VIHDIN UUTISET 16.7.15

RAY puhuu yksinäisyydestä

TILAISUUS on osa kolmipäiväistä kiertueetta, joka huipentuu SuomiAreenassa.

ELISA GRÖNHOLM
elisa.gronholm@media.fi

Maanantaina 13.7. Vihdin Mielenterveysseuran tiloissa Raha-automaattiyhdistys RAY järjestää keskustelutilaisuuden yksinäisyydestä. RAY:n toimitusjohtaja **Velipekka Nummikoski** on saapunut Nummelaan pyörällä.

–Yksin pyöräily on vapaaehtoista yksinäisyyttä. Kaikille yksinäisyys ei ole vapaaehtoista, Nummikoski sanoo. Hänen mukaansa yksinäisyys on teemana RAY:n perheeseen sekä RAY:n tukemien sosiaali- ja terveysalan järjestöjen piiriin sopiva teema.

–Yksinäisyyttä miettiessä, on vaikea löytää lainsäädännöllisiä tapoja ratkaista yksinäisyyden ongelmia, Nummikoski sanoo. Yksinäisyyttä ei välttämättä kyetä ratkaisemaan määrärahoillakaan. Nummikosken mukaan on tutkittu, että yksinäisyys saattaa aiheuttaa ihmismenetyksiä enemmän kuin tupakka ja alkoholi. Yksinäisyys on vaikeampi ongelma, ja jotkut saattavat ajatella, että on viranomaisten tehtävä hoitaa asia. Yhteiskunta ei kuitenkaan välttämättä voi ottaa vastuuta. Järjestöt puolestaan ovat Nummikosken mukaan matalan kynnyksen taloja, joihin on helpompi olla yhteydessä kuin viranomaisiin. Nummelan tilaisuudessa on keskustelemassa tahoja Vihdin Mielenterveysseurasta, Hiiden Seudun omaishoitajat ja läheiset ry:stä, kunnanhallituksesta ja valtuustosta, Nummelan palloseurasta ja Tuovi Siiri Hännisen säätiöstä.

RAY:lta on juuri julkaistu tutkimus, joka osoittaa, että suurinta yksinäisyyden kokeminen on nuorten aikuisten keskuudessa.

Nummikosken mukaan tämä voidaan selittää osittain sinkkutalouksien suurella määrällä. Mekein puolet kyselyyn vastaajista ovat valmiita tekemään jotain yksinäisyyden vähentämiseksi, ja 40 prosenttia suomalaisista on mukana järjestötoiminnassa. He kokevat sen vähentävän yksinäisyyttä.

–Jos jokainen kysyisi itseltänsä, tiedättekö lähipiiristä yksinäisen, ja miten häntä voisi auttaa, Nummikoski opastaa.

RAY:n tutkimus yksinäisyydestä

- Toukokuussa 2015 RAY:n teettämään tutkimukseen vastasi 1000 suomalaista.
- 40 prosenttia vastanneista ei tiedä, miten yksinäisyyttä voitaisiin vähentää.
- Joka kuudennella suomalaisella ei ole ryhmää tai yhteisöä, johon he tuntisivat kuuluvansa. Yli puolet vastanneista kertoo havainneensa lähipiirissään yksinäisiä ihmisiä.
- Suomalaisella on keskimäärin 18 ystävää, mutta neljällä prosentilla ei ole yhtään ystävää. Yksinäisistä ihmisistä 70 prosenttia on kärsinyt vuoden sisällä masennuksesta.

http://www.inhimillisiauutisia.fi/

Vihdin Mielenterveysseuran toiminnanjohtaja Leena Tiitto (oik.) ja tukihenkilövastaavana keskuksessa työskentelevä vapaaehtoinen Anita keskustelevat työkaluista yksinäisyyden ehkäisemiseksi.

ELISA GRÖNHOLM

Wirtaa vihtiläisille vanhuksille -hanke ehkäisee yksinäisyyttä

Tuovi Siiri Hännisen säätiön rahoittama ja Nummelan Palloseuran toteuttama pilottihanke tarjoaa liikunnallisia kotikäyntejä senioreille Vihdissä. Hankkeen tavoitteena on parantaa ikäihmisten toimintakykyä ja heidän mahdollisuuksiaan asua omassa kodissa. Mukana ovat myös Vihdin kunta, perusturvakuntayhtymä Karviainen ja Vihdin vanhusten tuki ry. Kohderyhmänä on 60 vanhusta, jotka voivat passivoitua ja yksinäistyä helposti. Koulutetut ohjaajat luovat henkilökohtaiset treenit ja käyvät vanhusten luona kaksi kertaa viikossa. Esiin on noussut, että vanhuksille on erityisen tärkeää, kun joku tulee käymään.

http://tsh-saatio.fi/