



# KEUSOTE

Keski-Uudenmaan hyvinvointialue

## Alueellinen ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelma 2026-2030

Vanhusneuvosto 29.1.2026, lähetekeskustelu  
Ikääntyneet ja vammaiset-lautakunta 17.2.2026, iltakoulu  
Aluehallitus, iltakoulu  
Ikääntyneet ja vammaiset-lautakunta, päätös  
Aluehallitus, päätös  
Aluevaltuusto 28.5.2026, päätös

**KEUSOTE.FI**

# Sisällysluettelo

1. Johdanto
  1. Alueellinen ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelma
  2. Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen osana ikääntyneiden palveluketjua
  3. Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen yhdyspintatyön ohjaavat periaatteet
2. Ikääntyneiden hyvinvoinnin tila Keski-Uudenmaan hyvinvointialueella
  1. Käytetyt tilastot
  2. Hyvinvoinnin tila
3. Alueellisen ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelman 2026-2030 painopisteet, tavoitteet, toimenpiteet ja mittarit
4. Alueellisen ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelman 2026-2030 toimenpano ja raportointi
5. Liitteet

# 1. Johdanto



**KEUSOTE**  
Keski-Uudenmaan hyvinvointialue

# 1.1. Alueellinen ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelma

Alueellinen ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelma 2026–2030 perustuu Lakiin ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveyspalveluista (980/2012, §5), jonka mukaan hyvinvointialueen on laadittava suunnitelma

- toimenpiteistään ikääntyneen väestön hyvinvoinnin, terveyden, toimintakyvyn ja itsenäisen suoriutumisen tukemiseksi
- iäkkäiden henkilöiden tarvitsemien palvelujen ja omaishoidon järjestämiseksi ja kehittämiseksi

Hyvinvointisuunnitelma on osa sosiaali- ja terveydenhuollon järjestämisestä annetun lain 7 §:n 3 momentissa tarkoitettua hyvinvointikertomusta ja -suunnitelmaa. Suunnittelussa on painotettava kotona asumista ja kuntoutumista edistäviä toimenpiteitä sekä arvioitava ikääntyneen väestön hyvinvoinnin tilaa, ikääntyneelle väestölle tarjolla olevien palvelujen riittävyttä ja laatua sekä ikääntyneen väestön palveluntarpeeseen vaikuttavia tekijöitä.

Alueellinen ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelma linkittyy alueelliseen hyvinvointisuunnitelmaan luoden tavoitteet alueelliselle yhdyspintatyölle, jonka tavoitteena on tuottaa hyvinvointi- ja terveyshyötyä alueen asukkaille. Alueellinen ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelma täydentää ja tukee yhdyspintakumppaneiden hyvinvointityötä sekä paikallisia lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelmia.

Alueellisen ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelman toteutumista raportoidaan vuosittain alueellisen hyvinvointikertomuksen avulla.

## 1.2. Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen osana palveluketjuja

- Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen on osa jokaista palveluketjua, sen läpileikkaavana periaatteena
  - Varhaisessa ennaltaehkäisevässä tuessa
  - Hoidossa, kuntoutuksessa ja tuessa perustasolla
  - Hoidossa, kuntoutuksessa ja tuessa erityistasolla
- Monialaisuus ja kumppanuus on toteutuksessa keskeistä
  - Palveluketju kattaa myös muut toimijat ja ulottuu esim. kouluihin, liikunta- ja kulttuuripalveluihin, järjestöihin ja yrityksiin
- Asukas, asiakas ja potilas on aktiivinen osallistuja
  - Oma rooli, tiedonsaanti, vaikuttaminen
- Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen toteutumista seurataan määritetyin mittarein (Hyte-tietopohja, hyte-kerroin ym.)

# IKÄÄNTYNEIDEN PALVELUKETJU

## Asiakasohjaus

Ohjaus ja neuvonta, mm.  
lähineuvontapisteet,  
terveydenhuollon omatiimit

Ohjaus, neuvonta ja  
ensiarviointi,  
palvelutarpeen arviointi,  
palvelujen koordinaatio ja  
asiakkaalle parhaan  
palvelukokonaisuuden  
muodostaminen

Verkostoyhteistyö: järjestöt,  
yksityiset palveluntuottajat,  
seurakunnat, kunnat ym.

**Kotona asumista tukevat palvelut:**  
Tukipalvelut, kuntoutus, kuntouttava  
päivätoiminta, omaishoito, geriatrinen keskus  
(mm. muistikoordinaattorit), kotihoito,  
lyhytaikaiset asumispalvelut, terveydenhuollon  
palvelut (mm. lääkärin palvelut kotihoidon  
asiakkaille)

**Sosiaali- ja  
kriisipäivystys,**  
Sosiaalipäivystys,  
kriisipäivystys

**Ikääntyneiden asumispalvelut**  
Kotiutus- ja kuntoutustoiminta,  
yhteisöllinen ja  
ympäri vuorokautinen asuminen

## Digipalvelut

### Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen

Kuntien hyvinvoinnin edistäminen,  
tontti – ja kaavoitus

**Perusterveydenhuollon palvelut:**  
mm. akuutit sairaudet, pitkäaikaissairaudet, mielenterveys- ja  
päihdepalvelut, lääkinnällinen kuntoutus, suun terveys

**Erikoissairaanhoidon palvelut**

**Ennaltaehkäisy, varhainen  
tuki ja tunnistaminen**

**Kotona asumisen tukeminen  
tuen, kuntoutuksen ja hoidon  
avulla**

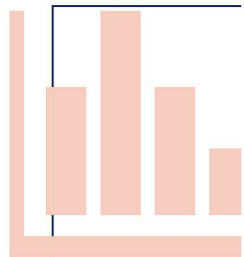
**Hoito, tuki ja kuntoutus  
erityistasolla**



**KEUSOTE**  
Keski-Uudenmaan hyvinvointialue



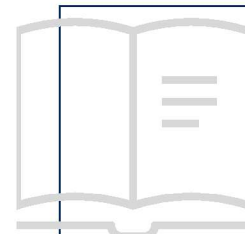
# 1.3. Alueellisen hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen ohjaavat periaatteet yhdyspintatyöhön



## Tiedolla johtaminen

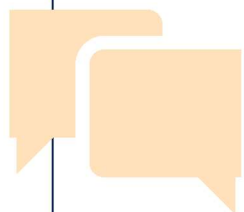
Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen perustuu tietoon pohjautuvaan suunnitelmalliseen työhön ja päätöksentekoon.

Ajankohtaisen tiedon jakaminen ja sen pohjalta ennakointi ja varautuminen esim. palvelutarpeen muutoksiin



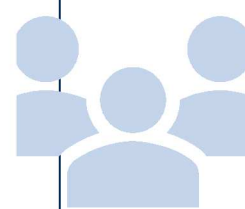
## Koulutus ja viestintä

Yhteisillä koulutuksilla ja työpajoilla tuotetaan tietoa ja kehitetään toimintaa laaja-alaisesti kaikkien toimijoiden kesken. Yhteisesti sovitulla viestinnällä tiedotetaan kattavasti alueen asukkaista ja tuetaan alueen toimijoiden yhteistä työtä



## Puheeksiottaminen

Huolet tulee ottaa puheeksi kunnioittavasti - siellä, missä ne ilmenevät ja silloin kun ne ilmenevät. Arvostava puheeksiottaminen tähtää yhteistyöhön. Syyttely ei edistä yhteistyötä.



## Osallisuuden tukeminen ja avoimesti yhdessä toimiminen

Yhteistyö edellyttää vuoropuhelua. On tärkeää kuunnella ja tulla kuulluksi. Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen tulee tapahtua avoimessa yhteistyössä, joka tukee osallisuutta.

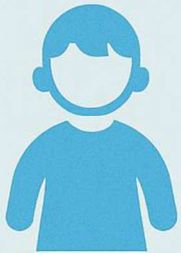


## 2. Ikääntyneiden hyvinvoinnin tila Keski-Uudellamaalla



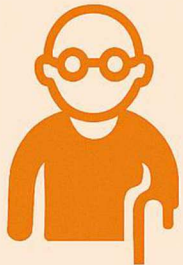
# HYVINVOINTIALUEEN VÄESTÖRAKENNE

## 207 070



ALLE  
18-  
VUOTIAAT

20%



YLI  
65-  
VUOTIAAT

21%



**KEUSOTE**  
Keski-Uudenmaan hyvinvointialue

Ruotsin-  
kieliset 1,1 %

Vieraskieliset 8,3 %

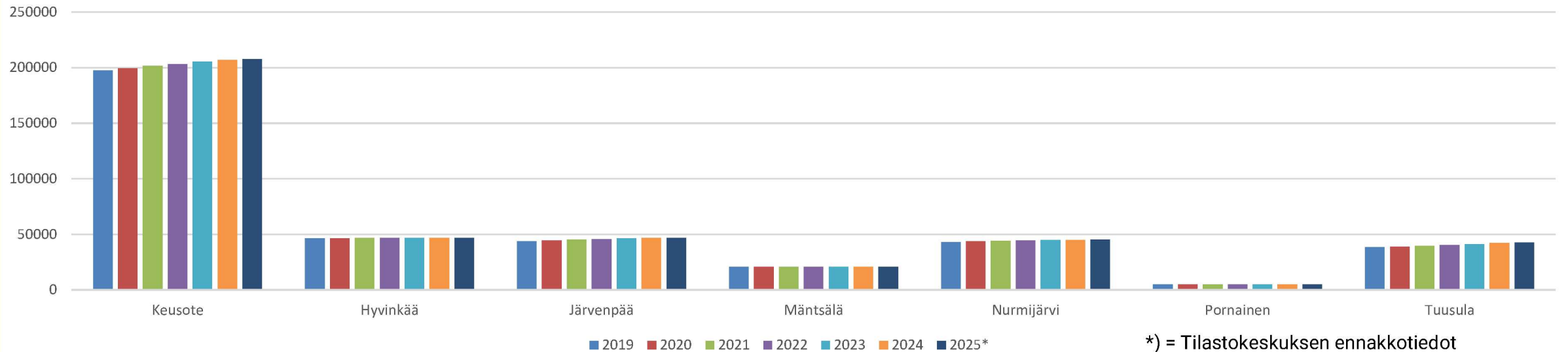
Suomenkieliset 90,5%

Perheitä  
56 539 (N)

Lapsiperheitä  
22 908  
(40,5 % perheistä)

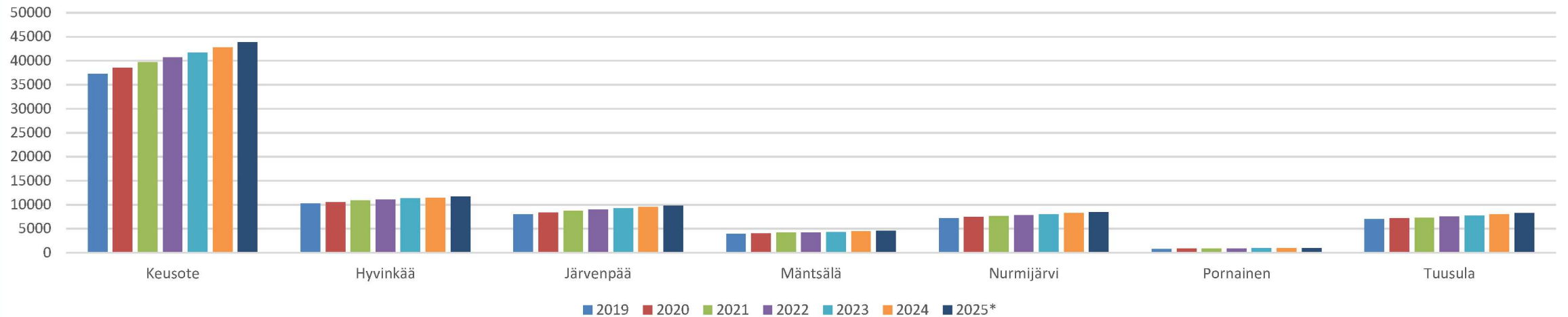
Yhden  
vanhemman  
perheitä 7 392  
(32,3 %  
lapsiperheistä)

## Keusote, väestö 2019-2025



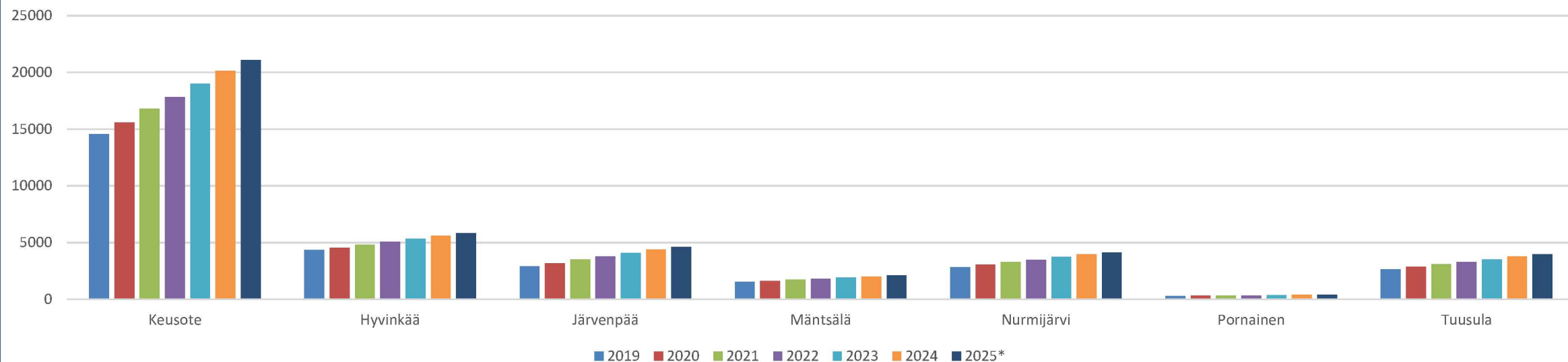
| Koko väestö | 2019   | 2020   | 2021   | 2022   | 2023   | 2024   | 2025*<br>(*ennakkotieto) | erotus 2019 /<br>2025 (N) | erotus 2024 /<br>2025 (N) | muutos%<br>(2025 vs.<br>2024) |
|-------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------------------------|---------------------------|---------------------------|-------------------------------|
| Keusote     | 197529 | 199330 | 201854 | 203192 | 205444 | 207070 | 207669                   | 10140                     | 599                       | 0,3                           |
| Hyvinkää    | 46470  | 46576  | 46880  | 46797  | 46901  | 47031  | 47031                    | 561                       | 0                         | 0,0                           |
| Järvenpää   | 43711  | 44455  | 45226  | 45630  | 46490  | 46871  | 46978                    | 3267                      | 107                       | 0,2                           |
| Mäntsälä    | 20721  | 20783  | 20837  | 20912  | 20957  | 20934  | 20862                    | 141                       | -72                       | -0,3                          |
| Nurmijärvi  | 42993  | 43663  | 44127  | 44458  | 44785  | 45048  | 45353                    | 2360                      | 305                       | 0,7                           |
| Pornainen   | 5035   | 5070   | 5066   | 5011   | 4973   | 4961   | 4924                     | -111                      | -37                       | -0,7                          |
| Tuusula     | 38599  | 38783  | 39718  | 40384  | 41338  | 42225  | 42521                    | 3922                      | 296                       | 0,7                           |

65+ vuotiaat 2019-2025, Keusote



| 65 + vuotiaat | 2019  | 2020  | 2021  | 2022  | 2023  | 2024  | 2025* | erotus 2019 /<br>2025 (N) | erotus 2024 /<br>2025 (N) | muutos%<br>(2025 vs.<br>2024) | %-osuus<br>väestöstä |
|---------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|---------------------------|---------------------------|-------------------------------|----------------------|
| Keusote       | 37332 | 38542 | 39735 | 40735 | 41718 | 42817 | 43908 | 6576                      | 1091                      | 2,5                           | 21,1                 |
| Hyvinkää      | 10310 | 10582 | 10935 | 11128 | 11320 | 11496 | 11742 | 1432                      | 246                       | 2,1                           | 25,0                 |
| Järvenpää     | 8031  | 8398  | 8755  | 9020  | 9288  | 9558  | 9856  | 1825                      | 298                       | 3,1                           | 21,0                 |
| Mäntsälä      | 3948  | 4076  | 4200  | 4261  | 4361  | 4462  | 4559  | 611                       | 97                        | 2,2                           | 21,9                 |
| Nurmijärvi    | 7223  | 7440  | 7637  | 7865  | 8058  | 8282  | 8504  | 1281                      | 222                       | 2,7                           | 18,8                 |
| Pornainen     | 813   | 845   | 867   | 916   | 941   | 966   | 986   | 173                       | 20                        | 2,1                           | 20,0                 |
| Tuusula       | 7007  | 7201  | 7341  | 7545  | 7750  | 8053  | 8261  | 1254                      | 208                       | 2,6                           | 19,4                 |

75+ vuotiaat 2019-2025, Keusote

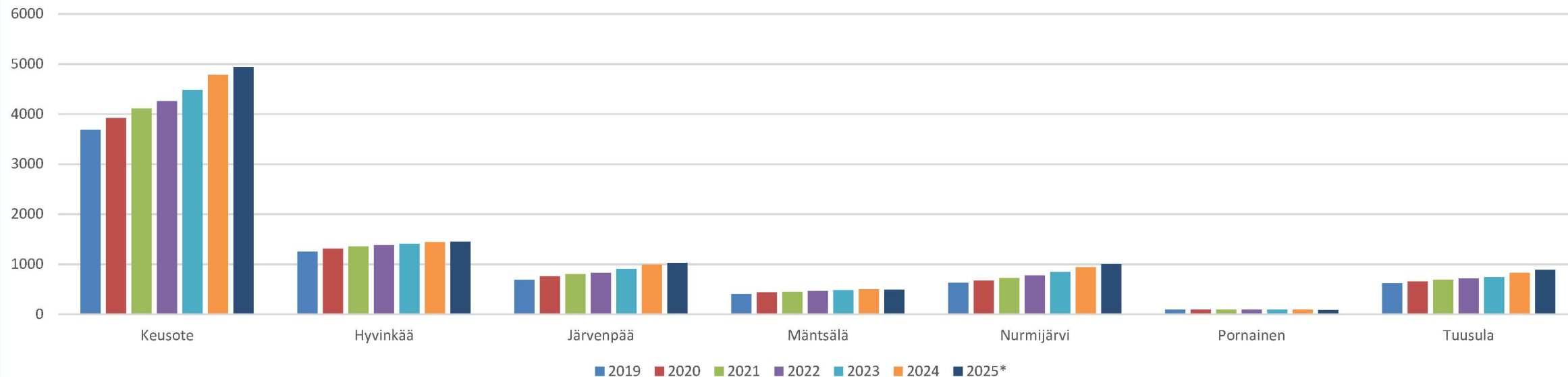


| 75 + vuotiaat | 2019  | 2020  | 2021  | 2022  | 2023  | 2024  | 2025* | erotus 2019 /<br>2025 (N) | erotus 2024 /<br>2025 (N) | muutos%<br>(2025 vs.<br>2024) | %-osuus<br>väestöstä |
|---------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|---------------------------|---------------------------|-------------------------------|----------------------|
| Keusote       | 14574 | 15602 | 16808 | 17823 | 19000 | 20136 | 21097 | 6523                      | 961                       | 4,8                           | 10,2                 |
| Hyvinkää      | 4341  | 4529  | 4830  | 5070  | 5337  | 5592  | 5836  | 1495                      | 244                       | 4,4                           | 12,4                 |
| Järvenpää     | 2919  | 3199  | 3529  | 3807  | 4110  | 4392  | 4638  | 1719                      | 246                       | 5,6                           | 9,9                  |
| Mäntsälä      | 1541  | 1637  | 1732  | 1822  | 1939  | 2021  | 2119  | 578                       | 98                        | 4,8                           | 10,2                 |
| Nurmijärvi    | 2834  | 3057  | 3290  | 3482  | 3732  | 3959  | 4132  | 1298                      | 173                       | 4,4                           | 9,1                  |
| Pornainen     | 307   | 317   | 337   | 349   | 361   | 396   | 403   | 96                        | 7                         | 1,8                           | 8,2                  |
| Tuusula       | 2632  | 2863  | 3090  | 3293  | 3521  | 3776  | 3969  | 1337                      | 193                       | 5,1                           | 9,3                  |



**KEUSOTE**  
Keski-Uudenmaan hyvinvointialue

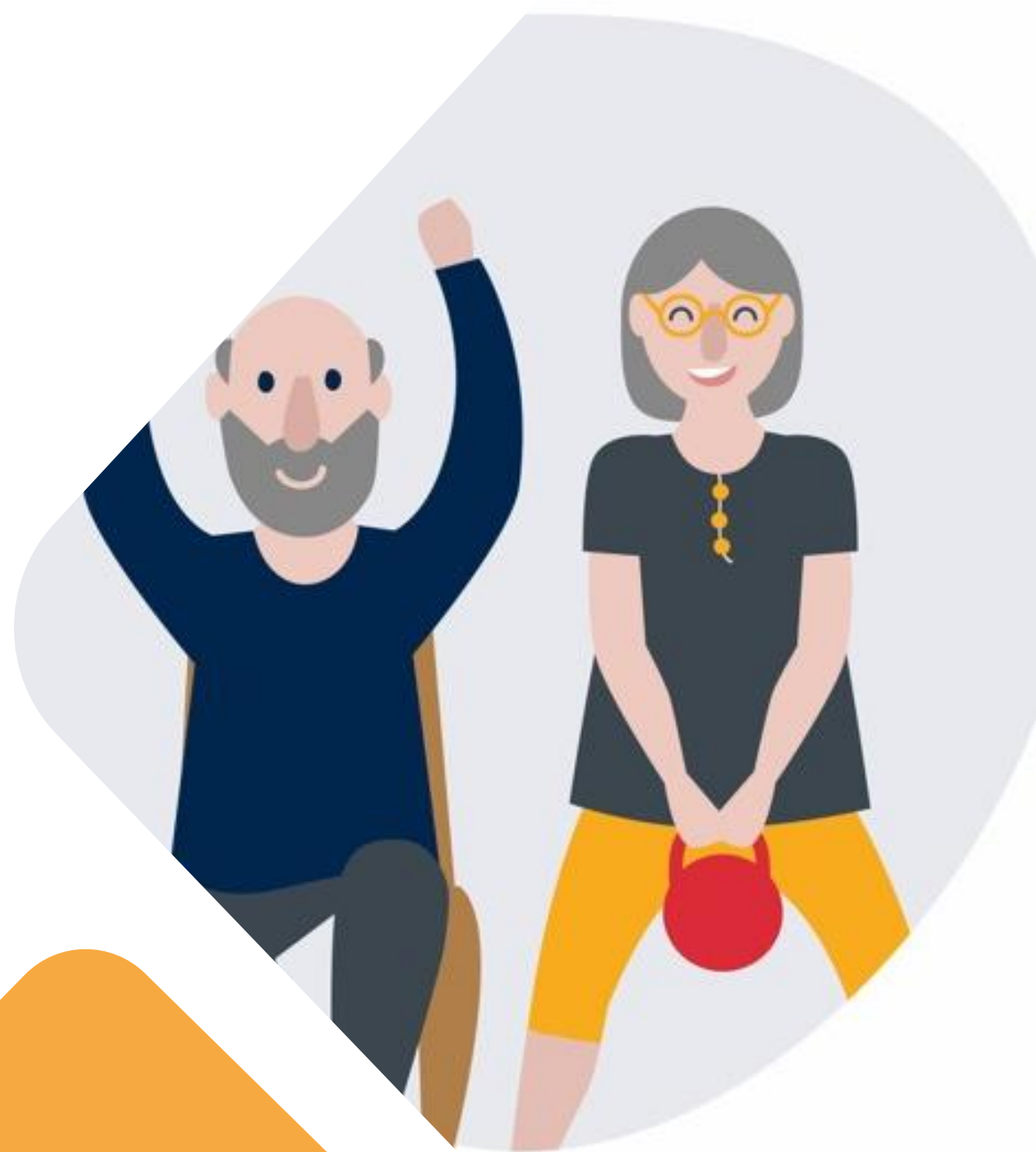
85+ vuotiaat 2019-2025, Keusote



| 85 + vuotiaat | 2019 | 2020 | 2021 | 2022 | 2023 | 2024 | 2025* | erotus 2019 /<br>2025 (N) | erotus 2024 /<br>2025 (N) | muutos%<br>(2025 vs.<br>2024) | %-osuus<br>väestöstä |
|---------------|------|------|------|------|------|------|-------|---------------------------|---------------------------|-------------------------------|----------------------|
| Keusote       | 3687 | 3921 | 4111 | 4256 | 4479 | 4781 | 4938  | 1251                      | 157                       | 3,3                           | 2,4                  |
| Hyvinkää      | 1249 | 1309 | 1358 | 1381 | 1405 | 1441 | 1448  | 199                       | 7                         | 0,5                           | 3,1                  |
| Järvenpää     | 692  | 762  | 798  | 830  | 909  | 989  | 1026  | 334                       | 37                        | 3,7                           | 2,2                  |
| Mäntsälä      | 406  | 436  | 451  | 464  | 484  | 500  | 487   | 81                        | -13                       | -2,6                          | 2,3                  |
| Nurmijärvi    | 633  | 672  | 724  | 776  | 845  | 936  | 1001  | 368                       | 65                        | 6,9                           | 2,2                  |
| Pornainen     | 90   | 91   | 95   | 89   | 91   | 89   | 87    | -3                        | -2                        | -2,2                          | 1,8                  |
| Tuusula       | 617  | 651  | 685  | 716  | 745  | 826  | 889   | 272                       | 63                        | 7,6                           | 2,1                  |



# Hyvinvoinnin tila Ikääntyneet



**KEUSOTE**  
Keski-Uudenmaan hyvinvointialue

### Psyykkinen kuormittuneisuus <sup>1)</sup>

|                 |                 |
|-----------------|-----------------|
| Keusote: 11,6 % | Koko maa: 9,7 % |
| Miehet: 9,8 %   | Naiset: 12,8 %  |

### Taloudelliset haasteet <sup>2)</sup>

|                 |                 |
|-----------------|-----------------|
| Keusote: 11,6 % | Koko maa: 9,8 % |
| Miehet: 12 %    | Naiset: 11,4 %  |

### Koettu yksinäisyys <sup>3)</sup>

|                 |                 |
|-----------------|-----------------|
| Keusote: 11,4 % | Koko maa: 9,7 % |
| Miehet: 10,3 %  | Naiset: 12,2 %  |

### Lähisuhdeväkivalta <sup>4)</sup>

|                 |                 |
|-----------------|-----------------|
| Keusote: 11,2 % | Koko maa: 9,5 % |
| Miehet: 10,4 %  | Naiset: 12 %    |

### Liikkuminen <sup>5)</sup>

|                 |                  |
|-----------------|------------------|
| Keusote: 62,3 % | Koko maa: 64,6 % |
| Miehet: 58,2 %  | Naiset: 65,1 %   |

### Lihavuus <sup>6)</sup>

|                 |                  |
|-----------------|------------------|
| Keusote: 24,1 % | Koko maa: 22,2 % |
| Miehet: 21,1 %  | Naiset: 26,2 %   |

### Koettu terveys <sup>7)</sup>

|                 |                  |
|-----------------|------------------|
| Keusote: 46,3 % | Koko maa: 47,3 % |
| Miehet: 46,2 %  | Naiset: 46,3 %   |

1) Psyykkisesti merkittävästi kuormittuneet (%) 65 v. täyttäneet, v. 2024

2) Rahanpuutteen vuoksi ruoasta, lääkkeitä tai lääkärikäynneistä tinkimään joutuneiden osuus (%) 65 v. täyttäneet, v. 2024

3) Itsensä yksinäiseksi tuntevien osuus (%), 65 vuotta täyttäneet, v. 2024

4) Fyysistä tai henkistä lähisuhdeväkivaltaa kokeneiden osuus (%) 20-74 vuotiaat, v. 2024

5) Terveysliikuntasuosituksen mukaan liian vähän liikkuvien osuus (%) 65 v. täyttäneet, v. 2024

6) Lihavien osuus (kehon painoindeksi BMI  $\geq 30$  kg/m<sup>2</sup>) (%) 65 v. täyttäneet, v. 2024

7) Terveytensä keskitasoisiksi tai sitä huonommaksi kokevien osuus (%) 65 v. täyttäneet, v. 2024

Lähde: Terve Suomi 2024 –kyselytutkimus, THL



# Yhteenveto ikääntyneiden hyvinvoinnin tilasta

- XX

### 3. Alueellinen ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelma 2026-2030



**KEUSOTE**  
Keski-Uudenmaan hyvinvointialue

# 3.1. Alueellinen ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelma 2026-2030; painopisteet ja tavoitteet



- Ikäntyneiden elintapaohjauksen kehittäminen
- Ikäntyneiden osallisuuden ja osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuuksien edistäminen
- Ikäntyneiden kulttuurihyvinvoinnin kehittäminen

- Kotitapaturmien vähentäminen ja kaatumisten ehkäisy
- Väkivallan ehkäisy
- Koetun turvallisuuden vahvistaminen
- Päihteiden käytön vähentäminen
- **Asuminen**

- Ikäntyneiden mielen hyvinvoinnin ja toimintakyvyn vahvistaminen
- **Koetun yksinäisyyden vähentäminen**

## Alueellinen ikäntyneiden hyvinvointisuunnitelma 2026-2030

Asukkaille hyvät arjen rutiinit

Asukkaille turvallinen arki

Asukkaiden mielen hyvinvoinnin ja työ- ja toimintakyvyn vahvistaminen

## Alueellinen hyvinvointisuunnitelma 2026-2030

Hyvinvointialueen strategia 2026-2030: Hyvinvointia ja turvallisuutta asukkaille yhdessä

| Painopiste (alueellinen hyvinvointisuunnitelma)                                                                                                                                             | Tavoite                                                                                                                                  | Toimenpide (esim.)                                                                                                                                                                                                                                                                          | Mittari (esim.)                                                                                                                                                                                  | Vastuu |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|
| 1. Asukkaille hyvät arjen rutiinit (Edistetään asukkaiden fyysistä, psyykkistä, sosiaalista ja kulttuurista aktiivisuutta tukemalla arjen rutiineja, elintapoja ja kulttuuriosallistumista) | <ul style="list-style-type: none"> <li>Ikääntyneiden elintapaohjauksen kehittäminen</li> </ul>                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>Elintapaohjauksen viitekehyksen toimeenpano jatkuu</li> <li>Digitaaliset hoitopolut OmaKeusotessa</li> </ul>                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                  |        |
|                                                                                                                                                                                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>Ikääntyneiden osallisuuden ja osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuuksien edistäminen</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Hyvinvointialueen osallisuusohjelman toimeenpano, esim. asukaskehittäjätoiminta, asukaspaneelit, asiakaskokemus</li> </ul>                                                                                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>Osallisuuden mittarit, esim. asukaskehittäjät (N), tilaisuuksien määrä (N), asukaspaneelien NPS ja osallistujat (N), asukaskokemuksen mittarit</li> </ul> |        |
|                                                                                                                                                                                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>Ikääntyneiden kulttuurihyvinvoinnin kehittäminen</li> </ul>                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>Alueellisen kulttuurihyvinvointisuunnitelman hyväksyminen osana alueellista hyvinvointisuunnitelmaa ja sen toimeenpano</li> <li>Rakenteiden luominen alueellisen kulttuurihyvinvoinnin edistämiseksi, esim. alueellinen kulttuuriverkosto</li> </ul> |                                                                                                                                                                                                  |        |

| Painopiste (alueellinen hyvinvointisuunnitelma) | Tavoite                                                                 | Toimenpide                                                                                                                                                                        | Mittari                                                         | Vastuu |
|-------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|--------|
| 2. Aukkaille turvallinen arki                   | • Kotitapaturmien vähentäminen ja kaatumisten ehkäisy (Asuminen)        | • Kaatumisten ehkäisyn toimintamallin edelleen kehittäminen ja käyttöönoton tukeminen, esim. koulutukset, digipolut                                                               |                                                                 |        |
|                                                 | • Väkivallan ehkäisy, esim. lähisuhdeväkivalta, taloudellinen väkivalta | • Avainhenkilökoulutukset henkilöstölle lähisuhdeväkivallan tunnistamisen ja puheeksi oton parantamiseksi; tietoisuus väkivallan eri muodoista<br><br>• Palvelupolut OmaKeusoteen | • Pidetyt avainhenkilökoulutukset ja osallistujien määrä        |        |
|                                                 | • Koetun turvallisuuden vahvistaminen                                   | • Koulutukset ja materiaalit arjen turvallisuuteen sekä omatoimiseen varautumiseen liittyen                                                                                       | • Pidetyt koulutukset, niiden palaute ja julkaistut materiaalit |        |
|                                                 | • Päihteiden käyttö                                                     | • Alueellisen ehkäisevän päihde- ja riippuvuustyön suunnitelman päivittäminen<br>• Digitaaliset hoitopolut OmaKeusotessa                                                          |                                                                 |        |
|                                                 | • Asuminen                                                              |                                                                                                                                                                                   |                                                                 |        |



| Painopiste (alueellinen hyvinvointisuunnitelma)                                                                                                                                                                                         | Tavoite                                                                                                            | Toimenpide                                                                                                                                                                                                                                                                             | Mittari | Vastuu |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|--------|
| <b>3. Aukkaiden mielen hyvinvoinnin ja työ- ja toimintakyvyn vahvistaminen</b><br>(Tuetaan asukkaiden mielen hyvinvointia sekä työ-, toiminta- ja oppimiskykyä vahvistamalla elintapoja, resilienssiä*) ja palvelujen saavutettavuutta) | <ul style="list-style-type: none"> <li>Ikääntyneiden mielen hyvinvoinnin ja toimintakyvyn vahvistaminen</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Elintapaohjauksen viitekehyksen toimeenpano</li> <li>Palvelujen väliin jäävien tunnistaminen ja nivelvaiheiden vahvistaminen; palvelupolut</li> <li>Digituen ja -palvelujen hyödyntäminen palvelujen saavutettavuuden parantamisessa</li> </ul> |         |        |
|                                                                                                                                                                                                                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>Koetun yksinäisyyden vähentäminen</li> </ul>                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>Etsivän vanhustyön kehittäminen</li> <li>Ikäneuvolatoiminnan kehittäminen</li> </ul>                                                                                                                                                            |         |        |

\*) Resilienssiä voidaan vahvistaa esim. mielen hyvinvoinnin tukemisella, sosiaalisten verkostojen ja osallisuuden vahvistamisella, elintapaohjauksella ja palvelujen saavutettavuudella sekä digitaitojen ja kansalaistaitojen kehittämisellä

## 4. Toimeenpano ja seuranta



**KEUSOTE**  
Keski-Uudenmaan hyvinvointialue

# Hyvinvointisuunnitelman toimeenpano ja seuranta

- Alueellinen hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen ryhmä vastaa suunnitelman toimeenpanosta, seurannasta ja raportoinnista
- Tavoitteiden toteutumisen raportointi ja niiden mahdollinen tarkentaminen tehdään vuosittain osana alueellista hyvinvointikertomusta

# Vanhusneuvosto 29.1.2026

- Vaikuttamistoimielimen keskusteluista nostoja:
  - Monimuotoinen asuminen, hoiva asuminen
  - Omaishoidon kehittäminen & omaishoitajien tukeminen
  - Palvelujen saavutettavuuden varmistaminen
  - Hoitajamitoitus; tavoitteeksi 0.65
  - Yhdistystoimijoiden toiminnan tukeminen
  - Yksinäisyys ja syrjäytyminen → toimenpiteenä: etsivän vanhustyön ja ikäneuvolatoiminnan kehittäminen
  - Maahanmuuttajataustaisten ikääntymisen ennakointi

## 5. Liitteet

- Alueellinen hyvinvointikertomus 2020-2024
- Hyvinvoinnin tilan tietolähteet
- [Ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelma 2022-2025](#)



# Alueellinen hyvinvointikertomus 2026-2030

- Alueellinen hyvinvointikertomus 2020-2024 (Keusote valtuusto 12.6.2025, §58)
- Ikääntyneiden hyvinvoinnin tilan kuvauksessa tietolähteinä käytetty mm.:
  - Väestörakenne, Tilastokeskus
  - Terve Suomi 2024-kyselytutkimus, THL



# Alueellinen ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelma 2022-2025

| Ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelman tavoitteet                  | Toimenpiteet Keusote                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Edistetään ikääntyvän väestön hyvinvointia ja osallisuutta</b> | <p><b>Palvelurakenteen painopisteen muuttaminen ennaltaehkäisevämpään suuntaan</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Vahvistetaan yhteistyötä kuntien, 3 sektorin, yksityisten palveluntarjoajien ja neuvostojen kanssa. Monipuolinen palvelutarjonta lisää asiakkaan valinnan mahdollisuuksia.</li> <li>2. Omaishoitoa tukevan palvelukokonaisuuden kehittäminen yhteistyöverkostojen kanssa</li> <li>3. Neuvonta ja asiakasohjaus on ennaltaehkäisevää toimintaa</li> <li>4. Ikääntyneet osallistuvat toiminnan/palveluiden suunnitteluun, kehittämiseen ja palveluiden arvioimiseen.</li> </ol> <p><b>Aktiivisen ikääntymisen tukeminen</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Digitalisaation ja teknologian avulla tuetaan yksilöllisin ratkaisuin palvelujen saatavuutta, saavutettavuutta ja esteettömyyttä. Mahdollistetaan osana kotona asumisen tukipalveluja.</li> <li>2. Liikuntalähete otetaan toimintatavaksi. Sopimuksessa kannustetaan ikääntynyttä arkiliikkumiseen ja toimintakyvyn ylläpitämiseen.</li> </ol> <p><b>Yksilön ja lähipiirin vastuu hyvinvoinnista ja toimintakyvystä</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Vahvistetaan yksilön hyvinvointitietoutta (ravitseminen, liikunta, uni jne.)</li> <li>2. Itsearviointin ja omahoidon vahvistaminen sähköisten palveluiden avulla. Palvelujen markkinoiminen ja opastaminen mm. messuilla ja infotilaisuuksissa.</li> </ol> |

| Ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelman tavoitteet                                 | Toimenpiteet Keusote                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Edistetään ikääntyneiden hyvinvointia ja terveyttä riskiryhmät tunnistaen</b> | <p><b>Ikäihmisten hyvinvointia ja terveyttä edistetään erityisesti riskiryhmät huomioiden</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tunnistetaan riskiryhmiin kuuluvat asiakkaat.</li> <li>2. Vahvistetaan yhteistyötä 3. sektorin ja muiden toimijoiden kanssa sekä turvataan sujuvat palveluketjut.</li> <li>3. Seulotaan yli 70-vuotiaat, joilla 6 tai useampi lääke käytössään</li> <li>4. Kaatumisten ehkäisyn toimintamalli yhteistyössä HUS, kuntien hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen sekä kuntoutuspalveluiden kanssa.</li> <li>5. Huoli puheeksi- koulutukset toimintatavaksi. Tavoitteena ikääntyneiden hyvinvointiin vaikuttavien riskien varhainen tunnistaminen ja niihin puuttuminen.</li> </ol> <p><b>Oikea-aikainen palvelu</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Palvelutarpeen arviointi, tunnistaminen ja asiakkuuden kohdentaminen oikeaan palveluun kaikilla toimialoilla (toimialojen välinen yhteistyö).</li> </ol> <p><b>Monimuotoiset asumismuodot</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tuetaan ikääntyneiden ennakointia ja varautumista asumisasioissa yhteistyössä alueellisen Erityisasumisen yhteistyöryhmän kanssa. <ol style="list-style-type: none"> <li>a) Itsearviointi</li> <li>b) Tunnistaminen</li> <li>c) Ohjaaminen kotona asumista tukevaan asumiseen.</li> </ol> </li> </ol> |



# Alueellinen ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelma 2022-2025

| Ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelman tavoitteet                                               | Toimenpiteet Keusote                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Tuetaan kotona asuvan toimintakyvyltään rajoittuneen ikääntyneen toimintakykyä ja osallisuutta | <b>Yhteisöllisen vapaa-ajan toiminnan kehittäminen</b> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Kehitetään yhteistyössä kuntien hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen toiminnan, seurakuntien, 3. sektorin ja neuvostojen kanssa sekä muiden toimijoiden kanssa</li><li>2. Hyödynnetään digitalisaatiota ja teknologiaa osana yhteisöllistä vapaa-ajan toimintaa sekä osana hoidollisia palveluja (esim. etäpäivätoiminta, koti-tv)</li></ol>                                                                                                                    |
|                                                                                                | <b>Tukipalvelu-, kotihoidon- ja omaishoidon asiakkaiden osallisuuden lisääminen ja omaishoitajien jaksamisen tukeminen</b> <ol style="list-style-type: none"><li>2. Tuetaan asiakasta ja vahvistetaan yhteistyötä hänen lähipiirinsä kanssa.</li><li>3. Alueellisen/kunnallisen toiminnan järjestäminen yhdessä yhteistyökumppaneiden kanssa.</li><li>4. Tuetaan omaishoitajien asemaa ja jaksamista monipuolisin palveluin (Omaishoitajien terveystarkastusten kehittäminen)</li><li>5. Omaishoitajille suunnattu kuntoutustoiminta kurssikeskuksessa</li></ol> |

| Ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelman tavoitteet                      | Toimenpiteet Keusote                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Parannetaan ikääntyneiden palveluiden saatavuutta ja saavutettavuutta | <b>Kuntalaisten asioiminen yhdenmukaistuu ja palvelun saavutettavuus paranee</b> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Asiakkaiden matalan kynnyksen sähköisen asioinnin mahdollisuuksia lisätään.</li><li>2. Neuvontaa ja asiakasohjausta kehitetään yhteistyötä vahvistamalla</li><li>3. Alueellisesti yhdenveroiset sosiaali- ja terveystalvet (mm. lääkäripalvelut)</li></ol> |
|                                                                       | <b>Palvelujen saatavuus ja laatu on hyvää asiakaspalautteen perusteella</b> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Asiakaskokemuksen mittaaminen vakiinnutetaan osaksi kaikkea palvelutoimintaa: mm. asiakastytytyväisyyskysely toteutuu kaikissa palveluissa</li></ol>                                                                                                            |

# Hyvinvointia yhdessä

KEUSOTE.FI

A large, abstract orange shape with a rounded left edge and a pointed right edge, positioned on the right side of the dark blue background.

**KEUSOTE.FI**