

Kainuun sote ja Itä-Suomen yliopiston Vaikuttavuuden talo, yhdessä ikäihmisten kanssa jatkokehittävät kokonaisvaltaista terveyttä ja hyvinvointia edistävää toimintamallia.

Tässä kyselyssä kootaan tietoa 70 vuotta täyttäneiden kainuulaisten kokemuksia, ajatuksia ja ideoita toimintamallin kehittämiseen. Kysely pohjautuu koetun elämänlaadun ja sosiaalisen laadun teoriaan (mm. WHO 1998; Mäki-Opas ym. 2019; Mäki-Opas ym. 2020; Vaarama & Mäki-Opas 2020).

KOETTU ELÄMÄNLAATU: Ihmisen hyvinvointia voidaan tarkastella elämänlaadun avulla, jolloin hyvinvoinnilla tarkoitetaan ihmisen kokemusta omasta terveydentilasta ja siihen liittyvästä fyysisestä, psyykkisestä, ja sosiaalisesta hyvinvoinnista sekä näitä tukevasta fyysisestä ympäristöstä.

KYSYMYKSET 1-5

Ajatellaan omaa arkea ja siinä suoriutumista.

1. Kuinka tyytyväinen olet kykyysi selviytyä arjen päivittäisistä toimista? (ruokailu, liikkuminen, kotityöt, asiointi yms.)

Ajatellaan elämään kuuluvia ilon ja nautinnon aiheita.

2. Kuinka koet pystyväsi saamaan iloa ja nauttimaan elämästä?

Ajatellaan elämän merkityksellisiä ja sinulle tärkeitä asioita.

3. Koetko elämäsi merkityksellisenä?

Ajatellaan ihmissuhteita, kuten perhettä, sukua ja ystäviä.

4. Kuinka tyytyväinen olet ihmissuhteisiisi?

Ajatellaan omaa asuinalueetta, siinä elämistä, liikkumista paikasta toiseen yms.

5. Kuinka tyytyväinen olet omaan elin- ja asuinympäristöösi?

SOSIAALINEN LAATU, TAUSTAKSI HAASTATTELIJALLE: *Yhteiskunnan sosiaalisella laadulla tarkoitetaan ihmisten kokemusta siitä, miten yhteiskunta suojaa ihmisiä elämän erilaisilta riskeiltä sekä auttaa näiden ongelmien yli, tarjoaa riittävät tiedot ja taidot hallita omaa elämäänsä ja edistää omaa hyvinvointiaan sekä turvata ihmisille osallistua yhteiskunnan avaintoimintoihin sekä luottaa toisiin ihmisiin ja julkiseen valtaan niin, että vallitsee välittämisen kulttuuri ja ilmaisun vapaus.*

KYSYMYKSET 6-10

Ajatellaan elämään kuuluvia erilaisia riskitilanteita ja avun tarpeita (sairastuminen, toimintakyvyn heikkeneminen, läheisen menetys yms.).

6. Saatko näissä tilanteissa tarvitsemaasi apua ja tukea? (Mistä / keneltä?)

Ajatellaan erilaisiin terveyteen ja hyvinvointiin liittyvien palvelujen tiedon saamista ja palvelujen löytämistä ja tavoittamista.

7. Saatko mielestäsi riittävästi tietoa sinulle kuuluvista palveluista? Löydätkö tarvitsemasi palvelut/avun, pystytkö itse viestimään palvelujen suuntaan?

Ajatellaan niitä tietoja ja taitoja, joita tarvitaan omaan elämänhallintaan ja oman hyvinvoinnin ylläpitämiseen ja edistämiseen.

8. Koetko, että sinulla on riittävästi taitoja ja kykyjä ylläpitää terveyttäsi ja hyvinvointiasi? (esimerkiksi saatko siihen liittyvää ohjausta, neuvontaa, koulutusta, virkistys- ym. toimintaa, tekemistä toisten ihmisten kanssa?)

Ajatellaan ihmisten välistä luottamusta toisiinsa ja julkiseen valtaan, kuten päättäjiin, viranomaisiin ym. Ajatellaan myös yhteiskuntaa, jossa ihmiset välittävät toinen toisistaan ja jossa jokainen voi tulla kuulluksi itseään koskevissa asioissa.

9. Koetko voivasi luottaa toisiin ihmisiin? Entä julkiseen valtaan?

Koetko, että sinusta välitetään, voitko ilmaista itseäsi vapaasti ja tulla kuulluksi?

Ajatellaan ikääntyneisiin ihmisiin kohdistuvia asenteita yleisesti.

10. Miten kuvailisit ikääntyneisiin kohdistuvia asenteita Kainuussa?

Lopuksi

Mitä muuta haluaisit tuoda esille?