



Toimintakertomus 2019

Turun Seudun Vanhustuki ry

Lounatuulet yhteisöotalo ry
Läntinen Pitkäkatu 33, 20100 Turku
044 536 7741 / www.vanhustuki.fi

Sisälllys

Alkusanat	1
Sääntömääräinen toiminta.....	2
Jäsenyys	2
Yhdistyksen hallitus	2
Tukiystävätoiminnan johtoryhmä ja taloustoimikunta	3
Palkitsemiset	3
Yhdistysviestintä	3
Ulkoinen viestintä	3
Sisäinen viestintä.....	4
Yhteistyö.....	5
Yhdistyksen edustajat yhteistyöryhmissä	5
Muu toiminnallinen yhteistyö.....	5
Oppilaitosyhteistyö	6
Henkilöstö.....	7
Työhyvinvointi.....	7
Toimitilat.....	8
Yhdistyksen talous.....	8
Vapaaehtoistoiminta	9
Tukiystävätoiminnan vapaaehtoiset	9
Kuntoilukummitoiminta	10
Työryhmät	10
Edunvalvontaryhmä.....	10
Tiedotusryhmä.....	11
Ohjelmatyöryhmä	12
Tapahtuma-avustajat.....	13
Muut tapahtumat ja toiminta	13
Luennot	13
Ryhmätoiminta.....	13
Vanhuksille suunnattu ystävätoiminta.....	14
Ystäväsuhteet	15

ALKUSANAT

Turun Seudun Vanhustuki ry:n toimintaa vuonna 2019

Vuoden aikaan on tapahtunut paljon niin yhdistyksessä kuin yleisesti ottaen maailmalla. Yhdistyksen eri ryhmissä pyrimme miettimään ja vaikuttamaan aina ajankohtaisiin päivänpolttaviin asioihin ikäihmisten arjessa. Sellainen ja ehkä eniten keskustelua herättänyt asia on ollut niin yhdistyksen hallituksen kuin edunvalvontaryhmän kokouksissa Turun Kaupungin kotihoidon ja ympärivuorokautisen hoidon resurssipula ja siitä aiheutuneet epäkohdat ikäihmisten hoivan ja hoidon kohdalla. Kotihoidon nopeat yksittäiset käynnit asiakkaan luona ja alati vaihtuva hoitaja ei ole hyvän hoidon laadun tae. Henkilöstön määrän niukkuus näkyy työolosuhteissa nopeasti jaksamisen huonontumisena ja sairauslomien lisääntymisenä henkilöstön keskuudessa. Maamme istuvan hallituksen nyt linjaama hoitajamitoitus, kun koskee vain ympärivuorokautista hoitoa. Tämä mitoitus ei siis paranna kotihoidon tilannetta vaan voi tehdä peräti kurjuutta lisää, jos hoitajia siirretään mitoituksen niin vaatiessa ympärivuorokautiseen hoitoon kotihoidosta. Pohdinta ja asiaan vaikuttaminen jatkuu.

Yhdistyksemme uusinta eli kuntoilukummitoimintaa on kuluvan vuoden aikana käynnistetty pienin askelin eli yhtenä päivänä viikossa. Tulosta on kuitenkin jo saatu seitsemän vanhuksen ja vapaaehtoisen sekä yhden työntekijän voimin. Toiminta tapahtuu vanhuksen kotona kuntoilukummitoimintaan perehdytetyn vapaaehtoisen kanssa. Vanhukselle on alkutestien jälkeen laadittu kuntoiluohjelma, jota sitten toteutetaan neljä kuukautta ja lopuksi vielä testataan toiminnan vaikuttavuus.

Tukiystävätoiminnassa vapaaehtoisia on ollut mukana vuonna 2019 yhteensä 159 henkilöä eli todella suuri määrä. Kaiken kaikkiaan vapaaehtoisia yhdistyksen toiminnassa on ollut mukana noin 180 naista ja miestä iältään 20-89 vuotiaita. Jäsenmäärä yhdistyksessä oli 568 jäsentä. Kiitokseksi pitkäkestoisesta työstä yhdistyksen hyväksi yhdistys palkitsi Aili Sjöroosin rintamerkillä.

Yhdistyksemme tapahtumista on tiedotettu tapahtumakalenterissa, joka päivittyy kuukausittain sekä tietysti yhdistyksen neljä kertaa vuodessa ilmestyvässä lehdessä. Facebookin käyttö on lisääntynyt tiedotuksessa ja yhdistyksen nettisivut ovat hyvä tiedotuksen väylä. Tosin ei kaikkien käytettävissä, koska vaatii tietokoneen tai muun härpäkkeen, jotta nettiin pääsee käsiksi. Tiedottamisesta puhutaan paljon ja on syytäkin, koska monipuolinen toimintamme on suunnattu ikäihmisille ja juuri heillä nuo laitteet ovat harvemmin saatavilla. Yhdistyksemme työntekijöiden henkilökohtaisella viestinnällä tavoittama henkilömäärä on huikea 1240 henkilöä eli tarkoittaa sitä, että vuoden aikana noin moni henkilö on saanut meistä ja meidän toiminnastamme informaatiota. Tämä on tietysti paras keino hyvän asian eteenpäin viemiseksi ja kiitos siitä työntekijöillemme. Kiitos myös kaikille teille, jotka olette tuoneet yhdistyksemme toimintaa tutuksi omissa viiteryhmissänne.

Toimintakertomuksen sisäsivuilla pääsette tutustumaan niin toiminnastamme kuin tunnuslukuistamme vuoden 2019 aikana.

Maarit Kulmala
Puheenjohtaja

SÄÄNTÖMÄÄRÄINEN TOIMINTA

Kaikki yhdistyksen henkilöjäsenet olivat äänioikeutettuja yhdistyksen sääntömääräisissä kokouksissa. Kokouskutsut julkaistiin sääntöjen mukaisesti jäsenlehdessä sekä yhdistyksen kotisivuilla.

Yhdistyksen kevätkokous pidettiin Lounatuulet yhteisötilassa 15.4.2019. Läsnä oli 19 yhdistyksen jäsentä. Kokous hyväksyi vuoden 2018 toimintakertomuksen ja tilinpäätöksen sekä myönsi tilintarkastajan lausunnon kuultuaan hallitukselle vastuuvapauden. Kokouksessa kuultiin STEAn rahoittaman tukiystävätoiminnan toteutuneeseen avustussummaan täsmennetty budjetti.

Syyskokous pidettiin Lounatuulet yhteisötilassa 11.11.2019. Läsnä oli 26 yhdistyksen jäsentä. Kokous päätti yhdistyksen jäsenmaksut pidettävän ennallaan ja valitsi Maarit Kulmalan jatkamaan yhdistyksen puheenjohtajana vuonna 2020. Hallituksen jäseniksi valittiin seuraavat henkilöt: Päivi Eskola, Tarja Kopu, Raili Koski, Leena Salonen, Seija Tamminen ja Marja Tuohimaa sekä varajäseniksi Rainer Grönlund ja Seppo Grönlund. Kokous hyväksyi vuoden 2020 toimintasuunnitelman ja budjettiehdotuksen sekä valitsi tilintarkastajaksi HT Pekka Haaviston ja varatilintarkastajaksi HT Samuli Hakalan. Ennen varsinaista kokousta Annika Rantamo kertoi opinnäytetyöstään ”Kodin aktiviteettien merkityksellisyys ja tarkoituksellisuus ikäihmisen arjessa.”.

JÄSENYYS

Vuonna 2019 jäsenmaksu oli 15 € henkilöjäseneltä ja 50 € kannatusjäseneltä. Kunniapuheenjohtaja ja kunniajäsenet (21 henkilöä) olivat vapautettuja jäsenmaksusta.

Jäsenet saivat neljä Vanhustuen Viesti -jäsenlehteä sekä pääsivät yhdistyksen varainkeruutilaisuuksiin, teatterimatkoille ja retkille jäsenhintaan. Lisäksi 16 yritystä tarjosi jäsenetuja, näistä tiedotimme yhdistyksen nettisivuilla ja jäsenlehdessä.

Vuoden 2019 lopulla yhdistyksellä oli 568 jäsentä. Vuoden aikana yhdistykseen liittyi 47 uutta jäsentä. Heidät toivotettiin tervetulleiksi Tervetuloa -kirjeellä sekä kutsuttiin yhdistyksen Infoon tutustumaan yhdistyksen toimintaan. Viiteen Infoon osallistui yhteensä 26 henkilöä.

YHDISTYKSEN HALLITUS

Yhdistyksen hallituksen puheenjohtajana toimi Maarit Kulmala, I varapuheenjohtajana Raili Koski ja II varapuheenjohtajana Marja Tuohimaa. Hallituksen muut jäsenet olivat Tarja Kopu, Katri Lahtivuori, Seija Tamminen, Marja Tuohimaa ja Eira Tähtinen. Varajäseninä toimivat Seppo Grönlund ja Rainer Grönlund. Hallituksen ulkopuolisena sihteerinä toimi yhdistyksen toiminnanjohtaja Nina Karuneva. Nimenkirjoitusoikeus oli puheenjohtajalla sekä varapuheenjohtajilla ja toiminnanjohtajalla. Raili Koski toimi kirjanpitosoitteiden hyväksyjänä.

Hallitus kokoontui arvioimaan yhdistyksen toimintaa ja taloutta kymmenen kertaa. Tammikuun järjestäytymiskokouksessa nimettiin yhdistyksen



Kuva 1. Kuvassa hallituksen jäsenet Marja Tuohimaa, Katri Lahtivuori, Seppo Grönlund, Seija Tamminen, Raili Koski, Rainer Grönlund, Eira Tähtinen, Tarja Kopu ja Maarit Kulmala.

työryhmien vastuuhenkilöt, edustajat eri yhteistyöryhmiin sekä Tukiystävätoiminnan johtoryhmän ja taloustoimikunnan jäsenet.

Hallituksen ja työntekijöiden kehittämispäivät pidettiin 28.5. ja 9.12.2019. Toukokuussa kehittämispäivissä arvioitiin toimintaa ja sen kehittämistarpeita. Kesäkuussa hallituksen jäsen Seija Tamminen teki työntekijöiden toimenkuvakartoitukset ja niiden, sekä toiminnanjohtajan esityksestä, tehtiin toimenkuviin muutoksia. Tämän pohjalta hallituksen jäsenen Rainer Grönlund laati yhdistyksen johtosäännön. Joulukuussa hallitus esitteli työntekijöille aloittamansa yhdistyksen strategiatyön yhteenvedon.

Hallitus teki päätökset mm. Kavli Oy:n ja testamentti lahjoitusten käytöstä sekä yhdistyksen toimiston muutosta Lounatuulet yhteisöotalo ry:n katutasoon. Uusiin tiloihin muutto tapahtui tammikuussa 2020.

Tukiystävätoiminnan johtoryhmä ja taloustoimikunta

Johtoryhmä toimii hallituksen tukena seuraamalla Tukiystävätoiminnan etenemistä. He perehtyivät mm. toimintatilastoihin, palauteyhteenvetoihin, avustushakemuksiin, vuosiselvityksiin sekä tuloksellisuus- ja vaikuttavuusraportteihin. Johtoryhmän vastaavana toimi Mirja Kautonen ja jäseninä olivat Eira Tähtinen, Rainer Grönlund ja Liisa Saarinen sekä Tukiystävätoiminnan päällikkö Nina Karuneva ja Tukiystävätoiminnan suunnittelija Laura Väihkönen. Ryhmä kokoontui kolme kertaa, joista yhteen osallistuivat kaikki Tukiystävätoiminnan työntekijät.

Taloustoimikunta toimii toiminnanjohtajan ja hallituksen tukena talouden suunnittelussa ja seurannassa sekä sääntömääräisten kokousten valmistelussa. Taloustoimikunnassa toimi toiminnanjohtajan lisäksi hallituksen jäsenistä valittu tositteiden hyväksyjä Raili Koski sekä yhdistyksen jäsen Marja Tuohimaa. Toimikunta kokoontui neljä kertaa ja tositetarkastus suoritettiin neljännesvuosittain.

Palkitsemiset

Hallitus palkitsi Aili Sjöroosin rintamerkillä pitkäkestoisesta työstään yhdistyksen hyväksi. Kunniajäsenyyttä ei tänä vuonna myönnetty eikä vuoden vanhusteko - palkintoa jaettu.



Kuva 2: Aili Sjöroos.

YHDISTYSVIESTINTÄ

Ulkoisen viestintä

Ulkoisen viestinnän päämääränä on tavoittaa vanhukset, ammattilaiset ja vapaaehtoistoiminnasta kiinnostuneet. Tarkoituksena on lisätä tietoisuutta yhdistyksen toiminnasta ja mahdollisuuksista osallistua sekä saada ihmisiä mukaan toimintaan sekä yhdistyksen jäseniksi. Viestintää tehtiin monikanavaisesti pitkin vuotta ja muun muassa henkilökohtaisesti tavoitimme noin 1240 henkilöä.

Kävimme esittelemässä toimintaamme yhdeksälle taholle (tavoitimme reilu 340 henkilöä), olimme mukana 14 tilaisuudessa yhdessä muiden esittelytahojen kanssa (kontakteja yli 850 henkilöön) ja järjestimme kolme avoimien ovien tilaisuutta myyjäisten yhteydessä (tutustujia noin 50 henkilöä). Esittelyistä vastasivat pääasiassa työntekijät, mutta myös vapaaehtoisia oli muutamissa tapahtumissa mukana kertomassa

toiminnastaan yhdistyksessä. Tilaisuuksissa jaoimme yhdistyksen ja tukiystävätoiminnan esitteitä, tapahtumakalentereita sekä jäsenlehtiä. Tämän lisäksi niin vapaaehtoiset kuin työntekijät jakoivat esitteitä eri puolille kaupunkia.

Toiminnastamme oli vuoden aikana kuusi lehtikirjoitusta. Kirjoituksista vastasivat toiminnanjohtaja ja puheenjohtaja. Kirjoitusten otsikot ja julkaisutahot:

- Ikäneuvola nopeasti oikeaan paikkaan, Turun Sanomat 5/2019
- Vanhenevan väestön yksi suurimmista haasteista on yksinäisyys ja eristäytyminen, Turun Sanomat 30.6.2019
- Saako vanhus apua, kun hän sitä tarvitsee, Turun Sanomat 6.8.2019
- Vanhustuen harrastusmessut Ruusukorttelissa, Turun Sanomat 4.10.2019
- Mahdollisuuksien Turku esittäytyy Vanhustuen harrastusmessuilla, Aamuset verkkolehti 4.10.2019
- Vapaaehtoisjärjestöjen ja julkisen sektorin yhteistyö vanhuspalveluissa, Vanhustyö-lehti 5/2019, tiivistelmä yhdistyksen tilaamasta opinnäytetyöstä.

Toiminnanjohtajaa haastateltiin Turun Sanomien kirjoitukseen ”Yhä useampi vanhus tarvitsee järjestöjen apua” 25.3.2019 sekä tukiystävätoiminnan ohjaaja Sonja Vainikkaa ja vapaaehtoista Anne Aroa kirjoitukseen ”Ulkoiluystävä on iäkkään ikkuna maailmaan” 4.5.2019. Lisäksi Turkulaisen toimittaja osallistui yhdistyksen yhteistyössä Turun kaupunginkirjaston kanssa järjestämälle Studia Generalia – luennoille 13.6. ja lehti julkaisi siitä kirjoituksen ”Ikäihmisiin kohdistuvat petokset kovassa kasvussa”.

Tiedotimme toiminnastamme Turun kaupungin ja Liikkuva resurssikeskus – hankkeen julkaisemissa (3kpl) Menovinkit senioreille – esitteissä. Turun Sanomien yhdistys- ja menovinkit -palstoilla oli viikoittain ilmoitukset tapahtumistamme. Näyimme myös Turun kaupungin terveysasemien infotauluilla.

Kuukausittaiset tapahtumakalenterit julkaistiin kotisivuilla ja lähetettiin tiedotusluvan antaneille yhteistyökumppaneille. Sähköistä viestintää tapahtumista tehtiin myös Turku-kalenterin ja Facebook-sivumme kautta. Facebookissa jaoimme myös muuta tietoa vanhusten palveluista, tilanteesta, tutkimuksista ja tapahtumista. Jatkoimme blogikirjoitusten julkaisuja, johon niin vapaaehtoiset kuin työntekijät ja harjoittelijat tekivät kirjoituksia yhdistystyöstä ja vanhusaiheista. Sekä blogi että facebook – sivut näkyvät myös yhdistyksen kotisivuilla niiden saavutettavuuden helpottamiseksi. Facebook-seuraajien määrä kasvoi vuoden aikana 101 henkilöllä.



Kuva 3. Tammikuun tapahtumakalenteri.

Sisäinen viestintä

Sisäisen viestinnän päämääränä on tavoittaa yhdistyksen toiminnassa eri tavoin mukana olevat jäsenet, vapaaehtoiset ja työntekijät. Tarkoituksena on antaa kokonaisvaltainen kuva yhdistyksen toiminnasta ja tiedottaa eri toimijoille heille suunnatuista tilaisuuksista.

Vanhustuen Viesti -jäsenlehti (4) oli pääkanava jäsenistöllemme suunnatussa viestinnässä. Lehdessä tiedotimme myös kaikille yhdistyksen vapaaehtoisille kohdennetuista tapahtumista. Kerroimme niistä heille myös tapahtumien ja kokousten yhteydessä. Lisäksi Tukiystävätoiminnan vapaaehtoisille lähetettiin viisi Ystäväkirjettä, joissa kerrottiin yhdistyksen ja Tukiystävätoiminnan asioista ja tapahtumista. Ensimmäinen

Tukiystävätoiminnan omaisille suunnattu kirjallinen tiedote lähetettiin lokakuussa. Kuntoilukummitoiminnan vapaaehtoiset saivat vuoden lopulla ensimmäisen oman tiedotteen.

Työntekijöiden ja yhdistyksessä harjoittelussa olleiden opiskelijoiden kesken pidettiin 46 viikkopalaveria ja Tukiystävätoiminnan työntekijät pitivät 11 kokousta. Eri työryhmien toiminnasta ja kokouksista kerromme niiden kohdalla.

YHTEISTYÖ

Vanhusten tarpeisiin vastataksemme toimimme yhdessä muiden järjestöjen, paikallisten yhteisöjen, viranomaisten, oppilaitosten ja yrityskumppaneidemme kanssa. Toiminnallamme vahvistamme yhteisön kykyä toimia yhdessä ja lisäämme tietoisuutta vanhusten asemasta ja tarpeista yhteiskunnassamme.

Yhdistyksen edustajat yhteistyöryhmissä

60+ mielenterveystyöryhmä: käsittelee 60 – vuotta täyttäneiden mielenterveyspalvelujen palvelupolun kehittämistä. Yhdistyksen edustajana kokouksissa oli Johanna Nummila (5 kokousta) ja loppuvuodesta Vera Holm (1 kokous).

Nice-ryhmä: kotona asuville vanhuksille toimintaa järjestävien tahojen yhteistyöryhmä. Yhdistyksen edustajana kokouksissa (4) toimi Nina Karuneva. Ryhmällä on kirjallinen yhteistyösopimus liittyen asiakasohjukseen ja toiminnan arviointiin. Ryhmä järjesti Yksinäisyyspysäkki –tapahtuman elokuussa yhdistyksemme Virkeä vanhuus –luennon yhteydessä. Mukana oli eri yhdistyksiä, kaupungin edustajat ja Vanhustyön keskusliiton Ystäväpiirin alueohjaaja kertomassa toiminnastaan.

Vapaaehtoisen vanhustyön kehittämisryhmä: vanhustyötä tekevien tahojen vapaaehtoisille koulutusta järjestävä yhteistyöryhmä. Yhdistyksen edustajana kokouksissa (3) toimi Sonja Vainikka. Ryhmä järjesti kaksi vapaaehtoistoiminnan kurssia, joista tiedotimme. Kurssien yhteydessä osallistujille esiteltiin toimintaamme.

Valikko: vapaaehtoistoimintaa organisoivien tahojen yhteistyöryhmä. Yhdistyksen edustajana kokouksissa (5) toimi Laura Väihkönen.

Vanhustyön neuvottelukunta (VTNK): Neuvottelukunnassa toimi yhdistyksen edustajana Terttu Raitanen. Osallistuimme myös neuvoston järjestämään Siltojen välissä -tapahtumaan sekä tiedotimme neuvoston tapahtumista.

Lounatuulet yhteisöotalo ry: Yhteisöotalon hallituksessa toimi yhdistyksen edustajana Raili Koski, joka jatkaa hallitustyöskentelyä myös vuonna 2020. Yhteisöotalon syyskokoukseen osallistui puheenjohtajamme ja toiminnanjohtajamme. Talokokouksiin (2) ei yhdistyksen puolesta osallistuttu.

Muu toiminnallinen yhteistyö

Turun hyvinvointitoimialan kanssa solmitun kumppanuussopimuksen mukaisesti saimme maksutta käyttöömmä hyvinvointitoimialan tiloja. Teimme yhteistyötä myös tapahtumien järjestämisessä.

Studia Generalia -luentosarja, joka syksyllä muuttui Virkeä vanhuus -luentosarjaksi, järjestettiin yhteistyössä kaupunginkirjaston ja Turun hyvinvointitoimialan kanssa kaupunginkirjaston Studiossa. Muutama luennoista tallennettiin Nivelverkkoon (yhteistyö Nivelyhdistyksen kanssa).



Kuva 4: Ulkoilupäivässä ohjasimme mm. tuolijumppaa ja mölkyn peluuta.

Olemme Turun kaupungin kumppanina Voimaa vanhuuteen -ohjelmassa. Tähän liittyen järjestimme yhteistyössä Turun vapaa-aikatoimialan kanssa ulkoiluystäväkurssin sekä läkkäiden ulkoilupäivän. Ulkoilupäivän ohjelman järjestelyihin osallistuivat myös Turun kaupungin lääkinnällisen kuntoutuksen sekä kotihoidon työntekijöitä. Työntekijöiden ja opiskelijan lisäksi iäkkäitä oli liikuttamassa yhdistyksen vapaaehtoisia kävelyryhmien ohjaajina, mölkyn peluuttajina ja tuolijumpan ohjaajana. Tapahtumaan järjestettiin yhteiskytyi kotihoidon asiakkaille.

Toiminnanjohtaja osallistui TVJ:n (nykyisin VaPi ry), TULE-tietokeskuksen, Nivelyhdistyksen ja TYKS:n luentoyhteistyöryhmään. Ryhmä tutustuu eri tahojen suunnittelemiin luentoihin ja tiedottaa niistä kohderyhmälleen.

Yhdistys asetti Varsinais-Suomen liiton Maakunnan yhteistyöryhmän (MYR) järjestöjaostoon ehdokkaaksi puheenjohtaja Maarit Kulmalan, joka tuli valituksi ryhmään varajäsenenä.

Oppilaitosyhteistyö

Yhdistyksessä suorittivat opiskeluihinsa liittyvän harjoittelun seuraavat henkilöt:

- Jonne Suominen, datanomiopiskelija Turun ammatti-instituutti, 25.10.2018–18.1.2019.
- Annika Rantamo, sosionomiopiskelija Turun ammattikorkeakoulu, 4.3.–30.4.2019.
- Annukka Summanen, fysioterapiaopiskelija Turun ammattikorkeakoulu, 23.10.–1.12.2019.

Yhdistykselle valmistui seuraavat opinnäytetyöt

- Laila Kolehmainen: ”Vapaaehtoisjärjestöt ja vanhuspalvelut: yhteistyön toteutuminen Turun kaupungissa”, Satakunnan ammattikorkeakoulu, Liiketalouden koulutusohjelma.
- Vera Holm: ”Omaisten kokemuksia tukiystävätoiminnasta – Turun Seudun Vanhustuki ry:n Tukiystävätoiminta”, Turun ammattikorkeakoulu, Sosiaalialan koulutusyksikkö.
- Annika Rantamo: ”Kodin aktiviteettien merkityksellisyys ja tarkoituksellisuus ikäihmisen arjessa”, Turun ammattikorkeakoulu, Sosiaalialan koulutusyksikkö.

Opinnäytteet ovat luettavissa kotisivuillamme. Laila Kolehmaisena opinnäyte lähetettiin mm. kaupungin vanhuspalvelujen esimiehille ja vanhusneuvostolle tiedoksi.

Valmennuskeskuksen uravalmennusryhmä kävi tutustumassa yhdistyksen toimintaan. Ryhmässä oli erikäisiä sote-alasta kiinnostuneita alanvaihtajia ja lukion päättäneitä nuoria, niin kantasuomalaisia kuin eri tasoilla suomea puhuvia maahanmuuttajia.

HENKILÖSTÖ

Turun kaupungin yhdistykselle myöntämällä avustuksella yhdistyksessä työskenteli 50 % työajalla toiminnanjohtaja Nina Karuneva. Hän vastaa mm. operatiivisesta toiminnasta sekä henkilöstö- ja taloushallinnosta (työsuhde 1.5.2016 alkaen).

Lahjoitusvaroin palkattiin kaksi työntekijää; Kuntoilukummitoimintaan Laura Väihkönen (20 % työaika 1.4.-31.12.2019) ja yhdistyksen avoimen toiminnan vastaavan tehtävään Nina Tila (80 % työaika 1.11.2019 alkaen).

Yhdistyksessä työskenteli tukityöllistettyinä yhteensä viisi eri henkilöä yhdistystyöntekijän tai –sihteerin tehtävissä. Jaksot kestivät 1- 12 kuukautta ja viikkotyötunteja oli eri työntekijöillä työllistämismuodosta riippuen 18–30. Työllistämismuotoja olivat työkokeilu, palkkatuki, kuntouttava työkokeilu ja työvalmennus. Työllistämisessä tehtiin yhteistyötä Turun Seudun Kelan, TE-palvelujen, Verven ja työeläkevakuutusyhtiö Elon kanssa.

STEA:n tuella (ak-rahoitus) Tukiystävätoiminnassa työskenteli

- Nina Karuneva, Tukiystävätoiminnan päällikkö (50 % työaika) 16.3.2015-31.12.2019.
- Johanna Nummila, Tukiystävätoiminnan ohjaaja (100 % työaika) 16.3.2015- 6.11.2019
- Sonja Vainikka, Tukiystävätoiminnan ohjaaja (100 % työaika) 1.9.2016 alkaen.
- Vera Holm, Tukiystävätoiminnan ohjaaja sairauslomasijaisuus 26.11.2018–16.1.2019 (60 % työaika) ja ohjaaja alkaen 1.11.2019- (100 % työaika).
- Laura Väihkönen, Tukiystävätoiminnan suunnittelija (80 % työaika) 10.12.2018 alkaen.

Työhyvinvointi

Henkilökunnalle kuului lakisääteinen työterveyshuolto. Työyhteisössä on laadittu Varhaisen puuttumisen ohjelma ja käytössä sairausloma-, vuosiloma- ja työaikaseuranta. Työyhteisössä kerrattiin ja päivitettiin työturvallisuusohjeet, tutustuttiin Lounatuulet yhteisötalon pelastussuunnitelman ja tehtiin keskenään turvallisuuskävely yhteisötalossa. Työntekijöillä on käytynä vähintään hätäensiapu -kurssi. Kaksi työntekijää osallistui työnohjaukseen.

Toimitilojen lämpötilan vaihtelu ja huono ilmanvaihto tuotti haasteita. Ongelmakohtista tiedotettiin tiloista vastaavalle Lounatuulet yhteisötalo ry:n puheenjohtajalle.

Toiminnanjohtaja sekä hallituksen jäsen kävi henkilökohtaisia kehityskeskusteluja työntekijöiden kanssa. Yhdistystyöntekijöiden kesken käytiin ryhmäkeskusteluja. Toiminnanjohtaja osallistui Siviksen järjestämään alueellisen toiminnanjohtajien verkostoon.

Työntekijöille on laadittu toimenkuvat, joita vuoden aikana tarkastettiin. Uusien työntekijöiden toimintaan ja työyhteisöön perehdytys tapahtuu muun muassa jokaisen työntekijän henkilökohtaisin tapaamisin. Perehtymistä tukee myös viikoittaiset työyhteisön palaverit. Työntekijöitä kannustettiin myös toisen työn tukemiseen.

Henkilökunnalla oli tyky -päivät kesäkuussa ja joulukuussa. Henkilökunnalla oli mahdollisuus osallistua Lounatuulet keskiviikkokokahville ja yhteisötalon hyvinvointihetkiin, jossa sai opastusta mm. taukoliikuntaan. Fysioterapiaopiskelija ohjasi harjoittelujaksollaan työyhteisölle taukojumppatuokioita.

Työntekijöiden ammatillista osaamista ja työssä jaksamista tuettiin tarjoamalla mahdollisuus osallistua koulutuksiin sekä alan tapahtumiin ja seminaareihin. Tavoitteena on ymmärtää paremmin toimintaympäristön kokonaisuutta sekä vahvistaa asiakasohjausosaamista. Työyhteisön sisäisten koulutusten avulla sekä päivittäisellä työn yhdessä tekemisellä osaamista siirrettiin koko työyhteisöön. Henkilökunnan yhteisen keskustelun ja työn kehittämisen paikkoina toimivat viikkopalaverit ja Tukiystävätoiminnan kuukausipalaverit sekä toukokuussa ja joulukuussa järjestetty kehittämis-/strategiapäivät yhdessä hallituksen jäsenten kanssa.

Henkilöstön koulutukset

- Laura Väihkönen ja Johanna Nummila; ensiapukoulutus; hygieniapassikoulutus
- Laura Väihkönen: STEAn arviointikoulutus; Someviestintäkoulutus; Ikääntyneen kuntoutus -koulutus
- Nina Karuneva: järjestöjohtajan opinnot (oppisopimuskoulutus, RASTOR); Järjestöjen tulevaisuus – seminaari; Soteuttamo; Kaupungin avustusinfo; Maakunnat-kunnat ja järjestöt, tarvitsemmeko toisiamme -tilaisuus
- Sonja Vainikka: Kuka auttaa surevaa – seminaari; Voimaa vanhuuteen ulkoiluystäväkouluttaja koulutus
- Vera Holm: Ikäihmisten järjestöjen tilaisuus
- Daniel Telén: Viestintäklänikka; asiakasneuvonta.fi – tilaisuus
- Koko työyhteisö: office ohjelman käyttökoulutus; Clara – koulutus.

Työntekijät kävivät tutustumassa muun muassa Turun aikuissosiaalityöhön.

TOIMITILAT

Yhdistyksen toimitilat ovat Lounatuulet Yhteisötalo ry:n (sote-järjestöille suunnattu yhteisötalo) vuokratiloissa osoitteessa Läntinen Pitkäkatu 33, Turku. Vuokranantaja on Jorma Nieminen. Yhteisötalon tilat ovat lähes esteettömät. Yhdistyksellä oli käytössä noin 110 m², johon sisältyy 5 toimistohuonetta ja ryhmätila. Mm. yhdistyksen ryhmät (lukuun ottamatta tuolijumppaa) ja vapaaehtoiskoulutukset toteutettiin ryhmätalassa ja muutamiin isompiin tilaisuuksiin vuokrattiin Lounatuulet yhteisötalo ry:n Pihlajasalia.

YHDISTYKSEN TALOUS

Yhdistyksen toiminta perustuu pääasiassa palkattomaan vapaaehtoistoimintaan. Yhdistys sai suurimmat avustukset Turun kaupungilta ja Tukiystävätoiminta STEA:lta. Toimintaa rahoitettiin myös mm. muilla avustuksilla, jäsenmaksuilla, lahjoituksilla, varainkeruutilaisuuksilla sekä myymällä käsityökerhon tuotteita ja arpoja. Lahjoituksista mainittakoon testamenttilahjoitus. Tulimme valituksi Turun Ydinkeskustayhdistys ry:n hyväntekeväisyystapahtuman kohteeksi. Tapahtuman tuotto tulee yhdistyksen käyttöön vuonna 2020.

Kirjanpito ja palkanlaskenta ostettiin Turun Finanssikirjanpito Ky:ltä, ATK-palvelut ATK-apu SP-systems Oy:ltä ja toimistosiivous Kota Oy:ltä ja loppuvuonna Leni Palvelut:lta. Tilintarkastuksen teki HT Pekka Haavisto BDO Turku.

VAPAAEHTOISTOIMINTA

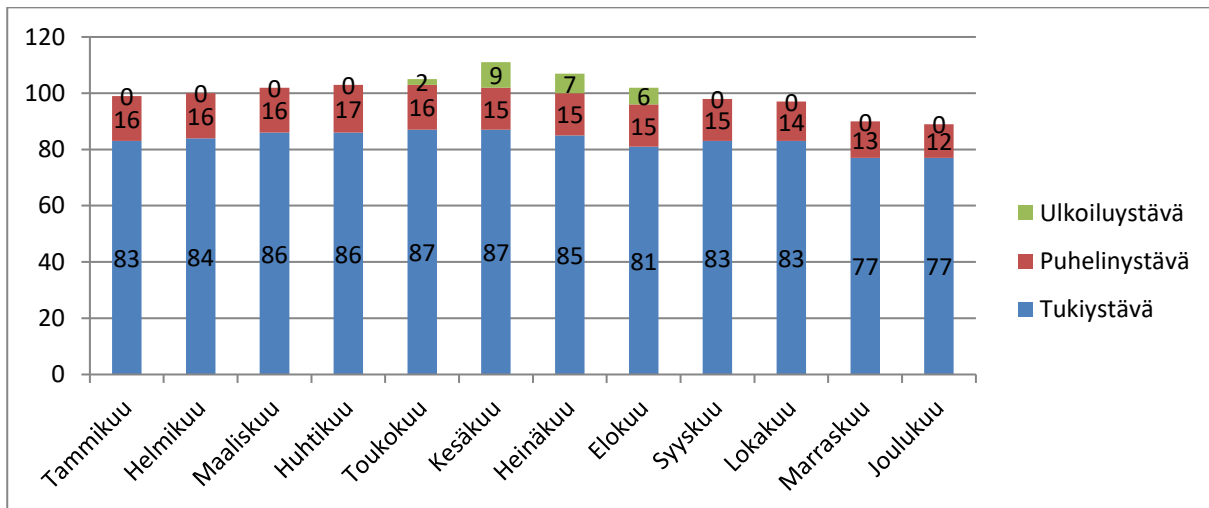
Noin 180 vapaaehtoistamme olivat 20–89-vuotiaita naisia ja miehiä. Mukana on opiskelijoita, työttömiä, työssä käyviä sekä eläkeläisiä, joiden määrä vapaaehtoisista on suurin. Uusia toimijoita saatiin niin ystävätoimintaan kuin työryhmiin ja ryhmien ohjaajiksi. Kuukausitasolla vapaaehtoisemme tekevät noin 500 vapaaehtoistuntia vanhusten hyväksi (seurantajaksot maaliskuu- ja lokakuu).

Kaikille vapaaehtoisille järjestettiin kuusi koulutus-/ kiitostapahtumaa: maaliskuussa oli ensiaputaitojen kertausta, toukokuussa vietettiin Ruissalossa unelmien liikuntapäivää, kesäkuussa virkistäydettiin Picnic-risteilyllä, elokuussa tutustuttiin teatterin lavasteisiin, lokakuussa rentouduttiin Metsämieli luennolla ja joulukuussa tarjosimme glögit sekä mysteerihuoneita ratkottavaksi. Näihin tilaisuuksiin osallistui yhteensä 113 vapaaehtoista.

Tukiystävätoiminnan vapaaehtoiset

Suurin osa vapaaehtoisistamme toimii STEAn rahoittamassa Tukiystävätoiminnassa. Tukiystävätoiminnan vapaaehtoiseksi haluavat osallistuvat joko Ystävän peruskurssille tai heidät perehdytetään toimintaan henkilökohtaisessa tapaamisessa. Kurssuja järjestettiin vuoden aikana 10 ja niille osallistui yhteensä 32 henkilöä ja lisäksi perehdytyksessä kävi 12 henkilöä. Vapaaehtoiset allekirjoittavat liittymissopimuksen aloittaessaan toiminnan.

Vapaaehtoisia toimi tukiystävätoiminnassa vuoden 2019 aikana yhteensä 159 eri henkilöä. Keskimäärin heitä toimi kuukausitasolla 106. Ulkoiluystävytydet olivat määräaikaista, eli niitä oli vain touko-elokuun välisenä aikana. Taulukossa 1 on esitetty ystävien määrät kuukausitasolla.



Taulukko 1. Tuki-, puhelin- ja ulkoiluystävien määrä kuukausitasolla.

Tukiystävätoiminnan vapaaehtoisille oli kuusi vertaistuellista Ystävätapaamista, joissa oli mm. asiantuntijaluentoja. Ystävätapaamisiin osallistui yhteensä 61 vapaaehtoista. Lisäksi oli neljä virkistystilaisuutta, joihin osallistui 60 vapaaehtoista. Vapaaehtoisille tarjottiin mahdollisuutta osallistua myös suljettuun, kahdeksan kokoontumista käsittävään työnohjaukselliseen ryhmään sekä ystävän jatkokurssille. Kumpaakaan ei aloitettu vähäisen ilmoittautumismäärän takia.

Kuntoilukummitoiminta

Kuntoilukummitoimintaa toteutettiin vähäisen työntekijäresurssin (yksi päivä viikossa) vuoksi pienimuotoisesti. Vapaaehtoiset perehdytettiin toimintaan kurssilla ja heidät kutsuttiin mukaan ystävätoiminnan tapaamisiin. Kurssi järjestettiin elokuussa ja kuntoilukummit aloittivat toiminnan syyslokakuussa.



Kuva 5. Kuntoilukummitoiminnassa jumpataan vanhuksen kotona.

Toiminnassa oli mukana seitsemän vanhusta ja vapaaehtoista, jotka tapasivat vanhuksen kotona joka toinen viikko ja kuntoilivat keskenään. Ennen toiminnan aloittamista vanhukselle tehtiin alkutestit, joissa testattiin hänen lähtötasonsa. Testien perusteella vanhukselle tehtiin henkilökohtainen kuntoiluohjelma. Toimintaan tehtiin neljän kuukauden sopimus ja määräaikaikaisuuden päättyessä vanhukselle tehdään lopputestit, joilla selvitetään toiminnan vaikuttavuutta. Toiminnassa on myös mahdollisuus jatkaa, eli tehdä uusi neljän kuukauden sopimus joko samojen henkilöiden kesken tai eri henkilöiden kesken.

Työryhmät

Työryhmissä toimivat yhdistyksen jäsenet ja yhdistyksen työntekijä. Hallitus valitsee ryhmän vastaavan järjestäytymiskokouksessaan. Jäseniä tuli mukaan myös toimintakauden aikana. Ryhmien toiminnasta kerrottiin yhdistyksen nettisivuilla, jäsenlehdessä, infoissa ja Ystävän peruskurssilla sekä yhdistyksen eri tilaisuuksissa. Työryhmät antavat merkittävän panoksen yhdistykselle.

Edunvalvontaryhmä

Edunvalvontaryhmä toimii yhdistyksen vanhusasioiden asiantuntijaroolissa ja ikäihmisten edunvalvojana vaikuttamalla niin kunnalliseen kuin valtakunnalliseen päätöksentekoon. Ryhmä tekee aloitteita, esityksiä ja lausuntoja vanhuspalvelujen kehittämiseksi ja puutteiden korjaamiseksi. Asioita, aloitteita ja ehdotuksia tuodaan tarvittaessa julkisuuteen myös median välityksellä. Ryhmä tiedottaa yhdistyksen jäseniä vanhuksia koskevista asioista Vanhustuen Viesti -jäsenlehden välityksellä.

Vuonna 2019 edunvalvontaryhmä jatkoi Turun kaupungin toiminnan ja päätösten seuraamista sekä vanhusten huolten kuuntelemista herkällä korvalla. Yksi vuoden merkittävimpiä julkisen keskustelun aiheita sekä paikallisesti että valtakunnallisesti koski vanhustenhoitoa ja sen puutteita. Edunvalvontaryhmä seurasi keskustelua ja järjesti 6.2.2019 eduskuntavaalipaneelin, johon kutsuttiin edustajat kaikista eduskuntapuolueista. Paneelissa käsiteltiin ikäihmisiä koskevia teemoja, ja se keräsi noin 60-henkisen yleisön.

Turun kaupunki päätti vuoden 2018 lopussa aloittaa kokeilun ikäneuvolasta, jonne kaikki 75-vuotiaat kutsutaan laajaan terveys- ja toimintakykykartoitukseen. Edunvalvontaryhmä seurasi hankkeen etenemistä ja kiinnitti huomiota siihen, että kaupungin päätöksestä huolimatta toimintaa ei pystytty käynnistämään vuoden 2019 aikana. Työryhmä laati yhdistyksen puheenjohtajan nimissä kannanoton, jossa vaadittiin toiminnan käynnistämistä mahdollisimman pian, ja neuvolan sijoittamista helppopääsyiseen paikkaan, jossa on geriatrasta osaamista. Kannanotto lähetettiin sosiaali- ja terveyslautakunnan jäsenille, vanhusneuvostolle sekä kaupunginjohtajalle, ja julkaistiin Turun Sanomien mielipidepalstalla 29.5.2019. Kirjoitus sai positiivisen

vastaanoton, ja kaupungin viranhaltija selvitti sen johdosta neuvolan käynnistysongelmia työryhmälle. Ikäneuvola aloitti toimintansa vuoden 2020 alussa Mäntymäen sairaala-alueella, joka täyttää edunvalvontaryhmän neuvolalle asettamat sijaintikriteerit.

Työryhmä järjesti 8.10.2019 Ruusukorttelissa vanhusten harrastusmessut, joissa 24 näytteilleasettajaa jakoi tietoa ikäystävällisistä vapaa-ajanviettotavoista. Edustettuina oli muun muassa liikunta- opiskelu- ja kulttuuriharrastuksia sekä matalan kynnyksen ryhmätoimintaa. Näytteilleasettajia oli niin yhdistyksistä, yrityksistä kuin Turun kaupungiltakin. Esittelypisteiden lisäksi yleisöä viihdytettiin kuoro- ja tanssiesityksillä. Kävijöitä messut keräsivät noin 200 henkeä. Työryhmä järjesti messuilla kyselyn seuraavien messujen teemasta, ja vieraiden keskuudessa suosituimmaksi aiheeksi nousi ”Hyvinvointi ja turvallisuus”, jonka työryhmä pitää mielessään suunnitellessaan vuoden 2020 toimintaa.



Kuva 6. Lokakuun harrastemessuilla kävi noin 200 tutustumassa eri toimijoiden tarjontaan.

Työryhmä on kiinnittänyt erityistä huomiota vanhusten asumiseen. Huomion kohteena on ollut muun muassa palvelutalojen laajennushankkeet ja niissä perittävät maksut sekä tuetusta asumisesta tiedottaminen. Työryhmä on tuonut asumisasioissa ikäihmisten ääntä kuuluviin esimerkiksi suoralla yhteydenpidolla Turun kaupungin omistaman kiinteistöyhtiö TVT Asumus Oy:n toimitusjohtaja Teppo Forssiin. Forss myös vieraili työryhmän kokouksessa 22.8. ja kertoi vuokramarkkinoista, yhtiön toiminnasta, tavoitteista ja suunnitelmista, sekä kuuli Turun Seudun Vanhustuen näkemyksiä senioriasumisen kehittämistä. Työryhmä käynnisti syksyllä myös projektin, jonka tavoitteena on muotoilla kannanotto ikäystävällisistä asumisalueista. Vuoden aikana työryhmä on seurannut ja pohtinut myös muun muassa Fölin toimintaa, Turun kotihoitoa, terveyskeskuspalveluja sekä kaupungin ja yhdistysten yhteistyön toimivuutta.

Edunvalvontaryhmässä oli vuonna 2019 10 vapaaehtoista. Työryhmän vastaavana toimi yhdistyksen puheenjohtaja Maarit Kulmala. Muut jäsenet olivat Sini Eloranta, Leila Häkkinen, Arja Järvinen, Tarja Kopu, Maaria Lilja, Pirjo Rinne, Marja Tuohimaa, Laura Viikari ja Iida Villman. Henkilökunnan edustajana kokouksiin osallistuivat Nina Karuneva (kevätkausi) ja Daniel Telén (syyskausi). Kokouksia pidettiin 10, minkä lisäksi alatyöryhmät (messujen järjestelyryhmä ja asumisen kannanottoa valmisteleva ryhmä) kokoustivat yhteensä 6 kertaa. Myös 2017 olleen kansalaisraatiin osallistuneiden kesken kokoonnuttiin kolmesti. Raatilaiset seurasivat ja arvioivat ikäihmisten palvelutilannetta kaupungissamme ja jakoivat kokemuksiaan ja näkemyksiään mm. terveyskeskuspalveluista, palvelutorista ja digitalisaatiosta. Näitä asioita vietiin edunvalvontaryhmälle.

Tiedotusryhmä

Tiedotusryhmä suunnitteli ja tuotti neljä 28-sivuista jäsenlehteä. Näistä lokakuun lehti oli Tukiystävätoiminnan erikoisnumero. Lehdissä oli mm. luentotiivistelmiä, tiedotteita vanhuksia koskevista asioista sekä yhdistyksen toiminnasta ja tapahtumista.

Jäsenlehti postitettiin jäsenille, aktiivisille Tukiystävätoiminnan vapaaehtoisille ja sekä toiminnassa mukana oleville tuettaville vanhuksille. Lisäksi lehteä jaettiin eri tiedotustapahtumissa ja yhteistyötilaisuuksissa. Lehden painosmäärä oli 1000 kpl/nro. Lehden taitosta vastasi Nina Karuneva ja painatuksesta X-copy.

Tiedotusryhmä kokoontui neljästi. Ryhmän vastaavana toimi alkuvuonna Katri Lahtivuori ja loppuvuoden Nina Karuneva. Ryhmän jäseniä olivat Päivi Eskola, Terttu Raitanen, Johanna Rasi sekä Maarit Rintala. Ryhmä teki haastatteluja, kirjoitti juttuja ja otti kuvia lehteen sekä arvioi lehden sisältöä vanhusnäkökulmasta. Jäsenlehtikirjoituksia pyydettiin tarpeen mukaan myös tiedotusryhmän ulkopuolisilta.

Palaute, mitä lehdestä vuoden aikana saimme, oli positiivista: kirjoitukset ovat kiinnostavia ja sopivan helppolukuisia, tietoa on jaettu monenlaisista vanhuksia koskevista asioista, tapahtumatiedottaminen selkeää ja kiitosta sai myös selkeä ulkoasu.

Ohjelmatyöryhmä

Ohjelmatyöryhmä suunnitteli ja toteutti Vanhustuen iltapäivät (8), laulutilaisuudet (3), varainhankintatilaisuudet (2), teatterimatkat (3) ja retket (2) sekä Nenäpäivä -tilaisuuden.



Kuva 7. Vanhustuen iltapäivässä joulukuussa esiintyi mm. NMKY:n seniorikuoro.

Iltapäivät ja laulutilaisuudet järjestettiin yhteistyössä Ruusukorttelin hyvinvointikeskuksen kanssa. Lisäksi ohjelmatyön puitteissa järjestettiin Lehmusvalkaman hyvinvointikeskuksen kanssa Nenäpäivä -tilaisuus. Tilaisuuksien vastaavina toimivat Katri Lahtivuori ja Eira Tähtinen. Tilaisuuksiin osallistui 905 henkilöä.

Tammikuussa käytiin katsomassa ”Oma maa” -elokuvaa, toukokuussa vierailtiin Uudenkaupungin automuseossa ja Pilvilinnassa, kesäkuussa katsomassa Samppalinnan kesäteatterissa ”Perjantai on pahin” ja lokakuussa Kaarinan teatterissa ”Heila hakusessa” -näytelmä. Marraskuun

retki suuntautui Lehmirantaan Saloon. Matkavastaavina toimivat Seppo Grönlund, Eira Tähtinen ja Katri Lahtivuori. Näillä retkillä ja matkoilla oli mukana 237 henkilöä. Tavoitimme mukaan myös ei-jäseniä, heitä oli osallistujista 22 %.

Vuoden aikana järjestettiin kaksi varainkeruutilaisuutta: tammikuussa Iloisen harmonikkakonsertin esiintyjänä oli Raision Harmonikkakerho, solisteinaan Anneli Uitto ja Tapani Sundberg. Tilaisuuden koosti Vanhustuen konkarit ja juonsi Ritva Ilmanen. Lokakuun Viihdekonsertissa solisteina olivat Arto Nuotio ja Lea Laven. Tilaisuuden koosti ja juonsi Katri Lahtivuori.

Kaikkiaan ohjelmatyöryhmän tilaisuuksiin osallistui noin 1500 henkilöä. Esiintyjät tulivat tilaisuuksiin pääsääntöisesti vapaaehtoisina. Virkistystilaisuudessa palautetta kerättiin mm. kyselylomakkein, jolloin vastauksen sai antaa nimettömänä. Kyselyyn vastanneet (45) olivat 69–95-vuotiaita. 82 % vastaajista oli naisia. Tilaisuus koettiin sosiaalisesti tärkeäksi ja mielialaa parantavaksi. Tilaisuuden ohjelma oli kuulijoille mieluista ja tapahtumaan tuleminen helppoa. 96 %:lle tärkeää oli maksuton sisäänpääsy.

Ohjelmatyöryhmä kokoontui suunnittelemaan ja arvioimaan toimintaansa neljä kertaa. Ryhmän vastaavana toimi Eira Tähtinen ja jäsenenä Seppo Grönlund, Katri Lahtivuori, Olavi Mikola sekä henkilökunnan edustajana Nina Karuneva.

Tapahtuma-avustajat

Tapahtuma-avustajien ryhmää kutsutaan Syke-ryhmäksi. Sen jäsenet toimivat Vuonna 2019 näitä tilaisuuksia oli 14, joista 11 ohjelmaryhmän, kaksi edunvalvontaryhmän ja lisäksi liikuntapäivän kotihoidon asiakkaisen tapahtuma. Ryhmä ”kahvitti” kaikkiaan lähes 1 400 tapahtumiin osallistujaa sekä noin 100 tapahtumien esiintyjää.



Kuva 8. Sykeryhmäläisiä tammikuun harmonikkakonsertissa.

Ryhmä piti kaksi toiminnan palaute- ja suunnittelukokousta yhdessä toiminnanjohtaja Nina Karunevan kanssa. Ryhmässä toimivat Brita Granlund, Airi Hellberg, Anneli Koivikko, Anneli Virta, Helena Oklahti, Hellevi Otamo, Hilpi Arki, Irmeli Rytönen, Kristina Sommerfelt, Leena Koivunen, Mirja Mattila, Pia Orava, Pirkko Kankare, Pirkko Rantanen, Päivi Keihäs, Sirkka-Liisa Salomaa, Soile Nurmi, Tuula Nuutinen ja Varpu Salo.

MUUT TAPAHTUMAT JA TOIMINTA

Luennot

Yhdistys järjesti yhteistyössä Turun kaupunginkirjaston ja Turun yliopiston kanssa 10 luentoa Turun pääkirjaston Studioissa. Luentojen nimi vaihtui Studia Generalia senioreille luentosarjasta Virkeä Vanhuus luentosarjaksi syksyllä. Luentoja pidettiin mm. seuraavista aiheista: eläköityminen, ravitseminen, taloudellinen kaltoinkohtelu, yksinäisyys, taloudenhallinta ja lääkehoito. Luentoja kokoontui kuulemaan yhteensä 549 kuulijaa.

Lisäksi järjestimme kaksi luentoa Lehmusvalkaman hyvinvointikeskuksessa ”Vanhuus nyt ja tulevaisuudessa” sekä ”Yhteinen onni – paras onni”. Nämä luennot tavoittivat 87 kuulijaa.

Yhdistyksen toimistolle kokoonnuttiin kuulemaan Olohuoneen tietoiskuja joka toinen viikko yhteensä 19 kertaa. Tilaisuuksissa asiantuntijat pitivät alustuksen aiheestaan ja keskustelivat osallistujien esiin nostamista kysymyksistä. Alustusaiheita olivat mm. silmien suojaus auringolta, nettiasiointi, kuulo, sydänterveys, kohtuullinen alkoholin käyttö iäkkäänä, jalkojen hoito ja liikenneturvallisuus. Tilaisuuksiin osallistui 202 henkilöä.

Palaute luennoista oli pääsääntöisesti positiivista: aiheet kiinnostavat, saa tärkeää tietoa ja luennoitsijat huomioivat hienosti yleisönsä. Kiitosta saa myös mahdollisuus keskustella ja jakaa ajatuksia aiheista muiden osallistujien kanssa. Osallistujien keski-ikä on noin 75 vuotta.

Ryhmätoiminta

Yhdistyksen ryhmät olivat kaikille avoimia ja maksuttomia lukuun ottamatta Muistijumpparyhmää, joka oli vain ilmoittautuneille. Toteutuneiden ryhmien lisäksi tarjosimme Ystäväpiiri toimintaa, mutta osallistujia ei ryhmään saatu riittävästi.

Ryhmissä ohjaajina toimivat vapaaehtoiset, opiskelijat ja erityisesti kesäaikaan työntekijät. 136 ryhmätoimintakertaa tavoitti vuoden aikana 1694 osallistujaa.

Bingoa pelattiin kerran kuussa. Peli oli osallistujille maksuton ja palkinnot saatiin pääsääntöisesti lahjoituksina eri yrityksiltä. Bingoemäntinä toimivat Marja Lumio ja Helena Hemsley. Viestintäliiga ja hyväntekeväisyyskäyntejä tekevä Seppo-koira vierailivat marraskuussa bingossa ja tekevät videon Vanhustuen toiminnasta.



Kuva 9. Seppo-koira.

Ikivireät-ryhmä kokoontui kevät- ja syyskaudella joka toinen viikko yhdessäoloa ja keskustelua varten. Vilkasta keskustelua luotsasivat Heikki Suhonen ja Rainer Grönlund.

Käsityökerho teki yhdistyksen toimistolla joka toinen viikko käsitöitä. Materiaalit käsitöihin saatiin pääosin lahjoituksena. Käsityökerho teki tuotteita paitsi myyntiin myös lahjoitettavaksi. Lahjoituskohteina tänä vuonna oli Mäntyrinteen vanhainkoti (hypistelymuhveja), TYKS vastasyntyneiden osasto (junasukkia) ja Kerttulin vanhainkoti (huiveja). Kerholaiset osallistuivat toukokuussa Neulegraffittitapahtumaan ja tuotteiden myyntitilaisuuksiin (3) yhdessä yhdistyksen työntekijän kanssa. Ryhmän vastuuhenkilöinä toimi Terttu Raitanen, Manna Tainio ja Mari Reinikainen.

Leffakeskiö käynnistettiin kesäkuussa ja kiinnostavuuden vuoksi niitä jatkettiin myös syksyllä kerran kuukaudessa. Ryhmässä katsottiin yhdessä ohjelmia mm. suomalaisista, ajankuvista, Suomen luonnosta ja musiikista. Ohjelman jälkeen vaihdettiin ajatuksia. Ohjaajana toimi Mari Reinikainen.

Muistelupiiri kokoontui kesän ajan. Joka kerralla oli oma teemansa ja vetäjä. Saman tyyppisenä toimintana syksyllä toteutettiin Sippe tapaamisia, jotka toteutettiin yhteistyössä Kotikunnaan kanssa.

Pelikerho järjestettiin viikoittain. Osallistujat pelasivat korttia, lautapelejä ja kesällä mölkkyä lähipuistossa. Osallistujat saivat myös tuoda mukanaan omia pelejä ja opastaa toisiaan uusien pelien pariin. Pelikerhon ohjaajana toimi Anne Aro.

Tuolijumppa oli Ruusukorttelissa hyvinvointikeskuksen liikuntasalissa kerran viikossa tammi-toukokuussa ja marraskuusta alkaen Ruusukorttelin juhlasalissa. Alkusuksyllä oli tauko, koska emme saaneet tilavuoroa. Osallistujat osallistuivat jumppaan omalla vastuullaan ja oman kuntonsa mukaan tarvittaessa liikkeitä soveltaen. Ryhmää ohjasi Anneli Virta.

Ryhmänohjaajat kokoontuivat kolmesti yhdessä toiminnanjohtajan kanssa arvioimaan toiminnan onnistumista ja pohtimaan vanhuksilta saatuja palautteita. Näiden perusteella tarkennettiin ryhmien toimintakäytänteitä. Ryhmiin ja niiden monimuotoisuuteen oltiin tyytyväisiä ja

Vanhuksille suunnattu ystävätoiminta

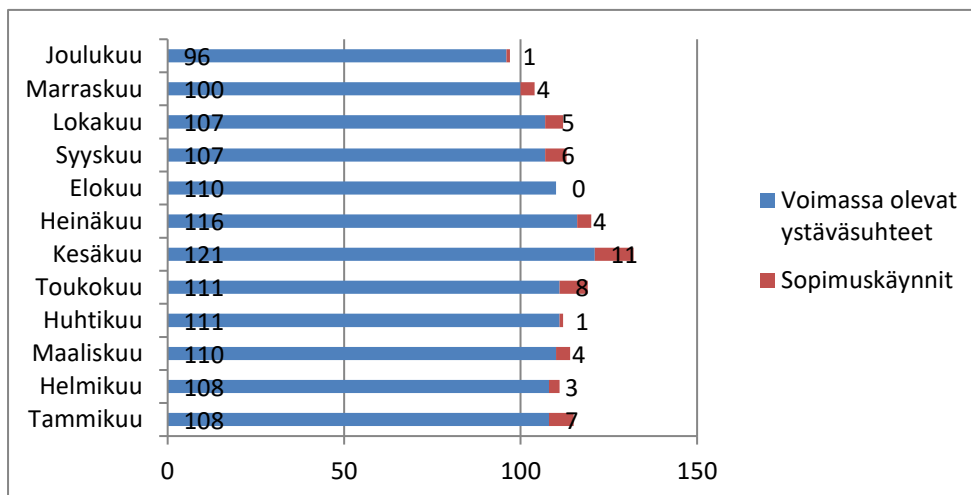
Tukiystävätoiminta toimii STEAn myöntämällä Ak-hankeavustuksella. Toiminnan tarkoitus on vähentää yksin asuvien yli 70-vuotiaiden yksinäisyyttä tarjoamalla heille vapaaehtoinen tuki- tai puhelinystäväksi. Kesäisin on mahdollista saada myös ulkoiluystävä. Tukiystävän kanssa tavataan joka toinen viikko noin kaksi tuntia kerrallaan. Tukiystävä on juttuseurana sekä myös ulkoilu- ja asiointiapuna. Puhelinystävän kanssa soitellaan 2-4 kertaa kuukaudessa noin 30 minuuttia kerrallaan. Kesäkuusta elokuuhun ulkoiluystävät ulkoilivat tuettavien kanssa joka toinen viikko. Sekä vanhuksen että tuettavan toiveesta voidaan ystävätoiminnan muotoa ja ystäväsuhteen osapuolia muuttaa. Vapaaehtoinen ei tee ammattihenkilöstölle kuuluvia tehtäviä.

Ystävätoiminnan piiriin eivät kuulu ammatillista apua muisti-, mielenterveys- tai päihdesyistä tarvitsevat henkilöt, sillä vapaaehtoiset toimivat tavallisen ihmisen tiedoin ja taidoin.

Ennen ystäväsuhteen alkua tukiystävätoiminnan ohjaaja tekee vanhuksen luokse kartoituskäynnin. Käynnin tarkoituksena on selvittää vanhuksen tarpeita ystävätoiminnan suhteen, toimintamme periaatteita ja varmistaa vanhuksen soveltuvuus toimintaamme. Ohjaajat antavat tarvittaessa vanhukselle tai omaisille ohjausta palvelujen piiriin. Kartoituskäyntejä tehtiin yli 80 ja tukiystävätoimintaan otettiin mukaan suurin osa näistä ihmisistä. Ystäväpyyntöjen sekä kartoituskäyntien perusteella kohderyhmään kuulumattomat asiakkaat ohjattiin muiden palvelujen piiriin. Tuettavista suurin osa asui Turussa, muutamat asuivat Raisiossa, Liedossa ja Kaarinassa.

Ystäväsuhteet

Ystäväsuhde alkaa vanhuksen, ystävän ja ohjaajan yhteisellä tapaamisella, eli sopimuskäynnillä. Näitä käyntejä tehtiin vuoden aikana 54. Käynnin aikana vanhus ja vapaaehtoinen saavat tutustua toisiinsa ja samalla sovitaan ensimmäinen kahdenkeskinen tapaaminen. Puhelinystävyyksissä vanhus ja vapaaehtoinen eivät tapaa, vaan ohjaaja organisoii heille ensimmäisen yhteisen soittoajan. Ohjaaja soittaa ensimmäisen tapaamisen ja toisen soiton jälkeen sekä vanhukselle että vapaaehtoiselle ja kysyy tapaamisen/puhelun sujumisesta. Tässä kohtaa saattaa vielä nousta joitain kysymyksiä esiin. Taulukossa 2 on esitettyinä kuukausittaiset ystäväsuhteiden ja uusien sopimuskäyntien määrät.

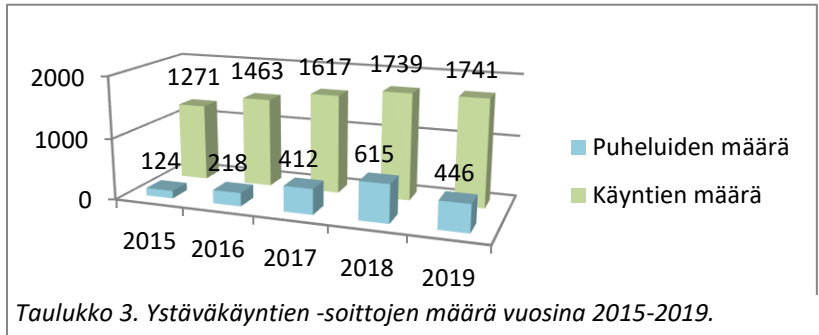


Taulukko 2. Tukiystävätoiminnan voimassa olevat ystäväsuhteet ja tehdyt sopimuskäynnit kuukausittain.

Toiminnan käynnistyttyä ohjaaja soittaa myös vanhuksen nimeämälle yhteyshenkilölle, eli omaiselle, läheiselle tai viranomaiselle ja kertoo toiminnasta, mikäli soittoon on vanhuksen lupa. Tuettavien omaisille järjestettiin huhtikuussa omaisten ilta, jossa heillä oli mahdollisuus tutustua Tukiystävätoimintaan ja kysellä toiminnasta. Iltaan osallistui viisi omaista.

Keskimäärin ystäväsuhteita oli toiminnassa kuukausittain 106. Tukiystäväkäyntejä tehtiin 1741 ja tukiystäväpuheluita soitettiin 446 vuoden 2019 aikana. Tukiystäväkäyntien määrät ovat lisääntyneet vuosittain vuodesta 2015 vuoteen 2019. Puheluita oli viime vuonna vähemmän kuin edellisenä vuotena (taulukko 3).

Toimintaluvut kertovat toiminnan olevan halutumpaa kuin mihin pystymme vastaamaan. Ystäväsuhteita toimi kuukautta kohden enemmän kuin tavoitteeksi (100) oli asetettu ja silti vanhuksia oli jonossa odottamassa ystävää.



Tuettavia oli vuoden 2019 aikana mukana toiminnassa yhteensä 177. Iältään he olivat 70–99-vuotiaita ja keski-ikä oli 86 vuotta. Joulukuun lopussa tuettavia oli 96 ja 93 % heistä oli naisia.

Ystäväsuhteita myös päättyi. Suurimmat syyt päättymisiin olivat vanhuksen huomattava terveyden tai toimintakyvyn lasku tai kuolema (49). Vapaaehtoisista 34 lopetti toiminnan, johtuen oman elämäntilanteen muuttumisesta (muutto, työ- tai opiskelupaikan saanti). Toiminnan päättyessä molemmilta tahoilta pyydetään mahdollisuuksien mukaan palautetta toiminnasta ja vapaaehtoinen saa toiminnastaan todistuksen. Mikäli toinen osapuoli haluaa, annetaan hänelle mahdollisuus uuteen ystäväsuhteeseen.

Tuettaville ja vapaaehtoisille järjestettiin joulujuhla yhteisötalon Pihlajasalissa. Tilaisuudessa oli tarjolla riisipuuroa, joulutorttuja ja esityksiä. Tapahtumaan osallistui hieman yli 50 henkilöä.

Vanhukset kokevat niin puhelin- kuin tukiystävätoiminnan luotettavana tapana lievittää yksinäisyyttä ja parantaa mielialaa. Osa heistä ei ilman vapaaehtoista pääsi esimerkiksi ulkoilemaan ja asioimaan. Jotkut ovat ystävän kanssa lähteneet tutustumaan yhdistyksen toimintaan, ja heistä muutamat aktivoituneet osallistumaan mahdollisuuksien mukaan yhdistyksen ryhmätoimintaan. Myös omaiset ovat huomanneet läheisensä virkistyneen ja saaneen uutta ajateltavaa päiviinsä ystävätoiminnan kautta.