



# Turun Seudun Vanhustuki ry

## Toimintakertomus 2022

*Elämään iloa ja ystävältä tukea*

---

**TURUN SEUDUN VANHUSTUKI RY**

Lounatuulet Yhteisötaalo

Läntinen Pitkäkatu 33, 20100 Turku

044 5367 741

[www.vanhustuki.fi](http://www.vanhustuki.fi)

[info@vanhustuki.fi](mailto:info@vanhustuki.fi)

[facebook.com/Turun-Seudun-Vanhustuki-ry](https://facebook.com/Turun-Seudun-Vanhustuki-ry)

---

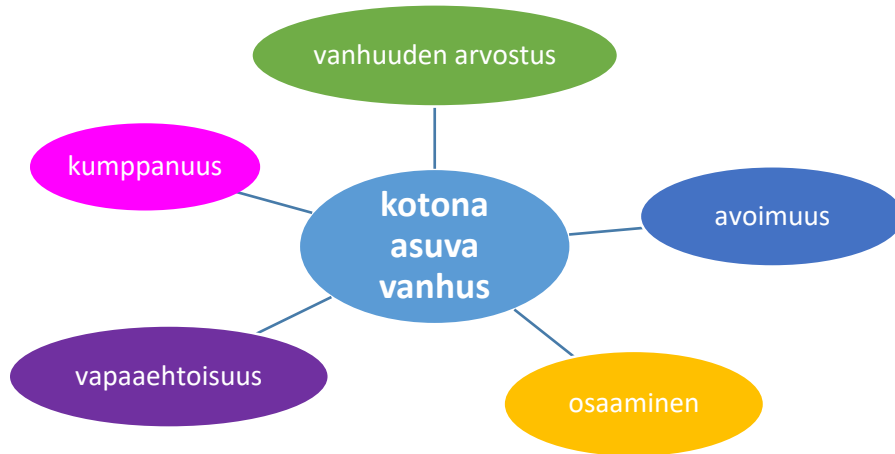
## SISÄLLYSLUETTELO

Yhdistyksen visio ja toiminta-ajatus <i>Elämään iloa ja ystävältä tukea</i> .....	3
Jäsenyys .....	4
Hallinto .....	4
Henkilöstö.....	5
Yhdistyksen talous.....	6
Vapaaehtoistoiminta .....	7
Avoin toiminta .....	7
Ryhmätoiminta .....	7
Virkistystilaisuudet ja retket / ohjelmatyöryhmä ja tapahtuma-avustajat .....	8
Tietoiskut ja luennot.....	9
Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus (STEA) avusteinen toiminta .....	10
Ystävätoiminta.....	10
Kuntoilukummitoiminta .....	11
Yksinäisten vertaisryhmätoiminta.....	11
Työryhmätyö.....	12
Edunvalvontatyöryhmä .....	12
Ohjelmatyöryhmä.....	13
Tiedotustyöryhmä .....	13
Viestintä.....	13
Yhteistyö .....	14
Asiakasohjaus ja tiedottaminen .....	14
Toiminnallinen yhteistyö .....	13
Verkostoyhteistyö.....	13
Oppilaitosyhteistyö.....	13
Muu yhteistyö.....	13

Turun Seudun Vanhustuki ry:n perustava kokous pidettiin Turussa 17.12.2002. Patentti- ja rekisterihallituksen 7.5.2003 päätöksellä yhdistyksemme hyväksyttiin merkittäväksi yhdistysrekisteriin.

## YHDISTYKSEN VISIO JA TOIMINTA-AJATUS *Elämään iloa ja ystävältä tukea*

Yhdistyksen arvot



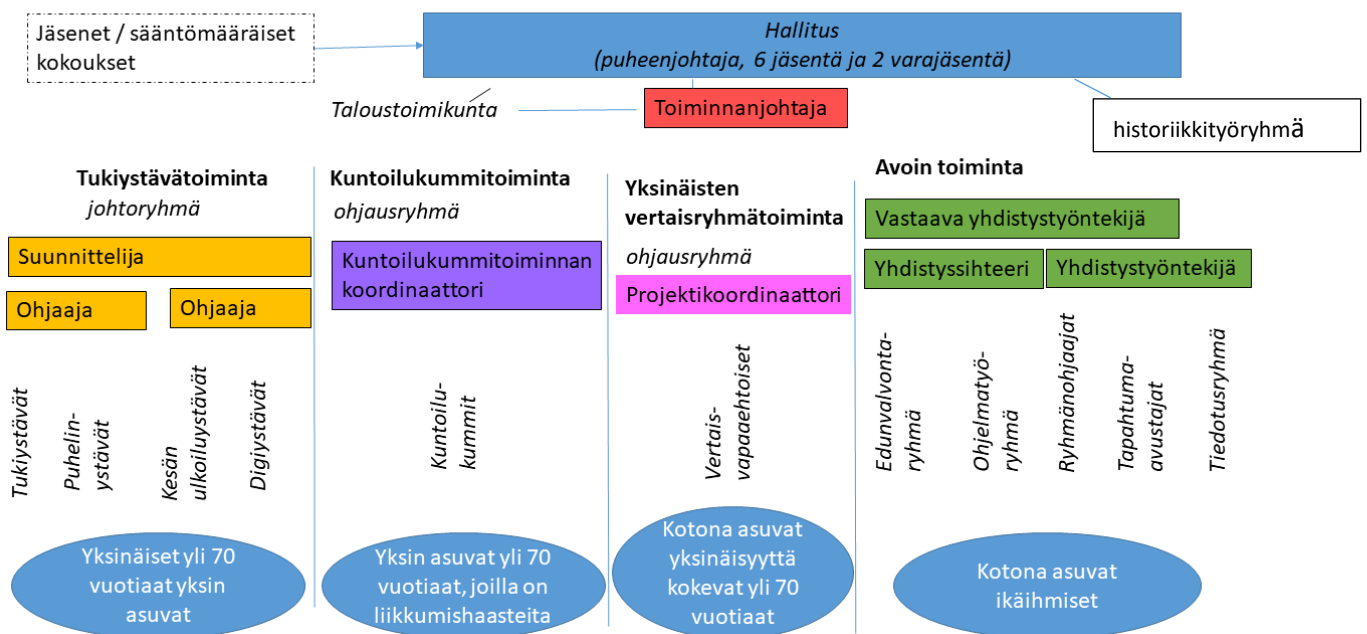
Tehtävämme on vanhusten hyvinvoinnin edistäminen, etujen ja oikeuksien valvonta sekä arvokkaan vanhenemisen turvaaminen.

Yhdistys on poliittisesti ja uskonnollisesti sitoutumaton.

Yhdistyksen kotipaikkana on Turku ja toiminnan kohderyhmänä ovat kotona asuvat vanhuksat.

Toiminnastamme hyötyvät vanhuksat, vapaaehtoiset ja yhteiskunta.

## Turun Seudun Vanhustuki ry 2022



## JÄSENYYS

Jäsenyys on kannanotto vanhusten puolesta. Tavoitteena oli, että vuoden lopussa meillä olisi 600 jäsentä. Jäsenmäärämme kasvoi 70 henkilöllä ja tavoitimme 119 uutta jäsentä. 31.12.2022 yhdistyksen jäseniä oli 552 henkilöä. Heistä kunniajäseniä oli 24.

Vuoden 2022 jäsenmaksu oli 20 € henkilöjäseneltä ja 50 € kannatusjäseneltä. Kunniajäsenet (25) olivat vapautettuja jäsenmaksusta. Yhdistyksen jäseneksi olivat tervetulleita niin yksityiset henkilöt kuin yhteisöt, jotka hyväksyvät yhdistyksen toiminta-ajatuksen ja tarkoituksensa sekä toimivat sen hyväksi. Keräsimme jäsenmaksua koko vuoden, ne ovat tärkeä toiminnan rahoituslähde.

Kutsuimme uusia jäseniä mukaan toimintaamme ja toivotamme heidät tervetulleiksi Tervetuloa -kirjein. Järjestimme heille ja muille toiminnastamme kiinnostuneille Info -tilaisuuksia, missä kerroimme yhdistyksestä, tapahtumistamme ja vapaaehtoistoiminnastamme. Infoja järjestettiin hybridinä kahdeksan kertaa ja niihin osallistui 25 henkilöä.

Yhdistyksen henkilöjäsenillä on äänioikeus sääntömääräisissä kokouksissa. Kokoukset ovat paikkoja, joissa jäsen pääsee vaikuttamaan muun muassa siihen, ketä valitaan hallitukseen ja millaista toimintaa yhdistyksessä on. Kokouskutsut julkaistiin sääntöjen mukaisesti jäsenlehdessä sekä yhdistyksen kotisivuilla.

Kevätkokous järjestettiin 25.4. Lounatuulet yhteisötilan Pihlajasalissa. Kokoukseen osallistui 16 yhdistyksen jäsentä läsnä olevana ja 1 etäyhteydellä. Sääntömääräisten asioiden lisäksi kokouksessa kerrottiin tulevasta 20-vuotisjuhlasta sekä luettiin hallitukselle osoitettu kirje koskien ohjelmatoimintaa. Kirjeen toiveen mukaisesti järjestettiin yhteinen keskustelutilaisuus kirjeen laatijoiden, hallituksen ja työntekijän kesken.

Syyskokous järjestettiin 21.11. Lounatuulet yhteisötilan Pihlajasalissa. Kokoukseen osallistui 18 yhdistyksen jäsentä, kaikki läsnä olevina. Kokouksessa päätettiin pitää jäsenmaksut ennallaan ja valittiin tilintarkastajana jatkamaan Wetterstein ja varatilintarkastajana Vikman Aurum Audit Oy:stä. Hallituksen puheenjohtajana jatkamaan valittiin Maarit Kulmala ja jäseniksi Marja Ekblom, Rainer Grönlund, Seppo Grönlund, Raili Koski, Leena Salonen, Seija Tamminen ja Daniel Telén sekä uutena Tuula Jansson. Kokouksessa kuultiin myös hallituksen vastine kevätkokouksessa esitettyyn kirjeeseen. Lisäksi päätettiin, että jäsenille lähetetään sähköisesti kokouspaperit pyydettyä etukäteen. Vapaaehtoisten palkitsemiset siirrettiin syyskokouksesta 20-vuotisjuhlaan.

Jäsenetuina jäsenet saivat Vanhustuen Viesti -jäsenlehden postitse neljästi vuodessa ja he pääsivät yhdistyksen teatterimatkoille ja retkille sekä ohjelmallisiin varainhankintatilaisuuksiin jäsenhintaan. Lisäksi he saivat jäsenkorttia näyttämällä jäsenetuja yhteistyökumppaneiltamme, joita oli 19. Tiedotimme jäseneduista yhdistyksen nettisivuilla ja Vanhustuen Viestissä.

## HALLINTO

Hallitus on yhdistyksen määräämä toimielin, ja sen tehtävänä on erityisesti toimintasuunnitelman ja talouden toteutumisen seuranta. Puheenjohtaja toimii toiminnanjohtajan esimiehenä. Hallituksen puheenjohtajana toimi Maarit Kulmala ja jäsenenä Marja Ekblom, Rainer Grönlund, Seppo Grönlund, Raili Koski, Rauni Niinimäki, Leena Salonen, Seija Tamminen ja Daniel Telén.

Hallitus piti järjestäytymiskokouksen ja uusien jäsenten tehtävään perehdytyksen tammikuussa. Raili Koski valittiin I varapuheenjohtajaksi ja Seija Tamminen II varapuheenjohtajaksi. Taloustoimikunnassa toimii Marja

Ekblom ja Raili Koski, joka jatkoi myös tositetarkastajana.

Tavanomaisten asioiden lisäksi taloustoimikunta teki hallitukselle esityksen pankkitalletusten hajautuksesta huomioiden vuosittaisen talletussuojan. Hallitus hyväksyi taloustoimikunnan esityksen ja yhdistyksen tili perustettiin Liedon Säästöpankin lisäksi Osuuspankkiin. Taloustoimikunta käsitteli ja päivitti yhdistyksen taloussäännön, jonka hallitus hyväksyi.

Hallituksen toimesta perustettu historiikkityöryhmä jatkoi työskentelyä. Työryhmään kuului Maarit Kulmala, Raili Koski ja Rainer Grönlund, joka puhtaaksikirjoitti yhdistyksen 20-vuotishistoriikin ”*Turun Seudun Vanhustuki ry kaksi vuosikymmentä*”. Historiikki valmistui juuri ennen 20-vuotisjuhlaa ja sitä painettiin 80 kappaletta.

Yhdistyksen 20-vuotisjuhla järjestettiin sunnuntaina 18.12. Ruusukorttelin hyvinvointikeskuksessa. Juhlapuhujaksi saimme kunniapuheenjohtaja Sirkka-Liisa Kivelän, ohjelmasta vastasi yhdistyksen kummi Eija Talvitie ja tarjoilusta Pitopalvelu Ahola. Juhlassa palkittiin seuraavat vapaaehtoiset: kunniajäsenyys myönnettiin vuodesta 2013 edunvalvontaryhmässä aktiivisesti toimineelle Pirjo Rinteelle ja Maarit Rintalalle, joka on toiminut vuodesta 2013 yhdistyksen eri tehtävissä, kuten hallituksessa, tiedotusryhmässä, ryhmänohjaajana sekä tukiystävänä että kuntoilukummina. Vuodesta 2013 ohjelmatyöryhmässä ja 2014 hallituksessa toimineelle Seppo Grönlundille anottiin Suomen Valkoisen Ruusun I luokan mitalia ja Tasavallan Presidentti, Suomen Valkoisen Ruusun ja Suomen Leijonan ritarikuntien suurmestari, myönsi mitalin hänelle. Posti ei tuonut mitalia juhlapäivään mennessä ja sen ojentamisajankohdasta Grönlundille päätetään hallituksessa myöhemmin. Juhlaan osallistui 69 henkilöä. Juhlatoimikunnassa toimi Maarit Kulmala ja Seija Tamminen.

Hallituksen kokouksia oli yhdeksän. Näiden lisäksi hallitus piti kaksi strategiatyöpäivää, päivitti johtosäännön ja kävi keskustelua yhdistyksen arvoista. Strategiatyö jatkuu vuonna 2023.

## HENKILÖSTÖ

Seitsemän toistaiseksi voimassa olevan työsuhteen lisäksi tarjosimme pitkäaikaistyöttömille määräaikaista työkokeilu- ja palkkatukityötä yhdistyksen avoimessa toiminnassa. Työllistämisessä teimme yhteistyötä paikallisen TE-palvelujen ja Verven/Kevan kanssa. Tukityöllistettyjä oli yhtäaikaaisesti töissä kahdesta kolmeen henkilöä ja erillisiä jaksoja toteutui yhteensä viisi.

Jatkoimme työyhteisössä koettuja hyviä käytänteitä muun muassa etätöiden muodossa. 2021 päättyneen Tulos-hankkeen käynnistämä osaamiskartoitustyö jatkui ja työntekijöille laadittiin tehtäväkohtaiset osaamismatriisit. Matriiseja hyödynnettiin kehityskeskusteluissa, joita käytiin viisi. Kolme työntekijää osallistui työnohjaukseen. Huolehdimme yhdessä kannustavasta ja avoimesta yhdessä tekemisen ilmapiiristä, missä tärkeänä pidettiin muun muassa päivittäisiä aamukahvihetkiä. Osaamisen jakamisen ja kehittämistä foorumina toimivat viikkopalaverit sekä avoimen-, tukiystävä-, kuntoilukummi- ja yksinäisten vertaisryhmätoiminnan kuukausipalaverit päivittäisten kohtaamisten lisäksi. Työntekijöiden jaksamista haastoi työntekijöiden 158 sairaspoissaolopäivää ilman sijaisia.

Ammatillista osaamista tuettiin tarjoamalla mahdollisuutta osallistua koulutuksiin sekä alan tapahtumiin ja seminaareihin. Tutkintotavoitteisia oppisopimuskoulutuksia suoritti tukiystävätoiminnan suunnittelija Laura Tuominen (Liiketoiminnan tehtävissä toimiminen -tutkinon osa) ja tukiystävätoiminnan ohjaaja Sonja Vainikka (Järjestöjohtajan erikoisammattitutkinto). Katri Korvela aloitti ratkaisukeskeisen lyhytterapia -

koulutuksen. Lisäksi työntekijät osallistuivat muun muassa STEAn, Vanhustyön keskusliiton, THL:n, Naistenkartanon, Mielenterveysliitto ry:n ja SOSTEn koulutus- / seminaaripäiviin. Toimintaympäristön muutoksia seurattiin erityisesti Hyvinvointialueen järjestäytymistä ja järjestöyhteistyötä, valtionavustustoimintaa ja yhdistyslakimuutoksiin tutustumalla.

Tavoitteena oli turvallinen työyhteisö ja nolla tapaturmaa. Työntekijöille kuuluu lakisääteinen työterveyshuolto vapaaehtoisilla määräaikaistarkastuksilla täydennettynä, alle 50-vuotiaiden työntekijöiden osalta viiden ja yli 50-vuotiaiden osalta kolme vuoden välein. Työyhteisölle on työterveyshuollon toimintasuunnitelman lisäksi laadittu varhaisen puuttumisen ohjeistus ja kriisiohjelma. Koska toimimme riskiryhmän parissa, työntekijöille tarjottiin influenssarokotteet ja työntekijöille järjestettiin hätäensiapukoulutus. Työsuojelusta ja – turvallisuudesta huolehdimme ennakoinnilla ja teimme vuosittaisen riskien arvioinnin, kertasimme ja päivitimme omat työturvallisuusohjeemme, kävimme läpi Lounatuulet Yhteisötalon pelastussuunnitelman ja teimme turvallisuuskävelyn. Hyvinvointikeskuksen toimesta ei järjestetty turvallisuusinfoa, mutta työntekijä selvitti talon ensiapu- ja pelastuskäytäntöjä ja opasti vapaaehtoisia ohjeiden noudattamisessa.

Yhdistyksessä työskenteli moniammatillinen tiimi. Avoimen toiminnan tapahtumien organisoijana ja avustajana, viestinnän toteutuksessa, vapaaehtoisten ohjaajana sekä jäsen toiminnan toteutuksessa toimii vastaava yhdistystyöntekijä, tradenomi Erik Långstedt (poissa 18.5.–31.7.) yhdessä tukityöllistettyjen Tuula Temosen, Noora Holmbergin, Jonna Liukkosen ja Ville Korvelan kanssa. Tukiystävätoiminnassa työskenteli ohjaajina sosionomi Sonja Vainikka 31.7. asti, sosionomi, lähihoitaja Vera Holm 27.6. alkaen ja sosionomi Irene Virtanen sijaisena 23.6. asti sekä vakituksena 1.8. alkaen. Päivittäisessä asiakastyössä sekä toiminnan seurannasta, kehittämisestä ja raportoinnista vastuussa olevana tukiystävätoiminnan suunnittelijana toimi fysioterapeutti YAMK Laura Tuominen 13.6. asti ja 1.8. alkaen sosionomi Sonja Vainikka. Kuntoilukummitoiminnassa toimii asiakastyössä sekä toiminnan seurannasta, kehittämisestä ja raportoinnista vastuussa oleva koordinaattori, fysioterapeutti Iida Aulas. Yksinäisten vertaisryhmätoiminnan kehittämisestä ja ryhmien pilotoijana toimii projektista vastaava koordinaattori, sosionomi Katri Korvela. Yhdistyksen operatiivisesta toiminnasta ja viestinnästä sekä henkilöstö- ja taloushallinnosta vastasi toiminnanjohtaja, kasvatustieteen maisteri, fysioterapeutti Nina Karuneva, joka toimii myös hallituksessa ulkopuolisena sihteerinä.

## **YHDISTYKSEN TALOUS**

Yhdistyksen toiminta perustui palkattomaan vapaaehtoistoimintaan, mutta vaati myös työntekijöiden panosta. Vaikka kaupungin avustus oli huomattava, jäi se paljon alle anotun summa eikä näin pystytty suunnitelman mukaisesti täydentämään osa-aikaisen vastaavan yhdistystyöntekijän työaikaa kokoaikaiseksi. Avoimen toiminnan taloutta tasapainotti ennen kaikkea talousarviossa esitetyn Mattilan säätiön avustuksen lisäksi Turun Kauppakamarin kohdennettu lahjoitus kuukausittaisiin syntymäpäivätilaisuuksiin ja Enshner Stiftelsen avustus ikäihmisten digiohjauksessa käytettäviin tablettien hankintaan sekä vapaaehtoisten koulutus- ja virkistystilaisuuksiin.

Kirjanpito ja palkanlaskenta, tilintarkastus, IT-tuki ja siivous olivat ulkoa ostettuja palveluja. Näissä palveluntuottajissa tapahtui seuraavat muutokset: tilintarkastus siirtyi Aurum Audit Oy:lle (varsinaisena tarkastajan toimi KHT Robert Wetterstain varalla KHT Paul Wikman), IT-tuki OneData Sovellos Oy:lle ja työterveyshuolto Pihlajalinnkaan. Uudet palveluntuottajat valittiin tarjouspyyntöjen mukaan ja kulut pyrittiin pitämään maltillisina.

Toimitilamme käsitti ryhmätilan, aulan ja työntekijöiden työhuoneita. Olimme Jorma Niemisen/ Finnfoamin vuokralaisina Lounatuulet Yhteisötalossa ja meillä oli Finnfoamilta vuokrattuna myös kolme autohallipaikkaa kotikäyntejä tekeville työntekijöille. Lounatuulet Yhteisötalo ry:lle talon toimijana maksoimme Yhteisötalolle vuokria Pihlajasalin käytöstä sekä netti-, jäsen- ja palvelumaksuja, joihin tuli ennakkoimattomia korotuksia.

Toiminnan toteuttaminen, toimitilakustannukset ja henkilöstökulut rahoitettiin seuraavasti:

- Yhdistyksen avoin toiminta (KP 6900): Turun kaupungin toiminta-avustus, jäsenmaksut, varainkeruutilaisuudet (2), avustuksilla, lahjoituksilla, Opintokeskus Siviksen tuella, vapaaehtoisella osallistumismaksuilla, käsityökerhon tuotteita myymällä, arpajaistuotoilla, eri liikkeiden tuotelahjoituksin sekä työllistämistuilla.
- Tukiystävätoiminta (KP 6410), kuntoilukummitoiminta (KP 6430) sekä yksinäisten vertaisryhmätoiminta (KP 6440): Sosiaali- ja terveysministeriön yhteydessä toimivan Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskuksen (STEA) hanke- ja projektirahoituksin.

## VAPAAEHTOISTOIMINTA

Vapaaehtoistoimintamme jatkui aktiivisena. Viestimme useassa eri kanavassa toimintamahdollisuuksista ja kerromme selkeästi, miten eri toimintoihin pääsee mukaan. Rohkaisimme kiinnostuneita aloittamaan toiminnan ja otimme vapaaehtoisia vastaan koko vuoden. Vuonna 2022 mukana olikin lähes 200 eri-ikäistä toimijaa työryhmissämme, tukiystävätoiminnassa, kuntoilukummeina, tapahtuma-avustajina sekä ohjaajina avoimen toiminnan yksinäisten vertaisryhmissä. Toiminnassa noudatimme vapaaehtoistoiminnan periaatteita.

Tavoitteenamme on, että vapaaehtoiset saavat toimintansa tueksi riittävästi tietoa, tukea ja kiitosta sekä vaikuttamismahdollisuuksia. Vuonna 2022 valmistui edunvalvontaryhmäämme perehdytyspolku ja materiaali yhteisöpedagogiopiskelija Johanna Viitaniemen opinnäytetyönä. Järjestimme kaikille vapaaehtoisille yhteisiä virkistystä ja koulutuksia seuraavasti: 14.2. Turun pääkirjaston palveluihin tutustuminen, 9.3. Ensiapukoulutus EA-kouluttaja Eetu Honkanen, 11.5. piknik-risteily, 30.8. syysstartti, 12.10. hyvinvointi-ilta ja 7.12. teatteri-ilta. Tilaisuuksiin osallistui 150 vapaaehtoista. Eri toimintaryhmien vapaaehtoiset kokoontuivat myös erikseen, niistä kerromme toimintaryhmien kohdalla tarkemmin.

## AVOIN TOIMINTA

### Ryhmätoiminta

Ryhmätoiminnassa keskeisenä tavoitteena oli tarjota vanhuksille mielekästä tekemistä, sosiaalisen kanssakäymisen ja tutustumisen paikkoja yhdessä vertaisten kanssa hyväksyvässä ilmapiirissä. Tavoitteenamme oli, että jokainen kokee itsensä tervetulleeksi toimintaan, aktivoituu osallistumaan, oppii uutta ja löytää ystäviä.

Järjestimme keskimäärin kuusi ryhmätilaisuutta viikoittain, 365 ryhmäkertaa vuodessa ja toimimme myös kesäaikaan. Näin tavoitimme yli 4000 osallistujaa eri puolilta kaupunkia. Osallistuminen mahdollistettiin osin myös etäyhteydellä. Toimintamme oli kaikille avointa ja maksutonta, jotta kynnys osallistua olisi matala.

Toiminnan suunnittelun pohjalla oli teettämämme kysely, johon vastasi 48 henkilöä (ikäjakauma: 2 % yli 90v., 7 % 80-89 v., 46 % 70-79v. ja 15 % 60-69 v.). Alla yhteenveto vastauksista.

- \* Suurin osa tuli tutustumaan ja tapaamaan muita ihmisiä.
- \* Osa vastaajista sanoi osallistuvansa jonkin tietyn toiminnan vuoksi, kuten tietovisa tai bingo.
- \* Tilaisuuksiin tultiin virkistäytymään ja saaman vaihtelua eläkepäiviin.
- \* Toivottiin kirjallisuus- ja taidepiiriä, rivitanssia, levyraatia, tietoa taidemuseon taidepiiristä, erilaisia retkiä, valokuvauskerhoa ja edelleen lisää mielenkiintoisia luentoja.
- \* Useampi vastasi, että kaikki toiminta on ollut hyvää ja monipuolista.

- \* Osa kertoi tulleen saamaan uutta tietoa tai kehittämään tietoa ja muistia.
- \* Moni kertoi osallistumisen olevan hyvää ajankulua mukavassa seurassa.
- \* Toivottiin toimintaa mahdollisesti myös iltaiikaan.
- \* Kahvitarjoilulle annettiin täydet 10 pistettä.

Vastauksena saimme myös, että Vanhustuen infra on kunnossa ja ympäristö miellyttävä. Ja saimme kiitosta, että koko poikkeuksellisen ajan olemme olleet auki rajoitukset huomioiden.

Toimistolla kokoontui bingo, elämäkertapiiri, ikivireät-keskusteluryhmä, käsityökerho, lukupiiri, levyraati, pelikerho ja tietovisa sekä uutena toimintamuotona kuukausittaiset syntymäpäiväkahvit kyseisenä kuukautena syntyneille. Sitäsuntätä -ryhmä ja tuolijumppa järjestettiin Ruusukorttelissa. Toimistolla kokoontui myös aarrekartta- (2) ja omenasosepajat (2). Yhteistyössä Lähimmäispalveluyhdistyksen kanssa järjestettiin toimistolla Sippe kirjallisuus-, musiikki-, valokuva- ja kuvataidekutsut. Kesällä Vanhustuen kulkijoiden matkassa käytiin Fölin vesibussiretkellä, tutustuttiin Läntisen Pitkädun historiaan ja uuteen Logomon siltaan. Kävelyiden päätteeksi nautittiin yhteinen omakustanteinen lounas. Lisäksi lokakuussa paistettiin nuotiolla lettuja Ruissalossa.

Ryhmätoiminnan ohella tarjosimme ikäihmisille erilaisia kursseja: kaksi unikoulua yhteistyössä TULE-tietokeskuksen kanssa, voimaa ruuasta yhteistyössä Gery ry:n kanssa, kaksi muisti- ja aivoterveys -kursssia sekä kaksi digikurssia yhteistyössä EKL:n kanssa. Lisäksi WebAition kumppanina kokeilimme etätietovisaa yhteistyössä POPSoten neljän kunnan kanssa. Mukana olivat Hailuoto, Kempele, Liminka ja Muhos. Kokeilussa testattiin Vooler -sovelluksen soveltuvuutta ikäihmisille. Kolme etätietovisaa piti opiskelija osana harjoitteluaan. Lisäksi yksinäisten vertaisryhmätoiminnassa aloitettiin avoin ja etäryhmät suljettujen ryhmien lisäksi, näistä lisää ko. kohdassa.

Käsityökerhomme teki yhdistyksen materiaaleista tuotteita paitsi myyntiin yhdistyksen hyväksi, myös lahjoitettavaksi. Käsitöitä lahjoitettiin muun muassa TYKS:n vastasyntyneiden osastolle. Pelikerholaiset edustivat yhdistystä kahden joukkueen voimin kohtaamispaikka tärsdyn järjestämässä mölkky -turnauksessa. Tällä kertaa voittopokaali meni toisaalle.

Ryhmänohjaajina avoimen toiminnan ryhmissä ja kursseilla toimivat vapaaehtoisemme Anja Herranen, Anne Aro, Anneli Virta, Anita Kostiainen, Ansa Timonen, Arja Karhunen, Helena Hemsley, Helena Saarimäki, Maarit Rintala, Marja Lumio, Pirjo Solin, Raili Koski, Rainer Grönlund, ja Tuulikki Mähönen sekä opiskelijat Johanna Viitaniemi ja Anna-Lidia Eriksson.

## Virkistystilaisuudet ja retket / ohjelmatyöryhmä ja tapahtuma-avustajat

Kaikille avoimien virkistystilaisuuksien tavoitteena oli tuottaa vapaaehtoisvoimin vanhuksille hyvinvointia



lisääviä tilaisuuksia irrottautua arjesta. Tavoitteenamme oli, että tilaisuudet virkistävät ja tuottavat hyvää mieltä. Varainhankintatilaisuuksia lukuun ottamatta tilaisuudet olivat pääsymaksuttomia.

Järjestimme kuusi Vanhustuen iltapäivää Ruusukorttelissa, suunnitellut tammi- ja helmikuun tilaisuudet jouduimme perumaan koronarajoitusten vuoksi. Iltapäivissä esiintyivät muun muassa Tammerot senioritanssiryhmä, Duo TraBand, Timo Rautala, Ilon lähettiläät, Kansantanssiryhmä Katajaiset, Teijo Pöyhönen, Birgitta Palmusuo ja Seija Vuori, Teuvo ja tytöt, Turun Föripolskaajat, Sirpa ja Olavi Kosonen, Rusadoo tanssiryhmä sekä lauluryhmä Kööri. Tilaisuuksissa juontajina toimivat Sirpa Vaitinen ja Ritva Ilmanen.

Omakustannehintailla teatterimatkoilla (3) käytiin maaliskuussa Raumalla katsomassa *Pirtumiehet*, heinäkuussa Laitilassa *Kuin jäitä polttelis* ja marraskuussa Kaarinassa *Terveydeksi*, ja lokakuun retki tehtiin Lehmirantaan. Retkillä matkanjohtajina toimivat Seppo Grönlund, Tuula Nuutinen ja Eeva-Liisa Suominen.

Edellä mainittuihin ohjelmatyöryhmän suunnittelemiin ja toteuttamiin virkistystilaisuuksiin ja retkille osallistui vuoden aikana noin 450 henkilöä.

Ohjelmatyöryhmä yhdessä tapahtuma-avustajien kanssa järjesti myös kaksi varainhankintatilaisuutta. Huhtikuussa Ruusukorttelissa oli *Kevätliljojen aikaan* -konsertti, missä esiintyi Turun Rautatiehanuristit sekä marraskuussa järjestettiin *Muotia ennen ja nyt sävelten siivin* -tapahtuma, missä malleina toimivat yhdistyksen vapaaehtoiset Helena Saarimäki, Leni Parikka, Mirja Kautonen, Raili Koski, Rauni Niinimäki sekä Ansa Timonen, joka myös organisoivat muotinäytöksen.

Ohjelmatyöryhmässä toimivat ja iltapäivien, retkien sekä varainhankintatilaisuuksien ohjelmasta vastasivat Sirpa Vaitinen, Oskari Vaitinen, Ansa Timonen, hallituksen edustajana Maarit Kulmala sekä organisointitukena työntekijöistä Erik Långstedt.

Vapaaehtoiset tapahtuma-avustajamme toivottivat virkistystilaisuuksissa osallistujat ovella tervetulleeksi, avustivat tarvittaessa osallistujia pöytien ääreen ja hoitivat tilaisuuksien kahvitukset. Tapahtuma-avustajina toimi Liisi Anttila, Airi Hellberg, Pirkko Kankare, Päivi Keihäs, Anneli Koivikko, Leena Koivunen, Reetta Liukkonen, Mirja Mattila, Leena Mattila, Soile Nurmi, Tuula Nuutinen, Helena Okslahti, Pia Orava, Hellevi Otamo, Pirjo Saarinen, Varpu Salo, Sirkka-Liisa Salomaa, Aira Solla, Kristina Sommerfelt, Ansa Timonen, Raija Virta ja Anneli Virta. Ryhmän toiminnasta vastasi yhdistystyöntekijä Erik Långstedt.

Lisäksi toimistolla järjestettiin vappu-, juhannus-, kekri- ja itsenäisyyspäivättilaisuudet. Vappujuhlassa osallistujat pääsivät muun muassa kokeilemaan VR-laseja ja samalla matkalle saaristoon. Juhannusjuhlassa Teijo Pöyhönen soitti haitaria ja laulatti sekä kuulimme Liisa Saarisen lausuntaa. Kekrijuhlassa Pirjo Solin kertoi kekriperinteistä ja liti Elomaa & Päivi Korvensyrjä musisoivat. Itsenäisyyspäiväjuhlassa saimme nauttia Naantalilaisen Pissarat lauluryhmän esityksistä. Näihin neljään tilaisuuteen osallistui 115 henkilöä.

## Tietoiskut ja luennot

Luennoilla vanhuksat saavat tietoa ja tietoiskuissa he voivat lisäksi jakaa ajatuksiaan itseään tai elinympäristöään koskevista asioista. Tavoitteena on, että ajankohtaisten asioiden kuuleminen ja vertaiskeskustelut auttavat vanhuksia löytämään tarvitsemiaan palveluita ja kannustavat itsestä huolehtimiseen. Tilaisuuksissa on tavoitteena oppia myös uusia asioita.

Yhdistyksen toimistolla joka toinen viikko järjestettiin Olohuoneen tietoiskuja (21), missä asiantuntijat alustivat ja johdattelivat keskustelua seuraavista aiheista: ikäihmisten yksinäisyys, ravitsemus, arjen

liikuntamahdollisuudet, terveystietotoiminta, kaupungin päihdepalvelut, jalkojenhoitotuotteet, risteilyt, 60-luvun nuoriso, kaatumisen ehkäisy, tuetut lomamatkat, yhteisöllinen asuminen, kuulo, kotihoitopalvelut, kaupungin liikuntapalvelut, vatsavaivat, apuvälineet, liikenneturvallisuus, sydänterveys, edunvalvonta ja edunvalvontavaltuutus. Tietoiskuihin oli mahdollista osallistua myös etäyhteydellä, syksyllä myös Omakirjaston kautta.

Yhteistyössä Turun kaupunginkirjaston ja Turun hyvinvointitoimialan kanssa jatkoimme Virkeä Vanhuus -luentosarjaa kirjaston Studioissa ja luennoille (8) oli mahdollista osallistua myös etäyhteydellä. Osa Virkeä Vanhuus -luennoista oli kahden viikon ajan katsottavissa tallenteina Omakirjastossa. Luentoaiheita olivat: Aivoterveys, muisti, sähköiset palvelut ja tietokoneen käyttö, suun terveys, terveys ja toimintakyky, kelan etuudet ja palvelut, hoitotahto ja yksinäisyys. Suunniteltu tammikuun luento peruttiin koronan vuoksi ja joulukuun luennoitsijan sairastumisen takia.

Luennot ja tietoiskut olivat kaikille avoimia ja maksuttomia, ja tavoitimme noin 800 kuulijaa. Mainittakoon, että tallenteiden katsoja ja etäosallistujamäärää emme Virkeä Vanhuus luennoilla pystyneet seuraamaan.

## **SOSIAALI- JA TERVEYSJÄRJESTÖJEN AVUSTUSKESKUS (STEA) - AVUSTEINEN TOIMINTA**

### **Ystävätoiminta**

Organisoimme vapaaehtoisia ystäviä kotona yksin asuville yksinäisille yli 70-vuotiaille vanhuksille. Toiminnan vaikutuksesta vanhusten yksinäisyys vähenee ja, ystävätoiminnan muodosta riippuen, he pääsevät ulkoilemaan ja asioimaan sekä aktivoituvat tekemään arjen askareita tai osallistumaan kodin ulkopuolisiin aktiviteetteihin.

Kuukausitasolla ystäväsuhteita toimi keskimäärin 112 ja vuoden aikana tavoitimme 201 yksinäistä Turun seudulla yksin asuvaa yli 70-vuotiasta. Ystäväsuhteet olivat toistaiseksi voimassa olevia tai määräaikaista. Ystävätoiminnan muotoja olivat:

- Tukiystävyyden, jossa vapaaehtoinen vieraillee tuettavan luona ja toimii juttuseurana sekä ulkoilu- ja asiointiapuna joka toinen viikko. Tukiystäväsuhteita toimi kuukausitasolla keskimäärin 97.
- Puhelinystävyyden; jossa vapaaehtoinen soittaa sovitusti tuettavalle noin 30 minuutin puhelun 2–4 kertaa kuukaudessa. Puhelinystäväsuhteita toimi kuukausitasolla keskimäärin 12.
- Digiystävyyden, jolloin vanhus ja vapaaehtoinen tapaavat verkon välityksellä joka toinen viikko. Digiystäväsuhteita toimi koko vuoden yksi.
- Ulkoiluystävyyden, jossa vapaaehtoinen käy kesä-elokuussa joka toinen viikko ulkoilemassa vanhuksen kanssa. Kesäajan ulkoiluystäväsuhteita toimi yhteensä 7.

Vapaaehtoiset perehdytettiin toimintaan Ystävän peruskurssilla (3 h) tai henkilökohtaisesti perehdyttämällä. Ystävän peruskursseja järjestettiin vuoden aikana yhteensä 9, joista yksi oli etäyhteydellä. Perehdytyksen kävi yhteensä 49 henkilöä, joista 32 kävi Ystävän peruskurssin ja 17 henkilökohtaisen perehdytyksen. Aloittaessaan toiminnan vapaaehtoisten kanssa tehtiin liittymissopimus ja samalla he sitoutuivat vaitioloon. Sopimuksia tehtiin vuoden aikana 37. Vapaaehtoisia tuettiin järjestämällä kolme vertaistapaamista ja yksi ystävän jatkokurssi. Lisäksi vapaaehtoiset ystävät käyvät vuosittain toiminnanohjauksellisen keskustelun ohjaajan kanssa. Näitä vuosikeskusteluja käytiin yhteensä 78. Suljetun Facebook-ryhmän ja Ystäväkirjeiden kautta (2) he saivat tietoa ja materiaaleja ystävätoiminnan tueksi.

Yhteistyötä tehtiin myös vanhusten läheisten kanssa. Toiminnan käynnistyttyä vanhuksen ilmoittamalle yhteyshenkilölle soitettiin ja kerrottiin sekä lähetettiin kirjallista materiaalia toiminnasta. Omaisille oli tarkoitus järjestää keväällä omaisten ilta, mutta osallistujia ei ollut. Viestinnän ja tapaamisten tarkoituksena oli antaa tukea ja tietoa vanhusten palveluista omaisille sekä madaltaa kynnystä pyytää apua.

Toimintaa seurattiin myös käynti-/soitto-/tapaamismääriä tilastoimalla. Vapaaehtoiset ystävät tekivät vuoden 2022 aikana 1605 käyntiä ja 792 puhelua yksinäisille vanhuksille. Tukiystävätoiminnan johtoryhmä kokoontui kaksi kertaa vuoden aikana seuraamaan toiminnan etenemistä ja antamaan asiantuntemuksensa toiminnan kehittämiseksi. Johtoryhmässä oli edustajat Turun kaupungin hyvinvointitoimialalta, Turun Lähimmäispalveluyhdistyksestä (Varjosta valoon-toiminta), yhdistyksen hallituksesta sekä yksi tukiystävätoiminnan vapaaehtoinen. Lisäksi ryhmään kuului tukiystävätoiminnan suunnittelija ja toiminnanjohtaja. Yhteistyötä tehtiin myös asiakasohjauksessa sekä palveluketjun kehittämisessä.

### Kuntoilukummitoiminta

Organisoimme vapaaehtoisia kuntoilukummeja yksin asuvien yli 70-vuotiaiden turkulaisten fyysisen kunnon ylläpitämisen sekä omatoimiseen harjoittelun tukemiseen. Kohderyhmänämme on henkilöt, joilla on liikku-  
misen haasteita ja ovat palveluketjussa väliinputoajia. Tavoitteena on harjoittelua tukemalla parantaa van-  
husten liikkumisvarmuutta ja arjen toimintakykyä sekä tukea kotona asumista ja motivoida ylläpitämään toi-  
mintakykyään.

Kummit käyvät neljän kuukauden ajan joka toinen viikko vanhuksen luona harjoittelemassa koordinaattorin  
laatimin yksilöllisin ohjein, jonka jälkeen koordinaattori tekee loppuarvion toiminnan vaikuttavuudesta ja so-  
pii jatkotoimenpiteistä yhdessä vanhuksen kanssa vapaaehtoista kuullen. Vuoden aikana jaksoja toteutui 75  
ja tavoitamme yhteensä 50 vanhusta.

Vapaaehtoiset perehdytettiin toimintaan kuntoilukummitkurssilla (3h) tai henkilökohtaisesti perehdyttä-  
mällä. Aloittaessaan toiminnan he allekirjoittivat liittymissopimuksen ja samalla sitoutuvat vaitioloon. Va-  
paaehtoisia tuettiin järjestämällä vertaistapaamisia (6) ja Liikkuvan mielen tukija -koulutus yhteistyössä  
Mieli ry:n kanssa. Suljetun Facebook-ryhmän ja Kummitiedotteen kautta (3) he saivat tietoa ja materiaaleja  
toiminnan tueksi.

Koordinaattori on vanhuksen ja vapaaehtoisen tukena seuraten ja arvioiden kummissuhdetta soitoin,  
palautekeskusteluihin ja seurantakäynneihin. Toimintaa seurataan myös käynti- ja harjoittelumääriä  
tilastoimalla. Toiminnan vaikuttavuutta mitataan muun muassa fyysisen toimintakyvyn mittauksin ja  
kyselyin. Kuntoilukummitoiminnan ohjausryhmä kokoontuu kaksi-kolme kertaa vuodessa seuraamaan  
toiminnan etenemistä ja antaa asiantuntemuksensa toiminnan kehittämiseksi. Ryhmässä on edustajat Turun  
kaupungin hyvinvointi- ja vapaa-aikatoimialoilta, TULE-tietokeskuksesta sekä yhdistyksen hallituksesta.  
Lisäksi ryhmään kuuluu kuntoilukummitoiminnan koordinaattori ja toiminnanjohtaja.

### Yksinäisten vertaisryhmätoiminta

Yksinäisten vertaisryhmä on STEAn rahoittama kolmen vuoden projekti, jossa kehitetään kustannustehokas  
malli jatkuvasta ryhmämuotoisesta toiminnasta yli 70-vuotiaiden yksinäisyyttä kokevien voimavaroja vahvis-  
tamiseen antamalla keinoja yksinäisyyden käsittelyyn ja ymmärtämiseen. Toiminta täydentää muuta toimin-  
tayımpäristössä tarjolla olevaa toimintaa, joka kohdentuu akuutin kriisin hoitoon, tarjoaa seuraa tai tekemistä  
ja on usein lyhytkestoista tai määräaikaista. Projekti käynnistyi vuoden 2021 syksyllä.

Vuoden aikana järjestettiin yli 70-vuotiaille yksinäisyyttä kokeville turkulaisille kuusi vertaisryhmää. Ryhmät olivat maksuttomia, ja niissä oli 10 teemallista kokoontumiskertaa. Ryhmätoiminnan tavoitteena oli lisätä osallistujien itsetuntemusta ja voimavaroja sekä antaa välineitä yksinäisyyden tunteen käsittelyyn ja ymmärtämiseen. Ryhmistä kolme toteutettiin suljettuna, kaksi avoimena ja yksi etänä. Toista etäryhmää aloitettiin Iso-Heikin palvelutalossa Vooler-sovelluksen kautta, mutta se jouduttiin lopettamaan osallistujien turhautumiseen teknisten ongelmien takia.

Vertaisryhmiin sai osallistua yhä uudestaan, oman tarpeensa mukaan, eikä järjestön jäsenyyttä vaadittu. Ryhmät kokoontuivat joka toinen viikko kahden tunnin ajan. Kaupungin virtuaalisen kotihoidon asiakkaista koostuvan etäryhmän pituus oli kerrallaan tunti. Vuoden aikana toiminta tavoitti 48 yksinäistä. Ensimmäinen vertaisohjaaja perehdytettiin. Vertaisohjaaja toimi ensin työntekijän työparina, jonka jälkeen itsenäisesti vertaisryhmän ohjaajana. Työntekijän ja vertaisohjaajan yhteistyö on ollut säännöllistä ja tavoitteellista.

Työntekijä koordinoi, viesti ja markkinoi toimintaa yhdessä osallistujien, vapaaehtoisten sekä ohjausryhmän kanssa. Kahdesta vuodesta kokoontunut ohjausryhmä seurasi toiminnan etenemistä ja arvioi sekä toimi työntekijän tukena toiminnan kehittämisessä. Ryhmässä oli edustajat Turun kaupungin hyvinvointitoimialalta, Tukenasi ry:stä, Helsinki Missiosta, Omaishoitajat ry:stä sekä yhdistyksen hallituksesta. Lisäksi ryhmään kuului projektikoordinaattori ja toiminnanjohtaja.

## TYÖRYHMÄTYÖ

Työryhmissä toimii hallituksen nimeämä vastuuhenkilö ja yhdistyksen jäseniä yhdessä työntekijän kanssa.

### Edunvalvontatyöryhmä

Edunvalvontaryhmä toimii yhdistyksen vanhusasioiden asiantuntijaroolissa ja ikäihmisten etujen valvojana pyrkien vaikuttamaan yhteiskunnalliseen päätöksentekoon. Ryhmä kuulee eri intressiryhmiä, seuraa kunnallista päätöksentekoa, vanhustutkimustietoa ja julkista keskustelua vanhuksista, kuulee vanhusten palautetta sekä tekee Turun kaupunginhallitukselle, hallintokunnille ja virkamiesjohdolle aloitteita, esityksiä ja lausuntoja palvelujen kehittämiseksi ja puutteiden korjaamiseksi. Asioiden parantamiseksi tehdään yhteistyötä eri tahojen kanssa ja niitä tuodaan tarvittaessa julkisuuteen myös median välityksellä.

### Vuonna 2022 edunvalvontaryhmä

- Järjesti tammikuun alussa tilaisuuden *"Mistä aluevaaleissa on kyse"*. Koronarajoitusten vuoksi tilaisuus järjestettiin etäyhteydellä. Tilaisuus tallennettiin ja se oli nähtävillä yhdistyksen kotisivuilla ja facebookissa. Toinen suunniteltu vaikuttamistilaisuus ei toteutunut.
- Kirjoitti Turun Sanomiin aiheesta *"Kriteerit iäkkäiden kotihoidolle ja ympärivuorokautiselle hoidolle on laitettava kaikkien näkyville"*.
- Teki aloitteen K- ja SOK- ryhmiin sekä Lidliin hiekoituksesta ja kauppojen eteisten penkeistä nastakenkien vaihtamiseen. Kaikilta tahoilta saimme vastauksen, että pyrkivät parantamaan tilannetta.
- Marraskuulle 2021 suunniteltu Hyvinvointiteknologiamessutapahtuma siirtyi koronan vuoksi huhtikuuhun 2022. Tapahtumassa kuultiin Ikäteknologakeskus Valli ry:n asiantuntijan Kaisa Huuhtasen etäluento *"Ikäihmisen turvallinen arki teknologiaa hyödyntäen"* ja 20 näytteilleasettajaa esitteli erilaisia ratkaisuja pärjätä kotona pidempään ja olla yhteydessä toisiin ihmisiin. Edunvalvontaryhmästä Leila Häkkinen oli keräämässä vastauksia kysymykseen *"Tiedätkö mistä numerosta saat apua ikäihmisten palvelusta?"* Tapahtuman päätti Turun Telakka- ja Konepajaeläkeläisten kuoron

esityksiin. Tilaisuus oli suunnattu ikäihmisille ja heidän kotona pärjäämisestään kiinnostuneille ammattilaisille / läheisille ja se järjestettiin Lehmusvalkaman hyvinvointikeskuksessa. 100 messukävijää oli pääasiassa ikäihmisiä.

- Suunniteltu kansalaisraati ei toteutunut.

Edunvalvontaryhmän vastaavana toimi puheenjohtaja Maarit Kulmala ja muina jäseninä Sini Eloranta, Birgitta Huurre, Leila Häkkinen, Maaria Lilja, Seena Luostarinen, Pirjo Rinne, Danien Telén ja Laura Viikari sekä sihteerinä Katri Korvela. Ryhmä kokoontui vuoden aikana 10 kertaa.

## Ohjelmatyöryhmä

Ohjelmatyöryhmän toiminnasta kerrotaan kohdassa Virkistystilaisuudet.

## Tiedotustyöryhmä

Tiedotusryhmä tuotti yhdistyksen jäsenille vuoden aikana neljä paperista jäsenlehteä. Lehti ilmestyi maaliskuussa, toukokuussa, elokuussa ja joulukuussa. Ryhmä, paitsi suunnitteli, myös kirjoitti muun muassa tiivistelmiä ja haastatteluja sekä otti kuvia lehteen ja arvioi lehden sisältöä vanhusnäkökulmasta. Lehden taitosta, painatuksesta ja postituksesta vastasi toiminnanjohtaja.

Luentotiivistelmien sekä yhdistyksen toiminnasta ja tapahtumista tiedottamisen lisäksi lehdessä kerrottiin vanhusten palveluista. Jokaisessa lehdessä oli myös aivoja aktivoivia tehtäviä, esimerkiksi pulmia, anagrammeja, sudokuja ja ristikko. Tavoitteena oli, että vanhukset saavat tietoa oman hyvinvointinsa ylläpitämiseen ja sisällön toivottiin myös aktivoivan heitä.

Ryhmän kokoonpano vuonna 2022 oli Maarit Rintala, Pirjo Solin ja Terttu Raitanen sekä työntekijöistä Nina Karuneva.

## VIESTINTÄ

Aktiivisella ja monipuolisella ulkoisella viestinnällä tavoitamme erityisesti vanhukset ja vapaaehtoistoiminnasta kiinnostuneet, mutta myös ammattilaiset ja yleisön. Tavoitteena on lisätä ihmisten tietoisuutta yhdistyksen toiminnasta, rohkaista heitä osallistumaan toimintaan ja myös jäseniksi. Viestimme aktiivisesti myös vanhusasioista, mm. vanhuspalveluista, jotta tieto saavuttaisi avun tarpeessa olevat. Näkyvä ja puhutteleva esilläolomme madaltaa kynnystä tulla toimintaan mukaan tai lähestyä meitä avun saamiseksi.

Kävimme kertomassa toiminnastamme muun muassa eri eläkeläisryhmien tapahtumissa, vapaaehtoiskursseilla ja kaikille avoimissa tapahtumissa, kuten kaupungin järjestämässä Soppaa ja hyvinvointia tapahtumassa sekä torin avajaisviikon senioripäivässä. Toimintaamme kävi tutustumassa muun muassa Lähihoitajaopiskelijoita Turun ammatti-instituutista sekä SPR Varsinais- Suomen ja Satakunnan piirin työntekijöitä. Järjestimme toiminnasta näyttelyt Nummen ja Ilpoisten kirjastoissa ja lehtikirjoitus ”*Ulkoiluystävät liikuttava vanhuksia – kurssilla pääsee ystäväksi*” julkaistiin Turun Sanomissa. Järjestimme marraskuussa ”*Kohtaamisia – kotona asuvien asialla*” seminaarin ammattilaisille Vierailu- ja innovaatiokeskus Joessa. Kerroimme seminaarissa kaikista toimintamuodoistamme ja kutsuttuina puheenvuorot pitivät senioripalveluiden päällikkö Kari Lankinen HelsinkiMissio ”*Aamukorva -toiminta*”, psykologi Pirkko Lahti ”*Toiminnan ja sosiaalisten tapahtumien merkitys*” ja järjestöjohtaja Eva Korkiamäki Vanhustyön keskusliitosta ”*Tehdään iästä numero – Tutkittua tietoa ikäasenteista*”. Tilaisuuden musiikista vastasi turkulainen seniori Kalle Lehtonen säestäjänään Timo Heinonen.

Lisäksi toteutimme viestintää

- Yhdistyksen kotisivuilla
- Jakamalla kuukausittain tapahtumakalentereita mm. toimistolla, kaikissa tilaisuuksissamme sekä yhteistyötahoille sähköpostin välityksellä.
- Turun Sanomien yhdistys- ja Minne tänään -palstalla
- Menovinkit senioreille – esitteessä
- Terveysasemien aula-tv:ssä
- Sosiaalisessa mediassa
- Kaupungin nettisivuilla
- Paikallislehdissä
- Jäsenlehdessä
- vapaaehtoistyö.fi -sivustolla

## YHTEISTYÖ

Resursseja yhdistämällä mahdollistuu monimuotoinen toiminta ja yhteistyötä tekemällä vältytään päällekkäisyyksiltä sekä kaikkien resurssit käytetään tehokkaasti. Tässä osiossa kerromme, mitä yhteistyötä teimme sekä keskeisimmistä tahoista, joita emme ole maininneet aiemmin tässä toimintasuunnitelmassa.

Palautekyselyssä yhteistyökumppanit kuvasivat toimintaamme näin:

"Tarpeellista toimintaa tietyille kohderyhmälle. Tukee kunnan työtä hienosti." "Ihmiset aktivoituvat lähtemään kodin ulkopuolelle." Toimintaa on suunnattu avoimesti" "Rohkaisee yksinäisiä kodin ulkopuolelle." "Toiminnassanne huomioidaan sekä kotiin tuotettavat että kodin ulkopuoliset/ yhteisölliset palveluudot." "Kaikenlainen kanssakäyminen parantaa elämän laatua ja yksinäisyyden tunnetta" "Toiminta tukee vanhusten toimijuutta ja vähentää yksinäisyyttä" "Ikäihmisten aktiivisuus, mielenvirkeys ja sosiaalisuus lisääntyvät" "Hyvää matalan kynnyksen toimintaa, jossa saa sosiaalisia kontakteja, tietoa ja liikkumismahdollisuuksia." "Turvallisuuden tunne lisääntyy ja toivo herää. Toiminta saa vanhukset tuntemaan elämänsä ja itsensä merkitykselliseksi." "Matalan kynnyksen toimintaan on helppo osallistua ja tukitoimintanne piristää mieltä ja ennaltaehkäisee näin iäkkäiden mahdollista ylimääräistä sote-palvelujen käyttöä." "Kohderyhmä saa monipuolista tietoa ikääntymiseen liittyvissä kysymyksissä, motivointia liikuntaan, sosiaalisuutta, vertaistukea ja tukea asioissa, joihin on muualta vaikeaa saada tukea." "Erinomaisia palveluita, joita julkinen terveydenhuolto ei pysty järjestämään ikäihmisille" "Toimintanne kautta ikäihmisen on mahdollista saada pitkäaikaista tukea. Lisäksi monipuolinen toiminta mahdollistaa sen, että ihmisen on mahdollista löytää itselleen sopivaa toimintaa." "Saa virikkeitä ja toimintaa arkeen".

96,2 % koki meidät luottavaksi toimijaksi ja yhteistyön olevan eri tahojen kanssa sujuvaa

## Asiakasohjaus ja tiedottaminen

- Turun kaupungin eri toimialat: asiakkaita ohjattiin toimintaamme erityisesti kotihoidon, kotikuntoutuksen ja palveluohjaajien toimesta sekä uutena terveysasemilta; jaoimme kaupungin tiedotteita somessa ja kerroimme palveluista jäsenlehdessä sekä kutsuimme tietoiskuihin kertomaan palveluista, olimme mukana vapaa-aikatoimialan tapahtumissa, kuten ikääntyneiden testipäivät, sekä Liikkuvan resurssikeskukseen pysäkeillä. Osallistuimme myös Turun kaupungin geriatrysten, kuntouttavien palveluiden sekä kotikuntoutuskeskusten ja senioreiden parissa toimivien järjestöjen työntekijöiden asiakasohjauksen ja yhteistyön kehittämistilaisuuksiin.
- Vanhustyön järjestöt: asiakasohjausta tehtiin molemmin suuntaisesti muu muassa Turun lähimmäispalveluyhdistys ry:n ja Tukenasi ry:n kanssa, ilmoittelimme ilmoitustaululla muiden järjestöjen toiminnasta, kerroimme niistä jäsenlehdessä ja kutsuimme tietoiskuihin kertomaan palveluista
- Kutsuimme ystäväpalvelua järjestäviä tahoja tapaamiseen, missä jokainen kertoi omasta toiminnastaan ja yhdessä pohdimme yhteistyömuotoja yksinäisten ikääntyneiden hyväksi.

## Toiminnallinen yhteistyö

- Olimme mukana Turun pormestariohjelman Yhteisöllisyyden ja hyvinvoinnin kärkihankkeen ikääntyneiden liikkumisen kehittäminen osiossa. Hankkeen puitteissa keräsimme vastauksia kaupungin liikkumiskyselyyn, toimistolla järjestettiin liikuntaraati ja osallistuimme *ikäihmisten liikkuminen* muotoiluprosessiin.
- Selko Digital ja Louhos Digital tekivät lyhytvideota ja haastattelimme ikäihmisiä siitä, mitä haasteita ikäihmiset kokevat asioidessaan internetissä sekä ottivat ikäihmisten suostumuksella stillkuvia. Materiaalit tulivat saavutettavia verkkopalveluita tuottavalle tytäryhtiölle Selko Digitalille.
- Turun kaupungin vapaa-aikatoimialan kanssa suunniteltu ulkoiluystäväkoulutus ei toteutunut.

## Verkostoyhteistyö

Yhdistyksen vapaaehtoinen tai työntekijä oli mukana seuraavissa yhteistyöryhmissä

- Nice (vanhustyön ammattilaiset), Valikko (vapaaehtoistoimintaa tekevät tahot), 60+ mielenterveystyöryhmä (ikäntyvien mielenterveyspalvelujen ammattilaiset), Vapaaehtoisen vanhustyön kehittämisyhmä (vapaaehtoisurssit) sekä Vanhustyön neuvottelukunta (vanhustyön yhdistykset)
- Varsinais-Suomen liitto: MYR-työryhmä
- Turun Vanhusneuvosto: yhdistyksen edustaja on mukana Turun Vanhusneuvostossa

## Oppilaitosyhteistyö

Yhdistyksessä opintoihinsa liittyvän harjoittelun suoritti

- 17.1.–18.3. yhteisöpedagogiopiskelija Johanna Viitaniemi HUMAK
- 14.–18.3. TET harjoittelu koululainen Anton Bäckman Suopellon koulu Naantali
- 14.3.–8.4. Katri Kaarnesaari Aura koulutuksen uravalmennus
- 19.4.–3.6. sosionomiopiskelija Ronja Rankonen Turun AMK
- 27.9.–23.11. Sosionomiopiskelija Anna-Lidia Eriksson Turun AMK
- 31.10.–7.12. geronomiopiskelija Nelli Tähtinen Seinäjoen AMK
- 1.11.–22.12. liiketoiminnan perustutkinnon opiskelija Melissa Brander Turun Ammatti-instituutti

Opinnäytetyöt

- *Perehdytyspolku edunvalvontatyöryhmän vapaaehtoisille*, Johanna Viitaniemi HUMAK yhteisöpedagogi
- *Older adults' perceptions and opinions regarding digitalization – Interviews among older adults in the Turku region*, Janne Blomqvist Åbo akademi university Faculty of Social Sciences, Business and Economics

## Muu yhteistyö

- Tilayhteistyösopimus Turun kaupungin hyvinvointitoimialan kanssa.
- Raili Koski edustaja toimi Lounatuulet Yhteisöotalo ry:n hallituksen jäsenenä.
- Vapaaehtoisen polku -hanke seurakuntayhtymässä yhteistyökumppani.
- Turun yliopiston kauppakorkeakoulun Eettinen OmaData Operaattori (EODO) -tutkimushankkeen -työpajoihin osallistuminen. Turun kaupunkitutkimusohjelmasta rahoitettu tutkimus.
- KansalaisAreenan vaikuttajaverkostoon osallistuminen, verkoston tavoitteena on edistää vapaaehtoistoiminnan toimintaedellytyksiä suomalaisessa yhteiskunnassa.
- RediSote kotihoidon yhteiskehittämishakkeisiin osallistuminen.

LIITE: Tilinpäätös 2022.