

[Lue selaimessa](#)



Vanhustyön keskusliitto
CENTRALFÖRBUNDET FÖR DE GAMLAS VÄL RY

Hyvinvointialueiden ja kuntien
iäkkäiden palveluiden asiantuntijat |
9.2.2026



Ideoita, tietoa ja yhteistyötä

Miten vahvistaa iäkkäiden ihmisten osallisuutta, ehkäistä yksinäisyyttä ja tukea muistipolun alkuvaiheessa vaikuttavasti? Tähän uutiskirjeeseen olemme koonneet tutkittuja toimintamalleja, ajankohtaisia palveluja sekä koulutuksia, jotka tarjoavat konkreettisia ratkaisuja hyvinvointialueiden ja kuntien henkilöstölle.

Mukana on muun muassa erinomaisiksi arvioituja ryhmätoiminnan malleja, maksutonta digitukea senioreille, tukea vapaaehtoistoiminnan koordinointiin sekä uusia mahdollisuuksia asumisen turvallisuuden parantamiseen. Lisäksi kutsumme teidät mukaan tapahtumiin, verkostoihin ja koulutuksiin, joissa yhdessä rakennamme iäkkäille entistä parempaa arkea.

[Tutustu Vanhustyön keskusliiton toimintaan](#)

Tässä uutiskirjeessä

Keinot ikääntyneiden hyvinvoinnin tukemiseen

- [Omahoitovalmennus-toiminta ja koulutus ammattilaisille](#)
- [Egenvårdsgruppträning-verksamheten](#)
- [Ystäväpiiri-toiminta ja koulutus ammattilaisille](#)
- [Digituki etänä senioreille](#)
- [Ideoita, tietoa ja yhteistyötä vapaaehtoistoiminnan koordinointiin](#)
- [Iloa ja oivalluksia – innostusta ja yhdessä oppimista! - koulutus ammattilaisille](#)
- [Maksuton aineistopankki Vahvike.fi](#)

Vanhustyön keskusliiton uutiset

- [Vanhustyön keskusliitto ottanut käyttöön PTV:n](#)
- [Asuntojen muutostyöt ja korjausneuvonta - uusi yritys Suomen Kotikorjaukset](#)
- [Kysely: viestintä ja vaikuttaminen 2025](#)

Tapahtumat

- [Ystävällisten viikko 9.-15.2.](#)
- [Arjen kohtaamiset vanhustyössä 17.4.](#)
- [Rollaattorimarssi 8.5.](#)
- [Syksyn tapahtumia](#)
- [Evenemang](#)

Muut asiat

- [Vaikeiden asioiden keskustelukortit](#)

Keinot ikääntyneiden hyvinvoinnin tukemiseen



Omahoitovalmennus-toiminta

Omahoitovalmennus-toiminta on voimavaralähtöistä ja omahoitotaitoja valmentavaa ryhmämuotoista muistiohjausta muistisairauden varhaiseen vaiheeseen.

Toimintamalli koostuu laadukkaasta ryhmänohjaajakoulutuksesta ja kahdesta ryhmämallista, jotka kohdentuvat muistipolun alkuvaiheeseen: ryhmätoiminta yksin asuville iäkkäille ihmisille ja ryhmämalli pariskunnille, joista toisella on varhaisessa vaiheessa oleva muistisairaus. Tutkimusnäytön perusteella Omahoitovalmennus-ryhmässä oikea-aikaisesti ja räätälöidysti toteutettu vertaistuki ja tieto edistävät muistisairaiden osallistujien kognitiota ja vahvistavat puolisoiden elämänlaatua.

Muistisairaudet

Käypä hoito -suosituksen (2023) mukainen Omahoitovalmennus-toimintamalli on vertaisarvioitu THL HYTE-portaalissa ([4/2024](#)). Omahoitovalmennus-toiminta sai arviointiprosessista arvosanan 5/5 – erinomainen.

Ohjaajakoulutukset syksyllä 2026

Koulutamme syksyllä 2026 uusia ryhmänohjaajia pariskuntien Omahoitovalmennus-malliin. Koulutuspäivät ovat: 3.9., 14.9., 6.10., 10.11. ja 8.12.2026.

Lisätietoja antaa alueohjaaja Merja Kahilainen p. 050 568 1107 tai merja.kahilainen@vtkl.fi.

[Lue lisää koulutuksesta](#)

Egenvårdsgruppträning-verksamheten

Egenvårdsgruppträning-hankkeen (2024–2027) tavoitteena on kehittää ja laajentaa Omahoitovalmennus-toimintaa ruotsinkielisille ja kaksikielisille ikääntyville ihmisille.

Toteutimme vuonna 2024 kyselyt muistisairauden varhaisen vaiheen tarpeisiin liittyen. Ammattilaisten ja vapaaehtoisten tulosten mukaan omalla äidinkielellä annettava tuki mahdollistaa vuorovaikutusta, vahvistaa turvallisuuden tunnetta ja edistää osallisuuden kokemusta. Muistisairauteen sairastuneiden ja heidän läheistensä vastauksissa korostui tarve saada tietoa, ohjausta ja tunne-elämän tukea omalla äidinkielellä. Kyselyiden vastauksista välittyi vahva viesti ruotsinkielisten palvelujen ja vertaistuen merkityksestä muistisairauden varhaisessa vaiheessa.

Viestimme syksyllä 2026 alkavasta ryhmänohjaajakoulutuksesta kevään aikana.

[Tutustu toimintaan](#)



Ystäväpiiri-toiminta

Ystäväpiiri-malli vähentää yksinäisyyttä, jonka tiedetään alentavan hyvinvointia ja terveyttä sekä lisäävän sosiaali- ja terveystalvelujen käyttöä.

Tutkimusnäytön perusteella Ystäväpiiri-ryhmään osallistuminen edistää terveyttä, vahvistaa muistia ja vähentää sosiaali- ja terveystalvelujen käyttöä.

Ystäväpiiri-toiminta on julkaistu 10/2024 vertaisarvioidussa THL HYTE-toimintamallien arviointiportalissa. Toimintamalli sai erinomaisen arvosanan 5/5. Lisäksi Euroopan komission toteuttaman vertaisarvioinnin pohjalta Ystäväpiiri-toiminta valittiin parhaaksi malliksi mielenterveyttä edistävien käytäntöjen joukkoon ([best practice in the field of mental health](#)). Ystäväpiiri-toimintamalli löytyy Laatusuositus aktiivisen ja toimintakykyisen ikääntymisen ja kestävien palvelujen turvaamiseksi 2024–2027-julkaisusta esimerkkinä mielen hyvinvoinnin hyvistä käytännöistä.

Kevään 2026 ohjaajakoulutukset ovat alkaneet ja syksyllä 2026 alkavista koulutuksista viestimme nettisivuillamme kevään aikana.

[Lue lisää Ystäväpiiri-toiminnasta](#)



Digituki etänä senioreille

SeniorSurfin koordinoimassa valtakunnallisessa etäopastuspalvelussa vertaisopastajat tarjoavat digitukea senioreille puhelimitse. Kiireetön ja maksuton opastus voi olla rohkaisua digin käyttöön tai apua erilaisissa pulmatilanteissa, kuten salasanojen hallinta, laitteen hankinta tai sovellusten asentaminen. Opastuspyynnön voi jättää puhelimitse tai verkkolomakkeella. Palvelu on kuvattu PTV:hen ja sen voi lisätä hyvinvointialueen sivuille.

[Lue lisää seniorsurf.fi](https://seniorsurf.fi)

[Etäopastuspalvelu Suomi.fi:ssä](https://etaopastuspalvelu.suomi.fi)



Ideita, tietoa ja yhteistyötä vapaaehtoistoiminnan koordinointiin

Vapaaehtoiset tuovat arvokasta lisävoimaa ammattilaisten rinnalle – he ovat ulkoilukumppaneita, juttuseuraa, ryhmien ohjaajia ja yhteisöllisyyden rakentajia. Vaikka vapaaehtoistoiminta on maksutonta, sen laadukas koordinointi on avain sujuvaan yhteistyöhön, uusien vapaaehtoisten rekrytointiin ja motivoituneeseen toimintaan.

Vanhustyön keskusliitto kokoaa yhteen vapaaehtoistoiminnan koordinaattorit valtakunnalliseen gerontologiseen osaamisverkostoon, joka tarjoaa vertaistukea, ideoita ja ajankohtaista tietoa vapaaehtoistoiminnan kehittämiseen.

Verkosto kokoontuu Teamsin välityksellä neljä kertaa vuodessa – tervetuloa mukaan jakamaan kokemuksia ja oppimaan yhdessä!

[Liity verkostoon](#)



Iloa ja oivalluksia - innostusta ja yhdessä oppimista!

Vertaistuelliset ja toiminnalliset koulutuspäivät tarjoavat ammattilaisille ja vapaaehtoisille uusia menetelmiä iäkkäiden ihmisten ryhmätoimintaan sekä hyvinvoinnin ja arjen ilon vahvistamiseen. Saat käytännönläheisiä ideoita, tutustut

Vahvike.fi-aineistojen monipuoliseen käyttöön ja pääset jakamaan kokemuksia muiden ohjaajien kanssa. Jokainen koulutuspäivä on itsenäinen kokonaisuus – tule mukaan silloin kun sinulle sopii!

[Lue lisää](#)

Maksuton aineistopankki Vahvike.fi

Vahvike.fi on avoin aineistopankki iäkkäiden ihmisten hyvinvoinnin vahvistamiseksi. Vahvike.fi aineistopankista löytyy monipuolisia sisältöjä ryhmätoimintaan ja mielekkääseen arkeen.

[Vahvike.fi](#)

Vanhustyön keskusliiton uutiset

Vanhustyön keskusliitto ottanut käyttöön PTV:n

Vanhustyön keskusliitto (VTKL) on ottanut Palvelutietovarannon (PTV) käyttöön tammikuussa 2026. Kevätkauden aikana kaikki VTKL:n palvelut ja asiointikanavat on tarkoitus kuvata Palvelutietovarantoon. Aiemmin VTKL:n palvelut on ollut löydettävissä mm. Lähellä.fi-palvelun kautta, jatkossa tiedot

viedään suoraan myös Palvelutietovarantoon. Palvelutietovarannosta tiedot siirtyvät näkymään Suomi.fi:ssä.



SUOMEN Kotikorjaukset

Asuntojen muutostyöt ja korjausneuvonta

Yli 65-vuotiaat saavat edelleen Vanhustyön keskusliiton kautta maksutonta puhelinneuvontaa asuntojen muutostöiden ja korjaustarpeiden kartoittamiseen.

Vanhustyön keskusliiton perustama ja sen 100 % omistama uusi yritys Suomen Kotikorjaukset Oy aloittelee juuri toimintaansa. Se tarjoaa kotitalouksille, taloyhtiöille ja yhteisöille korjausrakentamisen koko paketin neuvonnasta suunnitteluun ja toteutukseen asti asiakkaan tarpeen mukaan räätälöitynä.

Lisätietoa Suomen Kotikorjaukset yrityksestä on tulossa sivulle kotikorjaukset.fi.

[Lue lisää korjausneuvonnasta](#)

Vastaa viestintä ja vaikuttaminen kyselyyn

Kyselyllä selvitämme, miten Vanhustyön keskusliiton viestintä ja vaikuttamistoiminta ovat onnistuneet ja tavoittaneet kohderyhmänsä vuonna 2025. Kysely on lyhyt ja anonyymi, mutta sen vastaukset ovat sitäkin tärkeämpiä meille toimintamme kehittämiseksi. Vastausaikaa on 12.2.2026 asti. Lämmin kiitos ajastasi!

[Mene kyselyyn](#)

Tapahtumat

Ystävällisten viikko

Ystävällisyys ei ole keneltäkään pois. Ystävällisten viikolla 9.–15.2. muistutamme ystävällisten eleiden tärkeydestä ja toisen ihmisen huomioonottamisesta.

[Lue lisää ja osallistu](#)



Ystävällisten viikko



Rollaattorimarssi

Rollaattorimarssi on hyvän mielenilmaus, joka nostaa esiin jokaisen oikeuden hyvään ja arvokkaaseen vanhuuteen.

Järjestä rollaattorimarssi omalla paikkakunnallasi. Tule kuulolle infotilaisuuteen ke 11.2.

[Lisätiedot](#)



Arjen kohtaamiset vanhustyössä - webinaari

17.4.2026 KLO 12.30-14.00

Ohjelmassa:

Case-esimerkkien avulla tuomme esiin konkreettisia asioita, joissa kuuluu kokemusasiantuntijoiden oma ääni. Tarjoamme kohtaamisen työkaluja ammattilaisille.

Puhumme teemoista:

Yksinäisyys, moninaisuus, muistisairaus ja elämän muutostilaneet.

WEBINAARI: Arjen kohtaamiset vanhustyössä

lääkkäiden parissa työskentelevä ammattilainen! Koetko vaikeaksi puhua iäkkäiden kanssa haastavista tilanteista?

Tule 17.4. klo 12.30-14.00 ammattilaisille suunnattuun webinaariin, jossa käsittelemme arvostavaa kohtaamista, myötätuntoa ja puheeksi ottamista. Alustuspuheenvuoron pitää professori Anne Birgitta Pessi.

Ilmoita kiinnostuksesi webinaariin antamalla yhteystiedot oheisesta linkistä. Lähetämme sinulle sitten kutsun.

[Olen kiinnostunut osallistumaan](#)

Syksyllä tulossa - laita jo kalenteriin



Vanhustenviikko

Vanhustenviikkoa vietetään 5.-11.10.2026 teemalla Arjen kohtaamiset. Vanhustenpäivän valtakunnallinen pääjuhla pidetään Joensuussa 4.10.2026.

[Lue lisää](#)



Hyvä Ikä -tapahtuma

Hyvä Ikä -tapahtuma on vanhuusalan ammattilaisille ja ikääntyneille suunnattu tapahtuma, joka pidetään 9.-10.9.2026 Helsingin Messukeskuksessa.

[Lue lisää](#)

Evenemang

Workshop: Att möta ensamhet och tidig minnesproblematik

Välkommen till vår workshop som behandlar teman kring ensamhet och tidig minnesproblematik i **Borgå den 13 mars 2026**. Tillfället riktar sig till dig som i ditt arbete eller din frivilligverksamhet möter äldre personer som upplever ensamhet och vill utbyta kunskap, ta del av konkreta arbetssätt och diskutera lokala behov och samarbetsmöjligheter.

[Läs mer](#)

Egenvårdsgruppträning-verksamheten startar i Pargas i mars

En ny Egenvårdsgruppträning-grupp **startar i Pargas i mars 2026**. Gruppen riktar sig till äldre personer som bor ensamma och oroar sig för minnesförändringar eller nyligen fått en minnessjukdomsdiagnos. Deltagarna erbjuds stöd, gemenskap och möjlighet att dela erfarenheter i en trygg och handledd grupp.

[Läs mer](#)

Vaikeiden asioiden keskustelukortit

Vaikeiden asioiden keskustelukortit ovat osoittautuneet toimivaksi työvälineeksi asiakastyössä muun muassa palvelutarpeen arvioinnissa, huoli-ilmoitusten käsittelyssä, ikäihmisten kanssa keskusteltaessa sekä omaisia kohdatessa. Kortit toimivat siltana ammattilaisen ja asiakkaan sekä omaisen välillä. Luotettuni Oy toivoo kumppaniksi pilottihankkeeseensa etenkin hyvinvointialueiden ikääntyneiden palveluja.



Yhteystiedot: Luotettuni Oy:n yrittäjä Liisa Eskeliseen, p. 040 515 2807 tai liisa@luotettuni.fi

[Lue lisää](#)



Vanhustyön keskusliitto
CENTRALFÖRBUNDET FÖR DE GAMLAS VÅL RY

Vanhustyön keskusliitto
vtkl.fi

Tämä uutiskirje lähetetään kaksi kertaa vuodessa Vanhustyön keskusliiton osoiterekisteristä.

Osoitteemme on:
Vanhustyön keskusliitto ry



Malmin kauppatie 26
00700 Helsinki

[Rekisteriseloste](#)

[Jos haluat peruuttaa tilauksen, klikkaa tästä](#)

POWERED BY |  liana