



# Vanhustyön keskusliitto

CENTRALFÖRBUNDET FÖR DE GAMLAS VÄL RY

Ei vara venettä kaada –  
näin varaudut  
vanhuuteen

iAreena 1.2.2019

Katja Helo

Vanhustyön keskusliitto



# Esityksen sisältö

- **Miksi** vanhuuteen tulee varautua?
- **Mitä** vanhuuteen varautuminen on?
- **Miten** suomalaiset ovat varautuneet?
- **Miten** vanhuuteen voi varautua?



# Oletko varautunut vanhuuteen?

*”Ei koske minua”*

*”Siihen on vielä aikaa”*

*”En ole vielä niin vanha”*

*”Elämän yllätykset tulevat vaikka kuinka varautuu”*

*”Ei vielä ajankohtainen”*

*”Kun on hyvä toimintakyky, asiaa ei ajattele”*

*Omaehtoiseen ja hyvään vanhuuteen varautuminen on yksi kansalaisen elämänsäajan perusasioita kuten opiskelujen tai työuran suunnittelu.*



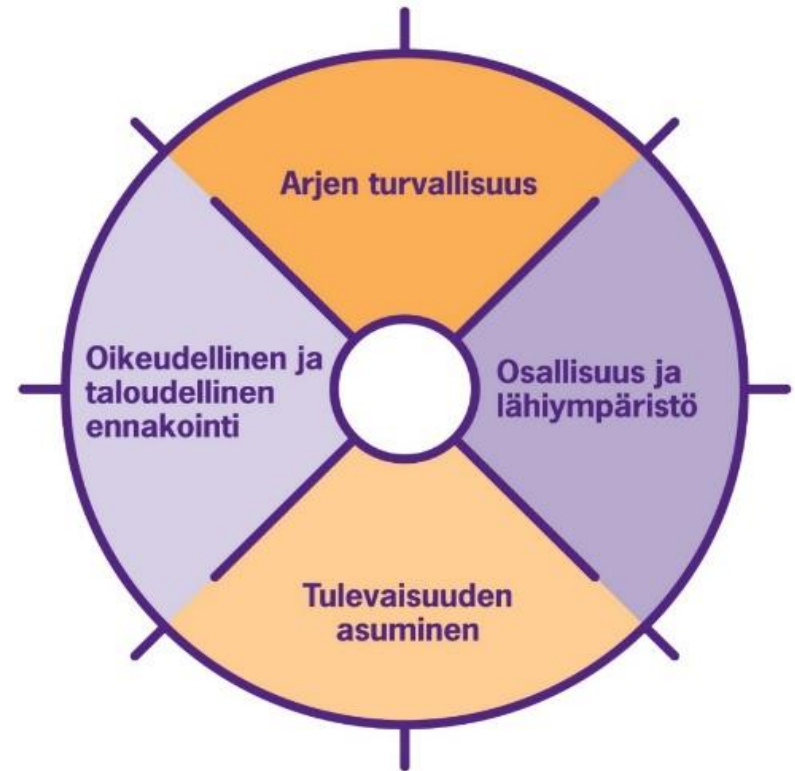
# Miksi vanhuuteen tulee varautua?

- Vanhuusikä pitenee, yksilöiden erilaiset elämäntilanteet ja tarpeet
- Ihmisten odotetaan ottavan enemmän vastuuta omasta hyvinvoinnistaan
- Mahdollisuus vaikuttaa omaan elämäänsä ja tulevaisuuteensa, päätäntävalta
- Varautumalla: vaikutukset omaan terveyteen, toimintakykyyn, elämänlaatuun, kotona asumisen mahdollistuminen
- Varautumiseen liittyvää tietoa on, mutta se on hajallaan
- Suomesta puuttuu koordinoitu kansalaisviestintä vanhuuteen varautumisen teemoista
- Tarvitaan suurelle yleisölle kohdistettua viestintää, jolla lisätään tietoa ja aktivoidaan ikääntyviä tuleviin elämänmuutoksiin hyvissä ajoin



# Mitä vanhuuteen varautuminen on?

- Ennakointia ja suunnittelua hyvän vanhuusiän mahdollistamiseksi.
- Päätetään itse omasta tulevaisuudesta.
- Kuka hoitaa esim. taloudelliset asiansi jos ja kun en itse siihen kykene?
- Millaisessa kodissa vietän eläkepäiväni?
- Onko minulla tarpeeksi ystäviä vai koenko yksinäisyyttä?



Varautuminen parempaan vanhuusikään -gallupkysely  
Kantar TNS ja VTKL syksy 2018. Kyselyn tavoitteena oli selvittää  
kansalaisten varautumista sekä tiedontarpeita liittyen vanhuuteen  
varautumiseen.

### Kohderyhmä & Näyte



- 50-vuotta täyttäneet suomalaiset
- 1004 vastaajaa

### Otanta



- sukupuolen, iän ja alueen mukaan kohderyhmää edustava otos (netin käyttäjiä)
- Aineisto on painotettu

### Tiedonkeräysmenetelmä



- Online
- Tiedonkeräys ja -käsittely toteutetaan ISO 20252 -standardia noudattaen



# Yhteenvetoa kansalaisgallupista

- Kyselytutkimuksen vastaajista 90 % sanoo, että vanhuuteen kannattaa varautua erittäin paljon tai jossain määrin.
- Moni havahtui pohtimaan vanhuuteen varautumista vasta ikäännyttyään tai jäätyään eläkkeelle.
- Vastaajat toivovat enemmän tietoa ikääntymisen suunnitteluun liittyvistä teemoista.
- Tiedontarpeet liittyvät seuraaviin:

Terveys ja toimintakyky

Oikeudellinen ennakointi kuten hoitotahto, edunvalvontavaltuutus ja testamentin laatiminen

Rikksentorjunta, tietoturva ja kaltoinkohtelun ennaltaehkäisy

Yksinäisyyden ehkäisy ja yhteisölliset toimintamahdollisuudet

Talouden suunnittelu

Asumiseen liittyvät asiat kuten asumisen suunnittelu, kotiturvallisuus, kodin esteettömyys, asuntojen korjauksiin liittyvä neuvonta



# Yhteenvetoa kansalaisgallupista

- Noin 50 % vastaajista on säästänyt rahaa vanhuutta varten ja kartoittanut varallisuuttaan.
- 29 % eläkeläisistä havahtui varautumiseen jäädessään eläkkeelle
- 39 % havahtui vanhuuteen varautumiseen gallupkyselyn johdosta
- 13 %:lla vastaajista ei ole läheisiä, ja he ovat ainakin vähän huolissaan siitä, että kokevat tulevaisuudessa yksinäisyyttä
- 20 % on tehnyt tulo- ja menoarvion eläkevuosia varten
- 18 % on tehnyt hoitotahdon
- 12 % on tehnyt edunvalvontavaltuutuksen
- Vastaajat kertovat avoimissa vastauksissa, että he kiinnittäisivat omaan talouteensa huomiota aiemmin, jos voisivat nyt valita:

*“Aloittaisin eläkesäästämisen ajoissa ja isommilla summilla.”*

*“Eläisin taloudellisemmin ja aloittaisin sijoittamisen jo nuorena.”*

*“Olisin ehkä sijoittanut aktiivisemmin, mutta tyhjästä on vaikea sijoittaa.”*

*“Säästäisin rahaa “väkisin” vaikka tuloni pienyrittäjänä olivatkin pienet, sillä tämänhetkinen köyhyys on todella raskas taakka!”*

[Galluutulokset](#)





# Miten vanhuuteen voi varautua?

## *Pohdi asumista ja turvallista arkea*

- Onko asuntosi paloturvallisuus kunnossa?  
Vinkkejä: [www.spek.fi](http://www.spek.fi)
- Onko asuntosi esteetön?  
Kartoituslistat esim. [www.invalidiliitto.fi](http://www.invalidiliitto.fi)
- Pyydä tarvittaessa asiantuntijan konsultaatiota jos olet yli 65v ja suunnittelet remonttia ([VTKL Korjausneuvonta](#))
- Tutustu tarjolla olevaan arkea helpottavaan teknologiaan (mm. VTKL:n [Kotiturva](#)-materiaalit sekä Valli ry:n [Ikäteknologiakeskus](#))
- Selvitä, miten voit suojautua parhaiten rikoksilta (asuntomurrot, kaltoinkohtelu, huijaukset ym.)
- Liiku riittävästi, syö terveellisesti ja huolehdi toimintakykysi säilymisestä



# Miten vanhuuteen voi varautua?

## *Osallisuus ja lähiympäristö*

- Huolehdi sosiaalisesta verkostostasi
- Jos koet yksinäisyyttä, selvitä onko asuinalueellasi esim. järjestöjä/toimijoita, jotka voisivat auttaa sinua (VTKL [Ystäväpiiri](#), SPR [Ystävätoiminta](#), seurakunnat jne.)
- Jos olet jäämässä eläkkeelle, osallistu eläkevalmennukseen
- Mieti vapaaehtoistyön mahdollisuuksia
- Ovatko tarvitsemasi palvelut lähellä sinua?
- Toimiiko julkinen liikenne asuinalueellasi?
- Pääsetkö vaikuttamaan lähiympäristöösi ja sen kehittämiseen?



# Miten vanhuuteen voi varautua?

## *Oikeudellinen ennakointi*

- Tee edunvalvontavaltuus

**Edunvalvontavaltuus** on valtakirja, jolla voi valtuuttaa haluamansa henkilön huolehtimaan asioistaan sen varalta, että tulee myöhemmin kykenemättömäksi hoitamaan asioitaan. Valtakirjassa määritellään asiat, jotka valtuutus kattaa. (Mallipohja esim. Suomen Muistiasiantuntijat: [Miten turvaan tahtoni toteutumisen](#) – opas oikeudelliseen ennakointiin)

- Tee hoitotahto

**Hoitotahdolla** kerrotaan omaa hoitoa ja hoivaa koskeva tahto ennakkoon siltä varalta, ettei sitä myöhemmin sairauden tai muun syyn vuoksi pysty itse ilmaisemaan. Sillä voi myös kertoa, kenelle saa luovuttaa hoitoaan koskevia tietoja ja kuka saa tehdä päätöksiä hoidosta hoitotahdon tekijän puolesta.

# Miten vanhuuteen voi varautua?

## *Taloudellinen ennakointi*

- Tarkista työeläkkeesi määrä
- Tee tulo- ja menoarvio eläkepäivillesi, taloussuunnittelulomake: [www.takuusaatio.fi](http://www.takuusaatio.fi)
- Tutustu alan oppaisiin: [www.finanssiala.fi](http://www.finanssiala.fi)  
[\*Suunnittele itse elämäsi - talousasiat hoitoon huolella\*](#)
- Jos mahdollista: huolehdi että lainasi tulevat maksetuksi ennen eläkkeelle jääntiä tai tee maksusuunnitelma
- Mieti kulutustasi ja pohdi mistä voit säästää -> uusia kulutustottumuksia



# Vanheneminen.fi – omaehtoinen varautuminen hyvään vanhuusikään 2018-2020



- Vanhustyön keskusliiton hallinnoiman Vanheneminen.fi-hankkeen päämääränä on, että omaehtoiseen ja hyvään vanhuuteen varautuminen on yksi kansalaisen elämänsä elämänkulun perusasioita samalla tavoin kuin esimerkiksi opintojen tai työuran suunnittelu nuoruudessa/työikäisenä.
- Hankkeessa tiivistetään yhteistyötä vanhuuteen varautumista tekevien tahojen kanssa ja kootaan materiaalia verkkosivustolle [www.vanheneminen.fi](http://www.vanheneminen.fi) seuraavista teemoista: *oikeudellinen ja taloudellinen ennakointi, arjen turvallisuus, tulevaisuuden asuminen, osallisuus ja lähiympäristö.*
- Yhteistyökumppanit: Finanssiala ry, Invalidiliitto ry, Miina Sillanpään säätiö, Oulunkylän kuntoutussairaala, Pelastuslaitosten kumppanuusverkosto, Suomen Omakotiliitto ry, Suomen Pelastusalan Keskusjärjestö SPEK ry, Turvallisen vanhuuden puolesta – Suvanto ry, Ympäristöministeriö, VTKL:n SeniorSurf, Korjausneuvonta ja Vahvike –toiminnot, Suomen Asumisen Apu ry, Maria-Akatemia, Takuusäätiö
- Ohjausryhmäedustus: STM, YM, Itä-Suomen yliopisto, Poliisihallitus, Suomen Setlementtiliitto, EETU ry, Mikkelin vanhusneuvosto, Takuusäätiö, SPR



# Lisätiedon lähteelle

- Vanhuuteen varautumisen verkkosivusto avautuu lokakuussa 2019 osoitteessa:
- [www.vanheneminen.fi](http://www.vanheneminen.fi)
- Tarjoaa tietoa, materiaalia sekä työvälineitä oman vanhuuden suunnitteluun
- Tervetuloa: Varaudu vanhuuteen -yleisötilaisuus Keskustakirjasto Oodi Helsinki 10.10.2019
- Vanhuuteen varautumisen käsikirja tulossa





Vanhustyön keskusliitto ry



@VTKL10, @vanheneminen  
#varaдуvanhuuteen



Arvokas vanhuus  
on ihmisoikeus. Aina.

