

**TIEDOTE**

16.6.2015

### Aurinkoinen tervehdys IkäArvokas -hankkeesta

Kesän kynnyksellä olemme koonneet IkäArvokas – hankkeen tapahtumia yhteen. Viimeiseen puoleen vuoteen mahtuukin monenlaista toimintaa. Korttelikerhoja on aloitettu monimuotoisena ja eri yhteistyökumppaneiden kanssa, etsivän vanhustyön menetelmiä on työstetty eteenpäin ja menetelmiä on kokeiltu käytännössä ja arvioitu. Vertaistoiminnan koulutuspaketti alkaa olla viimeisiä tarkennuksia vaille valmiina. Vertaisten merkitys on korostunut viimeisen puolen vuoden aikana.

Hanke on edennyt jo yli puolen välin ja toiminta painottuu sen mukaan. Syksyn toimitasuunnitelmassa keskitytään neljään kärkiteemaan, joita ovat **yhteistyön lisääminen eri tahojen kanssa, kehittämistyön mallintaminen, vertaistoiminnan koulutuspaketin kokoaminen ja arviointi.**



Hyvää kesää kaikille toivottaen, **IkäArvokas – tiimi**  
**Mervi, Eija ja Anu**

#### **Välitämme.**

## Yhteistyön lisääminen

Yhteistyökumppaneiden toiminnan tunteminen on tärkeää. Yhteistyön lisääminen on merkityksellistä, jotta alueen toimijat tietävät toistensa toiminnasta ja siten voisimme yhdistää voimavarojamme. Yhteistyöhön tulisi pystyä sitoutumaan ja toiminta vaatii yhteisiä tavoitteita. Työskentely verkostossa mahdollistaa tiedon ja osaamisen jakamisen gerontologisissa kysymyksissä, koulutusten järjestämisen yhteistyössä, hyvien käytäntöjen jakamisen ja toimijoiden kesken vertaistuen saamisen. Ymmärryksen laajeneminen ja avarakatseisuus mahdollistaa ja tukee sitä, että pystymme ottamaan ikäihmisen yksilöllisesti huomioon ja tukemaan hänen kokonaisvaltaista hyvinvointiaan hänen tarpeistaan lähtien, yhteistyössä. Kilpailu- ja kuluttajavirasto julkaisi joulukuussa 2014 selvityksen vapaaehtoistoiminnan mahdollisuuksista ja esteistä. Selvityksessä tehdyissä haastatteluissa toivottiin kiinteämpää yhteistyötä kuntien ja vapaaehtoistoimintaa organisoivien tahojen välille. Selvityksessä suositellaan myös, että vapaaehtoistoiminnan mahdollisuuksista ja jo olemassa olevista hyvistä käytännöistä viestitettäisiin eri yhteyksissä nykyistä aktiivisemmin. Tämä kyseinen selvitys löytyy myös IkäArvokas -hankkeen nettisivuiltamme.

Pilottiseurakunnissa on käyty läpi keskeisiä yhteistyökumppaneita ja pohdittu, minkä tahojen kanssa olisi vielä järkevää pyrkiä tekemään yhteistyötä, jotta pystyisimme vastaamaan hankkeen kohderyhmän erilaisiin tarpeisiin. Yhteistyötä on lisätty erityisesti oppilaitosten kanssa. Opiskelijat ovat olleet mukana järjestämässä palvelupäiviä ja suunnitelleet erilaisiin kerhopäiviin sisältöä. Opiskelijat ovat tuoneet ikäihmisten arkeen iloa ja samalla on päästy nauttimaan eri-ikäisten välisestä vuorovaikutuksesta. Opiskelijoiden tekemiä opinnäyte-toivia löytyy myös IkäArvokas – hankkeen nettisivuilta.

## Kehittämistyön mallintaminen

Kehittämistyössä mallintamisen tavoitteena on, että kehitettyä toimintaa voisi toteuttaa toisella paikkakunnalla tai organisaatiossa samantyyppisessä toimintaympäristössä. Mallintamisessa pyritään kuvamaan selkeästi;

- Mitä on kehitetty?
- Kenelle on kehitetty, kenelle toiminta on suunnattu, kohderyhmä?
- Toiminnan arvot?
- Miten on toteutettu? Resurssit; materiaalit, aika, tilat, talous yms.
- Miten toimintaa on arvioitu ja millaista palautetta se on saanut?

Etsivän ja osallistavan vanhustyön menetelmistä on kerhotoiminnasta ja puhelinrinki toiminnasta tehty luonnosvaiheessa olevat mallinnukset ja näitä on esitelty 5.5.2015 kummi- ja pilottiseurakuntien yhteisessä työkokouksessa. Sieltä saadun palautteen pohjalta työstämme mallinnuksia syksyn aikana eteenpäin.

## Vertaistoiminnan koulutuspaketti

Vertaistoiminnan koulutuksesta vastaavat hankkeen pilottiseurakuntien vapaaehtoisuustoiminnasta vastaavat diakoniatyöntekijät. Koulutuskokonaisuus on muodostunut kolme päivän mittaiseksi koulutukseksi. Koulutuspäivien välillä on 1-2 viikkoa ja koulutukseen sisältyy välitehtäviä. Kouluttajien ja hanketiimin kesken on yhteinen työkokous syksyllä, jolloin koulutuspaketti saa viimeisen silauksen. Vertaistoiminnan koulutukset alkavat vertaisille tai vertaisryhmän ohjaajille syys- marraskuun aikana. Mikäli vertaistoiminta kiinnostaa, niin ota yhteyttä IkäArvokas – hankkeen projektityöntekijöihin.

Vertaistoiminnan kehittämisessä huomioidaan tukirakenne taustaorganisaation ja vertaisten välillä. Tämä tarkoittaa käytännössä mm. seuraavia asioita;

- aito arvostus vertaistoimintaa kohtaan näkyy seurakuntien strategiassa
- diakoniatyöntekijöillä on yhteistä aikaa vertaistoimijoiden kanssa
- vertaistoimintaan on koulutus ja vertaistoiminnan ohjausta
- turvallisuudesta vastaa taustaorganisaatio
- yhteisöllisyys ja jatkuvuuden turvaaminen on erittäin tärkeää kun kyseessä on omaan haluun perustuva vertaistoiminta
- vertaistoiminta antaa iloa ja ihmissuhteita, oman osaamisen hyödyntämistä, uuden oppimista ja yhteisöllisyyttä

## Monimuotoinen kerhotoiminta

IkäArvokas – hankkeessa on lähdetty kehittämään kerhotoimintaa hyvin monimuotoisesti. Ikäihmisten erilaiset tarpeet on pyritty huomioimaan yksilöllisesti ja ikäihmisiä on pyydetty mukaan toiminnan suunnitteluun ja toteutukseen, jokainen omien voimavarojensa mukaan. Kehittämistyössä edessä olleet haasteet on pyritty muuttamaan mahdollisuuksiksi. Vertaisten omaa osaamista ja mielenkiinnonkohteita on hyödynnetty kerhotoiminnan sisällön suunnittelussa.

Kerhoista on muodostettu paikkoja, joissa ikäihmiset voivat tavata toisiaan, lukea lehtiä tai osallistua muuten toimintaan. Keskeistä on löytää tila, jossa voi kohdata ja jonne jokainen on tervetullut. Kerhojen sisällöt ja erilaiset menetelmät muotoutuvat ikäihmisten toiveiden ja tarpeiden mukaan. IkäArvokas -hankkeessa on tällä hetkellä koulutettu 10 vertaisryhmän ohjaajaa tai tukihenkilöä. He toimivat erilaisten ryhmien/kerhojen vetäjinä, ovat mukana järjestämässä toimintaa, tapahtumia ja tempauksia. Merkityksellisiä ovat aidot kohtaamiset ikäihmisten kesken. Näiden erilaisten kohtaamisten kautta syntyy vertaisuutta ja aitoa kansalaistoimintaa, halu vaikuttaa oman elämänsä erityiskysymyksiin sekä lähiyhteisöjen asioihin.

Hankealueella on ikäihmisten osallistumista lähiyhteisöön tuettu perustamalla erilaisia korttelikerhoja mahdollisimman lähelle kotia. Paikkoina ovat olleet rivitalon tai kerros-

talon kerhohuone, kaupunginosan keskeinen kokoontumispaikka esim. kansalaisopiston tilat tai seurakuntatalo. Myös uudenlaista olohuonekerhomallia on lähdetty kokeilemaan eli pieni ryhmä hyvinkin heikkokuntoisia ikäihmisiä kokoontuu vuorotellen kunkin olohuoneessa. Haja-asutusalueilla kokoontumispaikkoina on ollut kylätalot tai seurojentalot. Aina ei ole mahdollista järjestää toimintaa kylille, joten on lähdetty järjestämään erilaisia avoimia kerhoja asioimispäivän yhteyteen. Tavoitteena on löytää yhteistyössä kaupungin tai kunnan kanssa toimintatapa, jolla turvataan kohtuuhintaiset kyydit asutuskeskuksiin.

Korttelikerhon perustamisvaiheessa olisi hyvä pitää asukaskuulemistilaisuus tai suunnitelupalaveri. Tilaisuudessa nähdään osallistumishalukkuus, sovitaan käytännön järjestelyistä sekä voidaan saada mahdolliset vapaaehtoiset mukaan toimintaan. Puolivuotis suunnitelmat kootaan kerholaisten toiveiden mukaan; vastuutahot, vapaaehtoiset, vertaisohjaajat ja mahdolliset kerhosta valitut ikäihmisten edustajat ovat mukana suunnittelussa. Kerhon ohjaajille tarjotaan myös kolmen päivän pituista vertaisryhmän ohjaajien koulutusta. Kerhojen taustalla on aina nimetty vastuutaho tai mielellään useampi, yhteinä heistä seurakunnan diakoniatyö.

Korttelikerhoilla on omat sisältötavoitteensa. Ikäihmiset ovat sanoittaneet kerhon merkitystä seuraavasti; yhteisöllisyyttä, yksinäisyydestä yhteen tulemistä, turvallisuutta, arkeen vaihtelua ja virkistystä, arvostetaan jokaista omana itsenään, kohtaamista, tarpeellisen tiedon jakamista, syy lähteä kotoa, yhdessä kahvittelua tai ruokailua jne. Kerhotila säätelee osaltaan osallistujamäärää, joten osa kerhoista on avoimia ja osa suljettuja. Kävijämäärä avoimissa kerhoissa on noussut jopa yli kolmeenkymmeneen. Tarve kokoontua yhteen vertaistensa kanssa on erittäin suuri.

Luovuudella ja kulttuurilla sen erilaisine muotoineen on suuri sija kerhotoiminnan sisällössä. Luovuutta voi olla hyvin erilaista, vain me itse asetamme sille rajat. Tässä on yksi innovatiivinen tapa esittää kerhoista kerätty palaute;

Runomuotoinen palautekooste korttelikerhotoiminnasta

*Tänne kerhoon tulen aina ilolla, täällä vanhatkin nuorentuu.*

*Tämä on tosi iloinen tapahtuma, toivon että kerho aina jatkuu.*

*Nasta päivä, totta tosiaan, ilman velvoitteita kun olla saa.*

*Tämä yhteisöllisyys on tärkeää ja jää aina paljon muisteltavaa.*

*Saa tutustua uusiin ihmisiin vielä vanhalla iällä näin.*

*Tulee jopa uusia ystäviä ihan yllättäin.*

*Erilaisten ihmisten kanssa kun keskustella saa*

*tuntemattomista tulee tuttuja. Se on mukavaa!*

*Vastaanotto on aina ystävällinen, ilmapiiri miellyttää.*

*Hyvä henki, rattoisa tilaisuus ja paikka on viihtyisä.*

*Huumorintajuiset ja ystävälliset ohjaajat masennuksen karkottaa.  
Tulen iloiseksi taas. Sehän on mahtavaa!*

*Ruokailu saa paljon kiitosta – ihan liian hyväksikin mainitaan.  
Se on niin suun mukaista!  
Minä annan miljoona ruusua!  
Ja kattaukset on kauniita!  
Leppoisa ilmapiiri tulee osittain kahvista!  
Oli hienoa kun meiltä kysyttiin, mitkä aiheet kiinnostaa.  
Päivien suunnittelu ja toteutus on ikäryhmälle sopivaa.  
Vierailijat puhuvat asiaa, mikä meitä innostaa  
ja tieto on asiallista ja kiintoisaa.*

*Ohjelma virkistää ja piristää ja on monipuolinen.  
Ja tähän nyt suora lainaus:  
”Tämä kokoontuminen on monelle sydämen asia. Koska  
jokainen on laulun arvoinen.”  
Palautteet runomuotoon kirjoitti Iris (vertaisryhmän ohjaaja Pieksämäeltä)*

### IkäArvokas hankkeen väliseminaarit

IkäArvokas – hankkeen väliseminaari järjestettiin **Varkaudessa**. Seminaaripaikkana oli juhmallinen Warkaus-Sali. Paikalle saapui Mikkelistä, Pieksämäeltä ja Varkaudesta n. 220 innokasta osallistujaa, joita kiinnosti hankkeen teemat. Päivän aikana nähtiin kehittämistyön helmiä esitettyinä hyvin luovasti. Jokainen pilottiseurakunta esitteli itse IkäArvokas – hankkeessa tehtyä kehittämistyötä. Varkauden osuudessa saimme kuulla teemalla yhteistyöllä enemmän palvelupäivistä ja yhteistyöstä niiden järjestämisessä eri opilaitosten kanssa. Lisäksi palvelupäiviin osallistujat kuvasivat palvelupäivien toimintaa erittäin hyvin. Pieksämäellä pureuduttiin yhteisöllisyyteen kylillä ja kaupungissa. Näimme loistavan esityksen Paltasen kylätalon toimesta, kohtaamisia kylänraitilla. Lisäksi saimme tietoa Paltasen kylätalon ja Kontiopuiston korttelikerhon kehittämisestä ja kuinka ikäihmiset ovat ottaneet niissä tapahtuvan toiminnan omikseen. Mikkelin osalta teemalla yksinäisyydestä yhteen Anttolan kyytikerho kertoi toiminnastaan ja saimme kuulla Saarijärven Paavon lausuttuna erittäin koskettavasti.

”Kulttuuri kuuluu kaikille” ajatuksen pohjalta olimme saaneet päivän sisältöön liitettyä Mikkelistä, Pieksämäeltä ja Varkaudesta mahtavia erilaisia kulttuurielämyksiä. Mikkelistä Naisvuoren eläkkeensaajat esittivät kolme erityyppistä tanhuesitystä. Enää ei tarvitse miettiä, miksi tanhuryhmän nimi on Kepeät jalat. Niin kevyin ja lentävin askelin tanhuesitykset sujuivat. Upeaa katseltavaa. Murremestari Lauri Andersin kertoi meille murteella tarinoita ja sai uskomattoman hyvin kuulijat mukaan. Häneltä oli uskomaton heittäytyminen tarinankertojan rooliin, hienoa kuultavaa. Pieksämäen virtapiirin esitys Soppa & soossi catering kutkutti nauruhermoja kun erityyppiset henkilöhahmot olivat ko-

koontuneet kuulemaan ”menumaatin” toiminnasta. Unohtaa ei sovi tietenkään kaikkien esitysten koreografeja ja esitysten ohjaajia. Loitte osaamisellanne meille hienon ja unohdettoman päivän.

Päivän juhlapuhujana kuultiin Vappu Taipaleta, joka omassa esityksessään keskittyi hyvinvoinnin kulmakiviin. Keskeiset teesit puheessa yksinäisyyden torjuntaan olivat: liity, anna, opi, harrasta ja naura.

**Liity-** Ihminen tarvitsee toista ihmistä. Vanhojen ihmisten kerhot ja tapaamiset, huoltoasemien, kahviporukoiden kokoontumiset, nämä kaikki ovat loistavaa sosiaalisen pääoman, turvallisuuden ja luottamuksen luomista. Yhdessä olemme enemmän. Taipaleen mukaan jos kunnat olisivat viisaita, niin he maksaisivat siitä, että vanhat ihmiset kokoontuisivat säännöllisesti jossakin ja järjestäisivät tiloja näille kokoontumisille. Siinä sitä sosiaalista pääomaa vaihdettaisiin.

**Anna-** Vanhoilla ihmisillä on antaa kiinnostusta ja hellyyttä etenkin lapsille. Heillä on myös kokemuksia, muistoja ja muisteluita. Tässä historiattomassa ajassa menneen ja muistojen edelleen jakaminen on erityisen tärkeää. Taipale kannusti osallistujia tallentamaan jälkipolville sitä, millaista elämä oli heidän nuoruudessaan tai työelämässä. Meidän tämän hyvinvointivaltion olemme tänne rakentaneet, Taipale huomauttaa.

**Opi-** Usein vanhat ihmiset ajattelevat, etteivät enää opi asioita, uutta kieltä tai vaikkapa jotain konetta. Tämä ei pidä paikkaansa. Vanhan ihmisen oppimisessa motiivi on tärkeä, se miksi haluaa jonkin asian oppia. Vanha oppii siinä missä nuorikin, kyse on ennen kaikkea opetuksen loogisuudesta.

**Harrasta-** Erityisesti liikunnalliset harrastukset ovat tärkeitä, koska liikkuminen on itseenäisen elämän kivijalka. Muuten harrastukset voivat olla mitä moninaisempia. Uusien harrastusten kokeilu on hauskaa ja yhteisöllistä.

**Naura-** Huumori on elämän suola ja vanhetessa huumorintaju usein vain paranee. Voi nauraa itselleen ja vähän muillekin. Nauru vaikuttaa koko olemukseen, verenpaine laskee ja sydämen lyöntitiheys rauhoittuu. Mikä on mielenkiintoisinta niin immuunijärjestelmäkään terhoituu. Taipaleen mukaan noin 30 hyvää naurua päivässä on tavoite. Nauru tekee hyvää ja pidentää ikää. Nauraessa mm. verenpaine ja sydämen lyöntitiheys laskee.

Puheessaan Taipale korosti, etteivät vanhat ihmiset ole kestävyysvaje vaan **kestävyystae**. Taipale ihasteli Mikkelin, Varkauden ja Pieksämäen seurakuntien alueelle syntyntä yhteistä IkäArvokas – hanketta. Taipaleen mukaan ”teillä on täällä paljon nerokkaita keksintöjä, täällä on tehty vanhustyön osalta hienoja innovaatioita”. Nämä keuhut lämmittivät ainakin IkäArvokas – hanketiimin sydänalaa.





Vappu Taipale pitämässä luentoa,  
”Hyvinvoinnin kulmakivet”



Pieksämäki esitteli kehittämistyötään teemalla  
”Yhteisöllisyys kylillä ja kaupungissa”

**Pöytyän** IkäArvokas -hankkeen väliseminaari pidettiin 75- ja 80-vuotiaiden syntymäpäiväjuhlan yhteydessä 24.5.2015. Juhla aloitettiin messulla Pöytyän kirkossa klo 10. Pastorina toimi Merelle Fagerström, ehtoollisavustajana Pauliina Soikkeli-Viitamäki ja musiikista vastasi johtava kanttori Helena Heimoja, joka johti myös Pöytyän kirkko-kuoroa. Juhla jatkui Pöytyän seurakuntatalolla messun jälkeen. Ovella kättelemässä olivat Pöytyän diakoniatöimen puheenjohtaja Sari Tenhami ja johtava diakoniatyöntekijä Minna Majuri-Kiiski, joka myös juonsi koko tilaisuuden. Tervetulosanat syntymäpäiväsankareille ja muille osallistujille lausui pastori Merelle Fagerström. Ruokavirtenä lauloimme virren 332: 1-4 ”Herraa hyvää kiittäkää”. Pöytyän diakoniatyön aluetueryhmä oli valmistanut maukkaan aterian lisäkkeineen. Ruoan jälkeen lauloimme virren 341:1-4 ”Kiitos sulle Jumalani”, jonka jälkeen onnitteilupuheenvuoron piti Pöytyän diakoniatöimen puheenjohtaja Sari Tenhami. Seuraavaksi Pöytyän kirkkokuoro lauloi Helena Heimolan johdolla. Anja Mäki puhui koskettavasti vanhuudesta ja lausui runoesityksen Alpo Noposen puhuttelevan runon ”Minä aikana ihminen kaunein on?”

Seuraavan musiikkiesityksen esitti Pöytyän kirkkokuoro Helena Heimolan johdolla. IkäArvokas -hankkeen puheenvuoron piti projektikoordinaattori Mervi Kanninen. Hän painotti puheenvuorossaan jokaisen ihmisen arvokkuutta ja ainutlaatuisuutta ja vertasi vanhuksia kirjastoon oman ainutlaatuisen elämäkertansa ja historian välittäjinä seuraaville sukupolville. Hän myös kannusti ikäihmisiä yhteydenottoihin sekä mukaan vertaistoimintaan. Viimeisenä musiikkiesityksenä kuulumme iki-ihanan ”Edelweiss” -kappaleen Pöytyän kirkkokuoron tulkitsemana ja Helena Heimolan johtamana ja säes-

tyksellä. Saimme vielä nauttia Pöytyän diakoniatyön aluetyöryhmäläisten täytekekkuja kahvin ja teen kera. Päätösvirtenä laulettiin yhdessä 571:1-4 ”Jo joutui armas aika”. Pastori Merelle Fagerstöm lausui Herran siunauksen. Kotiin lähtiessään syntymäpäiväsankarit saavat eteisaulasta Jukka Nevalan Ruskan loistosta kesän vihreyteen -kirjan ja IkäArvokas -hankkeen materiaalikassin Mervin, Pauliinan ja Minnan jakamana. Ulkoovella pastori Merelle Fagerström vielä kätteli tyytyväiset lähtijät.



Anja Mäki lausumassa runoa

**Salon** IkäArvokas -hankkeen väliseminaari pidettiin Salo-Uskelan seurakuntatalon juhlasalissa 21.4.2015. Seminaari oli tarkoitettu ikäihmisille, heidän läheisilleen ja kaikille ikäihmisten parissa työskenteleville. Tilaisuuteen osallistui 70 ihmistä, joista valtaosa oli ikäihmisiä omaisineen, ystävineen ja saattajineen ja IkäArvokas -hankkeen yhteistyökumppaneita sekä eri projektien työntekijöitä.

Tervetulosanat lausui IkäArvokas -hankkeen vastuhenkilö diakonityöntekijä Maija-Liisa Ristola-Niskala, jonka jälkeen Kirkkokadun päiväkerhon lapset lauloivat kolme keväistä leikkilaulua johtajanaan lastenohjaaja Anne Paasi. Puheenvuoron aiheesta Arvokas vanhuus piti Salon vanhuspalveluiden päällikkö Hannele Lyytinen. IkäArvokas -hankkeen puolivälin kuulumista kertoi projektityöntekijä Mervi Kanniainen.

Sen jälkeen nautimme yhdessä kahveista ja seurustelimme toistemme seurassa. Kahvin jälkeen saimme seurata Harmaa Kruununi -hankkeen teatteriesitystä ”Hiljaa ei huudeta”, joka tavoitti intensiivisesti katsojien mielenkiinnon ja oli voimakas vanhuutta käsittelevä elämys sekä näyttelijöin että nukketeatterin keinoin toteutettuna.

Teatteriesityksen jälkeen oli lyhyt palautekeskustelu näytelmästä ja esiintyjät saivat suuren kiitoksen esityksestä. Päätökseksi johtava diakoniatyöntekijä pastori Anne Sippola



piti meille kauniin ja koskettavan loppuhartauden. Salon IkäArvokas -hankkeen väliseminaarin osallistujat lähtivät tilaisuudesta tyytyväisinä ja hyvällä mielellä.



Varkauden väliseminaari 21.4.2015, loppulaulun aika

### Selvitykset ja kartoitukset

Alkukartoituksen työstäminen on käynnistynyt diakoniatyöntekijöille tehdyllä kyselyllä. Etsivän vanhustyön kautta löydetyistä ikäihmisistä on haastateltu kolmekymmentä henkilöä, viisi ikäihmistä jokaisen pilottiseurakunnan alueelta. Toimintaympäristön kartoitusraportti valmistuu kesäkuun 2015 aikana. Toimintaympäristön kartoituksessa ja hankkeen kohderyhmälle tehdystä kyselystä saatuja tuloksia ja tietoa hyödynnetään kehittämistyössä ja toiminnan suunnittelussa ja toteutuksessa sekä vertaistoiminnan koulutuspaketin tekemisessä.

### Tiedottaminen

Tiedottaminen IkäArvokas –hankkeessa tapahtuu viestintäsuunnitelman mukaan. Huomioitthän, että IkäArvokas – hankkeen nettisivujen osoite on muuttunut. uusi osoite on [www.tyynela.fi/ika-arvokas](http://www.tyynela.fi/ika-arvokas) Näille sivuille pyrimme päivittämään viikoittain tietoja hankkeen tapahtumista ja toiminnoista. Laitamme hankkeen sivuille myös mielenkiintoisia linkkejä etsivästä ja osallistavasta vanhustyöstä ja materiaaleista, joita olemme käyttäneet hyödyksemme kehittämistyössä. Näitä kannattaa käydä ehdottomasti lueskelemissa.

## Ajankohtaista ja tulevia tapahtumia

”**KUULE MUA**” – päivä lapsiperheille ja vanhuksille perjantaina 22.5 Kirkonmäellä Mikkelissä. Päivä liittyi valtakunnalliseen Kuule köyhää – viikkoon ja paikalla oli noin 70 ikäihmistä.

**Senioritreffit** Mikkelipuistossa 26.8 keskiviikkona klo. 13.30 alkaen.

**Palvelupäivät** hankepaikkakunnilla etsivän työn kautta tulleille ikäihmisille

**Korttelikerhot**, matalan kynnyksen periaatteella;

Anttolan kyytikerho kokoontuu joka toinen torstai klo. 13–15 Seurakuntatalolla Mikkelintie 31. Kerho alkaa kesätauon jälkeen 17.9. (aika ja paikka voivat muuttua syksyllä, asiasta ilmoitetaan ajoissa).

Arvon kellari on kohtauspaikka yli 65-vuotiaille, jotka kaipaavat juttuseuraa ja yhdessäoloa, toimii Salossa maanantaisin klo 10–12 Ollikkalan koululla, Hämeenojankatu 9. Kokoontumiset alkavat kesätauon jälkeen 24.8.2015. Sisään pääsee vasemmanpuoleisesta päätyovesta. Seuran lisäksi on tarjolla kahvia ja teetä.

Eteläkylien korttelikerho Haukivuorella aloitti toimintansa helmikuussa 2015. Se kokoontuu kerran kuukaudessa Moilalan erämajalla ja siellä syödään lounas. Syksyllä aloitetaan 22.9.

Haapakosken kylätalokerho Pieksämäellä aloitti toimintansa vuoden 2015 alussa ja on kokoontunut kerran kuussa neljä tuntia kerrallaan. Kerhossa syödään lounas. Toiminta jatkuu syyskuun 8.päivä.

Katteluksenkatu 5B kerhohuoneessa Turun Varissuolla kokoontuu Kortteliklubi torstaisin klo 13–15. Kerho jatkuu kesätauon jälkeen torstaina 3.9.2015 klo 13 -15.

Kappelinmäen korttelikerho Mikkelissä kokoontuu 28.5. lähtien Porrassalmenkatu 45 kerhotilassa joka toinen viikko. Heinäkuussa vertaisohjaaja pitää kesätauon.

Kontiopuiston korttelikerho kokoontuu tiistaisin klo. 13 alkaen Pieksämäellä. Paikaksi vaihtuu syksyllä Kontiopuiston seurakuntakoti.

Kyllikinkadun korttelikerhossa tavataan parillisen viikon maanantaina klo. 13 alkaen. Kyllikinkatu 6 kerhohuone Varkaudessa. Toiminta jatkuu syyskuun alussa.

Lehmuskodin korttelikerho Mikkelissä kokoontuu joka toinen viikko, myös kesäaikaan ohjaajien tilanteen mukaan.

Paltasen kylätalokerho kokoontuu kerran kuukaudessa tiistaisin klo. 10–14 Paltasen pysäkki, Syrjätie 2 Pieksämäki. Kerhossa syödään lounas ja toiminta alkavat 1.9.

Pulinakerho kokoontuu Pöytyän Riihikosken kirjastolla kuukauden 2. perjantai klo 10-12. Kesätaukoa ei ole toistaiseksi sovittu.

Petkeltien Korttelikerho kokoontuu Turun Hannunniitussa joka torstai klo 13–15. Petkeltie 5 A kellarikerroksen kerhotiloissa.

Rantakylän korttelikerho Mikkelissä aloitti toimintansa joulukuussa 2014 olohuonekerhotyyppisellä toiminnalla. Kerho kokoontuu joka kolmas viikko vuorotellen eri ikäihmistien kodeissa.

Rinnekartanon korttelikerho Haukivuoren keskustassa kokoontuu kerran kuukaudessa, syksyllä aloitetaan 23.9.

Suomenniemen Avoimet ovet – kerho aloitti tammikuussa ja se kokoontuu kuukauden viimeinen keskiviikkona myös syksyllä. Paikkana on edelleen seurakuntatalo.

Suosaaren korttelikerho Mikkelissä aloitti toiminnan loppuvuodesta 2014, kerholaiset kokoontuvat joka kolmas maanantai vapaana olevassa rivitalo-ohuoneistossa tunnin ajan.

Tallakujan korttelikerho käynnistyi Mikkelissä alkuvuodesta pienessä kerrostalon kerhotilassa ja se on kokoontunut 2-3 viikon välein riippuen vertaisohjaajien tilanteesta. Toiminta jatkuu samantyyppisenä syksyllä.

Vanhemman väen tarinatupa toimii kesällä Tukipilarissa Mikkelissä kahvilaperiaatteella joka keksiviikko. Toiminnasta vastaavat pääasiassa seurakunnan vapaaehtoiset.

### **Uudet korttelikerhot syksyllä 2015**

Pellosniemen korttelikerho Mikkelin Ristiinassa

Työnkulman korttelikerho Mikkelin Haukivuorella

Joutennimen korttelikerho Varkaudessa

Kerhotoiminnan tarkempia aikatauluja kannattaa seurata oman seurakunnan nettisivuilta.

Nyt ovat edessä viimeiset rutistukset työssämme ennen kesäloman alkamista. On aika koota keväästä yhteenveto ja tehdä toimintasuunnitelma syksyksi. Hyvä on käydä läpi myös niitä hetkiä, jotka eivät ole menneet suunnitelmien mukaan ja pohtia sitäkin mitä olisimme voineet tehdä toisin.

Varkauden väliseminaarissa seurakuntapastori Jarkko Piippo päätti esityksensä sanoihin, jotka hän oli nähnyt erään vanhuksen huoneen seinällä.

*”Kohtele minua hyvin,  
sitten, kun en muista enää nimeäni.  
Sitten kun tämä päivä on sekoittunut eiliseen.  
Sitten kun aikuiset lapseni ovat kasvaneet muistossani pieniksi jälleen,  
sitten kun en enää ole tuottava yksilö, kohdelkaa minua silloinkin ihmisenä.  
Välittäkää minusta,  
antakaa rakkautta,  
koskettakaa hellästi.  
Kello hidastaa,  
eräänä päivänä se pysähtyy kokonaan,  
mutta siihen on vielä aikaa.  
Antakaa minulle arvokas vanhuus.”*

Näiden sanojen myötä, toivotamme teille Aurinkoisia kesäpäiviä, Anu Silvennoinen, Eija Myllymäki ja Mervi Kanniainen

**[Jos teillä on kysyttävää IkäArvokas – hankkeeseen liittyen, älkää epäröikö ottaa yhteyttä,](#)**

Projektikoordinaattori  
[anu.silvennoinen@kirkkopalvelut.fi](mailto:anu.silvennoinen@kirkkopalvelut.fi) 040 179 7948

Projektityöntekijä (Mikkeli, Pieksämäki ja Varkaus)  
[eija.myllymaki@kirkkopalvelut.fi](mailto:eija.myllymaki@kirkkopalvelut.fi) 040 554 2506

Projektityöntekijä (Salo, Turku ja Pöytyä)  
[mervi.kanniainen@kirkkopalvelut.fi](mailto:mervi.kanniainen@kirkkopalvelut.fi) 040 554 2397