

Limingan Vanhus- ja vammaisneuvoston edustajan haastattelu

14.6.

1. miten iäkkäämmät liikkuvat Limingassa?

- aktiivisuutensa ylläpitäneet iäkkäämmät liikkuvat kävellen ja pyörällä – tavoitteena pysyä kunnossa ja säilyttää liikkumis- ja toimintakyky
- julkinen liikenne on heikotasoinen
- ajokorttia pidetään mahdollisimman pitkään
- matkoja – erityisesti henkilöautolla – tehdään Kempeleelle, Lumijoella ja Tyrnävälle
- Ouluun mennään tekemään hankintoja, joita ei lähempänä voida tehdä – esimerkiksi vaateostoksille

2. millaisia asioita iäkkäämmät miettivät liikkumisvalinnoissaan?

a. sujuvuus ja nopeus

- sujuvuus on tärkeää
- monet luopuvat liikkumisesta kokonaan, kun se käy järjestelyjen takia liian hankalaksi

b. terveellisyys / kunnon ylläpitäminen

- kunnon ylläpitäminen on kaikkien tärkeintä liikkumisessa – iän myötä sen merkitys koko ajan korostuu

c. sosiaalisuus

- sosiaalisuus on tärkeää; esimerkiksi iäkkäät liminkalaiset käyvät yhdessä kävelyillä

d. turvallisuus

- on tärkeää ja turvallisuudessa korostuvat iäkkäillä eri asiat kuin nuorilla, esimerkiksi näköön, kuuloon ja reflekseihin liittyvät rajoitteet

e. ilmastokysymykset

- ympäristöajattelu pohdituttaa esimerkiksi autoilussa
- asiasta puhutaan keskenään ja siitä ollaan huolissaan

3. keskustellaanko esimerkiksi vanhus- ja vammaisneuvostossa tai muissa iäkkäämpien tai vammaisten tapaamisissa liikkumiseen ja liikenteeseen liittyvistä asioista

- liikenne on mukana ihan arkikeskusteluissa
- näkökulmina ovat turvallisuus ja päästöt sekä julkisen liikenteen puute

4. miten esteetön liikkuminen toteutuu Limingassa tällä hetkellä

- esteettömyys ei toteudu parhaalla mahdollisella tavalla, esimerkiksi keskustan liikenneympyrä tehtiin ahtaaksi

- löytyy monia muitakin paikkoja, joissa liikkuminen on vaarallista sellaiselle joka ”ei ole skarppi”

5. käyttävätkö iäkkäämmät liityntäpysäköintiä

- iäkkäämmät käyttävät paljon pyörää siirtyessään bussipysäkillle, koska etäisyydet ovat niin pitkiä

6. mitä ajatuksia herättävät erilaiset liikkumista tukevat kunnan tarjoamat välineet

a. sähköpyörä & sähköavusteinen tavarapyörä

- haastateltavalla on itsellään käytössään sähköpyörä ja se on kätevä
- sähköpyörä sopii kuitenkin vain sellaiselle henkilölle, joka on vielä kohtalaisen hyvässä fyysisessä kunnossa

b. potkulauta

- potkulaita palvelisi liikkumista ainoastaan ihan pienellä alueella keskustassa, koska tiestön kunto muualla ei mahdollista käyttöä

c. rollaattori

- rollaattori avustaa hyvin lyhyillä matkoilla ja parhaiten se palvelisi invataksien varusteena

7. miten vanhusväestön omin voimin liikkumista voitaisiin tukea

a. laadukkaampia kävely ja pyöräilyreittejä palveluiden ääreen

- tärkeä toimenpide, koska silloin myös liikkumista helpottavia apuvälineitä voi käyttää

b. vaihtelevia ja mielenkiintoisia virkistysreittejä

- tärkeä toimenpide, mutta lähinnä hyväkuntoisille

c. iäkkäämpien ”palvelut” (esimerkiksi levähdysten mahdollistavat penkit)

- tärkeä toimenpide keskustan läheisyydessä – ei niinkään haja-asutusalueilla (jossa ei esimerkiksi ole paikkoja penkeille)

d. kampanjat ja sosiaalisuuden lisääminen (yhteiset pyörä- ja kävelyretket, liikkumiskaverin tarjoaminen)

- liikkumiskaveri on oikein hyvä toimintamuoto
- massatapahtumista ei ole iäkkäämmille juuri hyötyä, koska jos liikkumisessa on vajetta, tällaisia tapahtumia kartetaan

8. lisäisikö tuetun pyöräilyn (Riento-pyörä) palvelujen tarjoaminen liikkumista

- Riento-pyörä on hyvä palvelu – ja erityisesti se palvelee niitä, jotka eivät itse pääse liikkumaan

9. miten esteetöntä liikkumisympäristöä voidaan edistää

- esteettömyys edellyttäisi korjauksia väylillä, koska apuvälineillä ei voi liikkua, jos väylän pinnassa on epätasaisuutta, esimerkiksi isot ja kolot S-marketin luona kuopat ja routavauriot keskustassa olisi korjattava
- keskusta on myös ainoa paikka, johon on keskitetty ikäihmisten ja vammaisten palveluasumista
- talvella olisi tärkeä hoitaa auraukset ja hiekoitukset perusteellisesti

Oma kommentti:

- julkinen liikenne on puutteellista – se oli jo ennen koronaa
- kun julkinen liikenne ei toimi sujuvasti ja muissa liikennejärjestelyissä on puutteita, niin liikuntakyvyn huonontuessa sitä ei jaksakaan enää liikkua, mikä passivoi ennestään
- aktiivisuuden ylläpitämisessä liikennejärjestelmällä on suuri merkitys
- tavoitteena pitäisi olla, että iästä tai rajoitteista huolimatta jokainen liminkalainen voisi elää normaalia elämää
- ”mikä on nuorille mahdollista, pitäisi olla mahdollista myös vanhoille”