

Edessä eläkevuodet – EKL ja Eläkeläiset yhteistyöhön

Mikä arjessa muuttuu, kun jää eläkkeelle

Edessä eläkevuodet, mitä kaikkea se tarkoittaa? Tästä otettiin selvää Suomen Elintarviketöyläisten liitto SEL:n, Eläkeläiset ry:n ja Eläkkeensaajien Keskusliitto EKL ry:n yhteistyössä järjestämässä valmennuspäivässä Lahdessa.

– Eläkkeelle jääminen työstä on hirveän iso muutos, johon liittyy paljon ristiriitaisia tunteita. Yhdelle se voi olla juhlan paikka, toinen voi kokea suurta luopumisen tuskaa, kun eläkeikä lähestyy, sanoi järjestösuunnittelija **Marja Raitoharju** EKL:stä.

–Joka tapauksessa eläköityminen vaikuttaa moniin asioihin. Eniten varmasti talouteen ja toimeentuloon, mutta isosti myös sosiaaliin suhteisiin, kun siirrytään pois työkaverien parista. Ja ihan valtavasti ajankäyttöön: yhtäkkiä tulee kahdeksan tuntia päivässä aikaa ihan omalle itselle – miten sen ajan käyttää, on tärkeä kysymys.

Marja Raitoharju ja toinen kouluttaja, Eläkeläiset ry:n järjestösuunnittelija **Anu Mäki** painottivatkin ennalta varautumista. Itse

kunkin kannattaa hyvissä ajoin vielä työelämässä ollessaan miettiä minkälaiseksi oma eläkeikä muodostuu.

Eläkepolitiikan tavoitteena on turvata kohtuullinen, totuttu kulutustaso ja estää köyhyys. Oman eläkkeen suuruus kannattaa selvittää hyvissä ajoin, ettei tule yllätyksiä.

– Pääsääntöisesti eläke on noin 50 prosenttia palkasta. Suosittelemme kokeilemaan jonkun kuukauden ajan, miten sellaisella summalla tulisi toimeen. Siihenkin kannattaa varautua, että veroprosentti voi olla aika korkea. Toki eläkepäivillä myös jotkut menotkin pienenevät, Marja Raitoharju sanoi.

Koulutuksessa käydään läpi eläkelajit ja myös etuudet, kuten senioriliput, muut eläkeläisalennukset ja esimerkiksi liikuntapalvelut. Anu Mäki esitteli sosiaali- ja terveyspalveluja. Muutoksia on siinäkin eläköitymisen myötä edessä.

Työssä ollessamme olemme läksikäiteisen työterveyshuollon piirissä. Työterveyshuolto voi olla hyvin kattavaakin, eläkeläiset ovat julkisten terveyspalvelujen varassa.

–Omasta terveydestään kannattaa huolehtia, ja muistaa esimerkiksi influenssarokotukset, kun ikää tulee.

–Jos elämä on mennyt normaaleissa uomissa, ei ihminen tule edes ajatelleeksi, että on olemassa myös sosiaalipalveluita. Mutta jos arki järkkyy, terveys ja ihmissuhteet reistävät tai ihminen menettää elämänhallintansa esimerkiksi päihteiden vuoksi, on mahdollisuus päästä tuen ja avun piiriin. Mäki muistutti.

Riskejäkin on. Eläkkeelle siirtyminen esimerkiksi altistaa alkoholin käytön lisääntymiselle. Samalla elimistön kyky sietää alkoholia vähenee iän myötä.

–Suomessa on myös eläkeläisköyhyyttä, eivätkä kaikki köyhyyttä kokevat osaa tai kehtaa hakea toimeentulotukea. Joko he eivät tunnista oikeutta siihen tai elävät vielä ajatusmaailmassa, jossa on häpeällistä mennä 'sossun luvulle'.

Sillä, minkälaisia ovat viimeiset työssäolovuodet, on suuri vaikutus siihen, minkälaisiksi ensimmäiset eläkevuodet muodostuvat, sanoi Marja Raitoharju.

– Oletko saanut lähteä työpaikaltasi arvostettuna työntekijänä, sellaisella tunteella, että olet saanut ottaa oman sarkasi hyvin loppuun. Vai olet joutunut pois yt-neuvottelujen kautta, tai onko muuten annettu ymmärtää, että nyt olisi korkea aika sinun siirtä pois?

– Tässä on viesti myös työpaikoille. Ikääntyvien työntekijöiden viimeisiin työvuosiin kannattaa kiinnittää huomiota. Kuinka heidän jaksamistaan voitaisiin tukea?

Kuntien eläkevakuutus Keva muutama vuosi sitten teki kyselyn eläkeläisille siitä, mitä he kaipaavat työelämästä. Esille nousivat ihmiset, työkaverit, sosiaaliset suhteet.

– Olisikin tärkeää että turvaverkkoa voitaisiin laajentaa jo ennen eläkkeelle siirtymistä. Voisi hyvissä ajoin katsella vaikkapa jotain harrastusta, jossa voisi myös tutustua uusiin ihmisiin. Pääasia, ettei erakoiduta.

Harrastusten merkitys vahvistettiin myös osallistujien joukosta.

– Harrastuksia kannattaa tosiaan suunnitella jo etukäteen. Parisuhteessa on hyvä olla jokin yhteinen tarina ja tekeminen ja sitten itselle joku oma juttu. Oman harrastuksen kautta löytyy myös tärkeä sosiaalinen verkosto, huomautettiin keskustelussa.

– Minä harrastan koko ajan, sen lisäksi että on kolme lastenlasta ja nelivuorotyö. Ajattelen, että sitten kun jään eläkkeelle, niin saan hetkeksi pysähtyä. Sitten jatkan harrastusteni parissa, ongelmia ei



Eläkkeensaajien Keskusliiton järjestösuunnittelija Marja Raitoharju (keskellä) ja Eläkeläiset ry:n järjestösuunnittelija Anu Mäki (vasemmalla) painottavat hyvää ennakkosuunnittelua ja ennalta varautumista. Kuva: Tuomas Talvila.

”Sitten eläkkeellä voi ottaa rennommin”

–Tulevia eläkepäiviä olen miettinyt sen verran, että tiedän, että jossain edessä ne ovat, sanoo heinolalainen pakastepakkaaja Anne Kivioja, 61.

– Omien laskujeni mukaan ne ovat tulossa noin kolmen ja puolen vuoden päästä, sanoo Kivioja.

–Olen 19-vuotiaasta asti tehnyt töitä. Jos eläkkeellä ollessani siten satun heräämään kuudelta aamulla, saatan kääntää kylkeä ja jatkaa uniani. Ajattelen asian sillä lailla, että sitten minulla ei ole pakkoa mihinkään, eli voin tehdä, mitä huvittaa.

–Viihdyn työssäni ja omasta mielestäni olen jaksanut siellä oikein hyvin. Olen osaston vanhin, työkaverit ovat pääsääntöisesti 25–35-vuotiaita. Kun saan työskennellä näiden nuorten kanssa, unohdan välillä itsekini, että olen vanha, Kivioja nauraa.

Eläkevalmennustilaisuuksissa hän ei ole aikaisemmin ollut.

–Tästä Lahden opastuspäivästä ajattelin, että mitään en tässä menetä vaan kaikki tieto on hyödyksi. Eikä tammöisiä tapahtumia liian usein ylipäänsäkään tarjota. Tykkään siitä että tässä tilaisuudessa on rento tunnelma, asiat kerrotaan selkeästi ja jokainen voi kysyä vapaasti.

Tuomas Talvila



Anne Kiviojan eläkepäivät ovat muutaman vuoden päässä. Kuva: Tuomas Talvila.

Ikääntynyt Japani ratkaisi tuottavuuden omalla tavallaan

Eläkeikäisten työpanos ratkaisee

Julkisen sektorin velkaantumisen ja väestön ikääntymisestä huolimatta Japani on nostanut tuottavuuttaan.

Japani nosti työllisten määrää vuodesta 2000 vuoteen 2018 muun muassa eläkeikäisten naisten työpanoksella. Maa tasapainottelee tuottavuuden kanssa kuten Suomi.

Japanilaisten yli 64-vuotiaiden naisten työllisyysaste nousi runsaalla kymmenellä prosenttiyksiköllä vuosina 2000–2018, kertoo Työeläkevaluuttajat TELAn johtava ekonomisti **Risto Vaittinen** tuoreessa Väestöliiton väestöpoliittisessa raportissa.

Myös työikäisten naisten työllisyys nousi jopa 15 prosenttiyksiköllä vuosina 2000–2018, kertoo Työeläkevaluuttajat TELAn johtava ekonomisti **Risto Vaittinen** tuoreessa Väestöliiton väestöpoliittisessa raportissa.

–Vaittinen kirjoittaa raportissa, että vuonna 2018 Japanin bruttokansantuote henkeä kohti oli kolmekymmentä prosenttia korkeampi vuosittuhannen alkuun verrattuna. Suomessa kasvu on ollut vajaat 20 prosenttia.

Japanissa 65–74-vuotiaiden miesten työllisyysaste on Vaittisen mukaan 60 prosenttia ja naisten 38 prosenttia. Suomessa eläkeikäisten miesten työllisyysprosentti on 14 ja naisten 8.

Japanin tilanne kiinnostaa Suomea, koska meilläkin väestö ikääntyy ja työvoimaa kaivataan lisää.

Matalat tulot ajavat töihin

Japanilaisten eläkeikäisten osallistumista työelämään kannustanee eläketulon niukkuus. Japanissa lähes neljännes yli 65-vuotiaista elää alle puolella koti-

Japanin tilanne kiinnostaa Suomea, koska meilläkin väestö ikääntyy ja työvoimaa kaivataan lisää.

talouksien keskituloista. Suomessa vastaava osuus on noin viisi prosenttia. Suomen osuus heikkotuloisista eläkeikäisistä on reilusti alle OECD-maiden eli 36 teollisuusmaan keskiarvon. Suomi ja Japani kuuluvat OECD:hen.

Japanissa yli 65-vuotiaiden tuloista lähes 40 prosenttia muodostuu palkoista ja reilut 50 prosenttia eläkkeistä.

Täyden työuran tehneen keskipalkkaisen japanilaisen bruttokorvaustaso on reilut 34 prosenttia. Suomessa bruttokorvaustaso on Eläketurvakeskuksen mukaan noin 56 prosenttia.

Japanissakin syntyvyys laskenut

Japanin väestön syntyvyys kasvoi 2010-luvulle saakka, mutta jo 1980-luvun alusta lähtien alle 15-vuotiaiden määrä on vähentynyt. Tällä hetkellä yli 65-vuotiaita on 28 prosenttia väestöstä, mutta osuuden odotetaan kasvavan 40:een vuoteen 2060 mennessä.

Vuonna 2017 Japanin vanhushuoltosuhte oli maailman korkein eli 45 vanhusta sataa työikäistä kohti. Suomessa huoltosuhte oli 34 vanhusta sataa työikäistä kohti, Italiassa 35.

Suomen väestökehitys on ollut samansuuntaista Japa-

Maailman velkaantunein valtio

Japanissa julkinen talous on ollut alijäämäinen viimeiset 25 vuotta. Samaan aikaan julkisen talouden nettovelka on kasvanut 120 prosenttiin suhteessa bruttokansantuotteeseen.

Myös Suomessa tuskailaan julkisen sektorin alijäämäisyydestä. Tilastokeskuksen raporttoimien ennakkotietojen mukaan Suomen julkisyhteisöjen alijäämä oli 1,1 prosenttia suhteessa BKT:hen vuonna 2019.

Japani on maailman ikääntynein, mutta myös velkaantunein maa. Viime vuonna sillä oli velkaa 237,4 prosenttia bruttokansantuotteesta. Suomella on valtionvelkaa 59,4 prosenttia BKT:sta.

nin kanssa, mutta hitaampaa. Vaittisen mukaan Suomen väestörakenne ei kuitenkaan muutu samankaltaiseksi kuin Japanin.

Ruotsin väestörakenne on Japaniin ja Suomeen verrattuna erilainen korkean syntyvyyden ja maahanmuuton ansiosta.

Seuraavien kolmen vuosikymmenen aikana Japanin väkiluvun arvioidaan edelleen supistuvan, jolloin väkiluku alenisi noin kuudenneksella eli 20 miljoonalla henkilöllä. Japanin väkiluku on noin 125 miljoonaa.

Tiina Tenkanen/UP



Japanin 125-miljoonaisesta kansasta noin 35 miljoonaa on yli 65-vuotiaita. Osa eläköityneistä on työllistynyt uudelleen. Kuva on Tokiosta. Kuva: Pixabay.

Koulutusta yhteistyössä ammattiliittojen kanssa

Eläkeläiset ry ja Eläkkeensaajien Keskusliitto EKL ry järjestävät Edessä eläkevuodet -koulutuspäiviä yhteistyössä ammattiliittojen kanssa. Järjestöt toimivat kouluttajina ja tuottavat tilaisuuksiin koulutus- ja tiedotusmateriaaleja. Koulutuspäivät on suunnattu noin 1–5 vuoden sisällä eläkkeelle jääville tai juuri eläkkeelle jääneille liittojen jäsenille.

Lahdessa lokakuun alussa järjestetty lauantautilaisuus oli neljäs yhteistyössä Suomen Elintarviketöyläisten Liitto SEL:n kanssa järjestetty perheytyöpäivä. Vastaava järjestettiin SEL:n Lahden toimistolla jo alkuvuodesta, se keräsi 18 osanottajaa. Nyt tuosta määrästä jäätiin, mutta osallistujat olivat päivän antiin tyyty-

väisiä ja vilkasta keskusteluakin syntyi. Koulutuspäivissä käsitellään eläkeläisyyden tuomia muutoksia elämään, eläkeläisen etuja, edunvalvontaa eläkkeellä sekä eläkeläisjärjestöjä ja eläkeläistointimintaa. Hankkeessa ovat mukana ammattiliitoista SEL:n lisäksi Rakennusliitto, Teollisuusliitto ja JHL. Varmistunut on Rakennusliiton Helsingin koulutuspäivän ajankohta 21.11.

–Tuntuu, että olemme tähän asti järjestetyissä tilaisuuksissa tavoittaneet juuri oikean kohderyhmän: 1-2 vuoden sisällä eläkkeelle jäävät tai juuri eläkkeelle jääneet, Eläkeläiset ry:n järjestösuunnittelija Anu Mäki kertoo.

– Osallistujapalaute on ollut kiittävä.

Osallistujat ovat olleet kiinnostuneita myös paikallisten eläkeläisyhdistysten toiminnasta, ennen kaikkea harrastusryhmiä ja matkoista. Sekin on käynyt ilmi, että eläkeläisjärjestöjä ei kovin hyvin tunneta. On hienoa, että olemme saaneet kertoa omasta toiminnastamme, toteavat Mäki ja EKL:n järjestösuunnittelija Marja Raitoharju.

Tuomas Talvila

”Yhtäkkiä tulee kahdeksan tuntia päivässä aikaa ihan omalle itselle – miten sen ajan käyttää, on tärkeä kysymys.”