

Ikäihmisten asumisen kehittäminen
Siilinjärven kunnassa -hanke

Moderni yhteisöllisyys – konsepti ja toimintasuunnitelma asiakkaan näkökulmasta

Loppuraportti, 2022
NHG Design



Ympäristöministeriö
Miljöministeriet
Ministry of the Environment



SIILINJÄRVI

Sisällysluettelo

Johdanto

Taustaa

Projektin vaiheet ja menetelmät

Asiakasnäkökulman löydökset

Konseptien esittely

- 01 Tietotaitopiiri
- 02 Viikkolounas
- 03 Elä! uutislehtinen

Seuraavat askeleet ja toimintasuunnitelma

Yhteenveto

Liitteet

Oikeaa tekemistä,
ei mitään vessapaperi-
rullista rakentelua ja
askartelua.

Ikäihminen

Ihminen haluaa johonkin
viitekehykseen upota ja
olla yhteiskunnan
jäsenenä.

Läheinen



Johdanto

Nordic Healthcare Group toteutti Siilinjärven kunnan tilaamana ikäihmisten yhteisöllisyyttä edistävän konseptityön kesän 2022 aikana. Projekti liittyy ympäristöministeriön rahoittamaan Ikäihmisten asumisen kehittäminen Siilinjärven kunnassa -hankeeseen, jossa kehitetään uusia asumisen ratkaisuja ikäihmisille.

Projektin keskiössä on moderni yhteisöllisyys ikääntyvien talossa, joka tulee olemaan monituottajamallilla toimiva palveluasumisen yksikkö. Osan palveluista tulee tuottamaan julkinen sektori, osan yksityinen sektori ja osan vaapaehtois- ja järjestösektori yhteisöllisyyttä korostaen.

Nordic Healthcare Group tarjosi apua Modernin yhteisöllisyyden konseptointiin ja toimintasuunnitelman kehittämiseen palvelumuotoilun metodeja hyödyntäen.

Lopputuotoksena syntyi konseptikokonaisuus yhteisöllisyydestä asiakkaiden näkökulmasta ja toimintasuunnitelma. Toimintasuunnitelma kuvaa seuraavat askelmerkit kohti yhteisöllisyyttä voimistavaa palvelua, jota voidaan hyödyntää sekä uudessa ikääntyvien talossa että sen ulkopuolella.



Moderni yhteisöllisyys ja yhteisöllinen asuminen



Moderni yhteisöllisyys

Yhteisöllisyys voi muodostua hyvin monesta asiasta: tietyn elämän tilanteen, itselle rakkaan harrastuksen tai vaikka ajattelutavan ympärille. Yhteisöt voivat elää niin samassa katon alla kuin internetin välityksellä täysin paikasta riippumatta.

Sosiologi Zygmunt Baumanin ajattelun mukaan yhteisöllisyys on muuttunut jäykästä notkeaan moderniin, joka tarkoittaa yhteisöllisyyden olevan nykyään keveämpää ja ajallisesti rajatumpaa. Kiinteiden ja pitkäaikaisien rakenteiden sijaan yhteisöllisyys on notkeampi verkosto sekä jatkuvassa muutoksen tilassa.

Tässä projektissa modernilla yhteisöllisyydellä tarkoitetaan ikäihmisistä lähtöistä olevaa ja tarpeen mukaan mukautuvaa yhteisöllisyyttä.

- Useamman vuoden pandemia-aika on aiheuttanut elinpiirin kutistumista ja menojen karsiutumista minimiin. Tällä hetkellä hakeutuminen yhteisölliseen toimintaan vaatii rohkaisua osalle ikäihmisistä ja huomioon täytyy ottaa myös kasvanut sosiaalisten tilanteiden jännitys.



Yhteisöllinen asuminen

Yhteisölliset asumisen ratkaisut ovat yksi asumisen nykytrendeistä, ja niistä on keskusteltu paljon viime vuosina. Yhteisöllisellä asumisella pyritään saamaan niin sosiaalisia, taloudellisia kuin ekologisikiäkin hyötyjä. Yhteisöllisessä asumisessa asukkailla on oma tila, jossa on yleensä ainakin makuuhuone ja keittiö. Muut sisä- ja ulkotilat jaetaan asukkaiden kesken. Tilojen jakamisen lisäksi yhteisöllisessä asumisessa voidaan jakaa myös palveluita ja tavaroita (jakamistalous).

Ikäihmisille yhteisöllisen asumisen hyötyjä ovat mm. yhteisöön kuulumisen joka vähentää yksinäisyyden tunteen kokemista, helpottaa yhteistoimintaan osallistumista sekä tuo turvaa ympärillä olevista ihmisistä.

Ikääntyvien yhteisöllisessä asumisessa kiinnitetään huomioita erityisesti esteettömyyteen sekä avun ja palveluiden saamiseen.

TAUSTAA

Ikäihmiset ja teknologia

Uudet teknologiset ratkaisut muokkaavat kaikkien elämää. Osa ratkaisuista antaa uusia mahdollisuuksia erityisesti ikäihmisille:

- Kodinkoneiden älyteknologia auttaa ikääntyneellä asioiden muistamisessa ja kotona pärjäämisessä. Älyteknologian kautta myös omaiset voivat saada mm. tietoa, jos pakastin on ollut auki liian pitkään.
- Digitaalinen etämittaus terveydenhuollon tukena auttaa reaaliaikaisessa seurannassa, esim. verenpaineenmittauksessa ja Marevan-hoitojen seurannassa.
- Virtuaalitodellisuuden käyttö voi mm. auttaa vähentämään eriytyneisyyttä, antaa mahdollisuuden vierailta paikoissa (kuten erilaisissa luontokohteissa) sekä voi olla apuna kuntoutuksessa.
- Etäyhteyden pitäminen läheisiin ja verkkopelien ympärille muodostuneet yhteisöt.

Mahdollisuuksien lisäksi on aina arvioitava tarkasti teknologian aiheuttamat haitat kuten yksityisyydensuojan heikkenemiseen, kasvokkaisen kohtaamisen vähentyminen ja ennakkoluuloiset algoritmit jotka pitävät yllä epätasa-arvoa.

Teknologian käytön omaksumisessa on eroja eri ikäisten välillä, ja **ikäntyneiden kesken onkin muistettava myös sukupolvien kuilut**. Kiinnostuksessa uuden teknologian käyttöön ottoon vaikuttavat myös mm. koulutustausta ja yhteiskuntaluokka.

- ! Ikäihmisten kohdalla erityisen tärkeää on uuden teknologian tarjoama hyödyllisyys ja helppokäyttöisyys.

Tässä projektissa ei noussut esiin teknologian uusia mahdollisuuksia

Projektissa ei keskitytty teknologian tuomiin mahdollisuuksiin ikäihmisten yhteisöllisyydessä. Myöskään projektiin osallistetut henkilöt eivät nostaneet aihetta esiin. Projektin osalta keskustelua käytiin digitaalisten palveluiden saavutettavuuteen liittyen ja kasvokkain kohtaamisen turvaaminen tulevaisuudessa.

Mikäli teknologian uusista ratkaisuista ikäihmisten yhteisöllisyyteen sekä asumiseen halutaan lisää tietoa ja ideoita, suosittelemme projektia, jossa osallistetaan myös teknologia-asiantuntijoita.



Konseptien kehittämisen keskiössä asiakkaiden kuunteleminen

1

Yhteiskehittämisen työpaja ikäihmisten kanssa

Siilinjärvellä toteutetussa työpajassa 1.6.2022 kahdeksan ikäihmistä pohti yhdessä mitä yhteisöllisyys heille tarkoittaa, sekä millaisia haasteita siihen liittyy. Lisäksi he ideoivat alustavia ratkaisuja yhteisöllisyyden edistämiseksi.

Työpajan tavoitteena oli visioida asiakkaiden kanssa tulevaisuuden yhteisöllisyyteen kannustavia palveluita ja kerätä tietoa teemoista, jotka on tärkeä ottaa huomioon konseptityössä.

2

Puhelinhaastatteluja ikäihmisten läheisten kanssa

Viiden ikäihmisen läheisen kanssa keskusteltiin yhteisöllisyyden teemasta puhelinhaastatteluin. Haastatteluissa keskusteltiin toiveista läheisen näkökulmasta sekä heidän omista haaveistaan omaa ikääntymistään ajatellen. Haastateltavat olivat alle 65-vuotiaita

Haastattelut täydensivät työpajan ideoita ja löydöksiä, sekä toivat moninäkökulmaisuutta konseptien suunnitteluun.

3

Konseptien kehittäminen löydösten ja ideoiden pohjalta

Työpajan, haastatteluiden ja taustamateriaalien tiedon pohjalta konseptit kuvattiin helposti ymmärrettävään muotoon palvelumuotoilijoiden toimesta. Konsepteissa käytetyt ideat ovat peräisin ikäihmisiltä ja heidän läheisiltään.

Konsepteja muodostettiin seitsemän kappaletta arviointia ja jatkokehitystä varten.

4

Konseptien arviointi ja jatkokehitys ikäihmisten kanssa

Arviointi ja jatkokehitys toteutettiin sekä sähköisesti että manuaalisesti. Teamsin kautta järjestettävään arviointitilaisuuteen osallistui viisi ikäihmistä ja manuaalisiin arviointeihin saatiin viiden henkilön kommentit.

Kommenttien perusteella konsepteista muodostettiin viimeistellyt versiot.





ASIAKASNÄKÖKULMAN LÖYDÖKSET

Yhteisöllisyys ikäihmisten ja läheisten näkökulmasta

Mitä tarkoitetaan ikäihmisellä? Ei ole olemassa yksiselitteistä määritelmää ikääntyneelle henkilölle. Koululaisten mielestä vanhuus alkaa 68-vuotiaana, 80-vuotiaiden mielestä 81-vuotiaana ja Suomen lainsäädännössä ikääntyneellä tarkoitetaan vanhuuseläkkeellä olevaa henkilöä. On hyvä muistaa, että **ikäntyminen katsoo kalenterin sijaan enemmän yksilön toimintakykyä**. Ikä on vain numero.

Tähän projektiin haastatellut ikäihmisten läheiset olivat alle 65-vuotiaita.



Ikäihmisten yhteisöllisyys

Projektin aikana Siilinjärvellä asuvat ikäihmiset sekä heidän läheiset pääsivät kertomaan omia mietteitään yhteisöllisyydestä. He määrittivät yhteisöllisyyden **yhdessä tekemiseksi ja olemiseksi, joka sisältää vuorovaikutusta sekä yhteisten intressien jakamista**. Yhteisöllisyys antaa yksilölle lukuisia hyötyjä, joista ikäihmisille hyvin merkittäviä ovat seura, turva ja apu sekä mielekäs tekeminen.

Elinpiiri pienentyy ikääntyessä ja aikaisempi sosiaalinen verkosto määritteleekin paljon ikäihmisten yhteisöllisyyttä. Monella ihmisellä yhteisöllisyys koostuu juuri omasta perheestä. Ikäihmisten tuki toisilleen on kuitenkin erittäin tärkeää. Ystävien ja tuttavien tarve korostuu varsinkin silloin, kun ikäihmisellä ei ole perhettä tai he asuvat kaukana.

Erilaisten yksilöiden huomioon ottaminen korostui sekä työpajassa että haastatteluissa. Yhteisölliseen toimintaan hakeutuminen riippuu paljon yksilön omasta aktiivisuudesta, motiiveista, persoonasta ja toimintakyvystä. Kaikessa yhteisöllisyyteen kannustavassa toiminnassa tulee huomioida kunnioittava kohtaaminen ja monipuolinen toiminta. Yksilön liikkeelle lähtemisen esteinä voivat olla mm. terveydelliset rajoitteet, asenne, tai tiedonpuute. Kannustaminen aktiivisuuteen ja kotoa ulos lähtemiseen on myös pandemia-ajan jäljiltä hyvin tärkeää.

Yhteiskunnallinen toimijuus on ikäihmisille tärkeää ja monilla onkin antaa omaa aikaa yhteisöllisen toiminnan eteen. Ulkopuolista koordinoitua toimintaa, tiedotusta ja rahallista panostusta yhteisöllisyydelle otollisten olosuhteiden tarjoamiseen kuitenkin toki tarvitaan.

Siilinjärvellä asuminen koettiin hyvänä lähtökohtana yhteisöllisyydelle, sillä paikkakunnan ilmapiirin nähtiin olevan yhteistyöhalukas, suvaitsevainen sekä yhteisöllisyyden kannalta ”sopivan kokoinen” isoihin kaupunkeihin verrattuna.

Mikä yhteisöllisyydessä on tärkeää ikäihmisille?



Vastavuoroisuus
vapaaehtoisuuden pohjalta



Erilaisten yksilöiden
huomioon ottaminen
kunnioittavasti



Turvallisuuden tunne,
ryhmän sisäinen luottamus ja
voimavara kriisitilanteissa



Ilo ja palkitsevuus, joista
jokainen hyöttyy



Yhdessä saadaan enemmän
aikaa ja lisää vahvuutta



Yksinäisyyden torjuminen

Ikäihmisten yhteisöllisyyteen liittyviä haasteita

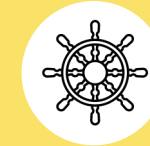
Yhteisöllisyyttä parantavan kehitystyöhön haasteena nähtiin ikäihmisten näkökulmasta konkretian puute ja väliaikaisratkaisut. Kehitysprojektien tulisi rakentua edellisen työn päälle sekä huomioida mittaaminen ja seuranta. Palvelua tai konseptia käytäntöön tuodessa olisi tärkeää olla **tarpeeksi pitkä kokeilu-aika, jotta ihmiset kerkeisivät mukaan toimintaan**. Liian usein toiminta loppuu juuri kun ollaan päästy kunnolla vauhtiin. Yhtenä esteinä toimintaan nähtiin myös johtamisen ja organisoinnin puuttuminen. Yhteisöllisyyden syntymisen prosessia voidaan edesauttaa mm. palkatulla yhteisökoordinaattorilla sekä ihmisten kouluttamisella yhteistoimintaan. Tiloja ja toiminnan vetäjiä sekä rahoitusta tulisi olla riittävästi.

Digitaalisuus nousi projektin aikana lukuisia kertoja yleiseksi haasteeksi, joka vaikuttaa myös yhteisöllisyyteen. **Ikäihmiset huomauttavat kuitenkin että digitaalisuuden ongelmista puhutaan hyvin paljon ja korostetusti, jolloin hyvä lähtökohta voisi olla digitaalisuuden tuominen yhdeksi osaamisen alueeksi muiden joukossa**, sen sijaan että siihen alleviivatuksi keskitytään. Digitaalisuuteen liittyy vahvasti myös tiedotukseen liittyvät haasteet, sillä hyvin usein ”kaikkialla lukee katso lisää verkosta”.

Terveydelliset rajoitteet kuten liikuntakyky tai muistisairaus (myös omaishoitajan näkökulmasta) koettiin merkittäväksi haasteiksi liikkeelle lähtemiseen ja toimintaan osallistumiseen. Julkisen liikenteen vähyys, penkkien puuttuminen ulkotiloista kuin maalla asuminenkin aiheuttivat ongelmia kulkemiseen. **Erityisesti pyörätuolilla kulkeminen rajoittaa elinpiiriä**, koska läheiset eivät voi enää kyyditä autolla, ja invataksien käyttö on kallista. Kotoa lähtemisen esteenä voivat olla myös ikäänymiseen liittyvä häpeä, sosiaalinen arkuus ja ajatus siitä että ei saa olla vaivaksi.

Eläkeläisten taloudelliset rajoitteet tulee huomioida yleisesti toimintaa kehittäessä, jotta yhteisölliseen toiminnan esteenä ei ole yksinön varallisuus.

Mitä esteitä on yhteisöllisyyden toteutumiseen?



Pitkäjänteisen johtamisen ja toiminnan organisoinnin puuttuminen



Digitaalisuuden ylivoima ja tiedotuksen ontuminen



Terveydelliset rajoitteet sekä yksinäisyys



Yksin pärjäämisen asenne ja itsensä vähättely



Tilojen ja vetäjien puute



Taloudelliset rajoitteet

Toiveita ja ideoita yhteisölliseen tekemiseen

Yhteisöllisen tekemisen tulisi olla **merkityksellistä ja ikäihmisiä kiinnostavaa tekemistä**, ei mitään epäoleellista askartelua ja lapsellisesti ikäihmistä puhuttelevaa. Hyvinä aktiviteetteina nähtiin erityisesti **liikuntaan ja ruokailuun liittyvät yhteisölliset tapahtumat**, jotka auttavat hyvinvoinnin ylläpidossa. Ohjaajan ja koordinaattorin rooli tunnistettiin myös toiveissa tärkeäksi.

Saavutettavuuteen ja esteettömyyteen liittyvät asiat olivat iso toive. Oli kyse sitten tiedottamisesta tai tapahtumapaikan esteettömyydestä. **Esteettömyys ja saavutettavuus mahdollistaa aktiivisemmän elämän ja liikkumisen niin kotona kuin sen ulkopuolella ja on siten yhteisöllisyyden kannalta hyvin oleellinen asia.** Kuljetuksen tarjoaminen pakettiin kuuluvana lisäpalveluna oli yksi toistuvimmista toiveista. Tiedonsaamiseen liittyvät toiveet koskivat niin tietoisuuden lisäämistä tuista ja apuvälineistä kuin tarjolla olevista tapahtumista.

Tekemisen lisäksi arvokkaana nähtiin ihan vain yhdessä oleilu, vailla sen tavoitteellisempaa tekemistä. Kahvittelun tärkeys korostui useaan kertaan, onhan kahvikupposen äärellä elämän ihmettely on jo itsessään mukavaa kaverin kanssa.

Minun harrastoiveeni olisi että kunta voisi avustaa palvelutalossa olevia ihmisiä taksikortilla. Taksilla ajeleminen, että voisi käydä sukulaisissa tai hautausmaalla, tai isommassa kaupassa. Että invataksilla pääsisi.

Ikäihminen

Viranomaisten apu ja yhteistyö näkyvämmäksi. Esim. remonttituki. Moni ei edes tiedä siitä.

Ikäihminen

Viestintää kylätoiminnasta. Voisi tehdä yhteenedon mitä kesällä tapahtuu, puistojumppia, kävelyjuttuja, porukassa kävellään joku lenkki. Sitä kautta ei tuupata, mutta tiedotetaan yksinkertaisella tavalla mitä on tarjolla. Ettei hukkuisi tieto lehden sivuille tai facebookiin.

50-vuotias läheinen

Livekontaktit toisiin ihmisiin on ratkaisevassa asemassa, tietokone ja puhelin kommunikointi ei korvaa naamakkain-keskustelua ja kahvin juontia. Sen haluaisin turvata.

50-vuotias läheinen

Koordinaattori olisi hyvä että olisi joku joka maksaa palkan ja on vakituudessa työssä ja toimessa. Jos jää avoimeksi niin voi hyväkin loppua alkuunsa.

Ikäihminen

Eikö voida puhua aikuiselle kuin aikuiselle? Inhoan sitä, että puhutaan kuin lapselle.

Ikäihminen

Peliä, rauhallinen mölkky tai muu. Eihän siellä tarvi olla kun innokas vetäjä että tervetuloa mukaan, kokoontuminen siellä ja pelivälineet tulee automaattisesti.

50-vuotias läheinen

Ruuankuljetukset olisi kiva, mahdollisuus tilata ruoka sinne valmiina. Monella miehellä tämä, että syövät leipää, makkaraa ja piimää, "en mie rupee mitään opettelee kokkaamaan, kun vaimo kuollut."

60-vuotias läheinen

Toiveita ja ideoita asumisen ratkaisuihin

Asumismuotoon liittyvissä toiveissa on vaihtelua henkilöstä riippuen. Osa haluaa olla kotona niin kauan kuin mahdollista. Tässä toiveessa tärkeä huomioida toiveen osa ”niin kauan kuin mahdollista”, sillä liian usein palvelukodin asukkaaksi on vaikea päästä, mikä aiheuttaa pelkoa niin omaiselle kuin ikäihmiselle. Iso osa koki ikääntyville suunnatussa talossa asumisen houkuttelevana, kunhan on kodinomainen oma tila tai asunto.

Ikääntyvien talon sijaintina **kylän keskusta koettiin hyvänä, jotta palvelut olisivat lähellä**. Keskeisen sijainnin yksi hyödyistä on myös kylän elämän seurailu ikkunoista. Toisaalta keskelle kylää pitäisi saada **kokemusta luonnosta**, esimerkiksi kasvimaan tai viherhuoneen muodossa. Puutarhan yhteishoitaminen koettiin yhteisöllisyyttä lisääväksi ja merkitykselliseksi tekemiseksi. Tilallisesti toivottiin riittävästi erilaiseen tekemiseen sopivia tiloja, kuten kuntosalia ja nikkarointiin sopivia tiloja. **Tiloissa täytyy huomioida tekemisen lisäksi yksilöiden erilaisuus**: toinen tykkää kuunnella radiota ja toinen haluaa olla hiljaisuudessa.

Ikääntyvien talon toivottiin **majoitustilaa**, jota kaukana asuvat perheenjäsenet voisivat käyttää vieraillessaan sekä yhteisiä tiloja joita voisi varata omaan käyttöön.

Ikääntyvien talon yhteisöllisiin aktiviteetteihin toivottiin myös **muualla asuvien mahdollisuutta osallistua**. Kauempana asuville toivottiin kuljetuksen järjestämistä mahdollisuuden mukaan.

Paja tai yhteinen kerhotila, jossa
diginurkka, sapuskanurkka,
työpajanurkka.

Ikäihminen

Kun lähtee käymään Siilinjärvellä niin
pitäisi jossain hotellissa asua, että voisi
olla huone tai tila missä voisi majoittua
läheiset, tapaamistiloja missä voisi olla
rauhassa. Yhteisiä tiloja ilman, että tarvii
olla muiden kassa. Nuoremmat lapset
haluaa leikkiä ukin ja mummin kanssa,
niin tila niille.

50-vuotias läheinen

Tykkäisin, että olisi oma yksityisyys ja
keittokomero vaikka ei itse ruokaa
laittaiskaan. Oma reviiri ja tietyt tavarat, ja
tutut hoitajat jotka ei vaihtuisi. Samat
hoitajat jotka jo tietää, että ei tarvitse joka
kerta selvittää mitä asioita.

50-vuotias läheinen

Yhteisöllisyys laajennetusti
myös omakotitaloalueella,
ei vain kerrostalossa.

Ikäihminen

Kasvimaan / puutarhan
yhteishoitoa,
sadonkorjuuta ja kukkien
laittamista.

Ikäihminen



Suunnittelua ohjanneita tekijöitä

- ✓ Yhteisöllisyyttä ei voida synnyttää ulkopuolelta, mutta **otollisia olosuhteita voidaan luoda tarjoamalla tiloja, tiedotusta ja aktiviteetteja kohtaamisille.**
- ✓ **Tapahtumien rutinoituminen ja elinvoimaisuuden ylläpitäminen** tulee varmistaa toiminnan pitkäkestoisuudella ja säännöllisyydellä. Koordinaattorin rooli on jokaisessa konseptissa erittäin oleellinen.
- ✓ **Digitaalisuus on tunnistettu isona haasteena** tiedottamisessa, palveluissa ja yhteydenpidossa.
- ✓ Jo olemassa olevaa toimintaa on paljon, niistä pitäisi vain saada **koottua ja saavutettavaa tietoa kohderyhmälle.**
- ✓ Liikkuminen on osalle ikäihmisistä merkittävästi rajoittava tekijä. **Kuljetuksen tarjoaminen oheispalveluna** mahdollistaa osallistumisen aktiviteettiin.
- ✓ **Liikunta ja terveellinen ruokailu** ovat tärkeitä ikäihmisen toimintakykyä ylläpitävinä toimina. Sosiaalisuus ja yhdessä tekeminen saadaan liitettyä vahvasti molempiin.
- ✓ Korona on vaikuttanut negatiivisesti ihmisten välisiin kohtaamisiin, ja eristäytyminen voi jäädä päälle. **Konseptien tavoitteena on rohkaista itseä voimaannuttaviin kohtaamisiin.**
- ✓ Konsepteissa on pyritty edistämään **asennetta muiden auttamiseen ja omien taitojen arvostamiseen.**

Tiedottaminen on kynnyskysymys. Isolle osalle ei tule mitään lehteä ja osa ei käytä digipalveluita.

Ikäihminen





KONSEPTIT

01 Tietotaitopiiri

02 Viikkolounas

03 Elä! uutislehtinen

Konsepteilla pyritään innostamaan ja rohkaisemaan ikäihmisiä tulemaan mukaan yhteisölliseen toimintaan mielekkäällä tekemisellä ja tiedotuksen lisäämisellä. Konsepteja kehitettiin työpajan, haastatteluiden ja taustamateriaaliin löydösten perusteella seitsemän kappaletta. Konsepteista kerättiin ikäihmisten kommentit ja jatkoideat, jonka jälkeen suosituimmista konsepteista muodostettiin kolme viimeisteltyä konseptia. Alkuperäiset seitsemän konseptia ja niiden testauksen tulokset löytyvät Liitteet-osiosta.



Tietotaitopiirissä jokainen voi tuoda esille omia oppejaan

Tietotaitopiirissä osallistujat pääsevät jakamaan omia oppejaan ja tietouttaan muille rennossa ilmapiirissä. Ohjelmakalenteri rakennetaan yhdessä ikäihmisten kanssa, heidän kiinnostuksen ja osaamisen mukaan. Milloin tietotaitopiirissä toimii kokkikoulu, milloin tehdään käsitöitä, milloin maalataan, milloin huolletaan polkupyörää. Mukaan voi tulla halutessaan myös vain seuraamaan tilaisuutta ja nauttimaan tarjolla olevasta kahvista.

Tietotaitopiiri kokoontuu viikoittain sovittuna arkipäivänä esimerkiksi ikääntyneiden talossa, kirjastossa tai kansalaisopistossa. Erillinen koordinoija auttaa toiminnan organisoinnissa, mutta tietotaitopiirissä näkyvimmissä osassa ovat ikäihmiset itse.

Tietotaitopiiri järjestää kerran vuodessa pienen näyttelyn, jonka tarkoitus on levittää informaatiota piirin toiminnasta ja rekrytoida samalla uusia osallistujia.

- ✓ Seurallinen yhdessäolo, yhteistoiminta ja rohkaisu.
- ✓ Yksilöiden uniikkien taitojen ja mielenkiinnonkohteiden näkyväksi tekeminen ja tietotaidon jakaminen.
- ✓ Ihmiset voivat löytää uusia harrastuksia itselle, yhteisiä kiinnostuksenkohteita muiden kanssa, sekä hyödyllistä tietoa arkeen.



Tunnelma on rento ja kokemusten kertomiselle annetaan tietotaitopiirissä reilusti aikaa.

Tietotaitopiirissä käsitellään laajasti eri aiheita:

- Sukututkimus
- Omaelämäkerran kirjoittaminen
- Digipalveluiden ohjeistus ja kokemusten jakaminen
- Kirjakerho, jossa hyödynnetään ääni ja e-kirjoja
- Yhdistysten toiminnan esittelyä
- Laulaminen ja musisointi
- Puutarhavinkkien jakoa
- Marjastus ja sienestys
- Linnunpöntön nikkarointi

Konsepti rohkaisee omien oppien ja kokemusten jakamiseen sekä innostaa uusien asioiden kokeiluun.

Tietotaitopiiri: esimerkki toiminnasta



Huom. Tämä on luonnos, prosessi suunnitellaan tarkemmin ikäihmisten ja koordinaattorin kanssa.

Piirin ensimmäisessä tapaamisessa kartoitetaan työpajanomaisesti, mitä yksilöllisiä osaamisalueitaan osallistujat haluavat jakaa ja mistä he ovat kiinnostuneita. Koordinaattori tekee lukuvuodelle teemoitetun aikataulun tämän perusteella ja samalla määrittelee mihin kokoontumisiin halutaan vieraileva asiantuntija/ohjaaja mukaan.

Piirin toisessa tapaamisessa on teemana sukututkimuksen tekeminen. Eräs ikäihminen esittelee omaa projektia ja jakaa kokemukseensa perustuvia vinkkejä. Tapahtumassa on runsaasti aikaa dialogiselle keskustelulle ja omien kokemusten jakamiselle.

Piirin kolmannessa tapaamisessa kokeillaan yhdessä ääni- ja e-kirjan käyttöä. Tapahtumaan on tuotu laitteita, joita voi halutessaan myös lainata. Piirin jäsenet saavat mukaansa muistiinpanot äänikirjan kuuntelua varten. Yhdessä valitaan myös kirja, jota halukkaat voivat itsenäisesti lähteä kuuntelemaan tai lukemaan. Yhteinen lukupiirihetki sovitaan erilliseksi tapahtumaksi kuukauden päähän.

Tiedottaminen tietotaitopiirin toiminnan käynnistymisestä alkaa sekä osallistujien rekrytoiminen.

Tietotaitopiirin teemoitettu aikataulu jaetaan, jotta halukkaat voivat osallistua itseä erityisesti kiinnostaviin teematapahtumiin. Piirin ns. ydinryhmän lisäksi satunnaiset vierailijat ovat lämpimästi tervetulleita osallistumaan tai vain seurailemaan.

Sukututkimuksesta kiinnostuneet muodostavat oman viestiketjun tai päättävät itsenäisesti tapaamisesta, jossa voivat jatkaa hyvin alkanutta keskustelua. Koska aihe oli niin monia kiinnostava, päätetään järjestää toinen virallinen piirin tapaaminen myös kevätkaudella.

Neljänteen tapaamiseen on kutsuttu yhdistyksiä esittelemään omaa toimintaa. Ensimmäisen tapaamisen kartoituksen perusteella koordinaattori kutsui yhdistykset, jotka tarjoavat aktiviteetteja piiriä kiinnostavista aiheista.

Viikkolounas tehdään ja syödään yhdessä

Ruoanlaitosta kiinnostuneet ikäihmiset kokoontuvat kerran viikossa yhdessä kokkailemaan ruokaa ja leipomaan. Työn jälkeen syödään yhdessä itse tehtyjä tuotoksia. Ruokaa tehdään aina reilusti, koska osa ruoasta pakataan ja osallistujat saavat sen itselleen tai voivat antaa sen jollekin ruoasta ilahtuvalle. Osallistujat saavat aina yhdessä tehdyn ruoan reseptin mukaan. Viikkolounaan ohessa on myös pientä ohjelmaa, jossa käsitellään ruokaan ja ruokailuun liittyviä asioita. Toisinaan kerrotaan tietoa kauden raaka-aineista, jaetaan omia reseptejä tai käydään läpi ruoan verkkokauppapalveluja.

Viikkolounaan porukka järjestää myös tempauksia, jossa halukkaat yhteisön jäsenet menevät kotikokiksi laittamaan ruokaa jonkun ikäihmisen kotiin. Tempaukset järjestetään tiiviissä yhteistyössä olemassa olevien toimijoiden kanssa (kuten seurakunta ja yhdistykset).

Kokkikoordinaattori huolehtii raaka-aineiden tilauksen, hygienian, ohjeistaa kokkaamisessa sekä huolehtii ruoan kuljettamiseen liittyvän organisoinnin. Hävikkiruokaa hyödynnetään aina mahdollisuuden mukaan.

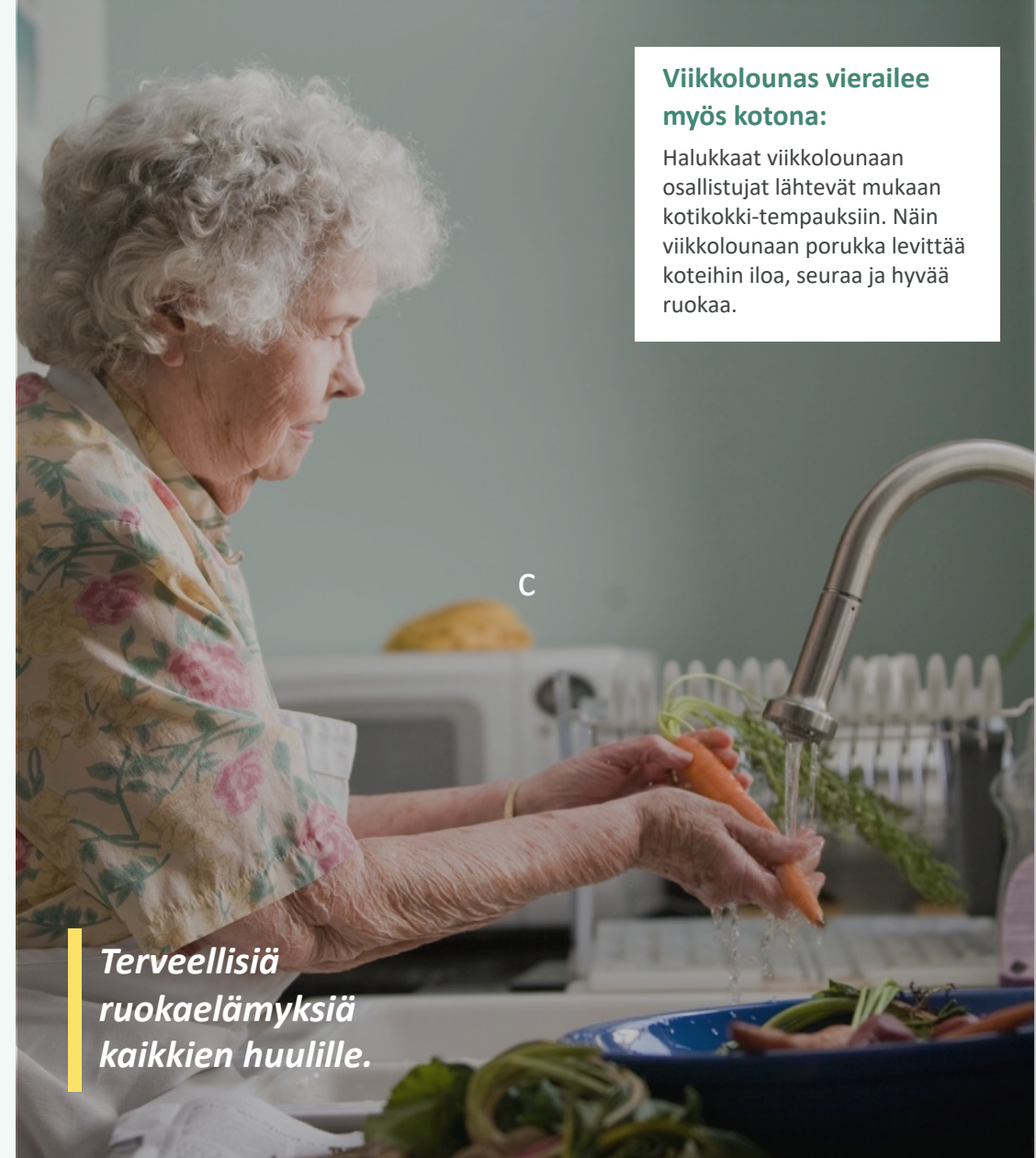
- ✓ Terveellinen ja monipuolinen ruokavalio
- ✓ Yhdessä ruoan tekeminen ja syöminen ylläpitää mielenvireyttä ja sosiaalisuutta
- ✓ Muiden hyväksi toimiminen ja merkityksellisyys



Yhteisestä kokkailu- ja ruokailuhetkestä voi muodostua viikon kohokohta.

Viikkolounas vierailee myös kotona:

Halukkaat viikkolounaan osallistujat lähtevät mukaan kotikokki-tempauksiin. Näin viikkolounaan porukka levittää koteihin iloa, seuraa ja hyvää ruokaa.



Terveellisiä ruokaelämyksiä kaikkien huulille.

Viikkolounas: esimerkki toiminnasta



Huom. Tämä on luonnos, prosessi suunnitellaan tarkemmin ikäihmisten ja koordinaattorin kanssa.

Ensimmäisellä viikkolounaalla

aloitetaan rennolla itsensä esittelyllä ja toisiin tutustumisella. Yhdessä kokkailun ja syömisen jälkeen priorisoidaan mistä ruoista tai ruokaan liittyvistä teemoista osallistujat ovat kiinnostuneet. Kokkikoordinaattori suunnittelee tämän perusteella seuraavia viikkolounaita.

Ylimääräisen ruoan osuuden

muutama osallistuja halusi antaa hieman kauempana kylältä asuvalle tuttavalle. Kokkikoordinaattori auttaa ruoan ja terveisten kuljettamisessa paikan päälle, sillä kuljettaminen olisi ollut näille ikäihmisille liian vaivalloista.

Toisella viikkolounaalla kokkailun ja syömisen jälkeen halukkaat jäävät keskustelemaan ja opettelemaan ruokatilauksen tekemistä verkosta. Kokkikoordinaattori esittelee eri tarjolla olevia palveluita.

Kolmannella viikkolounaalla

tiedustellaan ketkä osallistujat olisivat kiinnostuneita vapaaehtoistoimintana kotikokin roolista. Kokkikoordinaattori alkaa selvittämään yhteistyökuvioita eri toimijoiden kanssa. Tempaus olisi tarkoitus järjestää joulun alla, ja tuoda koteihin joulun tuoksua ja turvan ja ilon tunnetta kokkailun ohessa.

Neljännellä viikkolounaan teemana on perinneruoat. Kokkailun ja ruokailun yhteydessä osallistujat jakavat tarinoitaan omassa suvussa mukana kulkeneista perinteistä ruokaan liittyen.

Viidennellä viikkolounaan yhteydessä järjestetään kutsut. Kaikki osallistujat saavat tuoda yhden henkilön mukaan lounastamaan. Seuralainen voi olla niin lapsenlapsi kuin naapurikin. Kutsuun kuuluu kyyditys mikäli osallistujan seuralainen sitä tarvitsee.

Elä! on ikäihmisten kuratoima uutislehtinen paikallisista tapahtumista

Neljä kertaa vuodessa ilmestyvään uutislehtiseen on koottu paikallisten järjestöjen, yhdistysten ja yritysten tarjoamia aktiviteetteja ja ohjelmia yksiin kansiin. Mukana on niin maksullisia kuin ilmaisiakin aktiviteetteja. Uutislehtisen lopussa on palautelomake, jonka avulla henkilö voi lähettää oman kansalaisidean tai toiveen palveluntuottajille. Näin uutiskirje toimii kaksisuuntaisena informaatiokanavana.

Uutislehtinen lähetetään ilmaisjakeluna kerran vuodessa kaikille Siilinjärven eläkeläisille ja lisänumerot voi tilata erikseen ilmaiseksi. Lehtisessä on huomioitu hyvin luettavuus.

Uutiskirjettä kuratoi vaihtuva tiimi, ja näin sisällötkin ovat hieman erityyppisiä. Tiimissä on mukana vapaaehtoisia ikäihmisiä, jotka tuottavat sisältöä ja osallistuvat uutiskirjeen tekemiseen. Jokainen uutiskirje on näin tekijöidensä näköinen. Uutiskirjeen toimitusta organisoivat palkattu koordinaattori ja apuna on myös graafinen suunnittelija.

- ✓ Tiedottamisen lisääminen edesauttaa mahdollisuutta uuden harrastustoiminnan ja yhteisön löytämiseen.
- ✓ Uutislehtinen on linkki palveluntuottajien ja ikäihmisten välillä.
- ✓ Merkityksellinen tekeminen vapaaehtoisille uutislehtisen toimituksessa.



Uutislehtinen on puskaradio ja yhteenveto tapahtumista persoonallisella otteella.

Läheiselle myös tietoa:

Uutislehtisen voi tilata sähköpostitse itselleen myös läheinen. Näin läheinen voi tietää Siilinjärven mahdollisuuksista, vaikka asuisi ulkopaikkakunnalla ja markkinoida omalle läheiselleen tapahtumia.

Uutislehtiseen on koottu Siilinjärven tapahtumia ja aktiviteeteista. Yhteisöllisyys on uutiskirjeen kantava teema.

Uutislehtinen: esimerkki sisällöstä



Huom. Tämä on luonnos, sisällön konsepti suunnitellaan tarkemmin ikäihmisten kanssa.

Jokaisella uutislehtisellä on toimituksen valitsema teema, jota avataan lyhyellä jutulla.

Toimituksen räätälöimät menovinkit. Vinkeissä korostuu yhteisöllisyys.

Kirjeen lopussa on vakiona palautelomake ideoita ja toiveita varten, ohjeet uutiskirjeen tilaamista varten sekä kutsu mukaan toimintaan.



Toimituksen esittely ja heidän henkilökohtaiset vinkit kauden tapahtumista.

Lehtisessä on tarpeeksi iso fonttikoko sekä selkokielisyys huomioitu, jotta lukeminen on mukava kokemus.

Valittua teema koskien haastatellaan sekä ikäihmisiä että palveluntarjoajia.

Uutiskirjeen ilmoitustaulussa järjestöt, yhdistykset, yritykset ja yksityishenkilöt jakavat tietoa omista tapahtumista.

Yleisiä huomioita jatkokehitykseen



Kaikessa toiminnassa otetaan kunnioittavasti huomioon erilaisten yksilöiden tarpeet. Kuljetuksen tarjoaminen ja palveluiden pieni kustannus ovat aina tavoiteltavissa.



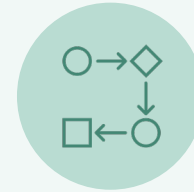
Konseptin jatkokehitys osallistaen

- Konseptikokonaisuuden valinta huomioiden vaikuttavuuden, strategiset tavoitteet ja kohderyhmän
- Jatkuva kohderyhmään kuuluvien ihmisten osallistaminen läpi palvelunkehittämisen
- Jatkokehitykseen mukaan asiantuntijoita, joilla on kokonaisvaltainen käsitys Siilinjärven tämän hetkisestä tarjoamasta ja laaja verkostotuntemus eri palveluntarjoajiin



Organisoinnille riittävästi painoarvoa

- Projektilla tulee olla omistaja joka sitouttaa sidosryhmät aktiivisesti prosessiin, kokoaa osapuolet yhteen sekä kehittää toimivan yhteistyömuodon
- Koordinaattorin resursointiin on panostettava riittävästi. Huom. koordinoijien ja ohjaajien persoonallisuus tulee olla yhteisöllisyyteen rohkaiseva ja heillä tulee olla tekemisessä mukaansa tempaava ote



Edellisten sekä tulevien projektien hyväksi

- Aiempien projektien ja hankkeiden aktiivinen hyödyntäminen
- Konseptin huolellinen dokumentointi ja toiminnan jatkuvuus: Hyvinvointialue-näkökulman huomioiminen ja konseptin toistettavuus ja hyödyntäminen laajemmin hyvinvointialueella
- Olevassa olevien palvelujen tehokas hyödyntäminen ja niiden mahdollinen kehittäminen



Inklusiivisuus läpi toiminnan

- Fyysisen ympäristön esteettömyys ja mahdollisuuden mukaan kuljetuksen tarjoaminen osallistujille
- Tiedon ja palvelun saavutettavuus
- Inklusiivisuus ja turvallisen tilan konsepti tulisi olla läsnä tapahtumisessa ja toiminnassa
- Monikulttuurisuuden ja marginalisoitujen ryhmien huomioiminen jatkokehittämisessä
- Rohkaiseva ja kunnioittava ikäystävällinen asenne

Toimintasuunnitelma



Konseptilla tavoitellaan ikäihmisten voimaantumista, yhdessä tekemisen iloa ja kokonaisvaltaista hyvinvointia.

Q1

Hankkeen suunnittelu ja organisoituminen

- Rahoitus ja budjetointi
- Työryhmän kokoaminen
- Tavoitteiden ja aikataulun tarkennus
- Konseptikokonaisuuksien tarkempi arviointi ja toteutettavan palvelukonseptin valinta
- Nykyisen palveluekosysteemin kartoitus ja konseptin vertailu olemassa oleviin palveluihin ja hankkeisiin
- Palveluntuottajien ja yhteistyökumppanien valinta sekä olemassa olevien palvelujen hyödyntäminen

Q2

Konseptin jatkekehittäminen

- Konseptin yhteiskehittäminen yhdessä asiantuntijoiden ja kohderyhmän kanssa haastatteluin ja työpajoin
- Konseptin viimeistely ja validointi
- Markkinointisuunnitelma

Q3

Testaus kohderyhmällä

- Palvelukonseptin pilotointi valitulla kohderyhmällä jo olemassa olevissa asumisratkaisuisa/palveluissa
- Pilottipalautteen keruu kohderyhmältä ja yhteistyökumppaneilta.
- Toimintatavan arviointi ja testauksen hyvien käytäntöjen kerääminen.
- Palvelukonseptin viimeistely ja tarvittavien muutosten implementointi

Q4

Palvelun lanseeraus

- Palvelun markkinointi kohderyhmälle ja verkostolle
- Palvelun esittely omalla hyvinvointialueella
- Palvelun seuranta ja vaikuttavuuden mittaaminen
- Lisärahoitukset ja selvitykset palvelun skaalaamisesta muualle hyvinvointialueella

Siilinjärven ikäihmisten yhteisöllisyyttä voimistava konseptikonaisuus

Pitää koota
osapuolet yhteen
ja luoda kehittyvä
yhteistyömuoto.

Ikäihminen

TIETOTAITOPIIRI

Tarve: Yksilön osaamisen ja kokemustiedon arvostaminen ja näkyväksi tekeminen. Yhdessä oleminen ja toisilta oppiminen.

Ratkaisu: Tietotaitopiirissä jokainen voi tuoda esille omia oppejaan. Taito ja innostus tarttuu!

UUTISLEHTINEN

Tarve: Tietoa tapahtumista on ripoteltuna eri paikkoihin ja se häviää helposti esim. facebookiin tai lehtien sivuille.

Ratkaisu: Ikäihmisistä koostuvat toimitus kokoaa paikalliset aktiviteetit kiinnostavasti ja saavutettavasti yksiin kansiin.

VIKKOLOUNAS

Tarve: Ruoan ylläpitävä vaikutus terveyteen ja elämänlaatuun sekä yhteys muihin.

Ratkaisu: Yhdessä kokkaaminen ja syöminen ylläpitää mielenvireyttä sekä sosiaalisuutta. Lisämausteena tietoa ja vapaaehtoistoimintaa.

Ikäihmiset on osa
yhteiskuntaa ja on
palvelujen käyttäjiä, että
arvokas vanhuus pitäisi
kaikille taata. Ja se
kohtelu.

Läheinen

YHTEISTYÖ JA OMISTAJUUS

Tulevan palvelun ytimessä on toimiva organisoitumalli ja pitkäjänteinen projektinjohtaminen. Yhteisöllisyyskoordinaattin rooli on merkittävä ja siihen panostetaan myös rahallisesti. Toimintaa tehdään jatkuvassa vuoropuhelussa ikäihmisten ja sidosryhmien kanssa.



Liitteet

Tutkimuksessa esiin nousseita hyviä esimerkkejä

Seitsemän konseptia



Tutkimuksessa esiin nousseita hyviä esimerkkejä

Kuljetus mietitty kiinteänä palveluun mukaan: Bussikyödyillä ovat päässeet ihmiset ovat päässeet Fontanellaan uimaan. 4,5 euron hintaan on kuulunut kiinteänä bussikuljetus, uiminen ja vesijumppa.

Naapuruston koululaiset auttajana: Pientä korvausta vastaan lähellä asuvat koululaiset tai omat lapsenlapset auttavat esim. lumitöissä, puutarhatöissä tai muissa käytännön ongelmissa.

Intervallihoidon paikka, joka tuntuu lomailulta maalla: Pariskunnan pitämässä ikäihmisten perhehoidossa saa katsella maalaiselämää. Talossa on hevonen ja traktori hyrrää pellolla. Pariskunta asui yläkerrassa ja ikäihmisille oli alakerrassa varattuna huoneet. Intervallipaikat ovat yleensä laitostuneita kolkkoja paikkoja ja tämä intervallihoido tuntui kuin oikealle lomalle.

Lappeenrannan osuuskuntamalli: Ritva Puranen on ”Osuuskunnan monitoimiseniorit” puheenjohtaja.

Rupattelurinki: Vuonna 2008 toimintansa käynnistyneessä rupatteluringissä kokoonnutaan joka toinen maanantai kansalaisopistossa ja joka toinen omatoimisesti. On tehnyt vierailuja eri kohteisiin, mm. teatteri sekä konsertit.

Naantalın Aurinkosäätiö: Kodinomainen yhteisökoti, jossa on oma piha, oma keittiö, ja syödään omassa keittiössä tehtyä ruokaa.

<https://www.aurinkosaatio.fi/>

Senioritalon oma ravintola ja vieraille huone: Helsingissä sijaitsevassa senioritalon omasta ravintolasta saa aamupalaa, lounasta, päivällistä. Ja sieltä pysty vuokraamaan vieraillekin huoneen.

Partiolaisten asenne: Tekemällä oppimista ja heittäytymistä sekä rohkeutta tehdä asioita eri menetelmillä. Yhteisöllisyyden näkökulmasta ei merkitystä onko missä asemassa, jolloin pääsee eroon mm. työstä.

Savonetti auttaa ATK:ssa senioreita: Savonetti on vapaaehtoistoimintaan perustuva sitoutumaton yhdistys, jonka tarkoitus on edistää Pohjois-Savon alueen senioreiden valmiuksia hyödyntää tietotekniikkaa toiminnoissaan. Savonetillä on palvelu, jossa mennään kotiin ohjaamaan heitä kenellä on liikuntakyky heikko.

KONSEPTI 01

Digikahvila

Digikahvilassa saat ilmaista opastusta nettiasioiden hoitamiseen. Digiohjaajat auttavat niin laskujen maksamisessa, soteajanvarausten kanssa kuin myös äänikirjojen latauksessa. Tavoitteena on se, että ihminen oppii tuetusti ja seuraavalla kerralla esim. reseptipyynnön tekeminen onnistuu itsenäisestikin, joko digikahvilassa lainatulla laitteella tai kotona omalla laitteella.

Digikahvila toimii myös kohtaamispaikkana ja neuvontapisteenä, jossa saa neuvontaa asumisasiosta, tuista ja etuuksista. Siellä voi myös testata erilaisia digipalveluita, kuten äänikirjojen kuuntelua ohjatusti. Digikahvila on jo nimensäkin mukaisesti paikka, jonne kaikki ikäihmiset ovat tervetulleita kahvittelemaan ja seurustelemaan.

Digikahvilat toimivat arkipäivisin eri pisteissä, kuten ikääntyneiden talossa, kerrostalon kerhuhuoneessa ja kirjastossa.

- ✓ Ikäihmisten voimaantuminen digitaalisten laitteiden ja palveluiden käyttäjänä
- ✓ Tietoisuuden lisääminen ikäihmisen asumisasiosta, tuista ja etuuksista
- ✓ Seurallinen yhdessäolo



Testauksessa konsepti oli kolmen suosituimman joukossa ja tarve digipalveluiden tukeen oli selvä. Konsepti oli kolmanneksi suosituin. Jatkokehityksessä todettiin että vastaavaa toimintaa on jo olemassa (esim. Ellinkulma Juukassa), ja että konsepti kannattaa tuoda konseptin 02 osaksi, koska digitaidot ovat taito muiden joukossa.



*Yhteisöllinen
Digikahvila on
muutakin kuin digiä.*

Tietotaitopiiri

Tietotaitopiirissä osallistujat pääsevät jakamaan omia oppejaan ja tietouttaan muille rennossa ilmapiirissä. Ohjelmakalenteri rakennetaan yhdessä ikäihmisten kanssa: milloin tietotaitopiirissä toimii kokkikoulu, milloin tehdään käsitöitä, milloin maalataan, milloin huolletaan polkupyörää. Kiinnostusten mukaan ohjelmaan voi valikoitua niin näytelmäpiiriä, linnunpöntön nikkarointia, kirjakerhoa kuin parhaiden puutarhavinkkien jakoa. Mukaan voi tulla halutessaan myös vain seuraamaan tilaisuutta ja kahvittelemaan.

Tietotaitopiiri kokoontuu viikoittain (sovittuna arkipäivänä) esimerkiksi ikääntyneiden talossa, kirjastossa tai kansalaisopistossa. Erillinen koordinoija auttaa toiminnan organisoinnissa, mutta tietotaitopiirissä näkyvimmissä osassa ovat ikäihmiset itse.

- ✓ Seurallinen yhdessäolo ja yhteistoiminta
- ✓ Yksilöiden uniikkien taitojen ja mielenkiinnonkohteiden näkyväksi tekeminen ja tietotaidon jakaminen
- ✓ Ihmiset voivat löytää tai toteuttaa yhteisiä kiinnostuksenkohteita



Testauksessa konsepti oli suosituin. Toisilta oppiminen nähtiin erittäin hyväksi ideaksi. Ratkaisuun ei tullut muutostarpeita, mutta huomioitiin mm. että kahvia on hyvä olla tarjolla, ohjaajan pitää olla mukaansa tempaava.



*Tietotaitopiiri tuo
asukkaat yhteen
hiileen puhaltajiksi.*

Meidän pitopalvelu

Tilaa herkullista ja terveellistä ruokaa Meidän pitopalvelusta tai tule mukaan iloiseen toimintaan. Pitopalvelua pyörittävät ruoanlaitosta innostuneet ikäihmiset sekä kokkikoordinaattori, joka huolehtii raaka-aineiden tilauksen, ohjeistaa kokkaamisessa sekä koordinoi tilaukset ja kuljetukset.

Siilinjärven ikäihmiset voivat tilata ruokaa kotiin soittamalla kokkikoordinaattorin numeroon sovittuna arkipäivänä. Pitopalvelun kokkailuun ja kuljettamiseen osallistuvat ikäihmiset saavat ruoan itselleen ilmaiseksi, minkä lisäksi he voivat lähettää yhdelle ystävälleen ruoan alennettuun hintaan.

Esimerkiksi pikkujoulujen aikaan Meidän pitopalvelusta voi tilata ruoan lisäksi myös kauniin kattauksen ja ruokaseuraa ruokailun ajaksi.

- ✓ Terveellinen ja monipuolinen ruokavalio
- ✓ Yhdessä ruoan tekeminen ja sosiaalisuus
- ✓ Muiden hyväksi toimiminen ja merkityksellisyys



Testauksessa konsepti oli neljänneksi suosituin. Yhdessä kokkaaminen ja syöminen nähtiin erittäin hyväksi ideaksi. Konseptissa arvelutti erityisesti se kenellä on varaa tilata palvelua ja se että tilausten määrä jäisi pieneksi. Ongelmaksi nähtiin myös vaihtelevat ruokatottumukset ja paikallinen yritystoiminnan kanssa saman palvelun tuottaminen.



*Terveellisiä
ruokaelämyksiä
kaikkien huulille.*

Kynnyskysymys

Kynnyskysymys on kotiesittely, jossa esitellään esteettömyyteen liittyviä tuotteita sekä keskustellaan liikkumiseen ja esteettömyyteen liittyvistä etuisuuksista ja tuista.

Kotiesittelystä koulutettu henkilö esittelee tuotteita, sekä vastaa kysymyksiin esteettömyydestä ja antaa vinkkejä mm. oman kodin ratkaisuihin. Tuotteita pääsee kokeilemaan sekä niitä voi halutessaan heti tilata.

Kotiesittely järjestetään kun ikäihminen pyytää kotiinsa vähintään neljä tuttavaa. Kotiesittelyyn ovat tervetulleita myös ikäihmisten läheiset. Esittelyn voi tilata myös taloyhtiön yhteisiin tiloihin.

- ✓ Esteettömyys mahdollistaa niin itsenäisen elämisen, asumisen ja liikkumisen kuin yhteiskunnallisen osanottamisen ja asioimisen.
- ✓ Tietoisuuden lisääminen etuisista ja tuista



Testauksessa oli kiinnostusta konseptia kohtaan. Iso tarve konseptille tunnistettiin, sillä asioista ei tule aina otettua itse selvää. Moni ei tiedä remonttituista ja muista viranomaisten tarjoamasta avusta ja yhteistyöstä.



Asumisen, elämisen ja liikkumisen ei pitäisi olla kynnyskysymys.

Elä! Siilinjärven eläkeläisille räätälöity uutiskirje

Neljä kertaa vuodessa ilmestyvään uutiskirjeeseen on koottu paikallisten järjestöjen, yhdistysten ja yritysten tarjoamat aktiviteetit ja ohjelmat yksiin kansiin. Mukana on niin maksullisia kuin ilmaisiakin aktiviteetteja. Uutiskirjeen voi tilata paperisena tai sähköpostiin.

Uutiskirjeen lopussa on palautelomake, jonka avulla henkilö voi lähettää oman kansalaisidean tai toiveen palveluntuottajille. Näin uutiskirje toimii kaksisuuntaisena informaatiokanavana.

Uutiskirjettä kuratoi vaihtuva tiimi, ja näin sisällötkin ovat hieman erityyppisiä. Tiimissä on mukana vapaaehtoisia ikäihmisiä, jotka tuottavat sisältöä ja osallistuvat uutiskirjeen tekemiseen. Jokainen uutiskirje on tekijöidensä näköinen. Uutiskirjeen teossa heitä auttavat koordinaattori ja graafinen suunnittelija.

- ✓ Tiedottamisen lisääminen edesauttaa mahdollisuutta uuden harrastustoiminnan ja yhteisön löytämiseen.
- ✓ Uutiskirje on linkki palveluntuottajien ja ikäihmisten välillä.
- ✓ Merkityksellinen tekeminen vapaaehtoisille.



Konsepti oli testauksessa kolmen suosituimman joukossa. Tapahtumien ja asioiden viestintään oli selvää tarvetta ja tärkeäksi nähtiin myös ihmisten mukaan kutsuminen toimintaan. Huomioitiin että lehdessä tulee olla tarpeeksi iso printti sekä selkokieli ja että lehden tulee olla tarpeeksi kiinnostava jotta kohderyhmä kiinnostuu.



Tiedottaminen mahdollistaa yhteisön ja aktiviteettien löytämisen.

Tietovisa-turina

Yksinkertainen ja leikkimielinen tietovisa, jossa osallistujat muodostavat toisilleen turvaa ja seuraa soittelemalla, lähettämällä tekstiviestin tai keskustelemalla kasvotusten tietovisan päivän kysymyksestä – ja toki kaikesta muustakin, mistä haluaa jutella. Tietovisan kysymykset liittyvät Siilinjärveen, ja näin osallistujien tuntemus asuinalueesta kasvaa pelin myötä.

Tietovisa-pelin mukana tulee ohjekirja, jossa on kalenteriin merkattuna keneen pitää olla yhteydessä ja mikä kysymys hänelle esitetään. Mikäli visailla ei jaksa voi valita ohjekirjasta aihealueen mistä jutella.

Tietovisa-peliä voi pelata kahdestaan tai isommalla porukalla. Kun porukka on kerättyä, pelikirjan saa haettua esim. kirjastosta tai tilaamalla sen kotiin postitse.

- ✓ Yhteisöllisyyttä voi synnyttää myös pienin teoin.
- ✓ Turvaa säännöllisellä yhteydenpidolla.



Testauksessa oli kiinnostusta konseptia kohtaan. Konseptin toimintaa pidettiin aivoja virkistävänä ja mukavana toimintana yhdessä, joskin laajaa osanottoa ei konseptin uskottu saavuttavan. Tietovisan sijaan ehdotettiin myös ihan vain jutustelua jostain ennalta valitusta aiheesta.

*Arkeen turvaa
säännöllisellä
yhteenotoilla.*



Karaoketaksilla kauppaan

Ilmoittaudu mukaan laulavalle kauppareissulle! Matkalla voit laulaa tai keskittyä vain kuuntelemiseen.

Taksi tulee hakemaan ikäihmiset kotoa, kunhan kauppareissulle on ilmoittautunut vähintään viisi henkilöä lähialueelta. Taksimatkan kulut jaetaan matkustajien kesken. Taksin tilauksen ja muistutusviestit kyytiläisille koordinoi kunnan yhteisökoordinaattori.

- ✓ Yhteinen kauppamatka ja kaupassa oleilu mahdollistavat tuttujen kohtaamisen ja uusiin lähistöllä asuviin tutustumisen.
- ✓ Karaoketaksiin tulevia yhdistää kiinnostus musiikkiin ja laulamiseen.
- ✓ Spontaani yhteisöllisyys ja hauskanpito



Testauksessa kiinnostus konseptia kohtaan oli vähäistä. Joskin laulaminen, musiikin kuuntelu ja kuljetuksen tärkeys haja-astutusalueilla oli koettiin tärkeiksi teemoiksi.

*Spontaani yhteisöllisyys
laulaen ja arkiaskareita
hoitaen*



Verkosto vahvaksi -lautapeli

”Hei, tiedän yhden ystävän, joka osaa/tietää...” Tällaisia tuttavuuksia löytyy meiltä kaikilta. Sen lisäksi jokaisella on omaa tietoa tai taitoa, joka voi olla kiinnostavaa ja kullannarvoista vaikka naapurille.

Pelissä rakennetaan osaamisen ja tiedon verkostoa yhteisölle. Peliin tarvitaan 4–10 osallistujaa. Vinkki: On palkitsevampaa, jos osallistujat eivät täysin tunne toisiaan entuudestaan. Kutsu siis peli-iltaan mukaan myös tutun tuttuja.

Pelin voi lainata kirjastosta ja halutessaan pelin voi tilata myös ohjaajan kanssa, joka opastaa pelin kulun.

- ✓ Oman osaamisen ja tiedon konkretisoituminen. ”Minä osaan ja kelpaan” ajattelun tukemista.
- ✓ Vastavuoroista jakamista ja yhteen hiileen puhaltamista.
- ✓ Tärkeiden linkkihenkilöiden näkyväksi tekeminen.



Konseptia ei testattu projektin aikana kohderyhmällä.



*Aulus jakaa kontakteja
tekee pienestäkin
yhteisöstä verkoston*

Petra Jantti
petra.jantti@nhg.fi

Maria Okkonen
maria.okkonen@nhg.fi

**Kaikkia konsepteja
pitäisi kehittää
rinnakkain ja saada
kokonaisuuksiksi.**

Ikäihminen



Ympäristöministeriö
Miljöministeriet
Ministry of the Environment



SIILINJÄRVI