

Männään yhdessä, Jelppitoiminta

Pohjois-Savon hyvinvointialueen kumppanuusavustus 2023–2025

VUOSI 2023

Saimme avustuksen haettua pienempänä, joten muokkasimme Jelppi-suunnitelmaa saatua rahoitukseen mitoitettuna. Toiminta-alue on Pohjois-Savon hyvinvointialue. Kun aloitimme rahoituksen saatua syyskuussa, niin järjestöjen toimintasuunnitelmat syyskaudelle olivat jo pitkälti suunniteltuja ja mm. tapaamisemme pitkittyi. Loppuvuosi 2023 meni pohjatyöhön ja avustusrahaa siirtyi käyttöön vuodelle 2024.

Yhteistyökuvioita mietitty Pohjois-Savon hyvinvointialueen Arjen ilo ja tuki -hankkeen Heidi Hartikaisen kanssa. Arjen ilo ja tuki -hankkeen ajatukset yhteistyöhömmä liittyen: Eläkeläisyhdistysten ikäihmisten kokemat tarpeet ja toistensa tukemisen keinot kiinnostavat (yhtymäkohtana hyvinvointilähete ja linkkihenkilötoiminta), Jelppareiden ja Digijelppareiden toiminta liitettävissä linkkihenkilötoimintateenvarjon alle?, Jelppareiden ja Digijelppareiden tiedottaminen käyttöön tulevasta digitaalisesta palvelualustasta ja kuinka sitä voi hyödyntää sekä ikäihmisille suunnattujen järjestöjen tarjoamien palveluiden ja toiminnan kokoaminen lähellä.fi-palveluun sekä Lähellä.fi verkkoalustan käyttöönoton avustaminen. Joulukuussa 2023 pohdittiin yhteistyötä RRP-hankkeen etsivä vanhustyön kanssa ja yhteistyönmuotoja mietitään 2024.

Toiminta

1. Pilotoidaan Varkaudessa Digijelppari-toiminta

- Pilotti/alue ovat Varkaus ja Pieksämäki ja omaishoitoyhdistykset. Omaishoitajat ovat helposti yksinäisiä, jäävät hoidettavan kanssa neljän seinän sisään. He hyötyvät myös digiosaamisesta. Hyvä kokemus on helppo jalkauttaa tämän jälkeen muihinkin omaishoitajayhdistyksiin. 25.10.2023 pidettiin Varkaudessa infotilaisuus ”Haluatko auttaa ikäihmisiä digiasioissa” yhteistyössä Pieksämäen ja Varkauden seudun omaishoitoyhdistykset sekä Eläkkeensaajien keskusliitto. Paikalla oli 12 henkilöä: Varkaus, Pieksämäki, Savonlinna. Helmikuussa 2024 oli tarkoitus pitää Digiohjaajille koulutus ja etäkatsomona tähän osallistuisi Siilinjärven SPR:n vapaaehtoiset. Samalla olisi käynnistetty Varkaudessa ja Pieksämäellä Digikahvilat, joissa koulutuksen saanut vapaaehtoinen toimii vertaisohjaajana. Näin saadaan koulutuksen käyneet ohjaajat mukaan toimintaan ja ikäihmisille opastusta. Koulutukseen ei kuitenkaan saatu riittävästi osallistujia, joten se siirtyi syksyyn 2024.

2. Turvalinkki ry

- Siilinjärvellä pidettiin syyskuussa 2023 kolme hyvinvointiryhmää yhteistyössä Turvalinkki ry:n kanssa. Turvalinkin ohjelma tuli etänä Zoomilla ja Siilinjärvellä oltiin ryhmänä osallistumassa tähän Tapaamon tilassa. Näin myös ne, joilla ei ole etäyhteyksiin resursseja saivat mahdollisuuden osallistua.

3. Ikäihmiset avun tarvitsija sekä antaja – Kysely

- Marraskuussa 2023 tehtiin kyselypohja ikäihmisten avuntarpeesta. Kysely on tarkoitus toteuttaa alkuvuodesta 2024 Siilinjärven eläkeläisille ja eläkeläisyhdistyksille. Selvitämme mitä tarpeita heidän jäsenistönsä, ikäihmiset kokevat tarvitsevan. Lisäksi onko heissä sellaisia, jotka voivat toimia Jelppareina esim. digiasioissa ja muuna tsemppaajana toiselle ikäihmiselle.

VUOSI 2024

Kevät 2024

1. Kysely ikäihmisten avuntarpeesta

- Kysely toteutettiin alkuvuodesta 2024 Siilinjärven eläkeläisille ja eläkeläisyhdistyksille.
- Kyselyyn vastasi Siilinjärvellä Akuliinan palvelutalolta sekä eläkeläisjärjestöistä yhteensä 101 henkilöä. Vastauksia käytetään Jelppitoiminnan suunnittelun tukena ja palvelujen suunnittelun apuna.
 - Tarkoituksena oli selvittää mitä apua ja tukea iäkkäät kokevat tarvitsevansa, toimivatko he itse jonkun apuna tai tukena ja voisivatko he toimia Jelppareina esim. digiasioissa ja muuna tsemppaajana toiselle ikäihmiselle
 - Kyselystä saimme myös vastanneiden kokemuksia osallisuudesta, yksinäisyydestä, sosiaalisista verkostoista ja digitaidoista

2. Yhteistyössä Turvalinkki ry:n ja Yhdessä etänä-hyvinvointiryhmä

- Keväällä 2024 kuusi hyvinvointiryhmää yhteistyössä Turvalinkki ry:n kanssa. Turvalinkin ohjelma lähetettiin etänä Zoomilla ja Siilinjärvellä tähän osallistuttiin ryhmänä Tapaamon tai Kunnanpaikan tiloissa. Näin myös ne, joilla ei ole etäyhteyksiin resurssija saavat mahdollisuuden osallistua.
 - Yhdessä etänä hyvinvointiryhmä teemat: Uni (unen merkitys, vinkkejä ja neuvoja), pääsiäinen (menovinkkejä juhlapyhiksi ja ruokavinkkejä pääsiäiseen), kehonhuolto, stressin hallinta ja rentoutus, kevätbongaus, tutustuminen Kunnanpaikan tarjoamiin liikunta- ja ajanviettomahdollisuuksiin ja juttelua erilaista kesäaktiiviteeteista
 - Yhdessä etänä -hyvinvointiryhmää mainostettiin sosiaalisessa mediassa, lähellä.fi -alustalle, Siilinjärven kunnan tapahtumakalenterissa ja kerran paikallislehti Uutis-Jousessa
 - Ryhmään osallistui 3–5/hlö kerran mukaan

3. Toiminnan esittely

- Keväällä tehdyn kyselyn tulokset esiteltiin Siilinjärven eläkkeensaajien ja Eläkeliitto Siilinjärven yhdistyksen edustajille. Samalla tiedotettiin Lähellä.fi verkkoalustasta ja sen käyttöönotosta, esiteltiin Jelpparitoimintaan, tarjottiin etätoimintaa Yhdessä etänä -hyvinvointiryhmän muodossa sekä keskusteltiin syksyn mahdollisesta yhteistyöstä.

Syksy 2024

Elokuun lopussa 2024 hankkeeseen palkattiin osa-aikainen työntekijä ja syyskuussa Huoltoliitto ry:n järjestöpäällikkö vaihtui. Samaan aikaan syksyn ja talven 2024 lisätavoitteeksi asetettiin toiminnan käynnistäminen Siilinjärvellä. Ajatuksena oli, että tavoitetaan Jelppareita ja kohderyhmää, saadaan heidät mukaan toimintaan sekä kohtamaan arjessa. Taulukot osallistujamääristä ja kohtaamiskerroista (tavoitetut kohderyhmän edustajat, yhteistyökumppanit) viimeisellä sivulla.

Toiminta

1. Digijelpparit

- Elokuussa 2024 kahden päivän koulutus digiohjaajille. Yhteistyössä Verkosta virtaa/Eläkkeensaajien keskusliitto sekä Varkauden Seudun ja Pieksämäen omaishoitajayhdistykset. Samalla tiedotettiin Jelpparitoiminnasta.
 - Koulutukseen osallistui yhteensä 8 henkilöä. Lisäksi paikalla oli järjestäjiä ja kouluttajia yhteensä 6 henkilöä
 - Varkauden Seudun omaishoitajat ry pitää Digikahvilaa jatkossa tarpeen mukaan viikkotoimintaan kuuluvan perjantaikahvilan yhteydessä. Toimintaa on käyty tutustumassa lokakuussa 2024 ja päivän aikana yhtä asiakasta ohjattiin älypuheliimen käytössä.
 - Koulutukseen osallistuneet Digiohjaajat toimivat Mäntyharjulla, Savonlinnassa ja Kerimäellä. Savonlinnassa opastusta on kerran viikossa 2 h ja opastettavia 1–3/kerta. Mäntyharjulla toimintaa käynnistellään.

2. Yhteistyö Turvalinkki ry:n kanssa jatkuu

- Yhdessä etänä hyvinvointiryhmä
 - Tavoittaaksemme toimintaan enemmän ihmisiä yhteistyöhön haettiin mukaan Siilinjärven Virkistys ry, jolla hyvät tilat pitää etäkatsomoa sekä valmista asiakas-kuntaa osallistumaan. Virkistys ry otti Yhdessä etänä hyvinvointiryhmän osaksi viikko-ohjelmaansa ja etäkatsomoon on virkistys ry:n tiloissa osallistunut viikoittain 4–6 henkilöä
 - Ryhmissä on pitkälti vakituiset osallistujat
- Järjestimme yhdessä 31.10 Syyshässäkkän Kunnanpaikassa Vuorelassa. Tapahtumaa mainostettiin etukäteen sosiaalisessa mediassa, seniorimessuilla, lähellä.fi -alustalla, Siilinjärven kunnan tapahtumakalenterissa sekä verkostojen kautta
 - Tapahtumaan osallistui järjestäjien lisäksi 19 henkilöä
- Yhteistyön kautta Turvalinkki on saanut uusia aktiivisia osallistujia etäryhmiin Siilinjärven puolelta
- Turvalinkin saama palaute osallistujilta on ollut positiivista ja heidän asettamiensa tavoitteiden mukaisia.

3. Toiminnan esittely ja yhteistyötapaamiset

- Alkuvuoden kyselyn tulokset sekä Jelpparitoiminta esiteltiin
 - Siilinjärven kunnan vanhus- ja vammaisneuvostolle 3.9
 - Siilinjärven eläkkeensaajille sekä eläkeliitolle 18–19.9. Samalla tavoiteltiin myös Jelppareita ja kohderyhmää mukaan toimintaan

- Siilinjärven järjestö- ja toimijafoorumissa 10.10
- Toiminnasta tiedotettu Pohjois-Savon ikääntyneiden mielenterveys- ja päihdetoimijoiden verkostossa 24.9
- Hankkeen esittelypiste Seniorimessuilla Kuopin Musiikkikeskuksella 11.10. Messujen vierasmäärä n.400 henkilöä. Samalla tavoiteltiin myös Jelppareita mukaan toimintaan sekä itse kohderyhmää
- PSHVA - Etsivän vanhustyön verkostomallin kehittäminen, Mari Väätäinen. Yhteisen työpajan suunnittelu eteläiselle palvelualueelle sekä muun yhteistyön suunnittelu
- Itä-Suomen päihdekuntoutus Oy:n edustajat osallistuivat Syyshässäkään. Heillä on valmiudet tarjota tiloja esim. Jelpparitoiminnan koulutuksia varten Kuopiossa. Lisäksi ikäihmisten musiikillisen harrastustoiminnan edistäminen/tukeminen kiinnostaa. Yhteistyömahdollisuuksien suunnittelua jatketaan
- PSHVA – tuettu kotiutuminen, Anne Pöllänen. Heillä mahdollisia Jelpattavia ja yhteyttä otetaan, kun alueella toimii Jelppari
- SPR Siilinjärvi, ystävätoimintakoulutuksen suunnittelu Jelppareille
- Hankkeen esittelypiste Siilinjärven kirjastossa 2.12, Puijonlaakson kirjastolla 4.12, Neulamäen kirjastolla 10.12 ja Kuopion pääkirjastolla 11.12 samalla tavoiteltiin myös Jelppareita sekä itse kohderyhmää mukaan toimintaan
- Työterapinen yhdistys, Ikämiehet Puijo -hanke, Marko Haakana. Jelpparitoiminnan esittely ja ajatusten vaihtoa/yhteistyön suunnittelua. Ikämiehet Puijo -hankkeen asiakkaissa mahdollisia Jelppareita ja toimintaa mennään esittelemään heille tammikuussa 2025.
- Tukipilari, Essi Saarela. Jelppareiden koulutuksen suunnittelu tammikuulle 2025.

4. Jelpparitoiminnan Jelpparit ja Jelpattavat

- Syksyn-Talven 2024 tavoitteena on ollut saada mukaan Jelppareita ja Jelpattavia sekä saada heidät kohtaamaan arjessa. Toimintaa on mainostettu sosiaalisessa mediassa (Facebook, Instagram), lähellä.fi -alustalla, verkostojen kautta sekä aiemmin mainituissa tapahtumissa. Toimintaa lähdettiin ensin käynnistämään Siilinjärvellä ja kiinnostuneita löytyi alkuun alueen eläkeläisjärjestöistä sekä Virkistys ry:n jäsenistä. Ensimmäinen Jelppareiden kohtaamiskerta pidettiin Siilinjärvellä Tapaamon tiloissa 3.10 ja paikalle saapui ennakkotietojen kuudesta henkilöstä poiketen kaksi henkilöä. Seniorimessujen, Syyshässäkän ja kirjastokiertueen jälkeen toiminnasta kiinnostuneita saatiin mukaan myös Kuopiosta sekä Vuorelasta. Joulukuussa mukana on 8 Jelpparitoiminnasta kiinnostunutta henkilöä ja heille järjestetään koulutusta yhteistyössä Tukipilarin kanssa tammikuussa 2025.

VUOSI 2025

Suunnitelma

- Toiminnan käynnistämistä jatketaan Siilinjärvellä ja lisäksi lähdetään esittelemään toimintaa kohdennetusti Kuopioon. Esittelyjen yhteydessä tavoitellaan Jelppareita sekä itse kohderyhmää mukaan toimintaan. Lisäksi pyritään löytämään työkaluja, jotta toimintaan voisi lähteä aktiivisesti mukaan matalalla kynnyksellä.
 - Vierailut kuopiolaisissa eläkeläisjärjestöissä
 - Vierailut kuopiolaisissa asukastiloissa
 - Hankkeen esittelypiste alueiden tapahtumissa ja eri toimintojen yhteydessä
- Jatketaan yhteistyötä jo olemassa olevissa verkostoissa sekä etsitään aktiivisesti uusia yhteistyökumppaneita ja vahvistetaan verkostoa
 - Toiminnan esittely verkostoissa
 - Yhteistyö Verkosta Virtaa/Eläkkeensaajien keskusliiton kanssa jatkuu. Yhteistyöllä parannamme ikääntyneiden digivalmiuksia järjestämällä digiopastuksia ja kouluttamalla vertaisopastajia. Ikääntyneiden digisyrjäytyminen vähenee ja arjen sujuvuus paranee. Tarkoituksena järjestää uusi digiohjaajien koulutus Varkaudessa, johon myös mahdollista osallistua etänä Siilinjärveltä ja Kuopiosta.
 - Yhteistyö Turvalinkin kanssa jatkuu. Jatkamme yhteisen toiminnan ja tapahtumien suunnittelua
 - Itä-Suomen päihdekuntoutus Oy yhteisen toiminnan suunnittelu, tilojen hyödyntäminen
 - Jelppareiden ja kohderyhmän tavoittelu verkostojen kautta
- PSHVA – etsivä vanhustyö työpaja helmikuussa 2025 Varkaudessa. Tarkoituksena hahmottaa vielä ennaltaehkäisevämpien toimien mahdollisuudet yhteistyössä alueen yhdistys /vapaaehtoistoimijoiden kanssa. Lisäksi mahdollisen muun yhteistyön jatkaminen.
- Koonti vapaaehtoisista ja ikääntyneille suunnatuista palveluista

Hankkeen toiminnan seuranta 2025

- Suullinen ja kirjallinen palaute osallistujilta, alku- ja loppukysely
 - Arvioidaan hankkeen toiminnan vaikuttavuutta
- Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen: osallisuus, yksinäisyys ja digitaidot
 - Kohderyhmä, Jelpparit/DigiJelpparit
- Tilastot osallistujamääristä ja kohtaamiskerroista
 - Kohderyhmä, Jelpparit/DigiJelpparit, yhteistyökumppanit
- Palaute yhteistyöjärjestöiltä
 - Vaikutus järjestöjen toiminnan aktiivisuuteen

Taulukko 1. Toiminta

Pvm.	Toiminta	Tavoitetut kohderyhmän edustajat	Paikka	Yhteistyökumppani
Kevät 2024	Kysely ikäihmisten avuntarpeesta	101	Eläkkeensaajien keskusliiton viikkokerho Eläkeliitto Siilinjärven yhdistyksen viikkokerho Akuliina	
Kevät 2024 Syksy 2024	Yhdessä etänä hyvinvointiryhmä x 10	Kevät 3–5 hlö/x Syksy 6–9 hlö/x tav. kohderyhm. n. 13	Zoom-etäyhteys	Turvalinkki, Virkistys ry
21- 22.8.2024	Digijelpparit koulutus Uusien verkosto virtaa opastajien perehdytys varkaudessa	8	Varkaus, Varkauden seudun omaishoitajat ry:n tila	Verkosta virtaa/Eläkkeensaajien keskusliitto, Varkauden seudun omaishoitajat ry, Pieksämäen omaishoitajat ry
3.10.2024	Jelppareiden kohtaaminen	2	Tapaamo	
31.10.2024	Sysshässäkkä	19	Kunnonpaikka, vuorela	Turvalinkki
20.11.2024	Jelppareiden kohtaaminen	5	Kunnonpaikka, vuorela	
Tavoitetut kohderyhmän edustajat yht.		n. 148		

Taulukko 2. Yhteistyötapaamiset/toiminnan esittely

Pvm.	Yhteistyökumppanit	Tavoitetut kohderyhmän edustajat	Paikka	Tapaamisen sisältö
2.5.2024	Eläkkeensaajien keskusliitto Eläkeliitto	6	Siilinjärvi, Kunnonpaikka	Jelpparitoiminnan ja kyselytulosten esittely sekä syksyn yhteistyö
3.9.2024	Siilinjärven vanhus- ja vammaisneuvosto	12	Siilinjärvi, Fontis	Jelpparitoiminnan sekä kyselytulosten esittely
17.9.2024	Turvalinkki ry: Janne Hiltunen Hanna Pietikäinen		Teams	Yhteistyön suunnittelua Jelpparitoiminnan ja Turvalinkin etälähetysten parissa
18.9.2024	Siilinjärven eläkkeensaajien viikkokerho	Osallistujia n.20	Siilinjärvi, Manttu	Jelpparitoiminnan sekä kyselytulosten esittely, Turvalinkin etäryhmien mainostus, kohderyhmän ja Jelppareiden tavoittelu.
19.9.2024	Eläkeliitto Siilinjärven yhdistyksen viikkokerho	Osallistujia n.30	Siilinjärvi, SRK-talo	Jelpparitoiminnan sekä kyselytulosten esittely, Turvalinkin etäryhmien mainostus, kohderyhmän ja Jelppareiden tavoittelu

23.9.2024	Virkistys ry, Raita Martikainen		Siilinjärvi, Virkistys ry:n tila	Jelpparitoiminnan esittely, Turvalinkin etäryhmien mainostus ja etäkatsomo mahdollisuus, kohderyhmän ja Jelppareiden tavoittelu
24.9.2024	Turvalinkki ry, Hanna Pietikäinen		Teams	Sysshässäkkän suunnittelu
24.9.2024	Pohjois-Savon ikääntyneiden mielenterveys- ja päihdetoimijoiden verkosto		Teams	Tiedotus hankkeesta ja sen toiminnasta
4.10.2024	Varkauden omaishoitajat ry Toiminnanohjaajat Milla Pesonen ja Mirja Hakkarainen		Varkaus, Varkauden omaishoitajat ry -tila	Digikahvila, Jelpparitoiminnan esittely, Turvalinkin etäryhmien mainostus ja etäkatsomo mahdollisuus
10.10.2024	Siilinjärven järjestö- ja toimijafoorumi		Siilinjärvi, Innocum	Jelpparitoiminnan esittely, kohderyhmän ja Jelppareiden tavoittelu verkostojen kautta
11.10.2024	Seniorimessut	Hankkeen esitteitä jaettu n.30	Kuopio, musiikkikeskus	Hankkeen esittelypiste, kohderyhmän ja Jelppareiden tavoittelu
21.10.2024	Anne Pöllänen, PSHVA-Tuettu kotiutuminen		Puhelu	Jelpparitoiminta ja mahdollisten Jelpattavien tavoittaminen
23.10.2024	Mari Väätäinen, PSHVA-etsivä vanhustyö		Teams	Jelpparitoiminta/etsivä vanhustyö ajatusten vaihtoa
24.10.2024	Turvalinkki ry: Janne Hiltunen Hanna Pietikäinen		Teams	Sysshässäkkän suunnittelu
5.11.2024	Kyläyhdistys Länsi-Maaninگان viitokset		Maaninka, Pulkon kahvila	Hankkeen esittely
12.11.2024	Mari Väätäinen, PSHVA-etsivä vanhustyö Kaija Blomberg, PSHVA-etsivä vanhustyö		Teams	Työpajan suunnittelua: vapaaehtoistoimijat ja verkosto
2.12.2024	Siilinjärven kirjasto	Hankkeen esitteitä jaettu 10kpl	Siilinjärven kirjasto	Hankkeen esittelypiste, kohderyhmän ja Jelppareiden tavoittelu
3.12.2024 Siirtyy tammikuulle 2025	Eläkeliitto Kuopion yhdistys		Alava-talo	Jelpparitoiminnan esittely, kohderyhmän ja Jelppareiden tavoittelu
4.12.2024	Mari Väätäinen, PSHVA-etsivä vanhustyö Kaija Blomberg, PSHVA-etsivä vanhustyö		Teams	Työpajan suunnittelua: vapaaehtoistoimijat ja verkosto
4.12.2024	Puijonlaakson kirjasto	Hankkeen esitteitä jaettu 5 kpl	Puijonlaakson kirjasto	Hankkeen esittelypiste, kohderyhmän ja Jelppareiden tavoittelu

10.12.2024	Neulamäen kirjasto	Hankkeen esitteitä jaettu 4 kpl	Neulamäen kirjasto	Hankkeen esittelypiste, kohderyhmän ja Jelppareiden tavoittelu
11.12.2024	Kuopion pääkirjasto	Hankkeen esitteitä jaettu 9 kpl	Kuopion pääkirjasto	Hankkeen esittelypiste, kohderyhmän ja Jelppareiden tavoittelu
12.12.2024	Työterapinen yhdistys, Ikämiehet Puijo -hanke, Marko Haakana		Inkilänrinne	Jelpparitoiminnan esittely ja ajatusten vaihtoa
12.12.2024	Tukipilari, Essi Saarela		Teams	Vapaaehtoisten koulutus
Tavoitettu kohderyhmän edustajia		n.126		