

VANHUUSELÄKKEELLE SIIRTYNEIDEN VOINTI JA VIRE -TUTKIMUKSEN TULOKSET

Seppo Kettunen 2.2.2018



@sepket #iareena18

ILMARINEN

PAREMPAA
ELÄMÄÄ,
OLE HYVÄ.

MIKSI TÄMÄ TUTKIMUS?

- Ikääntyvien hyvinvointi puhuttaa ja eläkkeelle jääminen aiheuttaa elämänmuutoksia, joita tämä tutkimus selvittää
- Tutkimus vastaa kysymyksiin: Miten **tuoreet vanhuuseläkeläiset kokevat oman hyvinvointinsa** ja eläkkeelle siirtymisen tuomat muutokset? Muuttuuko hyvinvoinnin hoitaminen eläkkeellä? Millaisista lähteistä eläkeläiset hakevat hyvinvointiin liittyvää tietoa?
- Kyseessä on kahdeksas iAreena ja seitsemäs julkistettu iAreena tutkimus.



KYSELYYN VASTASI 776 JA TULOS EDUSTAA YKSITYISEN PUOLEN VANHUUSELÄKEPÄÄTÖKSEN SAANEITA HYVIN

Mikä tutkimus ja kuka vastasi?

- **Verkkokysely** heille, jotka ilmoittivat eläkehakemuksessaan sähköpostiosoitteen
 - Ilmarisesta vanhuuseläkepäätöksen saaneet
 - Sähköpostiosoitteen antaa noin 90 % eläkkeenhakijoista
 - Vastaajien keski-ikä oli 63,5 vuotta
- Kyselyyn vastasi 776 henkilöä ja **vastausprosentti oli hyvä eli 55 %**
- Tulokset edustavat hyvin **yksityiseltä sektorilta vanhuuseläkepäätöksen saaneita**
- Tulokset eivät edusta hyvin **kaikkein köyhimpiä ja kipeimpiä**: tutkimuksessa ei ole työkyvyttömyyseläkeläisiä tai pelkkää Kelan eläkettä saavia
- Suurin osa vastaajista asuu **puolionsa kanssa** kaupunkimaisella asuinalueella



ELÄKKEELLE SIIRTYNEIDEN HYVINVOINTI

Eläkkeelle siirtyneiden hyvinvointi,
elämänlaatu ja merkityksellisyyden
tunne

Eläkkeelle siirtyminen ja hyvinvointi

SUURIN OSA ON KOKEE VOIVANSA HYVIN

80 %

Arvioi hyvinvointinsa ja terveytensä hyväksi tai erittäin hyväksi

86 %

Arvioi elämänlaatunsa hyväksi tai erittäin hyväksi

73 %

Tuntee paljon tai erittäin paljon, että elämä on merkityksellistä

HYVINVOINTIKOKEMUS ERI RYHMISSÄ ON ERILAINEN – KAUPUNGISSA VOIDAAN PAREMMIN

Kokemus hyvinvoinnista* TOP 5

- 90 % Ylemmät toimihenkilöt
- 84 % Taajamassa asuvat
- 83 % Puolison kanssa asuvat
- 83 % Pääasiassa toimistotyötä tehneet
- 82 % Pääkaupunkiseudulla asuvat

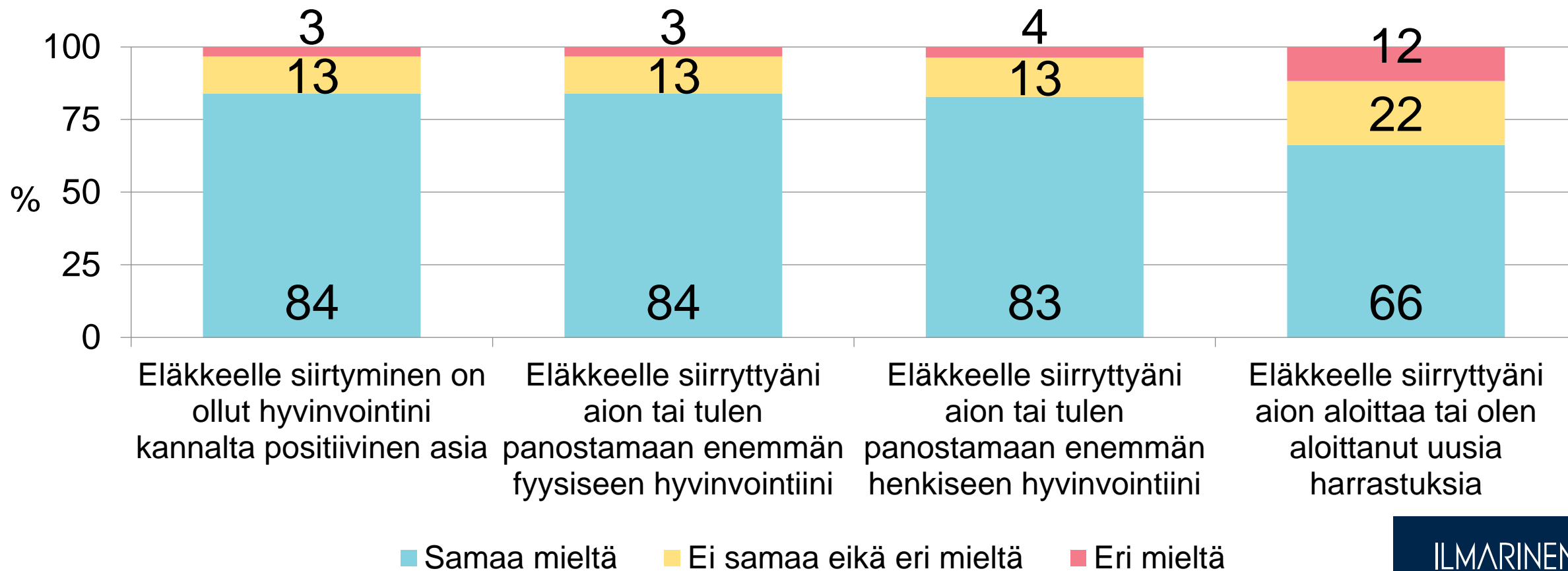
Kokemus hyvinvoinnista* BOTTOM 5

- 68 % Maaseudulla asuvat
- 71 % Yrittäjät
- 71 % Yksin asuvat
- 72 % Työttömät
- 75 % Pääasiassa ruumiillista työtä tehneet

* = osuus vastaajista, jotka **kokevat terveytensä ja hyvinvointinsa hyväksi tai erittäin hyväksi**

ELÄKKEELLE SIIRTYMINEN ON HYVINVOINNILLE MYÖNTEINEN ASIA

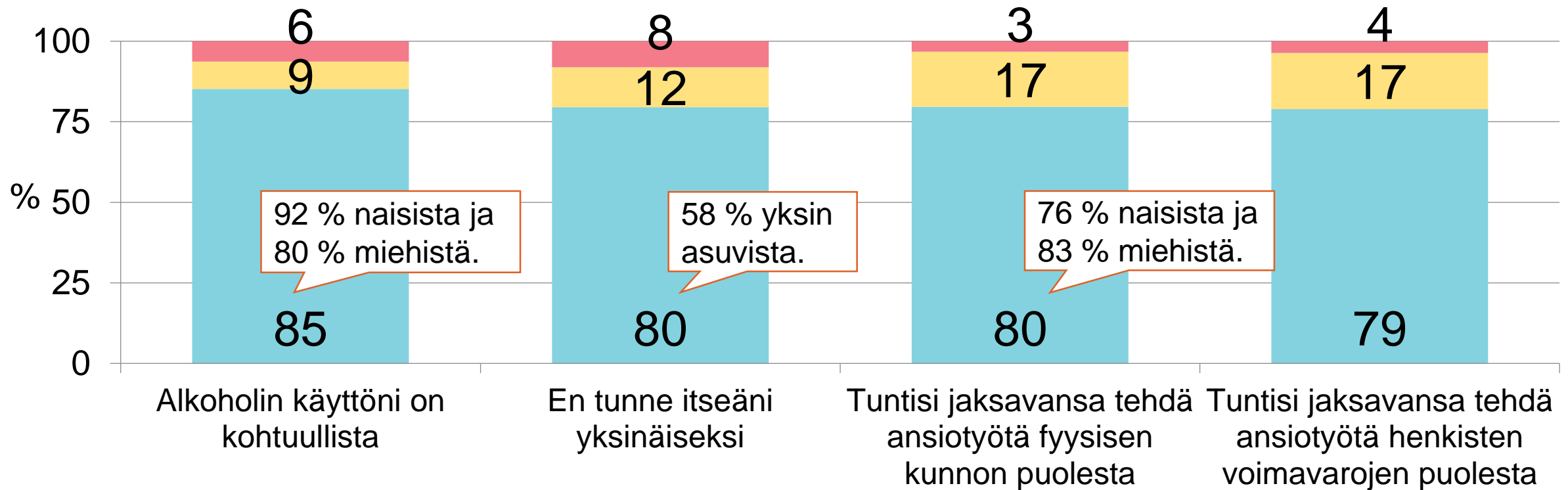
Eläkkeelle siirtymiseen liittyvien väittämien vastausjakaumat



ILMARINEN

SUURIN OSA TUNTISI JAKSAVANSA TEHDÄ ANSIOTYÖTÄ FYYSISEN JA HENKISEN KUNTONSA PUOLESTA

Hyvinvointiin liittymien väittämien vastausjakaumat



■ Samaa mieltä

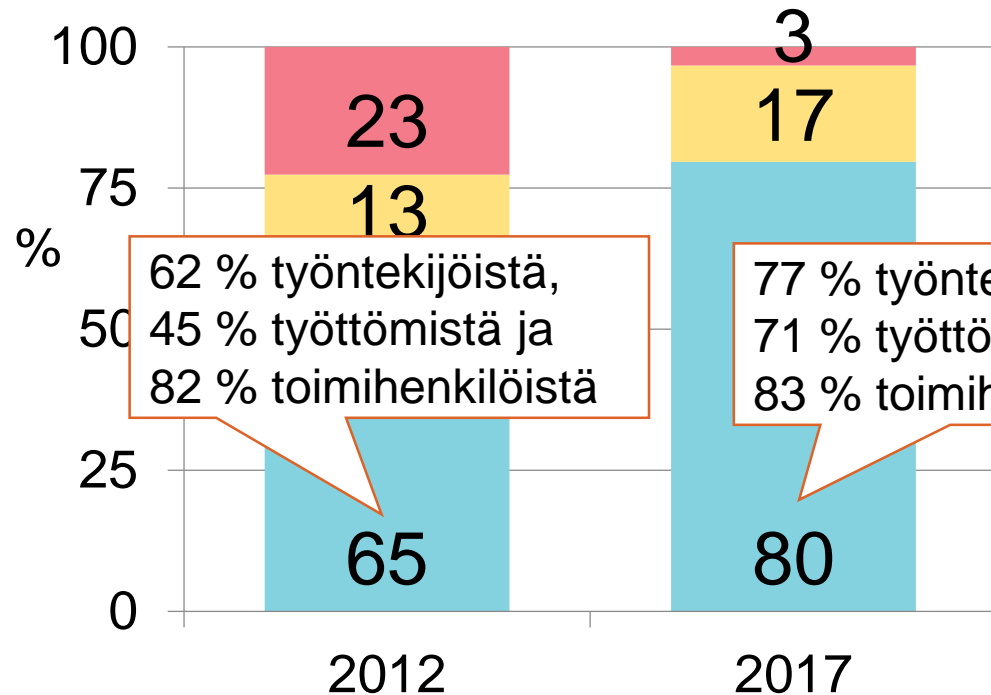
■ Ei samaa eikä eri mieltä

■ Eri mieltä

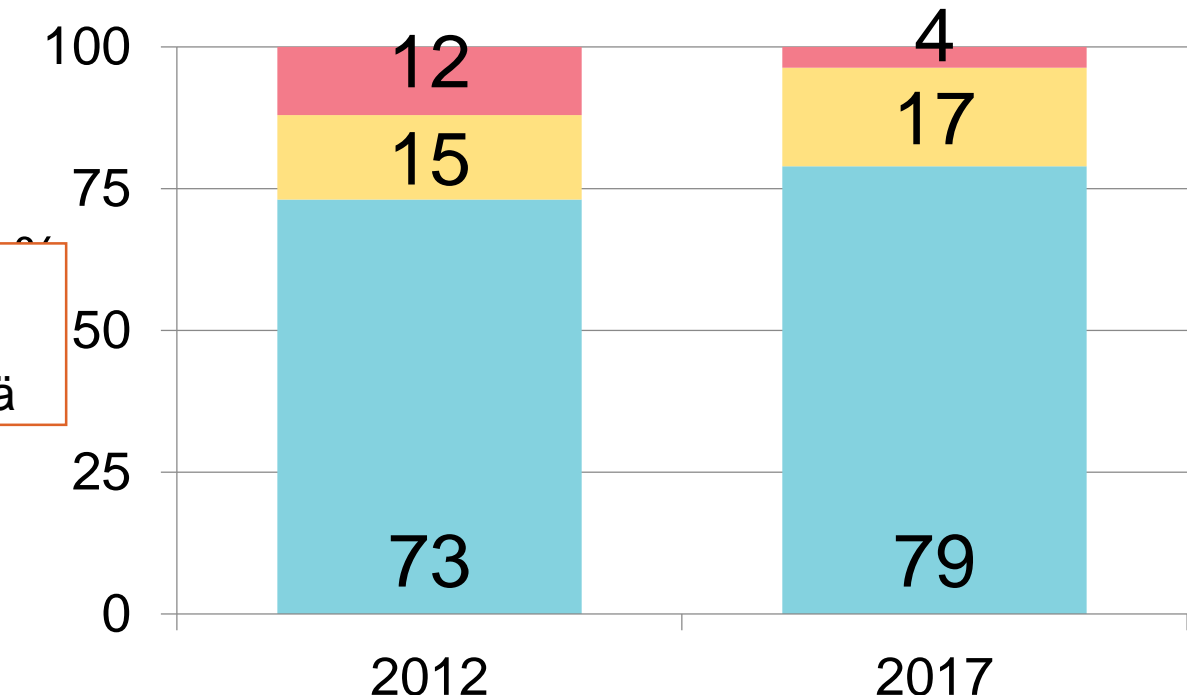
ILMARINEN

ELÄKKEELLE SIIRTYNEET OVAT PAREMMASSA KUNNOSSA KUIN VIISI VUOTTA SITTEN

Tuntisi jaksavansa ansiotyössä fyysisen kunnon puolesta



Tuntisi jaksavansa ansiotyössä henkisten voimavarojen puolesta



■ Samaa mieltä

■ Ei samaa eikä eri mieltä

■ Eri mieltä

ILMARINEN



HYVINVOINTIIN VAIKUTTAVAT KEINOT

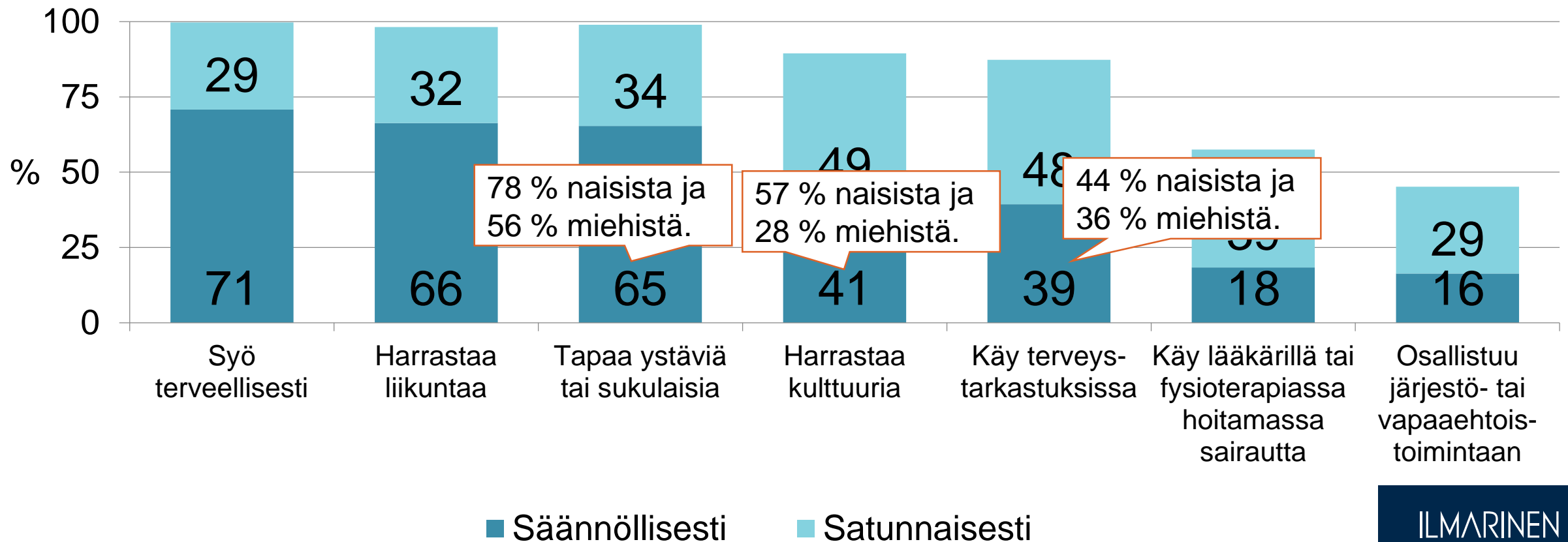
Omat keinot edistää hyvinvointia

Omaan hyvinvointiin vaikuttavat asiat

Hyvinvoinnin ja terveyden tietolähteet

JUURI ELÄKKEELLE JÄÄNEET OVAT AKTIIVISIA JA TEKEVÄT PALJON HYVINVOINTINSA ETEEN

Miten ja kuinka usein pitää huolta omasta hyvinvoinnista?





”

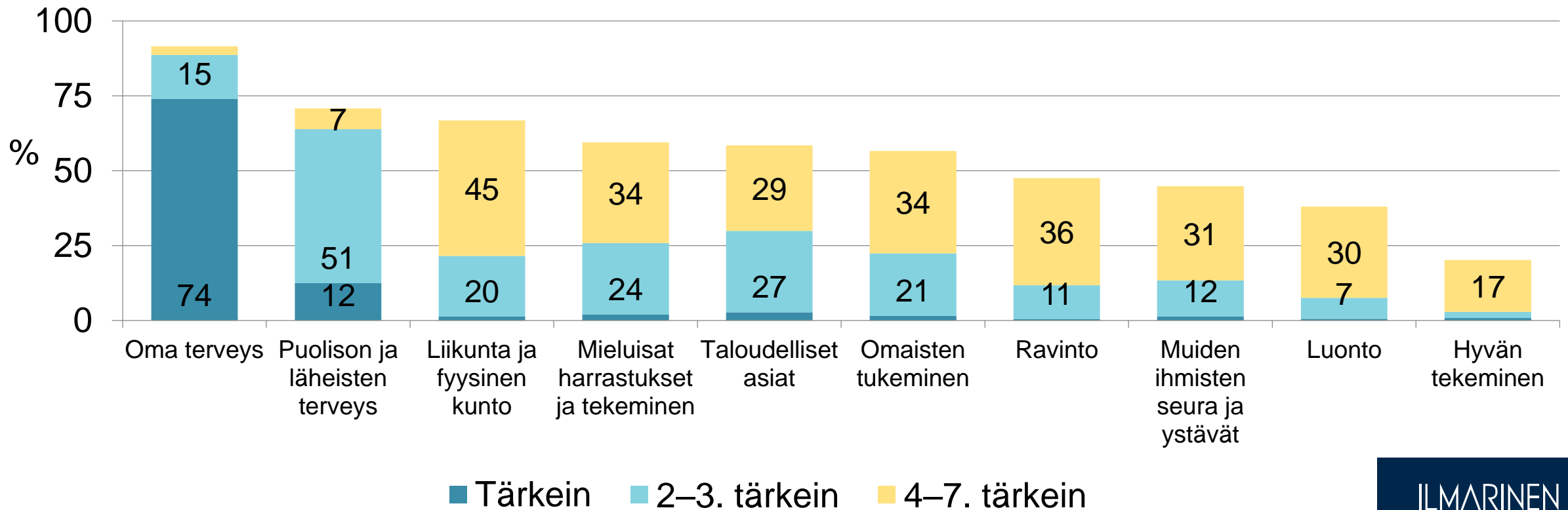
Harrastan tietotekniikkaa, opettelen sitä lisää, yritän ratkoa ongelmia. Olen vuosia tehnyt polkupyörän perushuoltoa, eläkkeellä vaihdoin ensimmäisen kerran levyjarrupalat, olin tosi tyytyväinen kun opin taas uuden asian.

Jo ennen eläköitymistäni päätin aloittaa "kolmen ämmän ohjelman" = musiikkiharrastus, mökkeily ja matkailu.

Hoidan lapsenlapsia aina tarvittaessa ja muutenkin otan heidät yökylään pari kertaa kuukaudessa. Maalaan tauluja omaksi ja toisten iloksi.

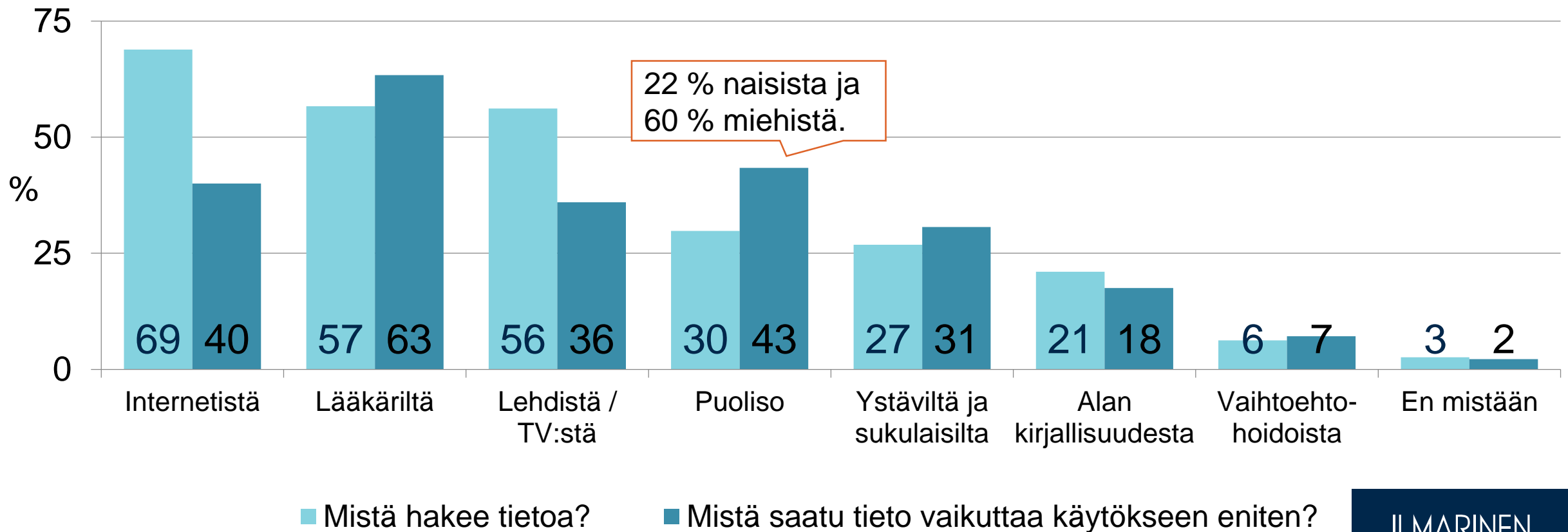
OMAAAN HYVINVOINTIIN VAIKUTTAVAT ENITEN OMA JA LÄHEISTEN TERVEYS SEKÄ HARRASTUKSET

Mitkä asiat vaikuttavat eniten hyvinvointiin?



VERKOSTA HAETAAN HYVINVOINTIIN LIITTYVÄÄ TIETOA ENITEN, MUTTA LÄÄKÄRIN SANA PAINAA ENEMMÄN

Tiedonlähteet ja mitkä lähteet vaikuttavat eniten omaan käytökseen



SUURI OSA KAIPAA ELÄKKEELLE SIIRRYTTYÄÄN TIETOA HYVINVOINNISTA JA TERVEYDESTÄ

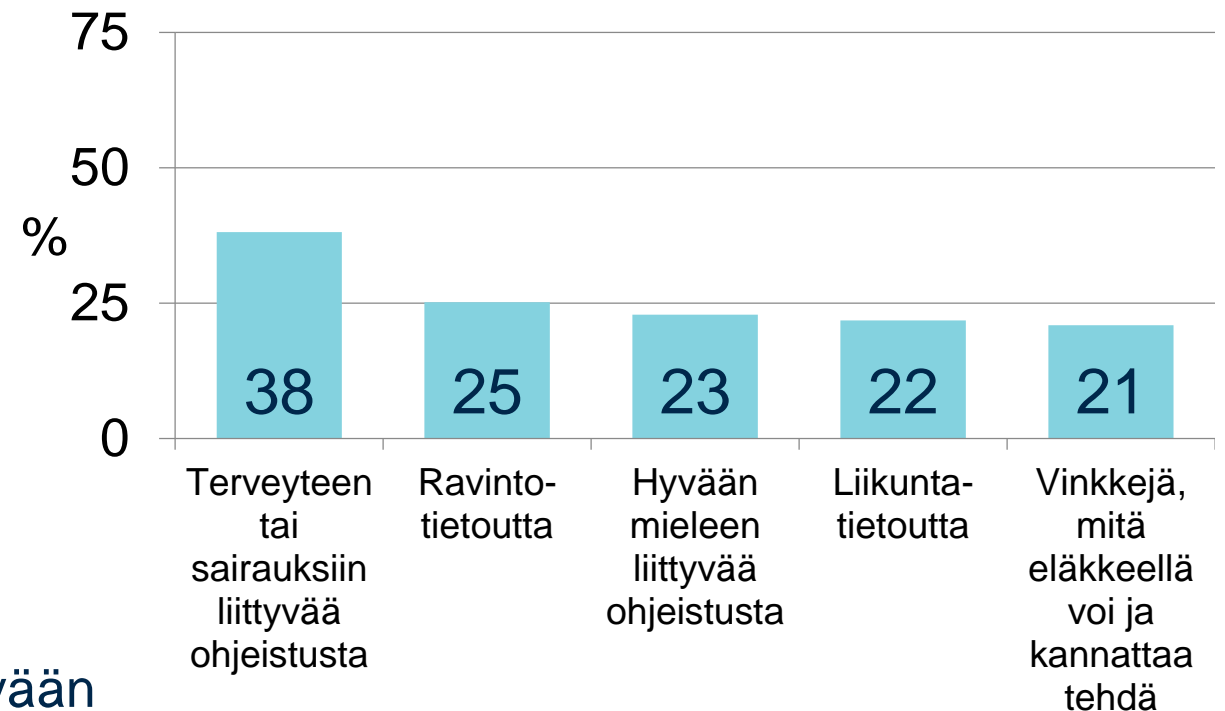
63 %

Kaipaa eläkkeelle
siirryttyään hyvinvointiin ja
terveyteen liittyvää tietoa

43 %

On saanut eläkkeelle siirryttyään
ohjausta tai valmennusta omaan
hyvinvointiin liittyen

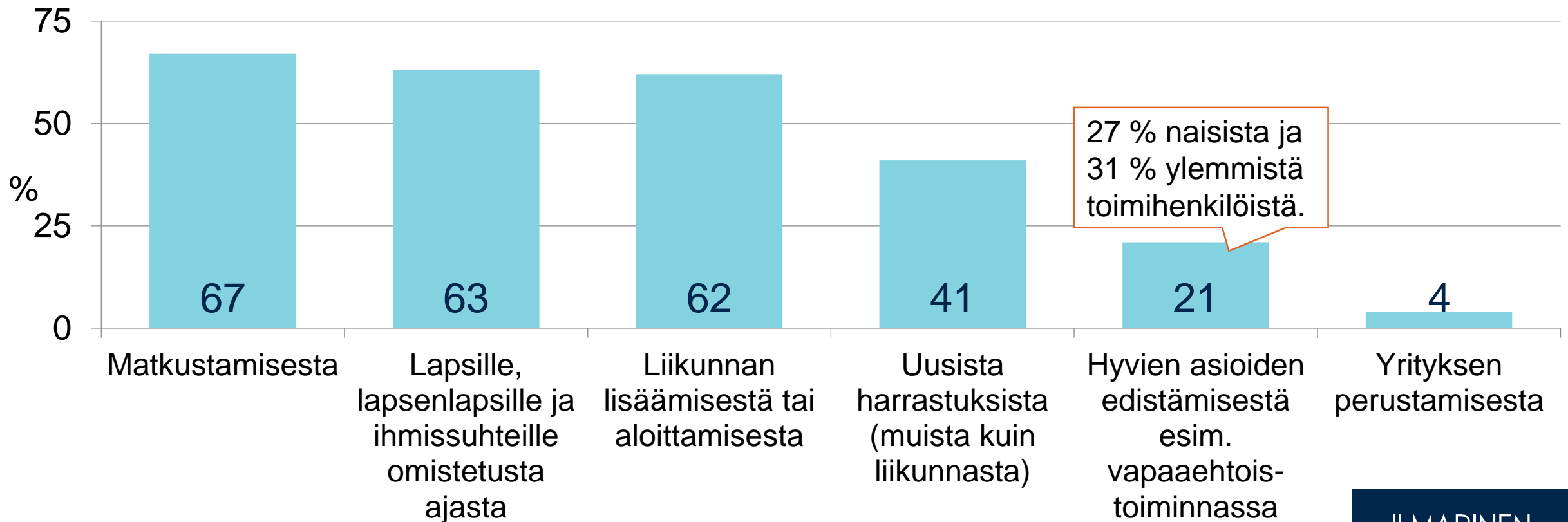
Millaista ohjeistusta kaipaisit?



ILMARINEN

ELÄKKEELLE JÄÄNEET HAAVEILIVAT MATKUSTAMISESTA, SOSIAALISISTA SUHTEISTA JA LIIKKUMISESTA

Mistä haaveilet näin eläkkeellä ollessasi?



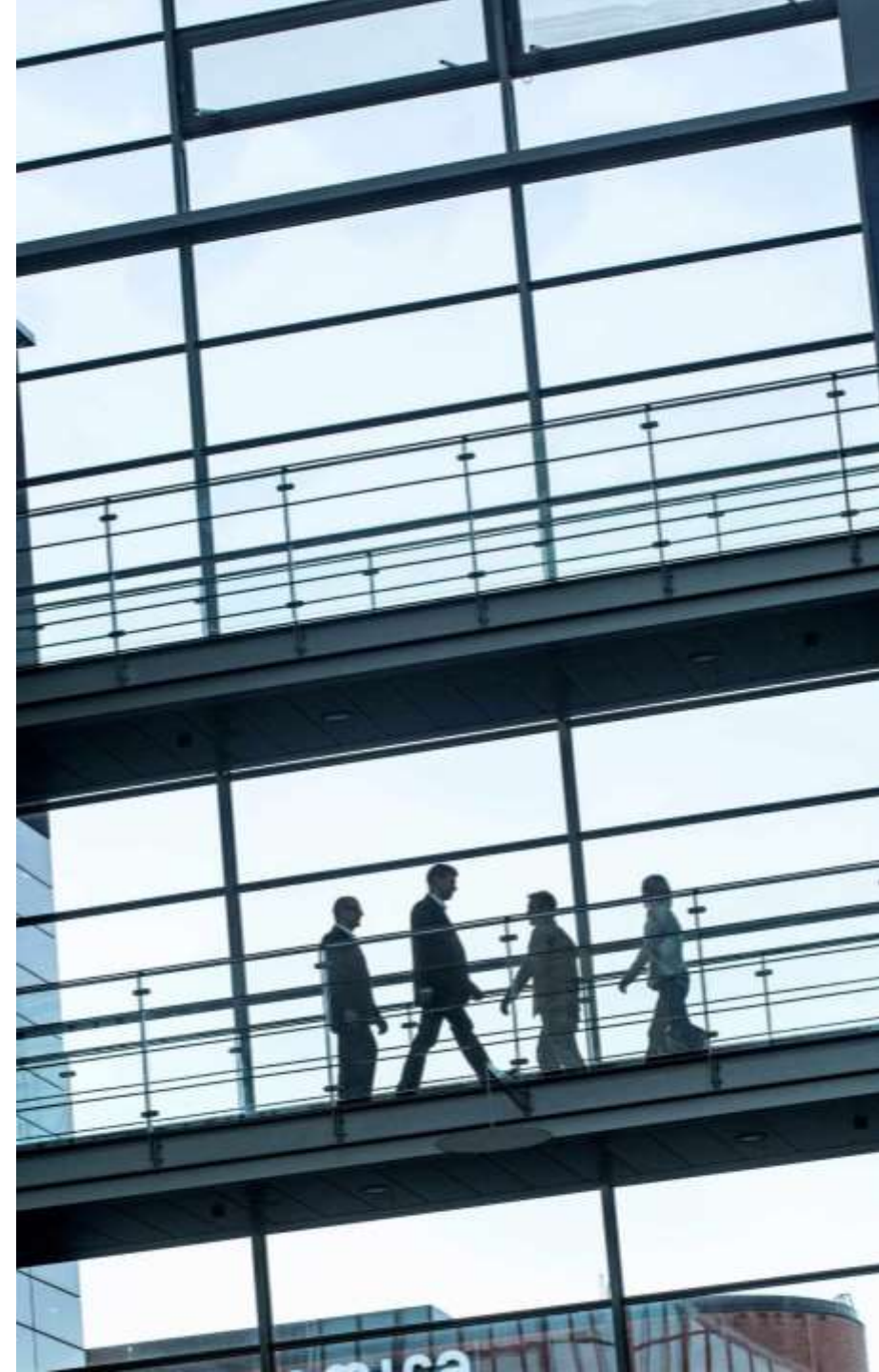


LOPUKSI

Johtopäätöksiä

JOHTOPÄÄTÖKSIÄ

- Eläkkeelle jäädessä voimme hyvin ja elämme yhä pidempään.
- Eläkeuudistukseen sisältyvä eläkeiän nousu ei jaksamisen kannalta näytä muodostuvan ongelmaksi. Lisäksi joustava eläkeikä luo mahdollisuuksia oman tilanteen huomioimiseen.
- Juuri eläkkeelle siirtyneillä on odotettavissa hyvää ja jäljellä on paljon iloisia eläkevuosia.



ELÄKKEELLE SIIRTYMINEN LISÄÄ HYVINVOINTIA

Eläkkeelle siirtyneet ovat hyväkuntoisia.

Hyvinvointi kiinnostaa tuoreita eläkeläisiä.

Tuoreet eläkeläiset tekevät paljon hyvinvointinsa eteen.

KIITOS.

www.ilmarinen.fi/uutishuone

Twitter: [@sepket](https://twitter.com/sepket), [@ilmarinen_tweet](https://twitter.com/ilmarinen_tweet)

Blogi: www.parempaaelamaa.org