

# Ikä-ESKO

Iloa ja osallisuutta ikäihmisten arkeen

Liisa Jurmu &  
Marjo Pääkkö





# Ikä-ESKO

## ILOA JA OSALLISUUTTA IKÄIHMISTEN ARKEEN

Liisa Jurmu & Marjo Pääkkö

Kirjoittajat: Liisa Jurmu & Marjo Pääkkö  
Kannen suunnittelu ja taitto: Lea Virolainen  
Valokuvat: Toni Etelämäki  
Paino: Esa Print Oy

SOSTE Suomen sosiaali ja terveys ry  
Helsinki 2013

# Sisällysluettelo

1. Ikä-ESKO edistämässä ikäihmisten hyvinvointia ja osallisuutta.....	4
2. Kehittämistyön tuloksia.....	8
3. Etsivä työ lähestymistapana ja hankkeen keskiössä.....	12
4. Loppusanat.....	28
LIITTEET.....	30
LÄHTEET.....	36

# 1. IKÄ-ESKO EDISTÄMÄSSÄ IKÄIHMISTEN HYVINVOINTIA JA OSALLISUUTTA

# 1. IKÄ-ESKO EDISTÄMÄSSÄ IKÄIHMISTEN HYVINVOINTIA JA OSALLISUUTTA

Ikä-ESKO on vuosina 2009-2013 Oulussa toteutettu ennalta ehkäisevän työn hanke, jota hallinnoi Oulun Seudun Setlementti ry. Hanketta on rahoittanut Raha-automaattiyhdistys. Ikä-ESKO on osa ESKO-hankekonaisuutta (Ehkäisevän työn kärkihanke Oulussa). ESKO-hankkeissa on kehitetty ehkäisevän työn palvelukonsepteja, kuntien ja järjestöjen välistä yhteistyötä ja tehty ehkäisevää työtä näkyväksi (kuvaus hankekonaisuudesta liite1.)

**Ikä-ESKOn tavoitteena on ollut kehittää alueellisia ikäihmisten kohtaamispaikkoja sekä hyvinvointia ja osallisuutta lisääviä toimintamalleja.** Hankkeessa on kehitetty toimintaa ja yhteistyörakenteita, jotka edistävät ikäihmisten aktiivisuutta ja kotona asumista. Lähtökohtina ovat yksilön toimintakyky ja osallisuuden kokemukset. **Hankkeessa on kehitetty ikäihmisille suunnattuja ehkäisevän työn toimintoja kaupungin, järjestöjen ja seurakunnan yhteistyönä.**

**Ikä-ESKOn kohderyhmänä ovat olleet oululaiset ikäihmiset ja omaishoitajat.** Erityiseksi kohderyhmäksi tunnistettiin **yksinäiset ikäihmiset**, joiden yksinäisyyttä on pyritty lieventämään osallisuutta vahvistamalla sekä yhteisöllisyyttä tukemalla. Ikä-ESKO-hankkeessa on kehitetty ja kokeiltu alueellisesti toteutettavaa etsivän vanhustyön toimintamallia, josta on saatu hyviä kokemuksia pilottialueilta. Etsivän työn

mallin kehittäminen nousi hankkeen edessä kehittämistyön keskiöön, ja muu kehitetty toiminta nivoutui luontevaksi osaksi sitä.

## **Kehittämistyön käytännön toteutusta Ikä-ESKOssa**

ESKO-hankkeiden verkoston muodostavat jokaisen osahankkeen elämänkaarimallin mukaiset eri ikäryhmiin keskittyvät klusterit, jotka toimivat osahankkeiden kokonaiskehittämisestä vastaavina kehittämisryhminä sekä tiedonvälityksen ja yhteistyön foorumeina. **Ikä-ESKOn klusteriin kuuluu mm. Oulun kaupungin, sosiaali- ja terveysjärjestöjen sekä seurakunnan edustajia.** Klusterin kokoonpano löytyy liitteestä 2.

Klusteritoiminnan lisäksi Ikä-ESKOn toimintamalleja on kehitetty erillisten työryhmien avulla. Työryhmiin on kuulunut klustereissa mukana olevia toimijoita sekä muita tahoja. **Ikä-ESKOssa on toiminut aktiivisesti pikkuklusteri/etsivän työn työryhmä, eläkeinfotyöryhmä, puhelinrinkityöryhmä ja kulttuuriluotsityöryhmä.** Työryhmien kokoonpanot on lueteltu liitteessä 2.

Edellä mainittujen lisäksi hankkeen aikana on perustettu erilaisten kokeilujen yhteydessä myös muita työryhmiä, jotka ovat toimineet hankkeessa tietyn ajanjakson kehittämistyön tavoitteesta ja työskentelyn etenemisestä riippuen.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Ikä-ESKOssa on toiminut mm. leirityöryhmä, tapahtumatyöryhmä, streampappas-työryhmä, sosiaalisten kotikäyntien työryhmä ja seniorilinja-työryhmä. Esimerkiksi Seniorilinja on juurtunut Oulun Seudun Setlementti ry:n kansalaisopiston / Pohjola-opiston toimintaan, ja juuri eläkkeelle jääneille suunnattu lukukauden mittainen linja on järjestetty neljä kertaa. Ikä-ESKO on osallistunut myös Oulun kaupungin koollekutsumaan ikääntyneiden psyykkisen toimintakyvyn prosessin kehittämiseen keskittyvään työryhmään.

# Ikä-ESKOn toiminta ikäihmisen näkökulmasta, eri aluetasot







## 2. KEHITTÄMISTYÖN TULOKSIA

## 2. KEHITTÄMISTYÖN TULOKSIA

Ikä-ESKO-hankkeen lähtökohtana on ollut ehkäisevän toiminnan kehittäminen ikäihmisten hyvinvoinnin tueksi ja edistämiseksi. Kehittämistyötä on tehty laajalla rintamalla eri toimijoiden aitona yhteistyönä asiakas-tasolla ja rakenteissa. **Oululaisten toimijoiden (järjestöt, seurakunta ja kaupunki) yhteistyö ikäihmisten parissa on edennyt hankkeen aikana merkittävästi.** Toisten tuntemaan oppimisesta on edetty uudella yhteistyömuotoihin sekä kaikin puolin avoimempaan työskentelykulttuuriin. Hanke on vähentänyt päällekkäisiä toimintoja ja mahdollistanut näin niukkojen resurssien kohdistamisen entistä tehokkaammin.

Hankkeen erityiseksi kohderyhmäksi tunnistettiin yksinäiset ikäihmiset, joiden yksinäisyyttä on pyritty lieventämään osallisuutta vahvistamalla ja yhteisöllisyyttä tukemalla. Ikä-ESKOssa olennaisiksi hyvinvoinnin edistämisen näkökulmiksi on tunnistettu toimintojen vieminen lähelle ikäihmiä, aitoon tarpeeseen vastaaminen, tiedon ja ehkäisevän työn tunnettavuuden lisääminen sekä toisia kunnioittavan monitoimijaisen yhteistyön lisääminen.

Yksinäisten ikäihmisten tavoittamiseksi, aktivoimiseksi ja ohjaamiseksi ennaltaehkäiseviin toimintoihin on kehitetty hankkeessa alueittain toteutettava etsivän työn toimintamalli. Toimintamallia on pilotoitu kahdella Oulun suuralueella, joista on saatu hyviä tuloksia vaikean kohderyhmän aktivoimisessa. Ikä-ESKO-hankkeen etsivän työn menetelmiä ovat: alueellisen verkoston koonti ja vahvistaminen, Ikä-ESKO-neuvojan toimiminen alueellisena yhdyshenkilönä ja koordinoijana, alueellisen Seniorikahvila-toiminnan järjestäminen, alueellisen

toimintakalenterin kokoaminen ja julkaisu ohjausvälineeksi, ikäihmisille suunnattujen toimintojen koonti ja kehittäminen sekä viestintä ja tiedon lisääminen.

Etsivä työ on tuottanut tulosta Ikä-ESKOn kohdealueilla, ja toimintamallissa käytetyt menetelmät ovat tavoittaneet ikäihmiä mukaan toimintoihin. Palautteiden perusteella esimerkiksi Seniorkahviloi-

den on koettu vähentävän alueiden ikäihmisten yksinäisyyden kokemusta, ja toimintojen avulla on tavoitettu sekä yksinäisyydestä kärsiviä että ns. aktiivisia ikäihmiä. Seniorikahvilat lisäävät aidosti alueen ikäihmisten turvallisuuden tunnetta ja kanssakäymistä, lisäksi tietoisuus esimerkiksi ennaltaehkäisevistä toiminnoista ja kentästä on lisääntynyt sekä ikäihmisten että ammattilaisten keskuudessa. Hyväksi havaittujen ohjausvälineiden ansiosta ammattilaiset ovat ajan kuluessa aktivoituneet ohjaamaan ikäihmiä hieman aktiivisemmin ennaltaehkäisevien toimintojen pariin, ja esimerkiksi alueellisia toimintakalentereita osataan jo odottaa eri toimipisteissä. Yhteistyön kulttuuri on lisääntynyt ja ikäihmisten auttaminen tunnistetaan aiempaa paremmin eri toimijoiden yhteiseksi asiaksi.

Etsivän työn alueellinen malli on pyritty rakentamaan olemassa olevia resursseja hyödyntäen, ja kehittämistyön tavoitteena on ollut juurruttaa toimintamalli olemassa oleviin rakenteisiin. **Käytäntö on osoittanut koordinoinnin olevan toimintamallissa tärkeää,** jotta asukkaiden yhteisöllisyyden kasvattaminen ja eri tahojen yhteistyö voi toimia ikäihmisten näkökulmasta parhaalla mahdollisella tavalla. Koordinointi voi tapahtua esimerkiksi erillisen koordinaattorin kautta tai osana alueella työskentelevien henkilöiden työnkuvaa, joilla on käytössään hankkeessa kehitettyjä välineitä ja toimintamenetelmiä. Koordinoinnilla täytyy olla riittävää asiantuntemusta esimerkiksi järjestöjen tekemästä työstä ja muista ennaltaehkäisevän kentän toimijoista. Ammattilaisten tekemän työn lisäksi vapaaehtoiset tuovat merkittävän ja arvokkaan panoksen ennaltaehkäisevään työhön. Vapaaehtoisten tuoma panos on kuitenkin ammattilaisten työtä tukevaa, ei sitä korvaavaa.

**Järjestöt ovat aktivoituneet hankkeessa toimimaan alueilla, mutta ilman erillisiä resursseja toiminnan järjestäminen on vaikeaa.** Monet sosiaali- ja terveysalan järjestöt toimivat laajalla alueella

koko Oulun seudulla, Pohjois-Pohjanmaalla tai jopa Pohjois-Suomessa, jolloin toiminnan kohdistaminen yksittäiselle asuinalueelle on haastavaa, jopa mahdotonta, ilman erillistä resurssia. Usein toiminnot keskittyvätkin keskustan alueelle, jossa tarjontaa osallistavista toiminnoista on paljon. Oulussa tarvitaan toimintaresursseja alueelliseen toimintaan. Järjestöt saavat jo pienillä resursseilla aikaan paljon, ja esimerkiksi asukkaiden omaehtoisen toiminnan aktivointiin suunnatut panostukset maksavat itsensä takaisin pitkällä aikavälillä.

**Etsivän työn alueelliseen toimintamalliin nivoutuen Ikä-ESKO-hankkeessa on kehitetty myös muita ikäihmisten osallisuutta ja toimintakykyä tukevia toimintamalleja, jotka ovat osoittautuneet toimiviksi ja käytännönläheisiksi tavoiksi edistää ikäihmisten hyvinvointia. Puhelinrinkitoiminnan kautta on koulutettu puhelinrinkiohjaajia useisiin eri järjestöihin Oulun alueella sekä mahdollistettu esimerkiksi toimintakyvyltään rajoittuneille ikäihmisille mahdollisuus osallistua ryhmätoimintoihin kotona käsin. Kulttuuriluotsitoiminnassa ikäihmisiä on saatu liikkeelle kulttuuritapahtumiin vapaaehtoisten kulttuurikavereiden avulla ja tuettu ikäihmisten hyvinvointia kulttuuri-toiminnan keinoin. Eläkeinfo-toiminnassa on luotu toimiva ja hyödyllinen infomateriaali ja tapahtumia mm. osallistumismahdollisuuksista tiedottamisen välineiksi eläkkeelle siirtyville senioreille.**

**Ennaltaehkäisevän työn arvostaminen ja merkityksen tunnistaminen osana ikäihmisten hyvinvointia kaipaa edelleen työtä. Järjestökentän työn laadukkuutta ja monipuolisuutta ei välttämättä vielä tunneta kaikessa laajuudessaan esimerkiksi kunnan toimijoiden taholla, eikä järjestöjen toimintaan osata ohjata tai ohjaamiseen ei ole löydetty toimivia välineitä. Ammattilaisilla ei ole useinkaan riittävästi resursseja ohjata ikäihmisiä ehkäiseviin toimintoihin ja ehkäiseviin toimintoihin ohjaamista ei pidetä osana perustyötä. Ehkäisevään työhön satsaaminen vähentää korjaavan työn tarvetta tulevaisuudessa, joka puolestaan mahdollistaa sosiaali- ja terveyssektorin kulujen vähenemisen tai ainakin kulujen kasvun hillitsemisen. Tulipalojen sammuttelusta tulisi siirtyä kestävämpien ratkaisujen pariin. Ikäihmisten kohdalla ennaltaehkäisevään työhön panostaminen edistää kotona asu-**

mista mahdollisimman pitkään, kun ikäihmisillä on osallistumismahdollisuuksia, jotka pitävät toimintakykyä yllä.

Ennaltaehkäisevän toiminnan kehittäminen ei tapahdu hetkessä, ja erilaisen toimintojen käynnistyminen ja laajeneminen vaativat oman aikansa. **Asiakasmäärä ei mittaa toiminnan laatua, vaan usein ennaltaehkäisevässä työssä työskennellään suhteellisen pienien asiakasmäärien kanssa. Vaikutukset ovat kuitenkin suuret, ja esimerkiksi ikäihmisten kohdalla hyvinvoinnin tukeminen ennaltaehkäisevästä näkökulmasta vaikuttaa toimintakykyyn ja sujuvaan arkeen. Tällä on luonnollisesti vaikutuksia myös taloudellisesta näkökulmasta, kun ihmiset voivat paremmin ja elämänhallinta kasvaa.**

**Ennaltaehkäisevän toiminnan vaikuttavuuden mittaaminen ja vaikuttavuuden todentaminen euroissa on haastavaa. Esimerkiksi etsivä työ on luonteensa mukaisesti ristiriidassa nykyajan tulosvastuullisuuden kanssa. Hitaasti etenevän ja pitkiin asiakassuhteisiin perustuvan työn kvantitatiivinen dokumentointi on hankalaa ja yksilön/yhteisön pieniä edistysaskeleita on vaikea dokumentoida päättäjien ja rahoittajien vaatimalla hallinnollisella kielellä ja luvuilla. (Mikkonen, Kauppinen, Huovinen, Aalto 2007, 12.) Esimerkiksi ryhmätoimintoihin osallistumisen ns. aineettomat hyödyt ovat selviä (mm. ilo, arjessa jaksaminen, sosiaaliset kontaktit, vertaistuki, toimintakyvyn ylläpito), mutta näiden asioiden muuttaminen rahassa mitattavaan muotoon on haastavaa. Ennaltaehkäisevää toimintaa tuotetaan usein hyvin pienillä resursseilla, joka kertoo osaltaan ehkäisevän työn arvostuksesta ja asemasta sosiaali- ja terveydenhuollon maailmassa.**

Ikä-ESKO-hanke on toiminut muuttuvassa ja haasteellisessa toimintaympäristössä. Hankkeen toteuttamisvuosiin on sisällytynyt Oulussa muun muassa laaja kuntaliitos, Oulun kaupungin merkittävä organisaatiomuutos ja erilaiset kuntatalouden haasteet. Muutokset ovat tuoneet omat haasteensa hankkeen toteuttamiselle. Tämä on näkynyt esimerkiksi toimintojen juurruttamisessa, resurssikeskusteluissa ja hankkeen jälkeisen toiminnan suunnittelussa. **Ennaltaehkäisevän työn resursointi on edelleen haaste, johon kaivataan myös johtotason linjauksia ja yhteistyötä eri tasojen toimijoiden**

ja myös rahoittajien välillä. Ehkäisevän toiminnan strateginen kehittäminen ja toimintojen jatkuvuuden turvaaminen edellyttävät resursseihin (henkilöstö, raha) liittyviä linjauksia, joihin tarvitaan johtotason päätöksiä.

**Ikä-ESKOssa kehitetyt toimintamallit ja yhteistyön tekemisen tavat ovat hyödynnettävissä Oulun lisäksi myös muilla paikkakunnilla.** Ikä-ESKOn tuomat kokemukset kannustavat tekemään monitoimijaista yhteistyötä, tutustumaan toisiin sekä toimimaan yhdessä ikäihmisten hyvinvoinnin edis-

tämiseksi. Ennaltaehkäisevän toiminnan kautta edistetään eri alueiden viihtyisyyttä, yhteisöllisyyttä ja asukkaiden vaikutus- ja osallistumismahdollisuuksia sekä luodaan välittämisen ilmapiiriä. Yhteistyön kulttuurin luominen voi parhaimmillaan poistaa päällekkäisyyksiä, luoda uusia toimintatapoja, selkeyttää eri toimijoiden rooleja, parantaa tiedonkulkua ja mikä tärkeintä: vahvistaa kohderyhmän hyvinvointia aidolla ja heidän tarpeisiinsa vastaavalla tavalla.

## YHTEISTYÖKUMPPANIEK KOMMENTTEJA:

Ikä-Eskon kehittämistoimintaan osallistuminen on antanut mahdollisuuden avoimeen ja avartavaan vuorovaikutukseen toisten osallistujatahojen kanssa. Se on antanut mahdollisuuden tarkastella myös uusia yhteistyömahdollisuuksia. Muitten osallistujatahojen meillä olevat hankkeet ja toiminnot ovat tulleet tutuiksi, ja niitä on voinut hyödyntää omassa toiminnassaan. Hankkeeseen sitoutumista on edesauttanut Ikä-Eskon ja oman perustehtävän samankaltaiset tavoitteet ja selkeä kohderyhmä.

Eri tahojen käytännön yhteistyö olisi voinut olla tiiviimpää. Yhteistä tiedottamista lukuun ottamatta ryhmien ohjaus ja suunnittelu säilyi lähes pelkästään kyseessä olevien toimijoiden vastuulla. Alueellisena toimijana olisi ollut mahdollisuus tulla selkeämmin ja rohkeammin mukaan myös ryhmien käytännön toteutukseen ja sisällön tuottamiseen, mikä olisi edesauttanut resurssien yhdistämistä ja uusien yhteyksien luomista alueella.

Rakenteiden ja käytänteiden muuttuminen on hidasta, siksi yhteistyön kehittämisen vanhusten hyvinvoinnin parantamiseksi tulee olla jatkuvaa ponnistelua eri osallistujatahojen kesken.

Diakoniatyöntekijä Asta Leinonen, Karjasillan evankelis-luterilainen seurakunta

Ikä-ESKO hankkeessa on kehitetty alueellista etsivän työn toimintamallia. Kohderyhmän määrittely vaati pohtimista ja yhdessä päädyttiin siihen, että toiminnan piiriin kutsutaan yksinäisiä ikäihmisiä, jotka eivät muuten osallistu aktiivisesti kodin ulkopuoliseen toimintaan. Toiminta oli kaikille avointa ja osin on vaikea sanoa kuinka hyvin kohderyhmää tavoitettiin. Työskentely järjestöjen, seurakunnan ja kaupungin edustajien kesken on ollut mielestäni antoisaa ja lisännyt toimijoiden keskinäistä vuorovaikutusta. Alueellisen toiminnan toteuttaminen jäi kuitenkin pitkälti hankkeen työntekijöiden varaan. Alueelliselle toiminnalle on tarvetta myös jatkossa, ja toivottavasti hankkeessa luodulle toimintamallille seuraa jatkoa.

Aluekoordinaattori Sanna Suistio, Oulun kaupunki (Hyvinvointipalvelut, ikäihmisten hyvinvointi)

Ikä-Eskon työskentelyyn osallistuminen on avartanut yhteistyömahdollisuuksien laajentamista. Yhteistyökumppaneiden toiminnan tunteminen auttaa päällekkäisyyksien välttämiseen. Tiedottamiseen liittyvät haasteet näkyivät, ja kaikkia päällekkäisyyksiä ei voitu välttää. Yhteisesti tehtävä työ olisi voinut olla vahvempaa. Hankkeen aikana on kuitenkin opittu paljon, ja tästä on hyvä jatkaa.

Paula Ylikulju, Pohjois-Pohjanmaan Muistiluotsi, Oulun Seudun Muistiyhdistys ry

### **3. ETSIVÄ TYÖ LÄHESTYMISTAPANA JA HANKKEEN KESKIÖSSÄ**

# 3. ETSIVÄ TYÖ LÄHESTYMISTAPANA JA HANKKEEN KESKIÖSSÄ

Ikä-ESKO-hankkeen kehittämistyö toteutettiin etsivän työn alueellisen konseptin näkökulmasta ja hankkeessa kehitetyt toimintamallit sisältyvät ja/tai nivoutuvat kyseiseen konseptiin. Etsivän työn alueellisen konseptin ydintavoitteena on ollut yksinäisten ikäihmisten tavoittaminen, ja hankkeessa

kehitetyt toimintamuodot ovat vahvasti kyseiselle kohderyhmälle suunnattuja. Hankkeen toimintamalleista ainoastaan eläkeinfoiminta on kohdistettu aktiivisille ikäihmisille ja sen tavoitteena on muun muassa aktivoida hyväkuntoisia eläkeläisiä erilaisten osallisuutta vahvistavien toimintojen pariin.

## 3.1 Omalle asuinalueelle on helppo tulla - etsivää vanhustyötä alueilla

### Taustaa ja lähtökohtia

Toiminnan vieminen lähelle ikäihmisiä madaltaa heidän kynnystään osallistua sekä luo turvaa ja viihtyisyyttä eri asuinalueille. Alueellisuuden huomioiminen on nousutkin tärkeäksi näkökulmaksi senioritoimintaa kehitettäessä. Monipuolisen ja laadukkaan toiminnan avulla voidaan ehkäistä ja lievittää ikäihmisten yksinäisyyttä, sillä lähellä järjestetty toiminta mahdollistaa myös toimintakyvyltään rajoittuneiden ikäihmisten osallistumisen paremmin. Asuinalueilla järjestetty toimintaa lisää myös yhteisöllisyyttä ja välittämisen ilmapiiriä. Oulussa vuoden 2013 alusta tapahtuneen kuntaliitoksen myötä toiminnan vieminen alueille lähelle ikäihmisiä on entistä tärkeämpää, kun välimatkat saman kunnan alueella kasvavat. Osa ikäihmisten käyttämistä palveluista siirtyy entistä kauemmas ja tarve lähellä järjestettävillä toiminnoilla on erityisesti toimintakyvyltään rajoittuneille henkilöille entistä tärkeämpää. Maassamme käynnissä oleva toimintojen keskittäminen asettaa haasteita ikäihmisten lisäksi myös muiden kohderyhmien hyvinvoinnille.

Ikä-ESKOssa on kehitetty alueille sijoittuvaa eri toimijoiden (kaupunki, järjestöt, seurakunta) yhteistä toimintamallia etsivän vanhustyön näkökulmasta. Etsivän vanhustyön kautta on haluttu löytää toimintoihin

mukaan erityisesti yksinäisiä ikäihmisiä, jotka eivät osallistu aktiivisesti järjestettäviin toimintoihin. Toimintamallissa on pyritty tunnistamaan asiakasryhmiä, jotka ovat erityisesti syrjäytymisuhan alla olevia. Tällaisille kohderyhmille infoa toiminnoista on pyritty suuntaamaan erityisesti yhteyshenkilöiden avulla (esimerkiksi pelkän turvapuhelinpalvelun piirissä olevat ikäihmiset ja vasta leskeytyneet).

Etsivän työn alueellisen toimintamallin ydintä on ollut yhteistyön tekeminen kunnan, järjestöjen ja seurakunnan välillä, joka toteutuu hankkeessa kehitetyn rakenteen kautta ja ulottuu koskettamaan vahvasti myös asiakaspintaa. Monitoimijaisen toimintamallin kehittäminen on luonut rakenteen Ikä-ESKO-hankkeelle, jossa kehittelemistä on tehty eri tasoilla (asiakas- ja rakennetaso). Toimintamallin konkreettisesti toteutusvaiheessa mukaan ovat tulleet ikäihmiset ja muut kuntalaiset ikäihmisten parissa toimivien ammattilaisten lisäksi. Näin toimintamallin pohjalta on päästy kohtaamaan ikäihmisiä ja kehitetty alueellista toimintaa heistä nousevien tarpeiden pohjalta. Etsivän työn alueelliseen konseptiin nivoutuvat myös Ikä-ESKOssa kehitetyt kulttuuriluotsi-, puhelinrinki- ja eläkeinfoimintamallit.

Etsivän työn alueellisen toimintamallin päämääränä on ollut löytää yksinäisyydestä kärsiviä ja syrjäytymisvaarassa olevia ikäihmisiä ja ohjata heitä osallisuutta vahvistavien toimintojen piiriin. Tavoitteina on ollut 1) kehittää ikäihmisiin kohdistuvaa etsivää työtä, 2) koota ja kehittää ikäihmisille kohdennettua ehkäisevää toimintaa, 3) kehittää ohjausta ja ohjautumista ehkäisevän toiminnan pariin sekä 4) vahvistaa ikäihmistä välittämistä ja lisätä heidän arvostamistaan. Ikä-ESKOssa etsivän työn kohderyhmä sijoittuu aktiivisten ikäihmisten sekä säännöllistä palvelua tarvitsevien ja saavien ikäihmisten välille.

**Yksinäisyys on vaikea ja vielä tänäkin päivänä usein vaiettu asia.** Yksinäisyyttä voidaan pitää yhtenä syrjäytymisen kategoriana. Yksinäisyys on subjektiivinen kokemus; yksin oleminen ei välttämättä synnytä yksinäisyyden kokemusta ja toisaalta ihmisten keselläkin oleva voi tuntea itsensä yksinäiseksi. Yksinäisyys voidaan kokea positiivisena ja negatiivisena. Positiivista yksinäisyys on silloin, kun henkilö kokee sen omaksi valinnaksi ja tilaksi jossa viihtyy. Useimmiten yksinäisyys mielletään kuitenkin negatiiviseksi, marginaaliseksi ja syrjäyttäväksi. Yksinäisyys voidaan kokea ystävien puutteeksi sekä noloksi ja hävettäväksi asiaksi (Niemelä & Nikkilä 2009, 138). Ikäihmisten yksinäisyyden kokemukset ovat yhteydessä heikentyneeseen toimintakykyyn, sairasteluun, avun tarpeeseen, laitoshoidon päättymiseen ja menetyksiin (Pitkälä & Routasalo 2005, 23-25).

**Etsivän työn tärkein tavoite on tuoda sosiaali- ja terveystalvueluja niiden ulottuville, jotka eivät muuten saa heille kuuluvaa tukea yhteiskunnan tukijärjestelmästä.** Etsivä työ pyrkii kohtaamaan vaikeasti tavoitettavat kohderyhmät, ja etsivää työtä voidaan tehdä minkä tahansa ryhmän kanssa. Etsivän työn menetelmiä suositellaan soveltamaan sellaisiin ryhmiin, jotka hyötyisivät palveluista, joiden ulkopuolelle he jäävät tai jättäytyvät. Etsivän työn lähestymistapa on ennaltaehkäisevä, ja riskiryhmien kohtaamisessa hyödynnetään haittojen vähentämisen ja varhaisen puuttumisen menetelmiä. (Mikkonen, Kauppinen, Huovinen ja Aalto 2007, 25.)

Etsivä työ on etulinjassa toteutettavaa matalan kynnyksen toimintaa (Mikkonen, Kauppinen, Huovinen ja Aalto 2007,

12), ja se liittyykin luontevasti esimerkiksi monien järjestöjen toimintaan. Järjestöt tekevät etsivää työtä mm. järjestämällä erilaisia osallisuutta vahvistavia toimintoja ja tapahtumia heikommassa asemassa oleville henkilöille. Etsivä työ toteutuu myös järjestöjen tarjoamassa ohjauksessa ja neuvonnassa. Etsivä työ kuuluu luonnollisena osana myös seurakunnan ja erityisesti sen diakoniatyön toimintaan.

**Etsivän työn kehittäminen on Ikä-ESKO-hankkeessa ollut uuden luomisen lisäksi olemassa olevan toiminnan tunnistamista, kokoamista ja jäsentämistä,** sillä moneen ikäihmisten parissa tehtävään työhön ja toimintaan liittyy etsivän työn elementtejä. Etsivän työn tavoitteena Ikä-ESKOssa on ollut tuoda erilaisia järjestöjen, seurakunnan ja kaupungin ehkäiseviä ryhmätoimintoja sekä muuta ennaltaehkäisevää toimintaa ikäihmisten ulottuville. Etsivän työn mallin kehittämisellä on pyritty saamaan kokonaiskuva eri toimijoiden tekemän ehkäisevän työn muodostamasta kokonaisuudesta, joka puolestaan on mahdollistanut kriittisten tarpeiden ja katvealueiden tunnistamisen. Yhteistyössä luotu malli mahdollistaa eri toimijoiden roolien tarkastelun ja tunnistamisen, joka puolestaan voi parhaimmillaan tehostaa resurssien käyttöä mahdollistaen näin entistä useamman ikäihmisteen kohtaamisen ja auttamisen.

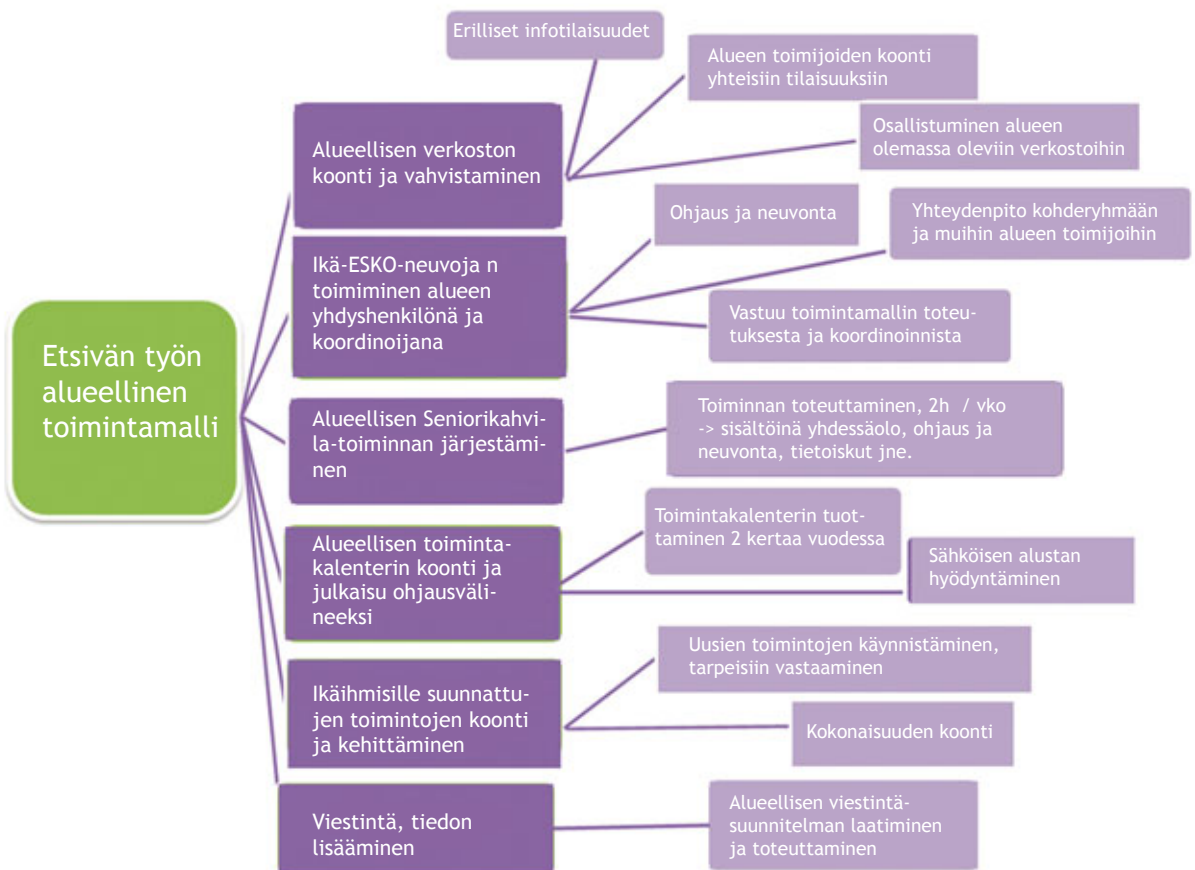
### **Kohdealueet, toimenpiteet ja menetelmät**

Etsivää työtä on Ikä-ESKOssa lähdetty kehittämään suuraluekohtaisesti, toimintamallin pilottointialueeksi valikoitui syksyllä 2011 Kaukovainion suuralue. Pilottialueen valinta perustui väestöllisiin tarkasteluihin (suuraluekohtaiset tilastot ikäihmisten osuuksista sekä yksin asuvien ikäihmisten osuuksista), Ikä-ESKO-hankkeen alkukartoituksesta saatuihin tuloksiin sekä mukana olevien kumppaneiden näkemyksiin alueiden tilanteesta ikäihmisten osalta. Pikkuklusterissa päätettiin pilotoida etsivän työn mallia alueella, jossa on tunnistettu runsaasti tarvetta ja haasteita. Kaukovainion suuralueella on suhteellisen vähän toimintaa ikäihmisille ja alueen tiloissa on kehittämisen varaa. Alueella toimii myös vähän järjestöjä.

Kaukovainiolla pilotoidun toimintamallin pohjalta etsivän työn alueellinen konsepti laajeni Pateniemen suuralueelle syksyllä 2012. Pateniemi on Kaukovainioon verrattuna alue, jossa on enemmän (esimerkiksi järjestöjen tuottamaa tai asukkaiden omaehtoista) ennaltaehkäisevää toimintaa ikäihmisille sekä toimivia tiloja toimintojen järjestämiseen. Alueella toimii vireitä vapaaehtoisvoimin toimivia yhdistyksiä (esim. Pateniemen Eläkeläiset, Pateniemen Martat, Pateniemen Jelpparit) sekä tarjolla on runsaasti myös mm. kaupungin tuottamaa toi-

mintaa (esim. KunnonLähde). Kokemukset kahdelta erilaiselta alueelta ovat tuoneet tietoa mm. resurssitarpeesta ehkäisevän toiminnan alueelliseen tuottamiseen sekä näkökulmia alueelliseen tasa-arvoisuuteen. Toimintamalliin kuuluu toimenpiteitä, joiden avulla etsivää työtä on toteutettu kohdealueilla. Menetelmissä korostuu vahvasti monipuolisen viestinnän merkitys, huomautusten aktivointi sekä ennaltaehkäisevän työn näkyväksi tekeminen. Toimintamalliin kuuluvat menetelmät ovat seuraavat:

## Etsivän työn alueelliseen toimintamalliin kuuluvat menetelmät.





## 1. Alueellisen verkoston koonti ja vahvistaminen

Kohdealueille on koottu 2-3 kertaa vuodessa kokoontuvat verkostot, joihin on kutsuttu alueella toimivia ja ikäihmisiä kohtaavia ammattilaisia ja vapaaehtoisia. Verkostokokoontumisissa on vaihdettu ajankohtaisia kuulumisia alueelta, tiedotettu etsivän työn malliin liittyvästä toiminnasta, leviitetty alueellisia toimintakalentereita sekä ideoitu yhdessä toiminnan ja alueen kehittämistä ikäihmisten näkökulmasta.

Toimintamalli on kytkeytynyt alueiden olemassa oleviin verkostoihin, joista yksi keskeinen on ollut alueellinen yhteistyöryhmä. Oulun kaupungin yhteisötoiminnan koordinoimissa yhteistyöryhmissä on mukana asukkaita, asukasyhteisöjä, yhdistyksiä, luottamushenkilöitä sekä julkisten ja yksityisten palvelujen edustajia. Yhteistyöryhmissä käsitellään alueen ajankohtaisia asioita ja otetaan niihin tarvittaessa kantaa. Yhteistyöryhmät voivat myös antaa lausuntoja sekä tehdä kannanottoja ja aloitteita.

Alueilla on pidetty erillisiä info-tilaisuuksia etsivän työn toimintamallista. Erityisen tärkeiksi paikoiksi kohderyhmän tavoittamisessa on tunnistettu terveyskeskukset, joissa infoja on pidetty henkilökunnalle ehkäiseviin toimintoihin ohjaamisen aikaansaamiseksi. Terveyskeskuksissa on järjestetty myös asiakkaille suunnattuja esitelytuokioita. Terveyskeskushenkilökunnan lisäksi yksinäisten ikäihmisten ohjaamisessa avainasemassa ovat kaupungin Palveluohjausyksikön palveluohjaajat, jotka ovat olleet mukana verkostoyhteistyössä. Myös Oulussa uutena virkanimikkeenä aloittaneet verkostoterveydenhoitajat ovat osoittautuneet tärkeiksi yhteyshenkilöiksi alueilla.

### Menetelmän arviointia:

*Verkostomaisen yhteistyön vahvistaminen kohdealueella on keskeistä alueellisessa toimintamallissa. Eri toimijoiden informointi vanhusten yksinäisyydestä ja etsivästä työstä on edellytys kohderyhmän tavoittamisessa. Verkostomaisen yhteistyön haas-*

*teena on tänä päivänä verkostojen paljous, ja näin ollen keskeistä on olemassa olevien verkostojen hyödyntäminen. Terveyskeskukset ovat tärkeä kohta yksinäisten ikäihmisten tavoittamisessa, mutta yksinäisten ikäihmisten aktiivinen ohjaaminen terveyskeskuskäynneiltä vaatii muutoksia ammattilaisten toimintakulttuureissa. Ikä-ESKO-hankkeessa onnistuttiin aktivoimaan alueellisia toimijoita: alueilta löytyi aktiivisia henkilöitä, jotka olivat yhteydessä hankkeen työntekijöihin. Toisten kanssa yhteistyö eteni hitaammin ja tulokset jäivät lähinnä ns. herättely-yrityksiksi.*

## 2. Ikä-ESKO-neuvojan toimiminen alueen koordinaattorina ja yhdyshenkilönä

Kohdealueilla on toiminut alueen yhdyshenkilönä Ikä-ESKO-neuvoja (Ikä-ESKO-hankkeen projektityöntekijä), johon alueen ikäihmiset ja heitä kohtaavat ammattilaiset, omaiset, vapaaehtoiset ja muut henkilöt ovat voineet olla keskitetysti yhteydessä. Ikä-ESKO-neuvojalta on voinut kysyä esimerkiksi oman alueen toiminnoista tai muista ennaltaehkäisevän kentän toimijoista ja palveluista Oulussa. Ikä-ESKO-neuvoja on antanut ohjausta ja neuvontaa alueella kasvokkain, puhelimitse (päivystysajat) ja sähköpostitse.

### Menetelmän arviointia:

*Kehittämistyö on osoittanut, että alueella tarvitaan helposti lähestyttävä yhdyshenkilö. Toiminta vaatii ammatillista koordinaointia, eikä toimintamallin toteutumista voida jättää esimerkiksi vapaaehtoisten tai ns. pätkätyöläisten vastuulle. Yhdyshenkilöllä on keskeinen rooli toimintamallin onnistumisessa.*

## 3. Alueellisen Seniorikahvila-toiminnan järjestäminen

Kohdealueille on perustettu oma kerran viikossa parin tunnin ajan kokoontuva Seniorikahvila, joka on ikäihmisille suunnattu avoin matalan kynnyksen kohtaamispaikka<sup>2</sup>.

<sup>2</sup>Alueellista Seniorikahvila-toimintaa on kehitetty Ikä-ESKO-hankkeen Etu-Lyötyssä vuonna 2010 käynnistämällä Seniorikahvilan toiminnan pohjalta. Etu-Lyöty Seniorikahvila kokoontui viikoittain Ikä-ESKO:n toimitiloissa syyskuusta 2010 maaliskuuhun 2013 saakka, jolloin Ikä-ESKO muutti kyseisistä toimitiloista Oulun keskustaan.



Alueen yhdyshenkilönä toimiva Ikä-ESKO-neuvoja on ollut viikoittain tavattavissa Seniorikahvilassa, joten kahvila on toiminut myös alueellisen neuvonta- ja ohjaustyön keskuspaikkana.

Seniorikahviloiden sisältöjä on kehitetty ikäihmisistä nousevien toiveiden ja tarpeiden pohjalta. Kahviloissa on järjestetty esimerkiksi eri järjestöjen ja muiden toimijoiden tietoisuutta ikäihmisiä koskettavista aiheista (esim. omaishoitajuus, muisti- yms. sairaudet, kaltoinkohtelu, apteekkipalvelut, pankkipalvelut jne.), terveysneuvontaa (näkö-, muisti- jakuuloasiat), yhteislaulua ja visailua. Ikä-ESKOn kumppanitahot ovat osallistuneet Seniorikahviloiden ohjelmaan mm. pitämällä tietoisuutta ja antamalla terveysneuvontaa oman erityisosaamisensa saralta. Seniorikahviloissa on myös suunniteltu ja toteutettu yhteisiä retkiä, jotka nousevat ikäihmisten palautteissa tärkeiksi arjessa jaksamisen kannalta. Seniorikahviloiden toiminnassa on ollut mukana kymmenkunta vapaaehtoista, jotka ovat mm. huolehtineet kahvinkeitosta, seurustelleet vanhusten kanssa, olleet vanhusten tukena sekä mitanneet verenpainetta.

### Menetelmän arviointia:

Seniorikahviloihin on vakiintunut ajan kuluessa säännöllinen kävijäporukka, jolle vii-

koittainen kokoontuminen oman asuinalueen senioreiden kanssa on erittäin tärkeää. Toimintaan on tullut mukaan tasaisesti uusiakin kävijöitä. Kaukovainion Seniorikahvilassa käyntikertoja oli vuonna 2012 koko vuoden aikana 467, ja Pateniemessä syys-joulukuun 2012 aikana 233. Viikoittain kävijöitä on molemmissa kahvilassa noin 15-30. Valtaosa kävijöistä on naisia, vaikka miehiäkin mahtuu joukkoon. Iältään kävijät ovat 65-90-vuotiaita eli toiminta on houkutelut mukaan monenikäisiä senioreita.

Ikäihmisiltä saatu palaute kahviloista on erittäin positiivista, ja toiminnan koetaan yhdistävän alueella asuvia ikäihmisiä, luovan turvallisuutta sekä tuovan piristystä viikkoon. Luottamuksen syntyessä kahvilassa jaetaan arjen iloa ja suruja, ja uudet kävijät otetaan lämpimästi mukaan porukkaan. Asiantuntijoiden pitämät infot eri aiheista saavat ikäihmiset hakemaan apua ja tukea mahdollisiin ongelmiinsa. Toimintamallissa on tärkeää olla konkreettinen paikka, johon ikäihmiset voivat tulla, ja jossa heihin saadaan kontakti. On tärkeää, että paikka on ikäihmisille sopiva: turvallinen ja viihtyisä. Valitettavasti alueiden toimitilojen tilanne vaihtelee Oulussa runsaasti ja joiltakin alueilta on erittäin haastavaa löytää ikäihmisille soveltuvaa toimintatila.



## ONNISTUMISIA OSALLISUUDESTA

Seniorikahviloissa säännöllisesti vierailevan Lea Rahkon mukaan yhdessä oleminen on yksinäisyyden ehkäisyä, toisten ihmisten hyväksymistä, auttamista, uusista asioista inspiroitumista sekä liikkeelle lähtemisen mahdollistajia.

Yleisen käsityksen mukaan osallisuus on kuulumisen tunnetta johonkin, vaikuttamisen mahdollisuutta ja vastuun ottamista. - Tasa-arvoinen kohtaaminen tekee yhteisiin tilaisuuksiin lähtemisen helpoksi. Elämä olisi tyhjää ilman mahdollisuutta osallistua erilaisiin ryhmätoimintoihin, jotka vähentävät yksinäisyyden tunnetta. Yhteisissä tilanteissa inspiroituu helposti uusista asioista kuten uusien käsityömallien kokeilemisestä ja hyvä mieli syntyy, kun saa jotain konkreettista aikaiseksi, Lea kommentoi.

Ryhmään kuulumisen tunne antaa Lealle mahdollisuuden vaikuttaa ryhmän hyvinvointiin, niinpä hän levittää osallistumismahdollisuuksista sanaa omille tuttavilleen. Näin hän tarjoaa uusia kasvoja sekä uusia tuulahduksia myös muille osallistujille. - Laulaminen on mieluisinta yhteistä toimintaa, koska on tärkeää mahdollistaa osallisuus kaikille osallistujille laulaen tai kuunnelle, Lea kertoo.

Toimintoihin lähteminen on myös fyysisen toimintakyvyn ylläpitoa, sillä Lea saapuu Seniorikahvilaankin kävellen. Toimintoihin osallistumisen välillisenä hyötynä on esimerkiksi kauppa- ja pankkiasioiden hoitaminen, jotka voi toteuttaa saman liikkeelle lähdön aikana. Kun toimintakykyä pitää yllä liikunnan avulla, on Lean mielestä myös helpompaa hoitaa arjen kotiaskareita.

14.11.2012 Seniorikahvila täyttyi 21 niin ensikertalaisesta kuin aiemminkin toimintaan osallistuneesta ikäihmisestä. Kahden tunnin aikana kahviteltiin, saatiin Parkinson-liitto ry:n pitämä tietoisuus Parkinsonin taudista, aivojumpattiin sekä seurusteltiin vapaasti. Osallistujat esittivät kysymyksiä taudinkulkuun liittyvistä asioista sekä jakoivat toisillensa ideoita aivojen hyvinvointiin liittyvistä asioista.

*Teksti: Milla Haapaniemi, geronomiopiskelija, harjoittelija syksy 2012 / Ikä-ESKO-hanke*

#### 4. Alueellisen toimintakalenterin koonti ja julkaisu ohjauksivälineeksi

Ikä-ESKO-hanke on julkaissut kohdealueilla ikäihmisten toimintakalenterit, joihin on koottu yhdelle sivulle lukujärjestysmuotoon Kaukovainion ja Pateniemen suuralueiden ikäihmisille suunnatut viikoittaiset ryhmätoiminnot (kaupunki, järjestöt, seurakunta). Toimintakalenteri on toiminut helppokäyttöisenä ja selkeänä ohjauksivälineenä, jota esimerkiksi ikäihmisiä kohtaavat ammattilaiset ovat voineet käyttää ohjatessaan ikäihmisiä mukaan toimintoihin.

Toimintakalenterit on julkaistu sekä paperisessa että sähköisessä muodossa, ja sähköiset versiot ovat olleet tulostettavissa ESKO-hankekokonaisuuden verkkosivuilla. Paperisia kalentereita on jaettu laajasti alueille (esim. terveysasemat, yritykset, taloyhtiöt, Seniorikahvila, alueiden ryhmätoiminnot, asukastuvat) sekä muihin Oulussa sijaitseviin paikkoihin, joissa ikäihmiset liikkuvat (esim. palveluohjausyksikkö, Aino-neuvonta, Aleksinkulma, sosiaalitoimisto).

Tulevaisuuden tavoitteena on, että toimintakalenterit saataisiin siirrettyä sähköiseen muotoon. Toimintakalentereiden kokoamista sähköisesti pilotoitiin syksyllä 2013 sosiaali- ja terveysjärjestöjen yhteisellä ihmiset.fi -alustalla. Alustalta voi hakutoiminnon avulla koota esim. tietyltä asuinalueelta tietylle ikäryhmälle suunnatun säännöllisen ryhmätoiminnan. Jatkossa toimintakalentereita voikin mahdollisesti tulostaa itse valittujen hakuehtojen kautta ihmiset.fi-sivustolta, jolloin esimerkiksi palveluohjausta työssään tekevät sosiaali- ja terveysalan ammattilaiset voivat hyödyntää alustan tuomia mahdollisuuksia ennaltaehkäisevän toiminnan hakemisessa.

#### Menetelmän arviointia:

*Toimintakalenterit ovat toimineet tiedotus- ja ohjauksivälineen ohella myös ehkäisevän toiminnan näkyväksi tekijöinä. Lukujärjestysmuotoinen kalenteri näyttää kootusti eri toimijoiden tuottamat ryhmätoiminnot alueilla sekä osoittaa toiminnan aukkopaidat ja päällekkäisyydet. Lukujärjestyksen avulla myös ikäihmisten on helppo suunnistaa eri toimintoihin ja tiedottaa toiminnoista muita lähellä olevia ikäihmisiä. Usein parhaita huomaajia ovat alueiden ikäih-*

*miset, jotka tietävät toiminnoista syrjäan jääviä ikätovereita. Paperisista toimintakalentereista on saatu ikäihmisiltä hyvin positiivista palautetta. Ammattilaisten kohdalla olisi tärkeää, että alueen toiminnot olisi löydettävissä myös sähköisesti.*

*Ammattilaisten toteuttama ohjaaminen ehkäiseviin toimintoihin vaatii muutoksia toimintakulttuureissa ja muutokset eivät toteudu hetkessä. Ehkäisevien toimintojen tunnistaminen ja niiden näkeminen vaihtoehtoina ikäihmisten erilaisissa tilanteissa on kuitenkin jatkossa entistä tärkeämpää; ikäihmisille voidaan tarjota entistä monipuolisempia mahdollisuuksia omasta hyvinvoinnista huolehtimiseen ja samalla voidaan vähentää julkisten palvelujen kuormitusta/painetta.*

#### 5. Ikäihmisille suunnattujen toimintojen koonti ja kehittäminen

Ehkäisevän työn toimintojen kokoaminen ja kokonaiskuvan muodostaminen tekee näkyväksi ehkäisevän työn toimintakenttää ja siinä näkyviä aukkoja, joihin on pyritty vastaamaan yhteisellä työllä. Esimerkiksi toimintakalentereiden kokoamisen kautta saadaan näkyväksi se, mille viikonpäivälle ja mihin kellonaikaan toimintaa kannattaisi tuottaa, jotta päällekkäisyyksiä samankaltaisten toimintojen kanssa ei tulisi. Toimintakalentereiden kautta saadaan myös tietoa eri alueiden tasavertaisuudesta toimintojen suhteen, sillä kalenterit tuovat konkreettisesti esille olemassa olevan toiminnan määrän ja alueilla toimivat tahot.

Etsivän työn toimintamallissa on pyritty vastaamaan kentältä nouseviin tarpeisiin ehkäisevän toimintojen tuottamisen suhteen. Vahvana on tunnistettu esimerkiksi tarve tuottaa toimintaa viikonloppu-, juhlapyhä- ja loma-aikaan, jolloin muu toiminta hiljenee ja monen ikäihmisen yksinäisyys korostuu. Toimintamallissa on viety toimintaa myös taloyhtiöiden kerhohuoneisiin, jotta toimintakyvyltään rajoittuneiden ikäihmisten olisi helpompi osallistua esimerkiksi omassa asuinalueella tapahtuvain toimintaan. Pilotoinnin myötä Kaukovainion alueella on kokeiltu uusia ryhmätoimintoja: taideryhmää (Ikä-ESKO-hanke, kevät 2012), opiskelijoiden tiistairyhmää (OAMK opiskelijat, kevät 2012), omaishoitajien ryhmää (Oulun kaupunki) sekä lauantaitoimintaa



(Oulun Seudun Setlementti ry). Pateniemessä on pidetty musiikkiin ja muisteluun liittyvää uutta ryhmää (Ikä-ESKO) ja Oulun seudun omaishoitajat ja läheiset ry sekä Oulun Seudun Muistiyhdistys ry ovat toimineet alueella omien kehittämishankkeittensa kautta.

Pateniemen suuralueella kokeiltiin myös käynnistää Rajakylän kaupunginosassa Katisten toimintamallin<sup>3</sup> mukaista asukkaiden omaehtoista toimintaa, jossa pyrittiin aktivoimaan taloyhtiön asukkaita omaehtoisesta toiminnan kehittämiseen omassa asuin-yhteisössään. Ikä-ESKO-hankkeen pitämien infotilaisuuksien kautta toimintaa käynnistämään saatiin pari innokasta vapaaehtoista kaikille avoimen Turinatuvan muodossa, mutta toiminta ei lähtenyt tässä muodossa käyntiin.

### Menetelmän arviointia:

*Ikä-ESKO-hankkeessa koottiin kalenterimuotoon ikäihmisille kohdennetut toiminnot kohdealueilla sekä järjestettiin ja kokeiltiin uusia toimintoja kohdealueilla. Toimintojen järjestämisen keskeisin este on resurssien puute. Monilla toimijoilla ei ole mahdollisuutta järjestää toimintaa asuinalueilla ilman erillisiä resursseja. Uudenlaisten toimintojen avulla on kuitenkin mahdollista houkutella erilaisia kohderyhmiä mukaan toimintaan. Oulussa ikäihmisten alueelliseen toimintaan on varattu hyvin niukasti resursseja. Hankkeessa on pyritty aktivoimaan alueellisia toimijoita omaehtoiseen toimintaan. Kokemusten perusteella näyttää siltä, että toimintojen ohjaamista on hankala jättää vapaaehtoisten vastuulle. Joskus tämä onnistuu erinomaisen hyvin, mutta usein yksittäisten asukkaiden ja vapaaehtoisten vastuulle jätetyt toiminnot kuihtuvat pikkuhiljaa pois. Vapaaehtoistoiminnoissa tarvitaan usein myös ammattilaisten tukea.*

## 6. Viestintä ja tiedon lisääminen

Viestintä ja tiedon lisääminen on etsivän työn toimintamallissa keskeistä, ja sitä on toteutettu erillisten alueellisten viestintäsuunnitelmien mukaan. Viestinnässä keskeistä on niin sanottujen huomaajien aktivointi, jotka työssään tai vapaa-ajalla kohtaavat ikäihmisiä. Huomaajia voivat olla esimerkiksi:

- Terveysaseman henkilökunta; terveydenhoitajat ja lääkärit
- Vanhuspalvelujen työntekijät: Hyvinvointia edistävien kotikäyntien tekijät, palvelutarpeen arvioijat, kotihoito yms.
- Sosiaalityöntekijät
- Omaiset ja läheiset
- Naapurit, alueen asukkaat
- Järjestöjen (ja säätiöiden) työntekijät ja vapaaehtoiset
- Seurakunnan työntekijät ja vapaaehtoiset
- Taloyhtiöiden isännöitsijät (sosiaalinen isännöinti)
- Asuinalueen palvelujen henkilökunta (mm. kaupat, postit, pankit, apteekit)

Toimintakalenteri on toiminut keskeisenä viestintävälineenä toimintamallissa, ja sitä on muiden esitteiden ohella levitetty laajasti eri toimipaikkoihin kohdealueilla ja Oulun kaupungissa. Esitteiden jakamisen yhteydessä eri toimijoita on informoitu suullisesti etsivän työn mallin tavoitteista alueella.

<sup>3</sup>Katisten alueen asukas-yhdistys ry:n taloyhtiön omaehtoista toimintaa eli ns. Katisten mallia on sovellettu, kehitetty ja levitetty tavallisiin taloyhtiöihin Hämeenlinnan kaupungissa yhteistyössä Katisten alueen asukas-yhdistyksen ja Kanta-Hämeen POLKKA-hankkeen kesken. (Laakso & Tuomisto 2011, 5.)

Alueilla on lisäksi pidetty infotilaisuuksia ja koottu ikäihmisiä kohtaavien verkosto säännöllisiin tapaamisiin. Alueella asuvia ikäihmisiä on tavoitettu mm. terveysasemien ja alueilla toimivien ryhmätoimintojen kautta ja informoitu tätä kautta toiminnoista. Lisäksi yhteyttä on pidetty muihin avainhenkilöihin (esim. verkostoterveydenhoitajat, psykiatriset sairaanhoitajat, terveysasemien palveluesimiehet, kotihoidon palveluesimiehet, seurakunnan diakoniatyöntekijät ja Oulun kaupungin kuntalaisvaikuttamisen koordinaattorit). Yhteistyö alueiden yritysten kanssa on myös ollut tärkeä osa tiedonvälittämistä. Ikä-ESKOn alueelliselle toiminnalle on saatu näkyvyyttä lisäksi esim. Oulun paikallislehdissä ja -radioissa sekä kohdealueiden omista lehdistä.

### Menetelmän arviointia:

*Toimiva viestintä on edellytys etsivän työn mallin onnistuneelle toteutumiselle. Haasteena on tämän päivän maailmassa tiedon paljous: asiat tulisi kyetä esittämään lyhyesti, mutta riittävän informatiivisesti. Viestinnässä on tärkeää huomioida erilaiset kohderyhmät (ammattilaisten ja ikäihmisten tavoittaminen viestinnän avulla vaatii hyvin erityyppisiä toimenpiteitä). Viestintä vaatii runsaasti aikaa ja alueellisessa mallissa erillisen viestintäsuunnitelman.*

### ARVIOINTIKYSELYT

#### Alueiden toimijoille suunnatut kyselyt

Kohdealueille on toteutettu arviointikyselyitä, joilla on mitattu järjestöjen tunnettavuutta, ehkäisevän järjestötoiminnan palvelevuutta ja roolia alueella sekä vastaajien tekemää ikäihmisten ohjausta ja neuvontaa järjestöjen toimintaan. Kyselyt suunnattiin kohdealueilla toimiville järjestöjen, kaupungin ja seurakunnan toimijoille alueellisten pilotointien alkuvaiheessa sekä Ikä-ESKO-hankkeen loppuvaiheessa. Alkukyselyihin vastanneet tahot kokivat verkostoitumisen ja arkipäivän yhteistyön tekemisen erittäin tärkeäksi erityisesti syrjäytymisuhan alla olevien ikäihmisten tavoittamiseksi. Erilaiset ehkäisevät toiminnot koettiin tärkeiksi ikäihmisten kotona asumisen tukimuodoiksi, mutta jotkut vastaajista kokivat mahdolli-

suutensa tehdä ikäihmisten ohjaustyötä eri toimintoihin suhteellisen vähäisiksi. Vastauksen mukaan ohjaustyötä tukisivat parhaiten asiakkaan turvatut mahdollisuudet osallistua (saattaja-apu, kuljetus), tieto ehkäisevistä toiminnoista, sopiva paikka työprosessissa sekä toimiva yhteistyörakenne kaupungin, järjestöjen ja seurakunnan välillä.

### Seniorikahvilat

Seniorikahviloiden toimintaa on arvioitu säännöllisesti palautelomakkeiden avulla, ja samalla on kerätty ikäihmisten toiveita oman asuinalueensa toiminnalle. Palautteet Seniorikahviloiden toiminnasta ovat olleet erittäin positiivisia ja toiminnan on koettu lisäävän alueellista yhteisöllisyyttä ja tuovan virkistystä. Myös erilaisten tietoisuuksien merkitys koetaan tärkeäksi. Alla ikäihmisten kommentteja Seniorikahvilasta:

*”Oottelen keskiviikkoa saadakseni seuraa samanikäisistä ja kuulemaan kommentteja maailmanmenosta.”*

*”Näkee ihmisiä, saa jutella, kuulee uusia asioita. Asiantuntijoita käy esittelemässä, hyödyllistä tietoa.”*

*”Omalla asuinalueella, helppo tulla. Tapaa mukavia ihmisiä.”*

*”Olo on kuin perheessä. Kaikki ovat kuin sukulaisia.”*

*”Aina kun käy, niin mieli virkistyy.”*

*”Kivaa ajankulua yksinäiselle eläkeläiselle.”*

*”Saa olla toisten seurassa, vertaistukea.”*

*”Pysyvä menopaikka lähellä.”*

*”Keskiviikkoa oottaa kuin lottovoittoa. Saisi olla useampia tapaamisia.”*

*”On hauska tutustua uusiin ihmisiin.”*

*”Olen saanut vaihtelua, vaikka olen kyllä enemmänkin yksin.”*

*”Tänne on aina mukava tulla.”*

*”On tosi mukava.. Aina odottaa sitä päivää, että pääsee kerhoon.”*

*”Toivon hartaasti, että toiminta jatkuisi. Autottoman on helppo tulla paikalle. Tutustuu omalla alueella asuviin samanikäisiin.”*

*”Olen saanut miellyttävää seuraa, kun yksin asun.”*

*”Näkee muita, on tärkeää, kaikille toiminnan järjestäjille ollaan kiitollisia. Kotona ehtii köllötellä ja öllötellä tarpeeksi.”*

*”Tulee aina lähdettyä johonkin tilaisuuteen, kun aikaa yksinäisellä on. Toivotaan, että toiminta jatkuu.”*

*”Tuonut uusia tuttavuuksia.”*

*”Iloa. Muutosta. Hyvä vetäjä.”*

*”Hyvää mieltä. Yhdessäoloa.”*

### HEHKO-kyselyihin ohjaaminen ja ryhmätoimintojen vaikuttavuuden arviointi

Ikä-ESKO-hankkeen alueellisen toimintamallin kautta on ollut mahdollisuus ohjata ikäihmisiä Oulun kaupungin tekemien Hyvinvointia edistävien kotikäyntien eli HEHKO-kyselyjen piiriin.

Alueiden ryhmätoimintoihin osallistuvilta ikäihmisiltä on lisäksi saatu arviointitietoa ryhmätoimintojen vaikuttavuutta mittaavassa pienimuotoisessa kyselyssä, jossa on hyödynnetty osiota Oulun kaupungin HEHKO-kyselystä. Kyselyvastausten mukaan ryhmätoiminnot pitävät yllä ikäihmisten hyvinvointia ja virkeää mieltä sekä kantavat arjessa esimerkiksi menetysten yhteydessä. Toimintojen positiivinen vaikutus on selkeä.

### Kokemuksia alueellisesta toiminnasta

Etsivän työn alueellisessa konseptissa on järjestetty monitoimijaisen yhteistyön kautta toimintoja lähelle ikäihmisiä, tiedotettu tarjolla olevista toiminnoista, motivoitu ikäihmisiä niiden käyttämiseen sekä lisätty eri toimijoiden tietoa ennaltaehkäisevistä toiminnoista. Toimintamallin avulla on tavoitettu ikäihmisiä mukaan eri toimintoihin ja ehkäisty yksinäisyyttä. Toiminta on ollut kaikille ikäihmisille avointa, ja selkeää arviota ydinkohderyhmän (syrytytymisuhan alla olevat ikäihmiset) tavoittamisesta on haastavaa antaa. Yksinäisyyden kokemus on aina henkilökohtainen, joten ns. yksinäisen ikäihmisen yksiselitteinen määrittäminen on haasteellista. Myös ns. aktiivisten ikäihmis-

ten hyvinvoinnin tukeminen on ennaltaehkäisevää työtä varhaisessa vaiheessa.

Ululaiset ikäihmiset ovat epä-tasa-arvoisessa asemassa oman asuinalueensa mahdollisuuksien näkökulmasta. Asuinalueiden välillä on eroja esimerkiksi toimintojen ja toimijoiden määrän, toimintojen sekä kulkuyhteyksien suhteen. Monella ikäihmisellä osallistuminen tyssää kotikynnykselle toimintakyvyn ollessa huono, jolloin esimerkiksi saattaja-avun järjestäminen ikäihmisille nousee tärkeäksi näkökulmaksi. Usein ratkaisuehdotukseksi toimintojen ohjaajiksi ja saattajiksi ehdotetaan vapaaehtoisia, jotka osaltaan voivat tarjota lisäresursseja ja tukea ongelmaan. Vapaaehtoisten kohdalla (ammattimainen) vapaaehtoistoiminnan koordinointi ja vapaaehtoisten jaksamisesta huolehtiminen on ensisijaisen tärkeää. Vapaaehtoiset eivät myöskään voi korvata ammattilaisille kuuluvaa työtä ja vastuuta. Joillakin asuinalueilla toimii aktiivisia paikallisyhdistyksiä ja muita omaehtoisia toimijoita, jotka tuottavat usein vapaaehtoisvoimin arvokasta toimintaa ja sisältöä alueensa asukkaille. Myös vapaaehtoisvoimin toimiville järjestöille on tärkeää turvata riittävät toimintaresurssit esimerkiksi tilojen ja toiminta-avustusten muodossa. Eri resurssien ja eri toimijoiden toimintatapojen yhdistäminen sekä yhteistyön tekeminen voivat myös tarjota ratkaisuja alueellisen toiminnan tuottamiselle. Käytännön tason saavuttaminen on tärkeää, jotta eri alueiden ikäihmiset aidosti hyötyvät yhteistyöstä.

Ennaltaehkäisevän toiminnan kenttä yhdistää järjestöjen, seurakunnan ja kuntien toimijat, ja yhteistyön tekeminen on luontevaa ennaltaehkäisevän työn kehittämiseksi ja eri-ikäisten asukkaiden hyvinvoinnin parantamiseksi. Ennalta ehkäisevällä työllä voidaan lisätä alueiden viihtyisyyttä, yhteisöllisyyttä ja asukkaiden osallisuusmahdollisuuksia sekä luoda välittämisen ilmapiiriä. Kontaktit kodin lähellä oleviin ihmisiin luovat turvallisuutta ja hyvää mieltä esimerkiksi ikäihmisille. Mahdollisimman lähelle viedyt toiminnot kannustavat osallistumaan toimintakyvystä riippumatta. Tärkeää on tutustua muihin toimijoihin ja tehdä näkyväksi eri alueilla tehtävää ennaltaehkäisevää toimintaa ja sitä tuottavia toimijoita. Tätä kautta päästään poistamaan päällekkäisyyksiä ja tekemään aitoa, tarpeista

lähtevää yhteistyötä, joka konkretisoituu käytännön tasolla ikäihmisten hyväksi.

**Kehittämistyö, muutokset ja uudenlaiset toimintatavat vaativat aina oman aikansa ja asiat eivät tapahdu hetkessä.** Uusille toiminnoille ja menetelmille on annettava aikaa, jotta nähdään niiden todellinen toimivuus. Yksinäisten ikäihmisten tavoittaminen on jo haaste sinänsä, puhuttakaan heidän aktivoimisestaan mukaan erilaisiin kodin ulkopuolisiin toimintoihin. Ikä-ESKO-hankkeen alueellisessa mallissa on toimittu erittäin haasteellisen kohderyhmän parissa ja tuloksia hankkeen aikana on saatu pikkuhiljaa aikaan. **Kehittämistyö on osoittanut, että jonkun on kannettava kokonaisvastuu toiminnan kehittämisestä ja koordinoinnista.**

### **3.2 Puhelinrinkitoiminta: Puhelinlangat laulavat yhteisöllisyyttä**

**Puhelinringit ovat puhelimitse toteutettavia ryhmätoimintoja, joita voidaan hyödyntää ikäihmisten tai muiden kohderyhmien syrjäytymisen ennaltaehkäisyssä.** Ikä-ESKO on kehittänyt ja juurruttanut puhelinrinkitoimintaa Ouluun puhelinrinkiohjaajakoulutusten ja puhelinrinkien toteuttamisen kautta. Toimintamallin kehittämisen pohjana on ollut Eläkeliiton vuosina 2006-2010 hallinnoima Puhumalla paras - Puhelinrinki vapaaehtois- ja vertaistoiminnan tukena -hanke, jota rahoitti Raha-automaattiyhdistys.

Puhelinrinkejä voidaan hyödyntää monenlaisissa tarkoituksissa ja monille kohderyhmille: ryhmät toimivat hyvin esimerkiksi vertaisryhmien toteuttamisessa, työnohjauksissa sekä vapaaehtoisten ja tukihenkilöiden yhteydenpidossa. Puhelinrinkejä voivat ohjata sekä ammattilaiset että vapaaehtoiset. Osallistuminen on helppoa: osallistua voi vaikkapa lankapuhelimella ja maksun toiminnasta hoitaa puhelinringistä vastaava taho. Puhelinringin ohjaaja kokoaa ryhmän langoille kännyköistä löytyvän neuvottelupuhelutoiminnon avulla, joka mahdollistaa useamman ihmisen samanaikaisen puheluun osallistumisen. **Puhelinrinkeihin osallistuminen on ekologista, edullista ja**

**mahdollista toimintakyvyn rajoituksista tai välimatkoista riippumatta.**

Puhelinrinkiohjaajakoulutuksia on Oulussa suunnattu esimerkiksi eri järjestöjen toimijoille. Koulutuksessa on käsitelty vapaaehtoistoiminnan ja puhelinrinkitoiminnan perusteita, puhelinrinkien teknistä toteuttamista sekä puhelinrinkitoiminnan käynnistämistä. Koulutuksen sisällöissä on hyödynnetty Eläkeliiton Puhumalla paras -hankkeesta tehtyä kehittämistyötä. Ikä-ESKO on toteuttanut koulutuksia yhteistyössä vapaaehtoistoiminnan kehittämiseen keskityneen VARES-hankkeen (2008-2012, rahoittaja RAY ja hallinnoija Oulun Seudun Settlementti ry) ja Viestimaan kanssa. Koulutuksia on toteutettu hankkeen aikana viisi, joihin on osallistunut yhteensä nelisenkymmentä koulutettavaa. Koulutuksiin osallistuneet tahot löytyvät liitteestä 3.

Puhelinrinkiohjaajille on koulutuksen jälkeen järjestetty yhteistä työnohjausta. Puhelinrinkiohjaajiksi on koulutettu ammattilaisia tai vapaaehtoisia mm. erilaisista järjestöistä ja rinkejä on hyödynnetty esimerkiksi syöpään sairastuneiden, parkinsonia sairastavien, omaishoitajien ja lapsettomuudesta kärsivien henkilöiden vertaisryhmien ohjaamisessa. Puhelinrinkitoiminta on juurtunut luontevaksi osaksi monien oululaisten järjestöjen toimintaa. Koulutuksen jälkeen osallistujat ovat toteuttaneet puhelinrinkejä omissa taustatahoissaan eri kohderyhmille, ja toimintamallia on tätä kautta juurrutettu Oulun alueelle. Puhelinrinkiohjaajakoulutuksista vastaa tulevaisuudessa Vapaaehtoistoiminnan verkosto VaRes.

Ikäihmisille puhelinrinkejä on ohjattu vertaisryhmätoimintana, jossa ohjaajana on toiminut Ikä-ESKOn projektiyöntekijä. Puhelinrinkejä on toteutettu ikäihmisille myös esimerkiksi Oulun Seudun Settlementti ry:n kansalaisopiston toimintana. Kokoontumiskertojen puheenaiheiden teemat vaihtelevat eli kullekin kerralle on yleensä sovittu oma aihe, josta erityisesti puhutaan (esim. elämän tähtihetket, harastukset, lapsuus/nuoruus, ihmissuhdeverkostot, ikääntyminen/luopuminen, maailma ennen ja nyt). **Puhelinrinki on mainio tapa osallistua ikäihmisille, joiden toimintakyky on tavalla tai toisella rajoittunut ja kotoa poistuminen haastavaa.** Puhelinringit



## PIRISTYSTÄ PÄIVÄÄN PUHELINRIKIRYHMÄSTÄ!

”Saara täällä hei, taas on viikko vierähtänyt ja on aika meidän puhelinrinkikokoontumiselle...” Käytyäni Eläkeläisten Puhumalla paras - hankkeen toteuttaman puhelinrinkiohjaajakoulutuksen olen noilla sanoilla aloittanut jo useita yksinäisille ikäihmisille kohdennettuja puhelinrinkejä. Puhelinringeissä kerrallaan 3-5 oululaista ikäihmistä on viikoittain kokoontunut tunnin ajaksi jakamaan ajatuksia eletystä elämästä, pohtimaan tämän päivän elämänmenoa ja ihmettelemään, mitä huomina voikaan vielä tuoda tullessaan. Luottamuksellisessa vertaisryhmässä on turvallista ja helppoa jakaa vaikeita asioita ja saada uskoa, voimaa ja lohdutusta muilta rinkiäisiltä. Myös elämän ilot ovat jaettuina moninkertaiset; on iloittu kymmenennen lapsenlapsen syntymästä, laulettu 90-vuotis onnittelulaulut, lausuttu lempeirunoja ja värssyjä...

Puhelinrinkiohjaajana saamani kokemuksen perusteella olen vakuuttunut, että tämänkaltaiselle ryhmätoiminnalle on tarvetta. Uskon, että se toimii hyvänä ennaltaehkäisevän työn menetelmänä niin seurakunnan, kaupungin kuin eri järjestöjenkin asiakkaille. Se on ekologista, edullista ja siihen osallistumisen kynnys on todella matala. Ja vain mielikuvitus ja tietysti asiakkaiden tarpeet ja toiveet ovat rajana millaisia rinkejä kukin organisaatio voisi asiakkailleen järjestää saadakseen heille paremman arjen ja turvallisemman tulevaisuuden.

Voin yhtyä täysin erään puhelinrinkiin osallistuneen ikäihmisen palautteeseen: ”Kun saa purkaa huolensa toisille niin hartiatkin levenevät.”

Projektityöntekijä Saara Haajanen, Oulun Seudun Setlementti ry



mahdollistavat myös nimettömänä ja kasvottomana osallistumisen. Usein puhelinrinkiin osallistuneet ikäihmiset ovat kuitenkin tavanneet kasvokkain ringin päättymisen jälkeen, ja mahdollisesti tutuksi tullessaan jatkaneet yhteydenpitoa keskenään itsenäisesti.

### Toimintamallin arviointia:

*Ikä-ESKO-hankkeessa innostuttiin puhelinrinkitoiminnan monista hyödyntämismahdollisuuksista ja päätettiin aloittaa puhelinrinkitoiminnan laajentaminen ja juurruttaminen Ouluun Eläkeliiton kehittämistyötä hyödyntäen. Hankkeessa järjestettiin avoimia koulutuksia, joihin osallistui hyvin erilaisten järjestöjen ja muiden toimijoiden edustajia. Kokemukset puhelinringeistä erilaisille kohderyhmille olivat hyviä ja toimintaa onnistuttiin juurruttamaan yhdeksi työkaluksi oululaisten toimijoiden ryhmäohjaukseen. Puhelinringit ovat osoittautuneet oivaksi menetelmäksi yksinäisten ikäihmisten yhteen kokoamisessa ja toiminnasta saadut palautteet ovat pääosin erinomaisia.*

*Puhelinrinkitoiminnan kehittämissyö Oulussa on hyvä esimerkki kehittämistoiminnasta, jossa jatketaan toisen hankkeen kehittämistoimintaa jalostamalla sitä entistä toimivammaksi. Ikä-ESKO-hankkeessa hyödynnettiin Eläkeliiton kehittämistyötä, mutta onnistuttiin luomaan huomattavasti kevyempi koulutus ja helppokäyttöisempi tekniikka puhelinrinkien toteuttamiselle. Puhelinrinkien kokeiluun onnistuttiin houkuttelemaan hyvin erilaisten kohderyhmien parissa toimivia järjestöjä ja muita toimijoita, joiden ohjaukokemukset olivat pääosin erinomaisen hyviä. Puhelinringeistä on saatu Oulussa iloa ja tukea monenikäisten ja monenlaisissa elämäntilanteissa olevien henkilöiden elämään. Kehittämistyö erilaisten järjestöjen kesken oli puhelinrinkitoiminnassa erityisen toimivaa ja innostuttavaa. Yksinkertainen, helppo ja edullinen menetelmä voi olla arvokas!*

### 3.3 Kulttuuriluotsitoiminta: kulttuurin riemua kaverin kanssa

Kulttuuriluotsit ovat koulutettuja vapaaehtoisia, jotka edistävät kulttuurin saavutettavuutta toimimalla kulttuurikavereina ja saattajina kulttuurin maailmaan. Kulttuuriluotsit tuovat kulttuuripalvelut lähemmäksi ihmisiä, joille niiden käyttö eri syistä johtuen ei ole helppoa tai tuttua.

Ikä-ESKO-hankkeen kulttuuriluotsitoiminta on kohdistettu oululaisille ikäihmisille, jotka kaipaavat seuraa ja tukea erilaisiin kulttuuritilaisuuksiin. Kulttuurielämysten lisäksi toiminnassa korostuu ikäihmisen tarpeista lähtevä kiireetön, mukava ja turvallinen läsnäolo sekä psykososiaalisen hyvinvoinnin edistäminen.

Kulttuuriluotsitoiminnan malli on lähtöisin Jyväskylästä, jossa toiminta on suunnattu kaikille kuntalaisille. Jyväskylässä kulttuuriluotsitoimintaa koordinoivat kaupungin kulttuuripalvelut / Taidemuseo, ja suosittua toimintaa onkin kehitetty siellä jo useamman vuoden ajan. Kulttuuriluotsitoiminta on levinnyt Jyväskylän mallin innoittamana eri muodoissaan Oulun lisäksi useille muille Suomen paikkakunnille, ja toimintamallin ympärille on muodostunut myös kansallinen verkosto. Paikkakunnista riippuen eri toimijat (kuntien kulttuuri- tai sosiaali- ja terveystoimi, erilaiset järjestöt) vastaavat toiminnan kehittämisestä, ja myös kulttuuriluotsitoiminnan kohderyhmät vaihtelevat.

Vapaaehtoiset kulttuuriluotsit koulutetaan ja perehdytetään tehtäviinsä, ja Oulussa koulutukset on toteutettu yhdessä toiminnan yhteistyökumppaneina toimivien kaupungin kulttuurilaitosten ja VARES-hankkeen (2008-2012) kanssa. Kulttuuriluotsien koulutus sisältää alkuinfon, jossa käydään läpi kulttuuriluotsaukseen liittyviä periaatteita ja käytäntöjä sekä yleisiä vapaaehtoisuustoimintaan liittyviä teemoja. Toiminnassa yhteistyökumppaneina mukana olevat kulttuurilaitokset perehdyttävät alkukoulutuk-

sen jälkeen kulttuuriluotsit omaan kulttuuritarjontaansa sekä opastavat esteettömään liikkumiseen tiloissaan. Kulttuuriluotsit myös haastatellaan ennen varsinaisen koulutuksen aloittamista. Ikä-ESKOn aikana kulttuuriluotsikoulutuksia järjestettiin kaksi, joiden kautta toimintaan saatiin mukaan 31 vapaaehtoista.

Kulttuuriluotsina toimiminen on keikkaluontoista vapaaehtoistoimintaa, jota tehdään vapaaehtoisen oman elämäntilanteen ja aikataulujen ehdoilla. Vapaaehtoisia ei sidota tiettyihin käyntimääriin, vaan kulttuuriluotsit voivat aina tapauskohtaisesti päättää, haluavatko tai pääsevätkö lähtemään kulttuurikohteeseen ikäihmisen kanssa pyynnön osuessa kohdalle. Kulttuuriluotsaus on vapaaehtoisen kannalta joustava ja miellyttävä tapa osallistua, sillä se sopii kiireisenkin ihmisen vapaaehtoistoiminnan muodoksi. Ammattimainen koordinointi ja taustayhteisön tuki tuovat vapaaehtoiselle turvaa kulttuuriluotsina toimimiseen.

Ikä-ESKO-hanke koordinoi kulttuuriluotsitoimintaa Oulussa, ja koordinoituihin tehtäviin kuuluu olennaisena **kulttuuriluotsien välitys ikäihmisten tarpeisiin**. Kulttuuriluotsia kaipaavat ikäihmiset, omaiset tai ammattilaiset voivat olla yhteydessä työntekijään, joka etsii ikäihmisen toiveita vastaavan kulttuuriluotsin seuraksi ja saattajaksi ikäihmisen toivomaan kulttuuritilaisuuteen. Luotsit voivat myös itse sopia kulttuuriluotsikeikkoja omien kontaktiensa kautta. Kulttuuriluotsit palauttavat muutama kuukauden välein seurantalomakkeen, jonka avulla voidaan seurata kulttuuriluotsikeikkojen määrää ja käyntikohteita.

Kulttuuriluotsikeikkoja on tehty mm. teatteriin, konsertteihin, elokuviin, kirjastoon, yhteislaulutilaisuuksiin ja museoihin. Luotsattavat ikäihmiset ovat olleet pääosin noin 80-vuotiaita naisia, jotka ovat kaivanneet kulttuuriluotsin kaverikseen esim. jonkin toimintakyvyn rajoitteen vuoksi. Ajan kuluessa on muodostunut myös vakituisia kaveripareja, jotka vierailevat säännöllisesti yhdessä kulttuurikohteissa.

Kulttuuriluotsit voivat vaihtoehtoisesti myös viedä kulttuuria eri muodoissaan lähelle ikäihmisiä, ja toiminnan puitteissa onkin toteutettu avointa kulttuuriluotsien ohjaamaa tarinapuparyhmää Sara

Wacklin -kodissa Oulussa ja ilahduttamistuosioita palvelukodeissa asuville vanhuksille.

Kulttuuriluotsitoiminnalle on saatu Ikä-ESKO-hankkeen aikana erityisavustusta Opetus- ja kulttuuriministeriöltä.

### Toimintamallin arviointia:

*Kulttuuriluotsitoimintamalli on toinen esimerkki Ikä-ESKO-hankeesta, jossa toiminnan idea on lainattu toisen paikkakunnan (Jyväskylä) kehittämistoiminnasta ja lähdetty jalostamaan Ouluun sopivaksi malliksi. Kulttuurista hyvinvointia -teema on tällä hetkellä hyvin ajankohtainen, ja kulttuurin vaikutukset ihmisten hyvinvointiin tunnustetaan ja tunnustetaan entistä painokkaammin. Kulttuuri- ja sosiaali- ja terveystoimijoiden yhteistyö eri kohderyhmien hyvinvoinnin edistämiseksi lisääntyikin pikkuhiljaa.*

*Kulttuuriluotsitoiminta on Oulussa herättänyt kiinnostusta erityisesti vapaaehtoisten puolelta, sillä keikkaluontoiseen ja sisällöltään antoisaan vapaaehtoistoimintaan on helppo lähteä mukaan. Myös ikäihmisiltä saatu palaute toiminnasta on ollut hyvin positiivista, ja luotsit on koettu turvallisin kaverina ja saattajina kulttuurin maailmaan.*

*Kulttuuriluotsitoiminnan haasteena on kohderyhmän tavoittaminen eli toimintamalli kaipaa erityistä panostusta tiedotustyöhön, jotta esimerkiksi ammattilaiset ja omaiset osaisivat ohjata ja kannustaa ikäihmisiä toiminnan pariin. Ajan kuluessa toiminta on hiljalleen vilkastunut, ja samalla on tunnustettu tarve laajentua esimerkiksi liikuntasektorille.*

*Ikä-ESKOn kulttuuriluotsitoiminta on osoittanut osaltaan myös sen, kuinka tärkeää on tehdä yhteistyötä yli perinteisten sektorirajojen. Yhteistyökumppaneina toimineet kulttuurilaitokset ovat osallistuneet kulttuuriluotsien koulutus- ja virkistystoimintaan ja yhteistyössä on toteutettu myös senioreille suunnattu teematapahtuma Tietomaassa. Tutuiksi tullessa yhteistyö laajenee ja saa uusia muotoja. Kulttuuriluotsitoiminnan kautta on tullut myös esille tarve viedä kulttuuritoimintaa esimerkiksi erilaisiin palvelutaloihin lähelle ikäihmisiä, joiden toimintakyky saattaa olla tavalla tai toisella rajoittunut ja kotiympäristöstä poistuminen haastavaa.*

## KULTTUURILUOTSAUS TUO VALON PÄIVÄÄN

Vapaaehtoistyö kulttuuriluotsin tehtävissä on tuonut eläkeläiselämäni iloa ja viehättäviä ihmisten kohtaamisia. Kohderyhmänä ovat ikäihmiset, jotka haluavat kumppania kaupunginkirjastossa käynnilleen, kaupunginteatteriin, Madetojan tai Tulinbergin salille, Pohjois-Pohjanmaan museolle tai taidemuseolle. Muutkin kulttuurin kokemukset kuten vaikka yhteislaulu Hupisaarilla ovat mahdollisia kulttuuriluotsaustöitä. Kaupungin kulttuurilaitokset päivittävät kulttuuriluotsien tietoutta lähettämällä sähköpostina tiedot uusista tapahtumistaan ja aktiviteeteistaan. Tuon tietopankin varassa on mukava toimia.

Olen kuluneena keväänä yhdessä lahjakkaiden kulttuuriluotsikaverien kanssa käynyt seniori-ihmisten kumppanina kamarimusiikkikonsertissa Tulindbergin salilla, osallistunut taidemuseolla Tuomo Sepon näyttelyssä Kaappaa kaveri kulttuurikerrokselle -tempaukseen, laulanut ja lausunut Nummikadun palvelutalossa ja puhunut Mäntykodilla Kalevan Ilahuta mua -kampanjan merkeissä sekä pitänyt lapsuuden muisteluun liittyvää Tarinatupaa Sara Wacklin -kodissa. Tuon lisäksi kävin erään kulttuuriluotsiystävän kanssa kohtaamassa työikäisiä työttömiä taidemuseolla ja osallistumassa siellä askartelutyöpajaan.

Kulttuuriluotsityö on haastavaa ja innostavaa. En millään olisi muuten tavannut niitä lahjakkaita kulttuuriluotsikumppaneita, joiden kanssa olen tehtäviä hoitanut. Erityisesti kuitenkin olen lahjaksi kokenut tutuksi tuleminen Sara Wacklin -kodin Tarinatuvassa käyneiden ihanien ikäihmisten kanssa. Olemme tavanneet kevätkaudella 2013 viikoittain ja ehtineet käsitellä monenlaisia muistoja mm. lapsuuden kesä- ja talvileikkejä, isän ja äidin auttamistoimia, saunomismuistoja ja koulujuhliasi esiintymisiä.

Kulttuuriluotsi Terttu Välikangas

### 3.4 Eläkeinfot: Virtaa ja vinkkejä eläkevuosiin

Eläkeinfoimintamallin tavoitteena on tiedottaa kattavasti eläkkeelle jääviä henkilöitä mahdollisuuksista osallistua erilaisiin toimintoihin eläkeiässä. Toimintamallin avulla lisätään eläkkeelle jäävän väestön tietoisuutta hyvinvointia lisäävistä osallistumismahdollisuuksista sekä informoidaan ja innostetaan heitä vapaaehtoistoimintaan. Vapaaehtoistoiminta voi olla parhaimmillaan paitsi muiden tukemista ja auttamista, myös omaa hyvinvointia vahvistavaa toimintaa. Vapaaehtoistoiminnassa voi olla mukana hyvin monin eri tavoin, ja eläkeinfojen tavoitteena onkin koota ja kertoa vapaaehtoistoiminnan mahdollisuuksista mahdollisimman laajasti. Tavoitteena on osallisuusmahdollisuuksista informoimalla helpottaa eläköitymistä sekä ehkäistä syrjäytymistä.

Eläkeinfoiminnan kohderyhmä poikkeaa hieman Ikä-ESKOn varsinaisesta kohderyhmästä, sillä toimintamallin kautta halutaan tavoittaa erityisesti aktiivisia ja seniori-ikää lähestyviä ihmisiä. Toimintamalli tukee kuitenkin yksinäisten ja syrjäytymisvaarassa olevien ikäihmisten hyvinvoinnin edistämistä tarjoten parhaimmillaan lisää resurssia erilaisiin toiminta- ja tukimuotoihin. Lisäksi mahdollisimman varhainen puuttuminen senioreiden elämälaatuun ja osallistumismahdollisuuksiin ehkäisee ongelmien ja yksinäisyyden syntymistä aikaisessa vaiheessa.

Eläkeinfojen kehittämistyössä keskeiseksi asiaksi nousee tiedottamisen näkökulma, jota on Ikä-ESKO-hankkeessa toteutettu erilaisten eläkeinfotapahtumien ja eläkemateriaalin julkaisemisen muodoissa. Eläkeinfojen kehittämistyön tuloksena julkaistiin syksyllä 2012 ensimmäistä kertaa



Virtaa eläkevuosiin! Tietoa eläkkeelle siirtyville -materiaali, joka sisältää eri asiantuntijoiden kirjoittamia infotekstejä eläkeikää koskettavista teemoista (esim. järjestötoiminta, vapaaehtoistoiminta, terveys, liikunta, kulttuuri, matkustelu, henkinen hyvinvointi, opiskelu, tietotekniikka, toimeentulo, omaishoitajuus, asumisen vaihtoehdot, hoitotahto, eläkeläisalennukset). Päivitetty materiaali julkaistiin syksyllä 2013.

Materiaalin kokoamisen lisäksi Ikä-ESKO on järjestänyt toimintamallin puitteissa tapahtumia, joissa esimerkiksi vapaaehtoistoiminta ja järjestöjen luomat osallistumismahdollisuudet ovat olleet vahvasti esillä hyvinvointiin liittyvien teemojen ohella. Ikä-ESKOn järjestämät Eläkemesut toteutettiin syksyllä 2011, Eläkeseminaari syksyllä 2012 ja syksyllä 2013 tehtiin yhteistyötä Oulussa ensimmäistä kertaa järjestettävien Seniorimesujen kanssa (toteuttajatahona Pohjois-Suomen Messut). Syksyllä 2013 toteutettiin myös ensimmäistä kertaa Elämäniloa-eläkeleiri yhteistyössä Oulun seudun omaishoitajat ja läheiset ry:n kanssa.

### Toimintamallin arviointia:

*Eläkkeelle siirtyminen on yksi merkittävimmistä vaiheista aikuisen ihmisen elämässä. Työelämän jääminen merkitsee useimmille vapaa-ajan merkittävää lisääntymistä ja uusia mahdollisuuksia oman elämän ja arjen suhteen. Ikä-ESKO-hankkeessa tunnistettiin eläkkeelle jäämässä olevien henkilöiden olevan kohderyhmä, joka voisi hyötyä heille kohdistetusta kootusta informaatiosta liittyen erilaisiin elämän osa-alueisiin. Eläkkeelle siirtyvien nähtiin olevan myös potentiaalinen ryhmä vapaaehtoistoiminnan kentällä: vapaa-ajan lisääntyessä uudenlaisten harrastusten aloittaminen on monelle mahdollista.*

*Ikä-ESKO-hankkeessa kehitettiin eläkeinfoa toimintaa laajalla yhteistyöllä ja mukana oli eri järjestötoimijoiden lisäksi myös seurakunnan, kaupungin ja Kelan edustajia. Työryhmä kehitti eläkeinfoa materiaalin, sekä vastasi eläkeinfotapahtumien järjestämisestä. Materiaali on konkreettinen tulos monitoimijaisesta yhteistyöstä, jossa eri toimijoiden asiantuntemuksen avulla on saatu kootua kattava tietopaketti eläkkeelle siirtymisen tueksi. Tapahtumat keräsivät*

*vaihtelevasti osallistujia, ensimmäisessä messutapahtumassa oli runsaasti kävijöitä, mutta seuraavan syksyn seminaari ei herättänyt yhtä suurta kiinnostusta. Tapahtumista pyrittiin tiedottamaan mahdollisimman laajasti; perinteisten lehti-ilmoitusten ja sähköisen viestinnän lisäksi mm. ammattiliittojen kautta. Kohderyhmän aktivointi on haaste: tapahtumissa tulisi olla kaikille jokin, mutta kuitenkin hyvä yhteinen teema. Esimerkiksi eläköityvien miesten saaminen liikkeelle näyttää olevan hankalaa.*

*Eläkeinfoa toiminta on osoittanut tarpeellisuutensa. Materiaalista on saatu hyvää palautetta ja sitä on pidetty hyvänä opuksena muun muassa erilaisissa asiakasohjaustilanteissa.*



## 4. LOPPUSANAT

Ennaltaehkäisevän työn merkitys korostuu tulevaisuudessa entisestään ikäihmisten kohdalla, sillä ikääntyvien määrä kasvaa jatkuvasti<sup>4</sup>. Tämä näkyy myös yksinäisten ikäihmisten määrän sekä terveysongelmien kasvuna, joka kuormittaa erilaisia sosiaali- ja terveyspalveluja. Aikakaudellemme tyyppillistä on myös erilaisten sosiaalisten yhteisöjen väheneminen, jolloin luonteva yhteisöllisyys ja toisista välittämisen ilmapiiri vähenee. Samanaikaisesti maamme taloustilanne asettaa suuria haasteita eri sektoreille, joissa entistä niukemmilla resursseilla tulisi pystyä järjestämään palveluja eri kohderyhmille.

Ennaltaehkäisevällä toiminnalla voidaan tukea ja edistää eri-ikäisten ihmisten hyvinvointia ja terveyttä. Resurssien rajallisuus ja entistä suuremmat kohderyhmät ovat vaativa yhdistelmä, jossa tarvitaan uudenlaisia yhteistyömuotoja toimintojen päällekkäisyyksien vähentämiseksi. Yhteistyötä tarvitaan myös uudenlaisten entistä tehokkaampien toimintojen kehittämiseen ja käyttöönottoon.

**Ikä-ESKO-hankkeessa on tehty laajaa verkostomaista yhteistyötä ehkäisevän työn kentällä, ikäihmisten parissa.** Hanke on osaltaan pyrkinyt vastaamaan välittämisen haasteeseen ja yhteistyön vahvistamiseen yhteistyössä järjestöjen, seurakunnan ja Oulun kaupungin toimijoiden kesken. **Yhteisten toimintamallien lisäksi hankkeessa on luotu laajemmassa mittakaavassa yhteistä toimintakulttuuria, jonka kehittäminen jatkuu Ikä-ESKOn jälkeenkä.** Verkostotyössä erityisen tärkeäksi on koettu toisiin tutustuminen ja yhteisen kielen löytäminen sekä toisten ammattitaidon arvostamisen näkökulmat. Oululaisten ikäihmisten parissa toimivien tahojen yhteistyö on Ikä-ESKO-hankkeen aikana syventynyt, ja

hanke tulee jättämään jälkeensä muutoksia paikalliseen yhteistyökulttuuriin.

Ikä-ESKO-hankkeen kehittämistyön keskiössä oli alueellinen etsivän työn malli, jonka tavoitteena oli löytää yksinäisyydestä kärsiviä ikäihmisiä ja ohjata heitä mukaan erilaisiin osallisuutta vahvistaviin toimintoihin. Hankkeessa kehitettiin myös erilaisia ikäihmisten hyvinvointia vahvistavia toimintamalleja nivoutuen etsivän työn malliin, kuten puhelinrinkitoiminta, kulttuuriluostitoiminta ja eläkeinfoiminta. Näiden lisäksi hankkeessa kehitettiin ja kokeiltiin vuosien varrella myös monia muita toimintoja, joista osa jäi toteuttamatta ja osa juurtui hankkeen ulkopuoliseksi toiminnaksi.

Etsivän työn toimintamallista saatiin hyviä kokemuksia vaikean kohderyhmän parista. **Alueellisella toiminnalla onnistuttiin aktivoimaan ikäihmisiä ja tavoittamaan myös yksinäisiä mukaan erilaisiin toimintamuotoihin.** Toimiminen yksinäisten ikäihmisten parissa, heidän tavoittamisensa ja aktivoiminen mukaan osallistumaan osoittautui erittäin haasteelliseksi. Tuloksia saatiin kuitenkin aikaan pikkuhiljaa, kun tieto alueellisesta toiminnasta tavoitti ikäihmisten lähellä olevia henkilöitä (huomaajat) ja ikäihmisiä. Terveyskeskukset osoittautuivat tärkeiksi paikoiksi yksinäisten ikäihmisten löytämisen kannalta, mutta tärkeä rooli on myös monilla muilla julkisen ja yksityisen sektorin edustajilla sekä tietysti ikäihmisten läheisillä. Myös ikäihmiset itse ovat usein tärkeitä huomaajia, jotka tuntevat yksinäisyydestä kärsiviä tuttaviansa tai naapureitaan.

Etsivän työn mallista saatiin kokemuksia hankkeen aikana kahdelta alueelta. Toiminta olisi tärkeää saada osaksi oululais-ta vanhustyötä myös jatkossa, mutta rahoituskuviot ovat hankkeen loppuvaiheessa epäselvät. Hankkeessa on osoitettu, että

<sup>4</sup>Tilastokeskuksen ennusteiden mukaan yli 65-vuotiaiden osuus väestöstä vuonna 2030 on 28 %, tällä hetkellä määrä on 18 % (Tilastokeskus 2013).

pienellä henkilöresurssilla on mahdollista saada alueilla aikaan paljon hyvää. Kehittämistyö vaatii kuitenkin oman aikansa ja ehkäisevä työ näyttää todellisen tuloksensa vasta pitkällä aikavälillä. Kokemuksemme mukaan niukkenevassa maailmassa on erittäin vaikeaa saada resursseja ehkäiseviin toimintoihin, joiden euromääräisiä hyötyjä on vaikeaa osoittaa hetkessä. Päätäjiltä tarvittaisiinkin nyt uudenlaista uskallusta katsoa pidemmälle tulevaisuuteen, joka mahdollistaisi pitkällä aikavälillä ikäihmisten hyvinvoinnin vahvistumisen ja myös rahoitusten resurssien säästön.

Tänä päivänä puhutaan paljon vapaaehtoistoiminnan vahvistamisesta, ja vapaaehtoiset nähdään jopa ratkaisuna erilaisiin resurssivajeisiin. Kokemuksemme mukaan näin ei voi olla, ja tämä katsantokanta on irrallaan todellisuudesta. **Vapaaehtoiset voivat kyllä olla mukana tukemassa monenlaisia toimintoja ja heidän panoksensa on erittäin arvokasta, mutta kaikkea vapaaehtoisten hartioille ei voida laskea.** Ikä-ESKO-hankkeen kokemusten mukaan vapaaehtoiset tuovat hyvin tärkeän osan esimerkiksi etsivän työn alueelliseen malliin tai kulttuuriluotsitoimintaan, mutta ammatillinen ohjaus toiminnoissa on erittäin tärkeää.

Ikä-ESKOssa kehitetty yhteistyörakenne eli klusteriverkosto jatkaa kokoon-tumistaan hankkeen jälkeen ja jatkaa näin yhteistyön, tiedottamisen, vaikuttamisen ja kehittämisen teemojen parissa. Monet Ikä-ESKOssa kehitetyistä toimintatavoista ovat juurtuneet hankkeen kumppaneiden arkeen, ja uusia yhteistyön tekemisen muotoja syntyy tutuksi tulleiden verkostokumppaneiden kanssa.

**Ikä-ESKO-hankkeen aikana on opittu paljon muun muassa monialaisen yhteistyön kehittämisestä, yhdessä tekemisestä toiminnan eri tasoilla, toimimisesta vaikeaksi kohderyhmäksi määriteltävän yksinäisten ikäihmisten parissa sekä monista muista laajaan verkostohankkeeseen sisältyneistä asioista.** Hankkeen toteuttaminen ei ole aina ollut helppoa, mutta hyvän yhteishengen ja yhteisen tahtotilan ansiosta työskentely on ollut erittäin antoisaa. Ikä-ESKOn kokemuksista voisi kirjoittaa oman teoksen, mutta olemme päättäneet loppusanoiksi tiivistää kymmenen huomiota, jotka koemme tärkeiksi ennaltaehkäisevää työtä kehitettäessä.

## Huomioita:

1. Aidon ja avoimen yhteistyön kehittyminen erilaisten toimijoiden kesken vaatii aikaa. Toisten tuntemaan oppimiselle, luottamuksen rakentumiselle ja erilaisille yhteistyön kokeiluille tulee varata kehittämishankkeissa riittävästi aikaa.

2. **Johtotason tuki, sitoutuminen ja päätökset** ovat tärkeitä hankkeen tulosten ja onnistumisen kannalta. Projektihenkilöstön ja kenttätöntekijöiden sitoutuminen ja innokkuus eivät usein riitä, sillä hankkeissa kehitetyt rakenteet ja toimintamallit vaativat johtotason linjauksia jatkuakseen.

3. **Ehkäisevää toimintaa ei voida jättää vapaaehtoistoimijoiden vastuulle.** Vapaaehtoiset tuovat merkittävän lisäresurssin ehkäisevän toiminnan kentälle, mutta usein vapaaehtoistoiminta vaatii ammatillista ohjausta ja tukea toimiakseen pitkäjärteisesti.

4. Monien eri toimijoiden yhteistyössä ja esimerkiksi laajassa verkostohankkeessa **jonkun on kannettava vastuu toiminnasta.** Vastuu voi vaihdella eri kehittämiskohteiden ja toimintojen kesken (vrt. asijaohjajuus), mutta jollain toimijalla tulee olla aina päävastuu kyseisestä osa-alueesta.

5. Ehkäisevän toiminnan vaikutukset näkyvät yleensä vasta pitkällä aikavälillä. Päätäjiltä vaaditaan **rohkeutta tehdä linjauksia panostamisesta ehkäisevään työhön,** sillä pitkällä aikavälillä sen avulla säästetään yhteiskunnan euroja ja lisätään asukkaiden hyvinvointia.

6. Ehkäisevän toiminnan hyötyjen muuttaminen euroiksi on haastavaa. Jatkossa olisikin tärkeää kehittää **menetelmiä, joilla ehkäisevien toimintojen rahallinen arvo voitaisiin luotettavasti osoittaa.**

7. Ehkäisevää työtä kehitettäessä on tärkeää muistaa, että **määrä ja laatu eivät ole sama asia.**

8. **Yhteistyön tulisi verkostohankkeissa olla avointa ja ennakkoluulotonta myös uusia toimijoita kohtaan.** Tulevaisuudessa uudenlaisia yhteistyömuotoja löytynee kasvavissa määrin eri sektoreiden toimijoiden

yhteistyöstä. Uusia kumppanuuksia olisi jatkossa tärkeää kehittää esimerkiksi sosiaali- ja terveysalan järjestöjen sekä kulttuuri- ja liikuntajärjestöjen kesken.

9. Hyvinvoinnin lisääminen erilaisten kohde-ryhmien (kuten yksinäiset ikäihmiset) hyväksi on **kaikkien yhteinen asia**. Yhteistyöhön on myös tärkeää haastaa ja herätellä ennakkoluulottomasti erilaisia toimijoita.

10. Kehittämistyö tapahtuu aina enemmän tai vähemmän **muuttuvassa toimintaympäristössä**. Suunnitelmia ja strategioita on hyvä tehdä, mutta niitä on oltava myös valmis muuttamaan esille nousevien tarpeiden ja muuttuvien tilanteiden mukaan.

Oulussa 26.9.2013 Ikä-ESKO-hankkeen projektipäälliköt Liisa Jurmu (äitiysvapaalla 15.11.2012 lähtien) & Marjo Pääkkö

## LIITTEET

### Liite 1.

#### ESKO -hankekokonaisuuden kuvaus

ESKO on Oulussa vuosina 2009-2013 toteutettu Raha-automaattiyhdistyksen rahoittama sosiaali- ja terveysjärjestöjen sekä Oulun kaupungin yhteinen ehkäisevän työn hankekokonaisuus. Hankekokonaisuuden visiona nähtiin ehkäisevän työn toimijoiden yhteiset kumppanuuden rakenteet ja toimintatavat sekä oululaisten helposti löydettävissä ja saavutettavissa olevat monipuoliset vaihtoehdot hyvinvoinnin saavuttamiseen (Toimintakertomus 2010). Hankekokonaisuuden päämäärinä olivat kunnan ja järjestöjen yhteistyörakenteen selkiyttäminen sekä yhteisen näkemyksen rakentaminen ehkäisevän työn toimintaedellytyksistä tilaaja-tuottajamallissa. Yhteisinä tavoitteina oli löytää olemassa olevat ja kehittää uusia ehkäisevän työn toimintamuotoja, selkiyttää kunnan ja järjestöjen välistä kumppanuutta sekä tuottaa ja levittää tietoa hyväksi havaituista toimintamenetelmistä ja yhteistoimintamuodoista. Yhteisten tavoitteiden lisäksi ESKO-hankekokonaisuuden jokaisella osahankkeella oli omaan kohderyhmäänsä liittyviä, yhteisiä tavoitteita tukevia osatavoitteita. (Hankesuunnitelma 2008.)

ESKO-hankekokonaisuudessa rakennetut yhteistyöverkostot ja työskentelytavat mahdollistivat tavoitteiden saavuttamisen ja loivat pysyviä rakenteita kestäväälle järjestöjen ja kunnan väliselle kumppanuudelle. Keskeistä oli eri toimijoiden roolien

ja työnjaon selkiyttäminen sekä yhteisten toiminnan rajapintojen löytäminen ehkäisevässä työssä. (Hankesuunnitelma 2008.)

ESKO-hankekokonaisuus muodostui kolmesta eri ikäkausiin keskittyvästä ja yhdestä koordinoivasta osahankkeesta. Kehittämistyötä toteutettiin osittain yhteisesti ja osittain itsenäisesti osahankkeiden omien toimintasuunnitelmien ja oman hankeorganisaation mukaisesti. Koordinaatiohanke tuki hankekokonaisuuden etenemistä tavoitteellisena, yhteisiin periaatteisiin sitoutuvana kokonaisuutena ja vastasi hankekokonaisuuden prosessimaisen työskentelyn etenemisestä ja arviointityöskentelystä. Yhteisistä työtavoista ja vastuunjaosta sovittiin Koordinaatiohankkeen kanssa erillisellä sopimuksella. Voimaperhe-hanke kohdentui oululaisten lasten ja lapsiperheiden hyvinvoinnin tukemiseen ja edistämiseen sekä vanhemmuuden vahvistamiseen. Työikäiset-ESKO -hankkeessa kehittämistoiminta kohdennettiin työikäisten sosioekonomisten terveyserojen kaventamiseen ja hyvinvoinnin lisäämiseen. Ikä-ESKO -hankkeessa edistettiin erityisesti syrjäytymisvaarassa olevien ja yksinäisten ikäihmisten aktiivisuutta ja kotona asumista. Koordinaatiohankkeesta vastasi SOSTE Suomen sosiaali ja terveys ry, Voimaperhe-hankkeesta Mannerheimin Lastensuojeluliitto Pohjois-Pohjanmaan piiri ry, Työikäiset ESKO-hankkeesta Pohjois-Pohjanmaan Sydänpiiri ry ja Ikä-ESKO -hankkeesta Oulun Seudun Setlementti ry.



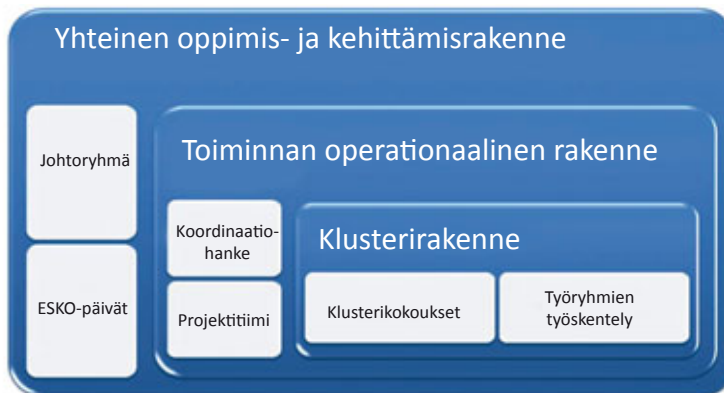
Oulun kaupunki resursoi hankekokonaisuuteen merkittävän henkilöresurssin. (Hanke-suunnitelma 2008.)

ESKO-hankekokonaisuus mahdollisti useiden toimijoiden välisen tiiviin yhteistyön ja toiminnan kehittämisen. Se koki järjestö- ja kuntatoimijoita sekä muita toimijatahoja tavoitteelliseen yhteistyöhön mahdollistaen eri tavoin mukana olemisen. Kumppanuussopimuksen allekirjoittaneet yhteistyötahot (liite 1) sitoutuivat työskentelemään pitkäjänteisesti ja tavoitteellisesti osahankkeiden kanssa, mutta myös muita yhteistyötahoja (liite 2) toimi aktiivisesti verkostossa. (Toimintakertomus 2012.)

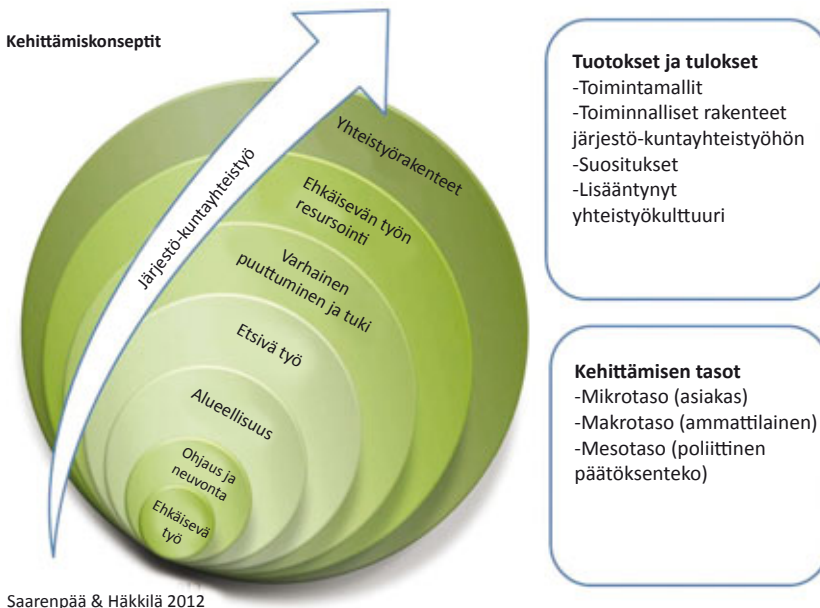
Säännöllisesti kokoontuvaan projektitiimiin kuului hankekokonaisuuden projektihenkilöstö. Ryhmän tehtävänä oli operationaalisen toiminnan suunnittelu, toteuttaminen ja arviointi sekä projektihenkilöstön työn tukeminen. Johtoryhmän muodostivat hankekumppaneiden johdon edustajat sekä projektipäälliköt. Se linjasi hankekokonaisuuden etenemisen ja teki keskeiset päätökset. ESKO-päivät muodostivat osan oppimis- ja kehittämisrakenteesta tukien järjestöjen ja Oulun kaupungin edustajien yhteistä oppimisprosessia hankkeen eri tasoilla sekä toimi yhteisenä keskustelufoorumina kokemusten ja tiedon vaihtamiselle. Klusteri oli osahankkeen keskeinen, säännöllisesti kokoontuva kehittämisryhmä, josta toimi ko. ikäkauden parissa toimivia so-

siaali- ja terveysjärjestöjen, liikuntajärjestöjen, Oulun kaupungin tilaajan ja tuottajan, evankelis-luterilaisen seurakunnan, Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin ja oppilaitosten edustajia. Klusterit tuottivat ja kehittivät uusia toimintamalleja sekä toivat asiantuntemusta ja osaamista järjestöjen ja kaupungin yhteistyön edistämiseen. Kehittämistyön edetessä klusterityöskentelyn rinnalle syntyi työryhmiä, jotka vastasivat toimintamallien kehittämisestä. Työryhmät raportoivat työskentelytään klusterikokouksissa. (Perälähti 2011.) (Kuvio 1.)

Eri osahankkeiden klustereiden keskusteluissa nousi esiin samankaltaisia teemoja, joiden pohjalta hankekokonaisuuden kehittämistyötä suunnattiin kuuteen kehittämiskonseptiin: 1) ehkäisevän työn ohjauksen ja neuvonnan konseptiin, 2) ehkäisevän työn alueelliseen konseptiin, 3) etsivän työn alueelliseen konseptiin, 4) varhaisen tuen ja puuttumisen konseptiin, 5) ehkäisevän työn resursoinnin konseptiin sekä 6) yhteistyörakenteen konseptiin. Kaikkien konseptien läpileikkaavana teemana oli järjestö-kuntayhteistyö. Kehittämiskonseptien teemat olivat kaikille ESKOn osahankkeille yhteiset, mutta kullekin konseptille nimettiin vastuutaho. Järjestötoiminnan luokittelu kuuluu osana ehkäisevän työn ohjauksen ja neuvonnan konseptiin. (Kuvio 2.)



Kuvio 1. ESKO-hankekokonaisuuden kehittämisrakenne.



**Kuvio 2. ESKO-hankekokonaisuuden kehittämiskonseptit.**

## Liite 2.

### Työryhmien kokoonpanot

#### Klusteri

Oulun kaupunki (hyvinvointipalvelut)  
 Oulun Seudun Muistiyhdistys ry  
 Oulun Seudun Mäntykoti ry  
 Oulun seudun omaishoitajat ja läheiset ry  
 Pohjois-Suomen Syöpäyhdistys ry  
 Pohjois-Pohjanmaan sosiaali- ja terveysturvayhdistys ry  
 Kymmenen virran MS - yhdistys ry  
 Kuuloliitto ry  
 Ylikiimingin Omaishoitajat ry  
 Oulun ev. -lut. seurakuntien diakoniatyö  
 Mielenvireys ry  
 Oulun Ruskayhdistys ry  
 Caritas-säätiö  
 Senioriliike  
 Suomen Parkinson liitto ry  
 Näkövammaisten Keskusliitto ry  
 Koordinaatio ESKO -hanke, SOSTE Suomen sosiaali ja terveys ry  
 Oulun Seudun Settlementti ry

#### Pikkuklusteri / etsivän työn työryhmä

Oulun kaupunki (hyvinvointipalvelut, konsernipalvelut/yhteisötoiminta)  
 Oulun seudun omaishoitajat ja läheiset ry  
 Oulun Seudun Muistiyhdistys ry  
 Oulun ev.-lut. seurakunnan diakoniatyö  
 Oulun Seudun Settlementti ry

#### Eläkeinfotyöryhmä

Oulun kaupunki (hyvinvointipalvelut)  
 Oulun seudun omaishoitajat ja läheiset ry  
 Eläkeläistyön neuvottelukunta  
 Oulun evankelis-luterilaisten seurakuntien diakoniatyö  
 Oulun Diakonissalaitoksen säätiö  
 Kansaneläkelaitos  
 Pohjois-Pohjanmaan Sydänpiiri ry  
 Caritas-säätiö  
 Oulun Seudun Settlementti ry

#### Kulttuuriluotsityöryhmä

Oulun kaupungin kulttuurilaitokset (Oulun kaupunginteatteri, Oulun taidemuseo, Poh-

jois-Pohjanmaan museo, Kulttuuritalo Valve, Oulun kaupunginkirjasto, Tiedekeskus Tietomaa, Oulu Sinfonia)  
Oulun Seudun Setlementti ry

### **Puhelinrinkityöryhmä**

Parkinson-liitto  
Pohjois-Pohjanmaan Sydänpiiri ry  
Oulun seudun omaishoitajat ja läheiset ry  
Oulun evankelis-luterilainen seurakunta  
Hyvän mielen talo ry  
Pohjois-Suomen Syöpäyhdistys ry  
Munuais- ja Maksaliitto ry  
Eläkeliitto  
Oulun Seudun Setlementti ry

### **Liite 3:**

#### **Puhelinrinkikoulutuksiin Osallistuneet tahot**

Mannerheimin Lastensuojeluliitto ry  
Pohjois-Suomen Syöpäyhdistys ry  
Parkinson-liitto ry  
Oulun Seudun Setlementti ry  
Oulun seudun omaishoitajat ja läheiset ry  
Eläkeliiton Oulun yhdistys ry  
Pohjois-Suomen Munuais- ja Maksayhdistys ry  
Meniere-yhdistys ry  
Hyvän mielen talo ry

Mäntykoti ry  
Irti huumeista ry  
Oulun Dystonia-yhdistys ry  
Yhden Vanhemman Perheiden Liitto  
Väestöliiton Klinikat Oy  
Oulun Diakonissalaitos  
Pohjois-Pohjanmaan Sydänpiiri ry  
Oulun evankelis-luterilainen seurakunta

### **Liite 4.**

#### **Ikä-ESKO-hankkeen henkilöstö:**

Projektipäälliköt:  
Marja-Liisa Kuukasjärvi 3.5.2009-31.10.2010  
Liisa Jurmu 1.11.2010-14.11.2012  
(äitiysvapaalla 15.11.2012 alkaen)  
Marjo Pääkkö 15.11.2012-31.12.2013

Projektityöntekijät:  
Saara Haajanen 1.1.2010-31.12.2013  
Marjo Pääkkö 15.9.2011-14.11.2012  
Oulun Seudun Setlementti ry:n edustajat  
ESKO-hankekokonaisuuden JORY:ssa:  
Toiminnanjohtaja Markku Tapper hankkeen  
alusta syyskuun 2010 loppuun  
Toiminnanjohtaja Jussi Kempainen  
1.10.2010-31.8.2012  
Sosiaalipalvelujohtaja Anne Mustakan-  
gas-Mäkelä 1.9.2012-31.12.2013  
Lisäksi JORY:ssa ollut mukana hankkeen  
projektipäällikkö.

## Liite 5.

Hankekokonaisuuden sopimuskumppanit.

Aivovammaliitto ry	Oulun Seudun Setlementti ry
Auta Lasta ry	Oulun yliopiston kasvatustieteiden tiedekunta
Hyvän mielen talo ry	Pelastakaa Lapset ry
Keliakialiitto ry	Pohjois-Pohjanmaan Liikunta ry
Kymmenen virran MS – yhdistys ry	Pohjois-Pohjanmaan Martat ry
Kynnys ry	Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin terveyden edistämisen yksikkö
Mannerheimin Lasten-suojeluliitto, Pohjois-Pohjanmaan piiri	Pohjois-Pohjanmaan sosiaali- ja terveysturvayhdistys ry
Munuais- ja maksaliitto	Pohjois-Pohjanmaan Sydänpiiri ry
Nuorten Ystävät ry	Pohjois-Suomen Syöpäyhdistys ry
Omaishoitajat ja Läheiset Liitto ry	Psoriasisliitto ry
Oulun Diakonissalaitoksen Säätiö	SOSTE Suomen sosiaali ja terveys ry
Oulun Ensi- ja turvakoti ry	Suomen Sydänliitto ry
Oulun kaupunki	Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry
Oulun Pyrintö	Vihannin SOS-lapsikylä
Oulun Seudun ammattikorkeakoulun sosiaali- ja terveysalan yksikkö	Yhden Vanhemman Perheiden Liitto
Oulun seudun Mielenterveysseura ry	YTYÄ – Yhteistyötä työttömät ry
Oulun seudun Muistiyhdistys	
Oulun Seudun Mäntykoti ry	
Oulun Seudun Omaishoitajat ja läheiset ry	

## Liite 6.

Muut yhteistyökumppanit.

Ammattioppilaitos Luovi	Oulun Hiv-tukikeskus
Asukastupaverkosto	Oulun Ruskayhdistys ry
Caritas-säätiö	Oulun Seudun Astma- ja Allergiayhdistys ry
Espoon järjestöjen yhteisön järjestöresepti-hanke	Pisara-hanke
Kumppanuuskeskuksen neuvontapisteen kehittämishanke (KNK-hanke)	Suomen Parkinson-liitto ry
Kuuloliitto ry	Suomen Senioriliike
Kytke-hanke	Selvä ry
Lapin kehittämisrakenne	Tero-hanke
Lapsen hyvä arki -hanke	TUKEVA -hanke
Mielenvireys ry	VVV-projekti
Osallisuushanke-Salli (Joensuu)	VARES-hanke
Oulun A-kilta	Ylikiimingin omaishoitajat ja läheiset ry
Diakonia-ammattikorkeakoulu	Yritetään yhdessä ry
Oulun ev.lut. seurakuntien diakoniatyö	Näkövammaisten Keskusliitto
AVAUS-hanke	

## LÄHTEET:

Ikä-ESKO-hankkeen toimintakertomukset, arvioinnit ym. raportit.

Laakso Taina & Tuomisto Marjatta 2011: Ta-loyhtiöiden omaehtoinen toiminta - Katisten malli ja sen soveltaminen muualle -opas.

Mikkonen Mika, Kauppinen Jaana, Huovinen Minna & Aalto Erja 2007: ETSIVÄ TYÖ Euroopan syrjäytyneiden väestönsien parissa. Suuntaviivoja yhdenmukaisiin etsivän työn palveluihin. A-klinikkasäätiön raporttisarja nro 58.

Niemelä Anna-Liisa & Nikkilä Aila 2009: Yksinäisenä omassa kodissaan, teoksessa Lupaa-va kotihoito. Uusia toimintamalleja vanhustyöhön. (toim. Engeström Yrjö, Niemelä Anna-Liisa, Nummijoki Jaana & Nyman Juha). PS-kustannus.

Pitkälä Kaisu & Routasalo Pirkko 2005: Ikään-tyvän henkilön yksinäisyys - haaste hoito-työlle teoksessa Laatus vanhustyöhön (toim. Eija Noppari ja Paula Koistinen). Kustannus-osakeyhtiö Tammi.

Tilastokeskuksen verkkosivut. [http://www.stat.fi/til/vaenn/2012/vaenn\\_2012\\_2012-09-28\\_tie\\_001\\_fi.html](http://www.stat.fi/til/vaenn/2012/vaenn_2012_2012-09-28_tie_001_fi.html). Viitattu 23.8.2013.

## ESKO-hankkeiden julkaisut:

- Häkkilä, K. & Tourula, M. (toim.) 2013. Järjestöt ja kunta hyvinvointia edistämässä - Näkökulmia järjestö-kuntayhteistyöhön. SOSTE Suomen sosiaali ja terveys ry. Esa Print Oy.
- Tourula, M. & Häkkilä, K. 2013. Järjestötoiminnan luokittelu. SOSTE Suomen sosiaali ja terveys ry. Esa Print Oy.
- Vuoti, M. (toim.) 2013. Työikäiset ESKO - Yhteistyöllä hyvinvointia ja osallisuutta 2009-2013. Esa Print Oy.
- Sarvela, H. & Martikainen, A. 2013. Voimaperhe - hyvinvointia lapsille ja perheille. Mannerheimin Lastensuojeluliiton Pohjois-Pohjanmaan piiri ry. Esa Print Oy.
- Voimaperhe - Lasten ja perheiden hyvinvointia monitoimijaisella verkostoyhteistyöllä. 2013. Mannerheimin Lastensuojeluliiton Pohjois-Pohjanmaan piiri ry. Video.



*Ikä-ESKO - Iloa ja osallisuutta ikäihmisten arkeen* -julkaisussa kuvataan Ikä-ESKO-hankkeen toimintamalleja ja kehittämistyön tuloksia. Ikä-ESKO on vuosina 2009-2013 Oulussa toteutettu ennaltaehkäisevän työn hanke, jota on hallinnoinut Oulun Seudun Settlementti ry ja rahoittanut Raha-automaattiyhdistys. Ikä-ESKO on osa ESKO-hankekokonaisuutta (Ehkäisevän työn kärkihanke Oulussa). Ikä-ESKOssa on kehitetty alueellisia ikäihmisten kohtaamispaikkoja sekä hyvinvointia ja osallisuutta lisääviä toimintamalleja yhteistyössä järjestöjen, kaupungin ja seurakunnan toimijoiden kanssa. Ikä-ESKOssa on kehitetty sekä toimintaa että yhteistyörakenteita edistämään oululaisten ikäihmisten aktiivisuutta ja kotona asumista.

Julkaisu esittelee Ikä-ESKO-hankkeessa kehitettyjä toimintamalleja sekä tuo esille vuosien kehittämistyön aikana kertyneitä kokemuksia, onnistumisia ja haasteita liittyen ennaltaehkäisevään työhön ikäihmisten parissa. Julkaisu on suunnattu ikäihmisten parissa työskenteleville ammattilaisille, päättäjille, kehittäjille sekä muille ennaltaehkäisevästä kehittämistyöstä kiinnostuneille henkilöille antamaan ideoita ja kokemuksia ikäihmisten hyvinvoinnin tukemiseksi.

