttavat seikat, kuten viruspandemiat (esim. korona), kuntatalouden huonot näkymät sekä yleisesti ikäihmisten vähäinen arvostus yhteiskunnassa koetaan uhiksi.

”Meillä on aito mahdollisuus vaikuttaa asiakkaiden elämänlaatuun ja hyvinvointiin!”

Mahdollisuuksia on paljon ja niiden avulla voidaan vastata uhkiin. Saavutettavuutta lisäämällä voidaan tarjota tasavertaiset osallistumismahdollisuudet yhä useammalle ikääntyvälle. Tavoitteiden toteutumista edistetään kulttuurihyvinvointia ja sen vaikutuksia esille tuomalla. Yhteistyö luo pohjan kaikelle toiminnalle ja siinä ollaan hyvässä vauhdissa. Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen nousu kunnissa yleisesti sujuttaa myös kulttuurihyvinvoinnin laajempaa hyödyntämistä. Digitalisaatio mahdollistaa taloudellisesti tehokkaiden ja saavutettavien palveluiden tuottamisen.

## VAHVUUDET

- **Kulttuurin merkitys ikäihmiselle ymmärretään**  
Kulttuurihyvinvoinnin edistämiseksi löytyy innostusta, tahtotilaa ja yhteistyöhalua
- **Seinäjoella on paljon laadukasta kulttuuritoimintaa tarjolla ikäihmisille**  
Kulttuuria harrastetaan paljon
- **Ikäihmisten kulttuurihyvinvoinnin kehittämistä koordinoidaan hyvin**  
Kulttuurihyvinvoinnin edistämiseen löytyy rakenteita ja verkostoja

## MAHDOLLISUUDET

- **Kulttuurihyvinvointi syntyy yhdenvertaisista osallistumismahdollisuuksista**  
Panostetaan saavutettavuuteen ja asiakaslähtöisyyteen
- **Tehdään kulttuurihyvinvointia ja vaikutuksia näkyväksi**  
Parannetaan kulttuurihyvinvoinnin kirjaamista ja opetellaan tuomaan ikäihmisten henkilökohtaisia positiivisia kulttuurin vaikutuksia esiin
- **Yhdessä saamme enemmän aikaan**  
Panostetaan monialaiseen toimialarajat ja toimijatasot ylittävään yhteistyöhön
- **Nousevat trendit: Hyte ja Digi**  
Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen merkityksen nousu on iso mahdollisuus. Etäyhteyksien ja digiloikan avulla saadaan tavoitettua enemmän ihmisiä.

## HEIKKOUEDET

- **Kulttuuriset oikeudet eivät toteudu heillä, jotka eivät omavoimaisesti pysty osallistumaan**  
Vaikeasti tavoitettavia kohderyhmiä esim. kotona asuvat, kaukana keskustasta asuvat ja ikääntyvät, joiden liikkuminen vaatii apua/järjestelyjä
- **Viestintä ei tavoita heitä, jotka hyötyisivät eniten kulttuuripalveluista**  
Asiakasohjaus ja palveluohjaus ovat haastavia, koska tietoa ei löydy kootusti
- **Resurssit ikäihmisten kulttuurihyvinvointitoimintaan ovat usein vähäiset**  
Sitouttaminen ja pitkäjänteisen toiminnan kehittäminen on haastavaa

## UHAT

- **Pystytäänkö haavoittuvat ryhmät pitämään mukana?**  
Muistisairaudet sekä yli 80-vuotiaiden vaara syrjäytyä ja voida pahoin lisääntyvät
- **Suunnitelma jää vain paperiksi**  
Suunnitelman jalkauttamiseen ja yhteistyötahojen sitouttamiseen tulee panostaa
- **Kohderyhmän ääntä ei saada kuuluviin**  
Kohderyhmän tulee olla osallisena suunnittelussa ja toteutuksessa
- **Yhteiskunnan isot vaikeudet heijastuvat kulttuurihyvinvointiin**  
Kuntatalouden huono tilanne, Covid-19 seurauksineen, ikäihmisten maine kalliiden ja raskaiden palveluiden ylikäyttäjänä

## Mitä on jo tehty?

Seinäjoella on tuotettu kohdennettuja kulttuuripalveluita ikääntyville vuodesta 2015 alkaen. Palveluista vastaa ikääntyvien kulttuuritoiminnan koordinaattori, joka on ikääntyvien palveluiden ja kulttuuripalveluiden yhteinen työntekijä. Kulttuurista vanhustyötä on kehitetty määrätietoisesti ja toiminta on vakiintunutta. Seinäjoki on valtakunnallisen kulttuurisen seniori- ja vanhustyön Aili-verkoston perustajajäseniä.

Kulttuuri- ja ikääntyvien palveluiden koordinoiman kulttuuritoiminnan lisäksi kaupungin toimijoista ikääntyville kohdennettua kulttuuritoimintaa tuottavat erityisesti kirjasto ja kansalaisopisto.

### Kirjaston palveluita ovat mm.

- Kotikirjastopalvelu: yksityisasiakkaat ja palvelukeskukset
- Lahjoita lukuhetki-toiminta
- Kirjavinkkaukset ryhmille
- Digiopastukset kirjastossa
- Celia-aineiston eli lukemisesteisten aineistojen opastukset
- Kuvapuhelinpalvelun sisällöt

### Kansalaisopiston palveluita ovat mm.

- Palvelukeskusten taideryhmät: musiikki ja kuvataide
- Senioreille suunnatut kurssit: keramiikka, kuvataide, valokuva
- Kuvapuhelinpalvelun sisällöt

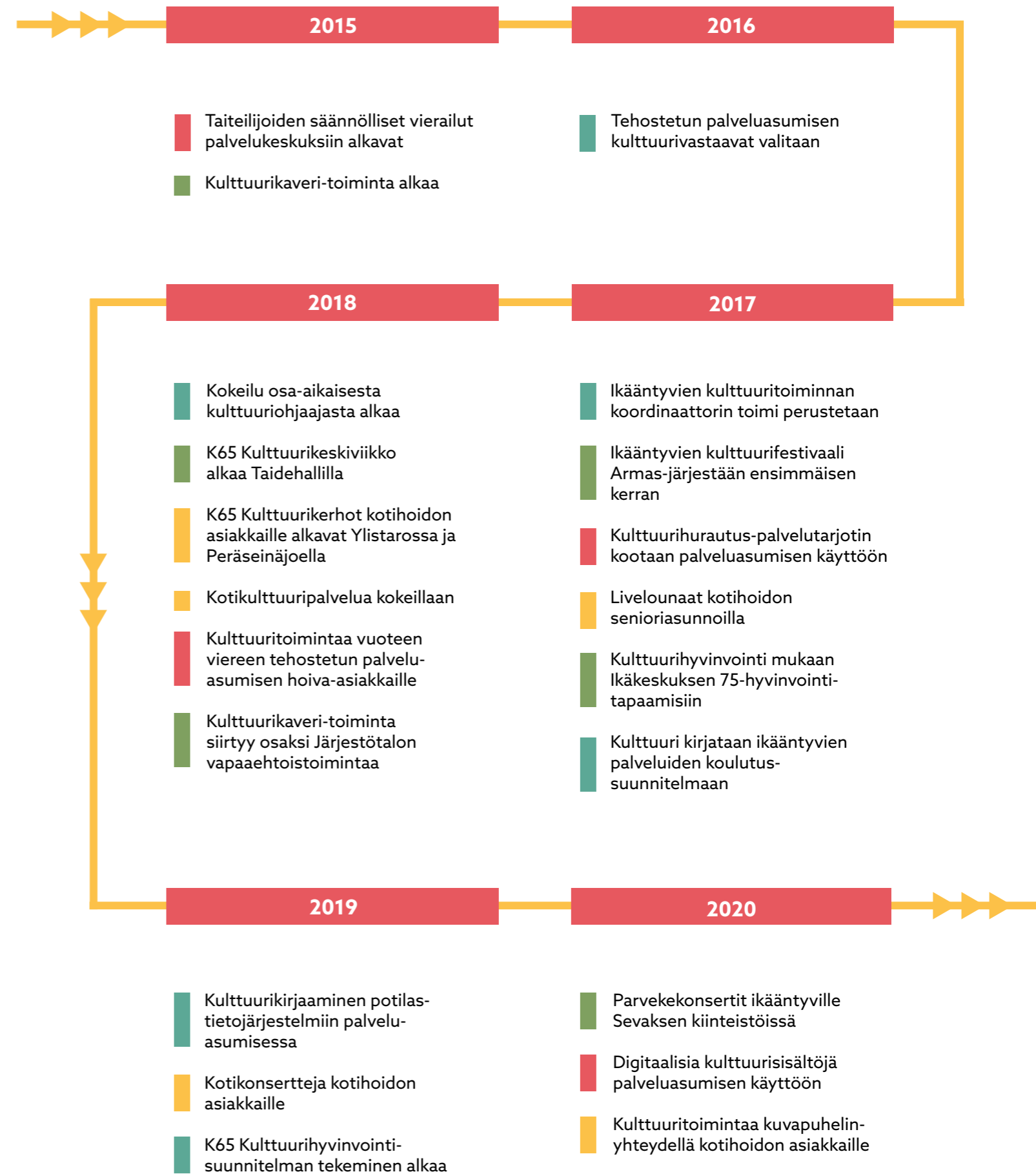
### Museoiden palveluita ovat mm.

- Muistelutuokiot
- Ryhmäopastukset
- Lainattavat muistelumatkalaukut

"Kirjastokortti todella pidentää ikää. Tai ehkä ei näin suoraviivaisesti vaan tieteellisten reunaehtojen vallitessa. ...Osoittautui, että kirjastolaitokseen panostavissa kunnissa ihmiset elivät pidempään kuin niissä kunnissa, joissa kirjastoja ei tuettu."

dosentti Markku T. Hyyppä <sup>12</sup>

- Tehostettu palveluasuminen
- Avoin kulttuuritoiminta
- Kotihoito
- Rakenteet



# Mitä on kulttuurihyvinvointi?

**Kulttuurilla on tutkittuja hyvinvointivaikutuksia. Tutkimustuloksissa on näyttöä vaikutuksista sekä henkiseen että fyysiseen terveyteen. Kulttuurin avulla voidaan ehkäistä sairauksia ja sitä voidaan hyödyntää sairauksien hoidossa ja sairauksista toipumisessa. Kulttuuri voi tarjota välineen myös sellaisten terveysongelmien hoitoon, joihin yksin lääketieteellä ei voida vaikuttaa.**

Maailman terveysjärjestö WHO:n laaja kulttuurihyvinvointiin liittyviä tutkimuksia kokoava raportti ilmestyi keväällä 2019. Raportti kertoo tutkimustuloksista ja antaa tutkimuksiin pohjautuvia suosituksia. Tiivistelmä raportista ja lisätietoa kulttuurihyvinvoinnista löytyy Taikusydämen verkkosivuilta.

## Taikusydän

Kulttuurihyvinvoinnin yhteyspiste Taikusydän tarjoaa kattavasti ajankohtaista tietoa kulttuurihyvinvoinnista Suomessa ja maailmalla. Sivuilta löytyy mm. kulttuurihyvinvoinnin tietopankki, käsitteitä ja käytännön esimerkkejä kulttuurihyvinvoinnin sovelluksista. Lisätietoa: [www.taikusydan.turkuamk.fi](http://www.taikusydan.turkuamk.fi).

## Käsitteet

**Kulttuurihyvinvointiin liittyy paljon erilaisia käsitteitä. Kulttuurihyvinvoinnin lisäksi nostetaan esiin myös kulttuuriset oikeudet ja kulttuuriset tarpeet. Kulttuurihyvinvointia ei synny itses- tään, vaan tarvitaan mahdollisuuksia ja saavutettavuutta. Ikääntyvien kulttuurihyvinvoinnin keskeisimmät käsitteet:**

### Kulttuuri

Laajimmillaan kulttuuri tarkoittaa kaikkea inhimillistä toimintaa.<sup>13</sup> Kulttuurihyvinvoinnin yhteydessä kulttuuri ymmärretään toimintana, jossa ihminen käyttää omaa luovuuttaan. Kulttuurisen vanhustyön osalta kulttuurin käsitys on laaja. Kulttuurisessa vanhustyössä käytetään termiä arjen kulttuuri, joka sisältää mm. taidetoiminnan, taiteen hyödyntämisen hoitotyössä, tapahtumat, juhlat, ruokakulttuurin sekä paikalliset tavat ja perinteet.<sup>14</sup>

### Kulttuurihyvinvointi

Kokemus kulttuurin ja taiteen aikaansaamista hyvinvointivaikutuksista.<sup>15</sup> Kulttuurihyvinvointiin voidaan liittää seuraavat ulottuvuudet:

- 1) arjen kulttuuri
- 2) luovuus ja itseilmaisu; taide- ja kulttuuriharrastukset
- 3) taiteesta ja kulttuurista nauttiminen
- 4) taide osana ympäristöjä
- 5) kulttuurihyvinvointipalvelut, joilla on terveyttä ja hyvinvointia edistäviä tavoitteita.<sup>16</sup>

### Kulttuuriset oikeudet

Oikeus osallistua kulttuurielämään, kehittää itseään ja yhteisöään kulttuurin ja taiteen avulla sekä mahdollisuus ilmaista itseään vapaasti.<sup>17</sup>

### Kulttuurinen vanhustyö

Taiteen, luovuuden ja kulttuurin tuomista osaksi vanhustyötä ja sen kehittämistä. Kulttuuria ja luovuutta arvostavat näkökulmat, arvoja ja asenteet, jotka vaikuttavat suunnittelun, johtamisen, erilaisten käytänteiden sekä konkreettisen arjen toiminnan taustalla. Kulttuurisessa vanhustyössä ikäihmisen kulttuuriset oikeudet tunnustetaan osaksi laadukasta ja omannäköistä elämää.<sup>18</sup>

### Ikäystävällinen kulttuuri

Ikääntyneet huomioivaa tai ikään- tyneille kohdennettua kulttuuri- ja taidetoimintaa sekä -palveluja. Toiminta ja palvelut ovat saavutettavia ja esteetömiä, ja niitä viedään aktiivisesti myös heille, jotka eivät pääse perinteisten palveluiden äärelle.<sup>17</sup>

### Ikääntynyt

Ei ole olemassa yksiselitteistä määritelmää sille, kuka on ikääntynyt. Terveet elinvuodet ovat lisääntyneet ja sen myötä myös vanhuus on siirtynyt myöhemmäksi. Erityisesti nuoremmat eläkeläiset ovat aiempaa parempi- kuntoisia. Suomen lainsäädännössä ikääntyneellä väestöllä tarkoitetaan vanhuuseläkkeeseen oikeuttavassa iässä olevaa väestöä eli yli 65- vuotiaita.<sup>19</sup> Seinäjoen kaupunki käyttää palveluissaan termejä ikääntyvä ja ikäihminen.

### Saavutettavuus

Palvelut ovat ihmisten käytettävissä riippumatta heidän henkilökohtaisista ominaisuuksistaan. Saavutettavuuden tiellä voi olla monia esteitä, jotka saattavat liittyä esim. aisteihin, ymmärtämiseen, fyysisiin, sosiaalisiin, sukupuolisiin tai taloudellisiin tekijöihin.<sup>20</sup>

### Yhdenvertaisuus

Kaikki ihmiset ovat samanarvoisia riippumatta heidän taustastaan (esim. kieli, kansalaisuus, alkuperä, vakaumus) ominaisuuksistaan (esim. terveys, seksuaalinen suuntautuminen) tai muista henkilöön liittyvästä syystä.<sup>21</sup>

### Osallisuus

Kuulumista yhteisöön, yhteisössä toimimista sekä kokemusta yhteisöön kuulumisesta.<sup>15</sup>

**Lain tavoitteena on:  
...edistää kaikkien väestö-  
ryhmien yhdenvertaisia  
mahdollisuuksia ja osallisuutta  
kulttuuriin,  
taiteeseen ja sivistykseen.**

Laki kuntien  
kulttuuritoiminnasta 166/2019

<sup>13</sup> Pirkanmaan alueellinen kulttuurihyvinvointisuunnitelma

<sup>14</sup> Siponkoski (2017)

<sup>15</sup> Taikusydän

<sup>16</sup> Lilja-Viherlampi & Rosenlöf (2019)

<sup>17</sup> Aili-verkosto

<sup>18</sup> Huhtinen-Hilden, Puustelli-Pitkänen, Strandman & Ala-Nikkola (2017)

<sup>19</sup> Terveyskylä

<sup>20</sup> Houni, Turpeinen & Vuolasto (2020)

<sup>21</sup> Yhdenvertaisuus

## Suunnitelman taustaa

**Kulttuurihyvinvointia on nostettu esiin monella taholla. Tämä näkyy kansainvälisesti, valtakunnallisesti ja paikallisesti asiakirjoissa ja strategioissa sekä käytännön työssä ja taloudellisissa panostuksissa. Maailman terveysjärjestö WHO:n viesti on, että todetaan tutkimusten osoittamat kulttuurin vaikutukset ja ryhdytään toimimaan hyviksi osoitetuilla tavoilla, jotta saavutetaan kulttuurihyvinvoinnin hyödyt.**

Kulttuurihyvinvoinnin asiantuntemus ja ikääntyvien kulttuuritoiminta kulkevat luontevasti käsi kädessä. Ikääntyvien kulttuuritoiminnan koordinaattori toimii kulttuurihyvinvoinnin yhteyshenkilönä ja asiantuntijana Seinäjoen kaupungissa.

### Ikääntyvien kulttuurihyvinvoinnin kehittämistä ohjaavat:

#### Paikallisesti

- Seinäjoen kaupunkistrategia 2018–2025:  
"Kaupunki varmistaa kokonaisvaltaisten hyvinvointipalveluiden saatavuuden kaikille kaupunkilaisille laatimalla hyvinvointi- ja kulttuurisuunnitelman"
- Kulttuurisen vanhustyön kehittämistyö ja kahden tulosalueen, kulttuuri- ja ikääntyvien palveluiden yhteistyö: ikääntyvien kulttuuritoiminnan koordinaattorin toimi (alk. kevät 2017)
- Kulttuuripalveluiden strategia 2020 "Pieniä kosketuksia, pysyviä vaikutuksia" (uusi kulttuuri-ohjelma valmistuu vuoden 2021 aikana)

#### Alueellisesti

- Etelä-Pohjanmaan kulttuuristrategia (Etelä-Pohjanmaan liitto):  
Hyvinvointi kulttuurin kehittämisen kulmakivenä
- Etelä-Pohjanmaan liiton kulttuurihyvinvoinnin selvitys:  
Taide keskellä arkea! Etelä-Pohjanmaan kulttuurihyvinvoinnin selvitys 2015–2020

#### Valtakunnallisesti

- Perustuslaki ja laki kuntien kulttuuritoiminnasta:  
kulttuuriset oikeudet ja kulttuurin saavutettavuus
- Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen painopisteet:  
THL:n kulttuurin TEA-viisarit ilmestyivät ensimmäisen kerran 2019
- Opetus- ja kulttuuri- sekä sosiaali- ja terveysministeriön yhteinen suositus vuonna 2018:  
Suositus taiteen ja kulttuurin saatavuuden ja saavutettavuuden parantamiseksi sosiaali- ja terveydenhuollossa
- Sosiaali- ja terveysministeriön laatusuositus hyvän ikääntymisen turvaamiseksi ja palvelujen parantamiseksi 2020–2023: Tavoitteena ikäystävällinen Suomi
- Sosiaali- ja terveysministeriön kansallinen ikäohjelma vuoteen 2030:  
Tavoitteena ikäkyvykäs Suomi
- Taiteen edistämiskeskuksen taiteen käytön ja hyvinvoinnin kehittämisohjelma
- Kulttuurisen vanhustyön valtakunnallinen kehittäminen: Kulttuurisen seniori- ja vanhustyön valtakunnallinen ALL-verkosto (perustettu 2016)

#### Kansainvälisesti

- YK:n ihmisoikeusjulistus sekä Unescon yleismaailmallinen julistus: kulttuuriset oikeudet
- WHO:n tutkimusraportti taiteen ja kulttuurin terveysvaikutuksista: vahva näyttö kulttuurin vaikutuksista sekä politiikkasuositukset WHO:n jäsenmaille

## Lähteet:

Aili-verkosto. Ikääntyneiden kulttuurioikeudet. <https://ailiverkosto.fi/ikaumlaumIntyneiden-kulttuurioikeudet.html>

Houni, P. 2019. Taidetoiminta talouden tukijana sosiaali- ja terveyssektorilla. Taiteen edistämiskeskus, Helsinki.

Houni P. & Turpeinen I. & Vuolasto J. 2020. Taidetta! Kulttuurihyvinvoinnin käsikirja. Taiteen edistämiskeskus, Helsinki.

Huhtinen-Hilden, L. & Puustelli-Pitkänen, A. & Strandman, P. & Ala-Nikkola, E. 2017. Kohti luovaa arkea. Kulttuurinen vanhustyö asiakaslähtöisyyden edistäjänä. Tutkimusraportti. Metropolia Ammattikorkeakoulun julkaisusarja.

Hyppä M. 2013. Kulttuuri pidentää ikää. Duodecim.

Kulmala, J. 2020. Pystyvätkö ikäihmiset nykyhetken vaatimaan digiloikkaan? Saatavilla: <https://www.theseus.fi/handle/10024/335456>

Kuntaliitto. Kulttuuri hyvinvointipalveluna – kulttuurihyvinvointi. [www.kuntaliitto.fi/opetus-ja-kulttuuri/kunnan-kulttuuritoiminta/kulttuuri-hyvinvointipalveluna-kulttuurihyvinvointi](http://www.kuntaliitto.fi/opetus-ja-kulttuuri/kunnan-kulttuuritoiminta/kulttuuri-hyvinvointipalveluna-kulttuurihyvinvointi)

Lilja-Viherlampi, L-M.; Rosenlöf, A-M. 2019. Moninäkökulmainen kulttuurihyvinvointi. Teoksessa I.Tanskanen. (toim.) Taide töissä - Näkökulmia taiteen opetukseen sekä taiteilijan rooliin yhteisöissä. Turun ammattikorkeakoulun raportteja 256. Turku: Turun ammattikorkeakoulu, 20-39.

Liikanen, H-L. 2010. Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia - ehdotus toimintaohjelmaksi 2010–2014. Opetusministeriön julkaisuja 2010:1.

Lääkärilehti. Elämä näyttää jatkuvan myös keskeltä. <https://www.laakarilehti.fi/tieteessa/uutiset/elama-nayttaa-jatkuvan-myo-keskelta>

Mieli ry. Yksin asuminen ja yksinäisyys yleisiä ikääntyessä. <https://mieli.fi/fi/mielenterveys/ihmissuhteet/yksin-asuminen-ja-yksin%C3%A4isyys-yleisi%C3%A4-ik%C3%A4%C3%A4ntyess%C3%A4>

Pirkanmaan alueellinen kulttuurihyvinvointisuunnitelma. 2017. Pirkanmaan sairaanhoitopiirin ja Taiteen edistämiskeskusten yhteisjulkaisu. [https://www.tampere.fi/tiedostot/p/gS5Dfh9gp/pirkanmaan\\_kulttuurihyvinvointisuunnitelma.pdf](https://www.tampere.fi/tiedostot/p/gS5Dfh9gp/pirkanmaan_kulttuurihyvinvointisuunnitelma.pdf)

Rantasaari, H. 2019. Hyvinvointiraportti Seinäjoki. Saatavilla: <https://www.seinajoki.fi/wp-content/uploads/2020/08/Hyvinvointiraportti-2019.pdf>

Rosenlöf, A-M. 2014. Rakenteita ratkomassa. Kulttuurisen seniori- ja vanhustyön käytäntöjä ja toimintamalleja. Taiteen edistämiskeskus, Helsinki.

Salmela, P. 2020. Aika muuttuu, muuttuuko vanhuus? <https://www.voimaavanhuuteen.fi/blog/aika-muuttuu-muuttuuko-vanhuus/>

SeutuNet. Seinäjoen kaupunki – väestö. [https://www.tilastokeskus.fi/tup/seutunet/seinajoki\\_vaesto.html](https://www.tilastokeskus.fi/tup/seutunet/seinajoki_vaesto.html)

Siponkoski, S. 2017. Kulttuurinen vanhustyö.

Taikusydan. Maailman terveysjärjestö WHO:n raportti taiteen ja kulttuurin terveysvaikutuksista. <https://taikusydan.turkuamk.fi/yleinen/maailman-terveysjarjesto-whon-raportti-taiteen-ja-kulttuurin-terveysvaikutuksista/>

Taikusydan. Käsitteet. Taiteen ja hyvinvoinnin yhteyksien keskeistä käsitteistöä. <http://taikusydan.turkuamk.fi/tietopankki/kasitteet/>

Teitti, E. 2020. Ikääntyneiden seinäjokelaisten kokemuksia kulttuurihyvinvoinnistaan. Seinäjoen ammattikorkeakoulun opinnäytetyö. <https://www.theseus.fi/handle/10024/349408>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Tietoa RAI-järjestelmästä. <https://thl.fi/fi/web/ikaantyminen/palvelutarpeiden-arviointi-rai-jarjestelmalla/tietoa-rai-jarjestelmasta>

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. Sotkanet. Ikääntyneet. Saatavilla: <https://sotkanet.fi/sotkanet/fi/haku?g=358>

Terveyskylä. Ikääntynyt, iäkäs vai vanha? Kuka on ikääntynyt? Ketä voi kutsua iäkkääksi tai vanhaksi? <https://www.terveyskyla.fi/ikatalo/ik%C3%A4%C3%A4ntyneelle/ik%C3%A4-ja-arki/ik%C3%A4%C3%A4nty-nyt-i%C3%A4k%C3%A4s-vai-vanha>

Yhdenvertaisuus. Mitä on yhdenvertaisuus? <https://yhdenvertaisuus.fi/mita-on-yhdenvertaisuus>

# Tekijät

**Toimitus:** Satu Kokkonieniemi

**Ulkoasu:** Katariina Vestergård

**Asiantuntija:** Arttu Haapalainen

## Asiantuntijaryhmä:

- Neuvoston puheenjohtaja Reijo Pitkääkoski, Seinäjoen vanhusneuvosto
- Vertaisasiantuntija Erkki Raittila, Etelä-Pohjanmaan Muistiyhdistys
- Vertaisasiantuntija Ritva Silander, Lakeuden Omaishoitajat
- Luottamushenkilö Pirjo Aittoniemi, hyvinvointilautakunta
- Toimistusjohtaja va. Milla Hautala, Seinäjoen kaupunginteatteri
- Intendentti Janne Ahtonen, Seinäjoen kaupunginorkesteri
- Terveiden ja hyvinvoinnin asiantuntija Tarja Tenkula, Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiiri
- Lehtori Tua Niemelä, SeAMK Sosiaali- ja terveysala
- Vapaaehtoistoiminnan koordinaattori Anne Sironen, Järjestötalo

## Seinäjoen kaupunki

- Vuorovaikutussuunnittelija Kirsi Mattila, elinvoiman ja kilpailukyvyn toimiala
- Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen koordinaattori ts. Henna Rantasaari, elinvoiman ja kilpailukyvyn toimiala
- Aluepäällikkö Maarit Laitala / lähihoitaja Arja Koski, kotihoito
- Asiakasohjausyksikön johtaja Mirva Ämmälä, Ikäkeskus
- Osastonhoitaja Pirjo Haavisto, avohoito
- Intendentti Sanna Kattelus, museonjohtaja Susanna Tyrväinen / ts. Johanna Junno, Seinäjoen museot
- Vastaava päivätoiminnan ohjaaja Tiina Koskela, ikääntyvien palvelut
- Tukipalvelukoordinaattori Marjaana Ahopelto, Toimintojentalo
- Koordinaattori Sinikka Koski, työllisyyspalvelut

## Ydinryhmä:

- Palvelukodin vastaava Mervi Koskiniemi, tehostettu palveluasuminen
- Kirjastonjohtaja Kirsti Länsikallio / erikoiskirjastovirkailija Jaana Savela, pääkirjasto
- Suunnittelijaopettaja Kirsi Tammivaara / projektikoordinaattori Laura Kivimäki, kansalaisopisto
- Hankevastaava Katja Kujala, Etelä-Pohjanmaan Muistiyhdistys ry

## Kulttuuripalveluiden sosiokulttuurinen tiimi

Tiimi, joka keskittyy kulttuuripalveluiden toiminnassa viemään kulttuuria sinne, missä sitä ei vielä ole ja suunnittelemaan kulttuuritoimintaa esim. kaupungin sote-palveluiden sisälle.

- Kulttuuritoimenjohtaja Leena Kråknäs
- Kulttuuripalvelupäällikkö Aila Taivalmäki
- Ikääntyvien kulttuuritoiminnan koordinaattori Satu Kokkonieniemi
- Näyttelykoordinaattori Sanna Karimäki-Nuutinen / ts. Elina Teitti
- Lastenkulttuurikoordinaattori Tuomo Kallio / ts. Tanja Huuskonen

## Yhteystiedot:

Satu Kokkonieniemi, ikääntyvien kulttuuritoiminnan koordinaattori  
satu.kokkonieniemi@seinajoki.fi 044 754 1714 [www.seinajoki.fi/kulttuuri](http://www.seinajoki.fi/kulttuuri)