

Toimintasuunnitelma

Ystäväpiiri -ryhmätoiminta 2026

1. Toiminnan kuvaus

Toiminnan kohderyhmänä ovat yli 65-vuotiaat näkövammaiset henkilöt koko Pohjois-Savon alueella. Toiminta toteutetaan yhteistyössä Vanhustyön keskusliiton Ystäväpiiri-toiminnan kanssa, joka tarjoaa ryhmämuotoisen, tutkitusti vaikuttavan mallin yksinäisyyden lieventämiseen ja sosiaalisen hyvinvoinnin vahvistamiseen.

Hyvinvointialueelta haettava rahoitus kohdistetaan työntekijän palkkakustannuksiin sekä vapaaehtoisen matkakustannuksiin. He työskentelevät työparina ja vastaavat ryhmän koordinoinnista, osallistujien rekrytoinnista, tapaamisten toteutuksesta ja yhteistyöstä Vanhustyön keskusliiton kanssa. Syksyllä toimintaa jatketaan omana ryhmätoimintana.

Toimintaan sisältyy:

- 10 päivän koulutus, jonka Ystäväpiiri-toiminta edellyttää ryhmän ohjaamiseksi.
- 17 vertaistapaamista, joiden tavoitteena on tavoittaa 10–15 näkövammaista ikääntynyttä eri puolilta Pohjois-Savoa.
- Hybridiosallistumisen mahdollistaminen sekä tarvittaessa yhteiskuljetukset saavutettavuuden turvaamiseksi.

2. Toiminnan tavoitteet

Tukea näkövammaisten ikääntyneiden hyvinvointia, toimintakykyä ja osallisuutta tarjoamalla saavutettavaa, turvallista ja kokemuksellista vertaistukea.

Yksinäisyyden vähentyminen

Tuodaan yhteen ikääntyneitä näkövammaisia, jotka kokevat sosiaalista eristäytymistä. Luodaan pysyviä vertaissuhteita ja mahdollistetaan sosiaalinen yhteisö.

Psyykkisen hyvinvoinnin ja elämänhallinnan vahvistuminen

Mahdollistetaan kokemusten jakaminen turvallisessa ympäristössä. Lisätään tunnetta kuulluksi tulemisesta ja yhteisöön kuulumisesta.

Toimintakyvyn ylläpito ja arjen helpottuminen

Jaetaan konkreettisia keinoja selviytyä näkövamman tuomista haasteista. Tarjotaan tietoa palveluista, apuvälineistä ja toimivista arjen ratkaisuista.

Osallisuuden ja yhdenvertaisuuden vahvistuminen

Mahdollistetaan osallistuminen saavutettavin keinoin (hybridi, yhteiskuljetus). Vahvistetaan näkövammaisten asemaa aktiivisina toimijoina omassa elämässään.

3. Vaikutukset näkövammaisen elämään

Lyhyen aikavälin vaikutukset

- Sosiaalisten kontaktien lisääntyminen ja uusien ystävyssuhteiden syntyminen
- Koetun yksinäisyyden väheneminen



Pohjois-Savon Näkövammaiset

- Psyykkisen kuormituksen keveneminen
- Tunteiden ja kokemusten jakaminen turvallisessa ryhmässä
- Parempi tieto palveluista ja arkea helpottavista ratkaisuista
- Lisääntynyt itseluottamus ja aktiivisuus

Pitkän aikavälin vaikutukset

- Parantunut elämänlaatu ja itsenäinen selviytyminen
- Vähentynyt terveys- ja sosiaalipalvelujen kuormittuneisuudessa (ennaltaehkäisevä vaikutus)
- Pysyvien tukiverkostojen muodostuminen alueellisesti
- Vahvempi osallisuuden kokemus ja mahdollisuus jatkaa yhteisöllistä toimintaa myös ryhmän päätyttyä

4. Toiminta tukee Pohjois-Savon hyvinvointialueen tavoitteita

Ennaltaehkäisevät ja hyvinvointia edistävät palvelut

Toiminta vähentää yksinäisyyttä ja henkistä kuormitusta, jotka ovat näkövammaisilla ikääntyneillä yleisiä ja lisäävät terveyspalvelujen käyttöä. Vertaistuki toimii matalan kynnyksen ennaltaehkäisevänä palveluna.

Ikääntyneiden toimintakyvyn ja kotona asumisen tukeminen

Ryhmä vahvistaa osallistujien arjessa selviytymistä ja psyykkistä toimintakykyä, mikä tukee turvallista ja itsenäistä kotona asumista.

Saavutettava ja yhdenvertainen palvelujärjestelmä

Toiminnassa huomioidaan näkövammaisten erityistarpeet, tarjotaan saavutettavaa ohjausta sekä mahdollistetaan osallistuminen hybridinä ja yhteiskuljetuksin. Tämä vastaa hyvinvointialueen yhdenvertaisuustavoitteisiin.

Asiakaslähtöisyys ja osallistuminen

Ryhmä rakentuu näkövammaisten omista tarpeista ja kokemuksista, mikä tukee osallisuutta ja vahvistaa heidän mahdollisuuksiaan vaikuttaa omaan hyvinvointiin.