

Hyvä toimintakyky tuo vuosiin elämää

# Koski kartoitti varttuneiden kuntalaisten hyvinvointia

## KOSKI

Jorma Kaarto

Koskella kartoitettiin yli 65-vuotiaiden kuntalaisten hyvinvointia Kosken kunnan ja Turun ammattikorkeakoulun yhteistyönä. Liikuntahallilla pidettyyn maksuttomaan kartoitukseen osallistui 16 henkilöä.

Hyvinvointikartoitus on osa Ikiliikkuja -nimistä kehittämishanketta, jonka aluehallintovirasto ja Kosken kunta ovat rahoittaneet.

Kosken hyvinvointikoordinaattori **Katri Honkala** kertoi, että kartoitus suunnattiin ikäihmisille, joiden toimintakyky on alentunut ja jotka eivät ole säännöllisten palvelujen piirissä. Kartoitusta tehtiin, jotta saadaan tietoa testattavien kokonaisvaltaisesta hyvinvoinnista.

-Kahdenkymmenen ihmisen ryhmä tuli helposti täyteen, mutta muutama joutui jäämään pois hyvinvointipäivästä.

Koskelaisista 33,7 prosenttia on yli 64-vuotiaita. Osuuden lasketaan pysyvän samansuuruisena myös tulevina vuosina.

## Neljän kohteen testirata

Ammattikorkeakoulun eri alojen opiskelijat pitivät hyvinvointipäivän aikana Kosken liikuntahallilla neljää erilaista testipistettä.

Yhdellä pisteellä kartoitettiin kotona pärjäämistä, tyytyväisyyttä omaan elämään, muistia, tarkkaavaisuutta ja sosiaalisia verkostoja.

-Yksinäisyys on aika keskeinen tekijä tässä ajassa. Koronatilanteen vaikutuksista kyseltiin, kertoi toimintaterapeutti **Mary-Ann Kaukinen**.

Toisella testipisteellä kysyttiin osallistujien näkemyksiä, mikä tekee Koskesta hyvän paikan asua ja elää. Kehut olivat kuulemma vuolaia.

-Yksi henkilö sanoi juuri äsken,



Hyvinvointipäivään osallistunut Merja Mäentausta sai vankat taustavoimat Turun ammattikorkeakoulun opiskelijaryhmästä. Menossa oli mukana myös Kosken kunnan hyvinvointikoordinaattori Katri Honkala.



Turun ammattikorkeakoulun sosionomiopiskelijat Laura Jalava ja Marika Mäkitasku kartoittivat osallistujien mielipiteitä, mikä tekee Koskesta hyvän paikan asua ja elää.

että Koskella pidetään huolta, että joka torppaan tulee valo, tiivistivät sosionomiopiskelijat **Marika Mäkitasku** ja **Leena Jalava**.

Sairaanhoitajaopiskelijat **Esa Artkoski** ja **Ahmad Rasul** tekivät mittauksia: paino, pituus, vyötärönympäryys ja verenpaine. Mittausten päätteeksi laskettiin painoindeksi.

-Kerrotaan tulokset ja käydään hyvää keskustelua elämäntavoista, Rasul selvitti.

Fysioterapeuttiopiskelijat **Lotta Vento**, **Saana Lehtola** ja **Teemu Taskinen** kartoittivat muun muassa osallistujien puristusvoimaa, testasivat kävelynopeutta, alaraajojen lihasvoimaa ja seisomatasapainoa.

-Näiden perusteella pystytään arvioimaan toimintakykyä erilaisissa arjisissa tilanteissa, Vento totesi.

**Koskella pidetään huolta, että joka torppaan tulee valo.**

## Palautetta ja ohjausta

Jokainen osallistuja saa omista tuloksistaan suullisen palautteen lisäksi kirjallisen henkilökohtaisen palautteen sekä tarvittaessa ohjausta eteenpäin. Erillinen palautepäivä pidetään Kosken kirjaston tiloissa.

-Testitulokset liitetään testattavien terveystietoihin Liedon terveystietopalveluissa, mikäli asiakas niin haluaa. Liedon terveystietopalveluiden kanssa olemme tehneet yhteistyötä alusta asti, Katri Honkala sanoi.

-Mitä parempi lihaskunto ihmisellä on, sitä pienempi on hänen riskinsä kaatua. Tavoite on, että kartoituksia voitaisiin jatkaa myöhemmin. Seuraava kohderyhmä voisi olla omaishoitajat.

Turun ammattikorkeakoulun lehtori **Eija Kedonpää** totesi, että elintapamuutokseen tarvitaan omaa motivaatiota, mutta sitä pitää myös tukea ulkopuolelta.

-Hyvinvointikartoitus voi olla monelle herättävä kokemus. Jatkomittauksen järjestäminen myöhemmin on todella kiinnostavaa.

Opetusfysioterapeutti **Teemu Hyytiän** mukaan ammattikorkeakoulu on mielellään mukana toteuttamassa vastaavia kartoituksia muissakin kunnissa.

Geronomiaa opiskeleva koskelainen **Tanja Saarinen** on puolestaan tekemässä opinnäytetyötä Ikiliikkuja-hankkeesta ja ikäihmisten liikunnallista elämäntapaa lisäävistä toimintamuodoista kunnassa.

-Tällaista ennaltaehkäisevää toimintaa tarvitaan ehdottomasti lisää, Saarinen totesi.

# Auranmaan ja Mynämäen-Nousiaisten Osuuspankit yhdistyvät ensi keväänä

## AURANMAA

OP Auranmaan ja OP Mynämäki-Nousiaisten edustajistojen kokoukset hyväksyivät torstaisissa kokouksissaan pankkien yhdistämisen. Uusi OP Vakka-Auranmaa aloittaa toimintansa 1.5.2021.

Pankkien antaman tiedotteen mukaan yhdistymisellä vahvistetaan pankkien kykyä tarjota asiakkailleen kilpailukykyiset ja monipuoliset palvelut myös nopeasti muuttuvassa ja digitalisoituvassa toimintaympäristössä.

-Pankkijemme hallitukset tekivät yhdistymisvaihtoehdosta perusteellisen selvityksen ja esittivät yksi-

mielisesti yhdistymistä oman pankkinsa edustajistolle. On hienoa, että molempien pankkien edustajistot hyväksyivät yhdistymisen ja nyt pääsemme yhdessä rakentamaan uutta pankkia, Auranmaan Osuuspankin hallituksen puheenjohtaja **Jukka Hollo** iloitsee.

Auranmaan ja Mynämäen-Nousiaisten Osuuspankit ovat samankokoisia keskisuuria osuuspankkeja.

-Pankeilla on selkeä yhteinen tahtotila vahvistaa alueen elinvoimaa sekä niin lähellä kuin kauempanakin asuvien omistaja-asiakkaidemme palveluita tulevaisuudessa.

Yhdessä ja entistä suurempana pankkina voimme paremmin vaikuttaa alueella toimivien yritysten menestykseen ja asukkaiden hyvinvointiin perustehtävämme mukaisesti, Hollo ja Mynämäen-Nousiaisten Osuuspankin hallituksen puheenjohtaja **Jari Viitasalo** sanovat.

Auranmaan Osuuspankin toimitusjohtaja **Tuomo Jokinen** toteaa pankkeihin kohdistuvan sääntelyn kiristymisen jatkuvan kiihtyvällä nopeudella. Hänen mukaansa asiakastyöhön ei ole tästä johtuen kyetty vapauttamaan riittävästi aikaa.

-Hallinnollisten töiden nykyistä

tehokkaampi organisointi parantaa merkittävästi uuden pankin kustannustehokkuutta ja kilpailukykyä sekä vapauttaa aikaa asiakaspalveluun kaikissa kanavissa. Suuremmissa pankeissa voimme tarjota nykyistä paremmin myös erityisasiantuntemusta vaativia palveluja, Jokinen sanoo.

Pankkien yhdistyminen ei tiedotteen mukaan aiheuta henkilöstövähennyksiä. Auranmaan Osuuspankki on kuitenkin jo aiemmin tehnyt päätöksen toimipisteidensä karsimisesta. Pöytyän, Marttilan, Tarvasjoen ja Paattisten konttorit suljetaan toukokuussa 2022, jol-

loin näiden konttoreiden toiminta keskitetään Auraan. Mynämäen-Nousiaisten Osuuspankilla on kaksi konttoria, joiden kummankin toiminta on Jokisen mukaan jatkumassa. Uuden Vakka-Auranmaan Osuuspankin kotipaikaksi tulee Mynämäki.

Omistaja-asiakkaat säilyttävät heille kuuluvat oikeudet ja asiakassuhteet jatkuvat entisellään. Esimerkiksi tilinumerot, verkkopalvelutunnukset ja maksukortit säilyvät samoina eikä asiakkaiden tarvitse tehdä mitään pankkien yhdistymisen johdosta.