

Ikäihmiset KIINNI LÄHIYHTEISÖÖN

1.9.2018-31.12.2021

Muuruvesi

Kyläkohtainen koonti
ajalta 10/2018 - 12/2020

Tavoitettu:

202 eri osallistujaa

1104 osallistumista

eli



kylän yli 65-vuotiaista*

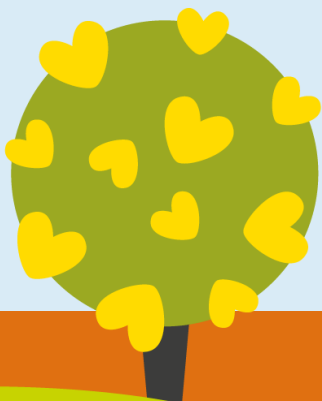
*Tilastokeskuksen mukaan Muuruvedellä alueella asuu 228 yli 65-vuotiasta ikäihmistä. Alueella asuvien ikäihmisten määrää on verrattu hankkeen tavoittamiin ikäihmisiin.

Yhteensä

14 Virkistyspäivää

3 Etävirkistyspäivää

4 Pienryhmää



Ikäihmiset KIINNI LÄHIYHTEISÖÖN

Olemme hankkeena tuoneet toimintaa kylille ja ikäihmisille virkistyspäivien ja etätoiminnan muodossa. Toiminnan sisältöä olemme suunnitelleet yhdessä ikäihmisten, kylätoimijoiden, vapaaehtoisten, hanketyöntekijöiden ja yhteistyöverkoston kanssa ikäihmisten tarpeita ja toiveita kuunnellen.

Hankkeemme on turvannut maaseutualueilla ja kylillä asuvien ikäihmisten yhdenvertaisia osallistumismahdollisuuksia, kohtaamisia toisten ikäihmisten ja kylätoimijoiden kanssa sekä asumista turvallisesti omissa kodeissaan.

Toiminnan kautta kiinnitämme ikäihmiset osaksi paikallisyhteisöä ja lisäämme kylän yhteisöllisyyttä. Ihmiset tulevat tutummiksi, turvallisuuden tunne kasvaa, naapuriapua on voinut pyytää ja kylähenki on saatu pysymään voimissaan. Samalla ikäihmisten kynnyks on osallistua muihin kylän toimintoihin on madaltunut.

Hankkeen tavoitteiden mukaisesti on:

- Toteutettu matalan kynnyksen virkistyspäiviä kylillä
- Mahdollistettu ikäihmisten kohtaamisia maaseudulla
- Tuotu lähelle toimintakykyä tukevaa toimintaa
- Rohkaistu netin käyttöön ja digitaitojen opetteluun
- Tuotu mielekästä tekemistä ja hyvinvointia arkeen
- Tuettu turvallista kotona asumista
- Lievennetty yksinäisyyttä

Iloa, naurua,
liikettä, laulua
ja mukavaa
yhteiseloä



Koko hankkeessa

3578

**OSALLISTUMISTA
AIKAVÄLILLÄ
10/2018–12/2020**



YHTEENSÄ

807

**ERI
OSALLISTUJAA
JA**



60

VAPAAEHTOISTA



Lähellä - omalla kylällä Muuruvedellä

Muuruvedellä hankkeen toimintoja on toteutettu yhdessä Muuruveden Kyläyhdistyksen, Muuruveden Jyskeen ja Muuruveden Eläkeläisten kanssa. Toimintatilana on ollut Muuruveden Kylätalo.

Yhteistyönä Kuopion kansalaisopiston / Oppien osaajaksi -hankkeen kanssa kylälle saatiin digiopastusta ikäihmisille.

Virkistyspäivien tietosisältöjä

- Terveysaiheiset luennot (muisti, ravitsemus, mielenhyvinvointi jne.)
- Toimintakykyä ylläpitävää toimintaa.
- Kodin turvallisuus
- Kunnan palveluohjaus
- Kulttuuripuolen esiintyjiä
- Digi-opastusta
- Edunvalvontaa
- Kela

Yhteistyössä järjestetty syysmarkkinat 2019.

Toteutettu yhteistaideteos sekä muotinäytös.

Kolme eri yhdistystä toteuttamassa virkistyspäiviä yhteistyönä.



osallistujista toivoo, että virkistyspäivätoiminta jatkuu omalla kylällä.

Muita toiveita ja tarpeita kylän ikäihmisiltä:

- Palveluja
- Kuljetuksia
- Apua sisä- ja ulkotöihin
- Jumpparyhmiä



Lukuja Muuruvedeltä

KOHDATTUJA IKÄIHMISIÄ

Osallistumisia yhteensä

1104

Tavoitetut ikäihmiset (eri ikäihmiset)

202

Vapaaehtoisia

17

Naisia

112

Miehiä

90

IKÄJAKAUMA

10/2018–12/2020

202

ERI OSALLISTUJAA, JOISTA

ALLE 30 V.

0

30–62 V.

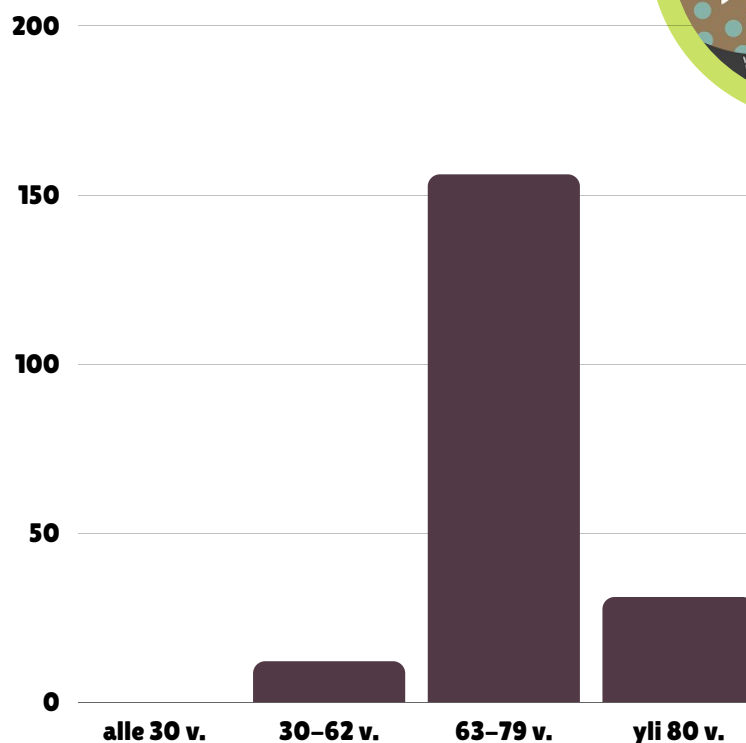
12

63–79 V.

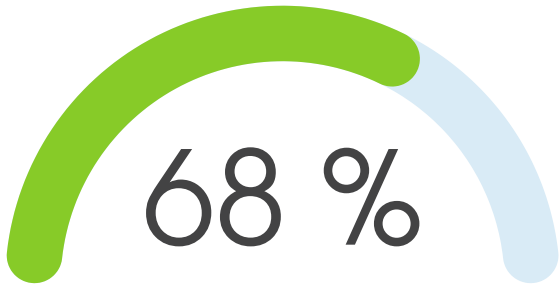
156

YLI 80 V.

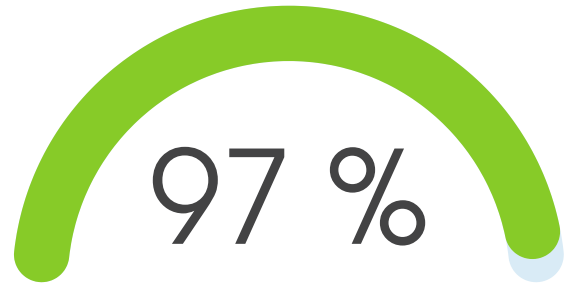
31



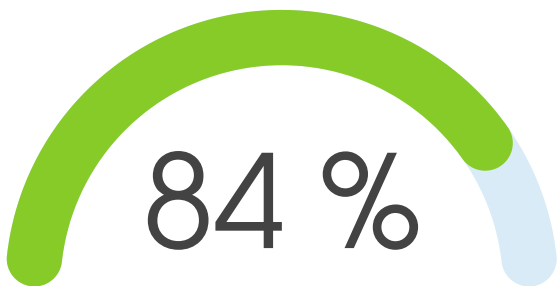
Tuloksia ja palautetta



ikäihmisistä on saanut uusia ystäviä hankkeen toimintojen myötä.



ikäihmisistä kokee hankkeen myötä kuuluvansa enemmän kyläyhteisönsä.



ikäihmisistä kokee, että hankkeen toiminta on lisännyt heidän hyvinvointiaan.



Suoria lainauksia ikäihmisiltä

"Virkistymistä tietysti ja ruumiin ravintoa ja sosiaalista kanssakäymistä"

"Erittäin paljon hyödyllistä tietoa"

"Irrottaa arkirutiineista. Uutta ajateltavaa ja ideoita. Uusia tuttavuuksia. Hauskuutta. Nähnyt kuinka tärkeää tällaiset tapaamiset on monille ikäihmisille."



Onnistumisia ja nostoja

Mikä sai sinut lähtemään virkistyspäivään?

- ” Tietoiskut, seurustelu, mahtava ruoka. ”
- ” Saisi olla useammallakin kylällä tätä toimintaa. ”

” Vaihtelua päivän rutiineihin. Ihana hyvää ruokaa. Luennoitsijoita tärkeää tietoa arjessa selviytymiseen. ”

” Näen kyläläisiä ja tulee sellainen yhteisöllisyyden. ”



Kannattiko virkistyspäivään osallistuminen?

*151 VASTAAJAA



ehdottomasti

79%



kyllä

21%



no-jaa

0%



ei

0%

VIRKISTYSPÄIVÄN RAKENNE

TIETO

Aamupäivällä
virkeänä
tiedolle

10.00 - 11.30

ALOITUS

Päivän yhteinen aloitus ja tervetulo-
toivotus

TIETO-OSUUS

Tieto-osuuden alustaja, joka on yleensä
ulkopuolinen vetää osuuden ja jättää
keskusteluille aikaa oman osuuden
loppuun.

11.30 - 12.30

RUOKAILU

Tarjolla maittava ja monipuolinen
lounas.

RUOKAILUN LOMASSA

Keskustelua, kohtaamisia ja toisten
kyläläisten tapaamista.

RUOKA

Täydellä
mahalla jaksaa
jatkaa päivää

VIRKISTYS

Virkeyttä mielelle
ja keholle

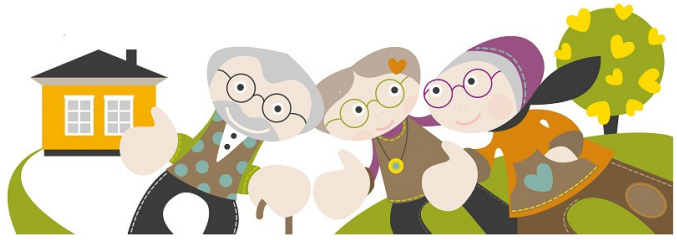
12.30 - 14.00

VIRKISTYSTÄ

Ohjelmassa voi olla kulttuuria,
musiikkia, laulua, jumppaa,
kädentaitoa, mielenhyvinvointia...

KAHVIT JA LOPETTELU

Yleensä kahvitellaan ja sitten
päätetään päivää ja muistutellaan
seuraavasta kerrasta



Yhteistyössä:

Pohjois-Savon Kylät ry

Satu Iljo

projektipäällikkö

Ikäihmiset kiinni lähiyhteisöön -hanke

050 470 2381

satu.iljo@

pohjois-savonkylat.fi

Sari Vainikainen

kyläpalveluohjaaja

Ikäihmiset kiinni lähiyhteisöön -hanke

050 470 2379

sari.vainikainen@

pohjois-savonkylat.fi

Merja Kaija

kyläasiamies

045 179 1070

merja.kaija@

pohjois-savonkylat.fi

Muuruveden Kyläyhdistys

Aira Multala

050 351 5883

multalaaira@gmail.com

Maritta Norberg

040 509 8081

maritta.norberg@gmail.com

Muuruveden Jyske

Kalevi Hakkarainen

puheenjohtaja

040 509 7770

kaukokalevi.hakkarainen@gmail.com

Muuruveden Eläkeläiset

Tuula Asikainen

0400 915 442

tuula.anneli.asikainen@gmail.com

www.muuruvesi.fi

www.pohjois-savonkylat.fi



Pohjois-Savon Kylät ry
@pohjoissavonkylat



Pohjois-Savon Kylät ry
@pskylat



Pohjois-Savon Kylät ry
@PSKylat

Hanketta hallinnoi Pohjois-Savon Kylät ry. Hankkeen toteutuksessa ovat mukana hankekylien vapaaehtoiset.



Pohjois-Savon Kylät

Hanke on osa STEA:n valtakunnallista Elämänote-ohjelmaa.



Lue lisää:

<https://www.pohjois-savonkylat.fi/tutustu-hankkeisiimme/ikaihmiset-kiinni-lahiyhteisoon/>