

Marika Mäntyvaara ja Asta Suomi (toim.)

ELINVOIMAA JA VIRTAA KYLIEN  
IKÄÄNTYVILLE VAPAAEHTOIS- JA  
VERTAISRYHMÄTOIMINNASTA

Keski-Suomen Elämän Virtapiiri -projektin  
loppuraportti

Helsinki 2008  
Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto ry

Hyvinvoinnin tukiverkostot julkaisu 5

ISBN 978-951-747-185-5

ISSN 1237-3176

Kannen kuvassa Lanneveden Virtapiiriläiset kranssin teossa,

kuvaaja Marika Mäntyvaara

Kansi Taina Leino, Vitale Oy

Hakapaino Oy, Helsinki

## ARJEN AUTTAMINEN ON TÄRKEÄÄ HYVINVOINNIN EDISTÄMISTYÖTÄ

Yhteiskuntatieteilijät ovat ryhmitelleet yhteiskunnalliset ongelmat kahdentyypiksi eli kesyiksi ja ilkeiksi ongelmiksi. Kesyvät ongelmat ovat helposti määriteltävissä. Niillä on alku ja loppu. Ongelmat voidaan ratkaista ja niiden ratkaisijat voidaan nimetä. Tekniset ongelmat ovat usein luonteeltaan kesyjä, vaikka niiden ratkaiseminen voi olla hyvinkin vaativa tehtävä. Sillan rakentaminen on esimerkki kesystä ongelmasta. Ilkeät ongelmat, joita on kutsuttu myös pirullisiksi ja kinkkisiksi ongelmiksi, ovat luonteeltaan erilaisia. Niitä on vaikea määrittellä. Niillä ei ole alkua ja loppua. Yhtä oikeaa ratkaisua ei ole olemassa. Ratkaisijoita ei voida nimetä. Ongelmat ovat erilaisten oireiden, syiden ja seurausten kimppuja. Jonkin ongelman ratkaisusta tai ratkaisuyrityksestä voi seurata uusia ongelmia. Monet sosiaaliset ongelmat kuten syrjäytyneisyys, köyhyys, yksinäisyys sekä päihteiden käyttöön ja vammaisuuteen liittyvät ongelmat ovat luonteeltaan ilkeitä. Ilkeä ongelma ei välttämättä ole ongelma sanan siinä merkityksessä, että se pitää ja se voidaan ratkaista. Kyse on usein asiakokonaisuudesta tai ilmiöstä, johon tulee kiinnittää huomiota ja joka vaatii toimenpiteitä.

Koska kesyät ja ilkeät ongelmat ovat luonteeltaan erilaisia, ovat myös ongelmien ratkaisemiseen tähtäävät toimintamallit erilaisia. Kesyjien ongelmien ratkaisemiseen voidaan käyttää ennakkoon kehitettyjä ja testattuja menetelmiä. Menetelmien käyttö ei ole sidottu tapaukseen ja tilanteeseen. Menetelmät ovat siirrettävissä kohteesta toiseen. Sillan rakentamiseen kehitettyä menetelmää on mahdollista hyödyntää uutta siltaa rakennettaessa. Ilkeisiin ongelmiin ulkoa tuodut ratkaisumenetelmät soveltuvat huonommin. Ongelmat ovat ainutkertaisia ja kytkeytyvät sillä tavoin tilanteeseen, että valmiit ratkaisumallit eivät niissä toimi. Sen sijaan ongelmien luonteen ymmärtämisessä tarvitaan ulkopuolista ja yleisesti päteväksi todettua tietoa. Tarvitaan asiantuntijatiedon ja arkitiedon yhdistämistä.

Kansalaisten hyvinvoinnin turvaamisessa tarvitaan sekä kesyjien ongelmien ratkaisemiseen soveltuvaa prosessiajattelua että ilkeiden ongelmien piirittämiseen tähtääviä sekä monien tahojen yhteistyöhön ja osallistumiseen perustuvia toimintatapoja.

Hyvinvointiyhteiskunnan kehitystyö on viime aikoina perustunut paljolti kesyjien ongelmien ratkaisemiseen sopivien menetelmien etsimiseen. On vaadittu palvelurakenteiden uudistamista ja tehokkaiden palveluprosessien kehittämistä. Tällaista kehitystyötä tarvitaan, mutta sen rinnalla tarvitaan entistä enemmän kehitystyötä, jossa kohderyhmänä ovat kansalaiset, joiden elämäntilanteessa näkyy ilkeiden ongelmien tunnusmerkkejä. Tämän työn, joka tapahtuu lähellä ihmisten arkea ja jota tehdään yhdessä ihmisten kanssa, tulokset eivät ole helposti ja yleisesti nähtävissä. Tuloksia ei voida esittää määrällisten mittareiden avulla. Ihmisten arjen helpottuminen ei ole muutettavissa tehokkuusluvuiksi tai rahallisiksi säästöiksi. Silti työn yhteiskunnallinen merkitys voi olla suurempi kuin jonkin uuden laitteen kehittäminen erilliseen hoitoprosessiin.

Keski-Suomen sosiaaliturvayhdistyksen Elvi-projekti on esimerkki kehittämistyöstä, jossa on käyty ilkeiden ongelmien kimppuun. Siinä on käytetty ja kehitetty menetelmiä, joilla voidaan auttaa maaseudun haja-asutusalueilla asuvia ikääntyviä ihmisiä. Keskeinen kysymys on ollut, miten vanhenevien ihmisten ja heidän lähiympäristönsä voimavarojen avulla voidaan helpottaa ihmisten arjen sujumista ja ehkäistä ongelmien syntyä tai pahenemista.

Työ on kohdistunut hyvin tärkeään tehtävään, jossa yhdistyy kaksi suurta yhteiskunnan kehityssuuntaa. Vanhusväestön määrän kasvun merkityksestä käydään runsaasti keskustelua. Maaseudulla tähän kysymykseen liittyy toinen huolestuttava kehityspiirre eli muuttoliikkeen aiheuttama elinvoimaisten kylien ja asumisyhteisöjen heikkeneminen. Näiden ongelmallisten kehityssuuntien rinnalla maaseudun yhteisöissä on paljon voimavaroja. Maaseudun perinteisiin kuuluu, että oman kylän väestä pidetään huolta. Tuttavuussuhteet ja ihmisten elinolojen tuntemus auttavat ongelmien ymmärtämisessä ja auttamistoimien kohdistamisessa. Auttamiskynnys on maaseudulla usein matalampi kuin kaupunkimaisilla asuinalueilla.

Maaseutusosiaalityön keskeinen kysymys onkin se, miten yhteisöllisiä voimavaroja voidaan hyödyntää. Ulkopuolelta tuodut menetelmät ja ohjeet eivät toimi. Kannettu vesi ei kaivossa pysy. Ulkopuolinen apu on kuitenkin tarpeellista. Myös julkisten palvelujärjestelmien on oltava kunnossa. Kun julkinen palvelujärjestelmä ja yhteisölliset tukimuodot toimivat yhdessä, voidaan paremmin havaita kehittämiskohteita ja oppia uudenlaisia toimintatapoja.

Ulkopuolisen avun ja yhteisöllisten voimavarojen yhdistämistyötä on Elvi-projektissa tehty vapaaehtoistoiminnalla ja vertaistuki-menetelmien avulla. Tässä raportissa kuvataan tarkemmin työmenetelmiä ja kerrotaan käytännön esimerkkejä. Projektilla on ollut kaksi päätavoitetta. Yhtäältä on kehitetty ja testattu sellaisia vertaistuen menetelmiä, jotka soveltuvat maaseutumaisiin yhteisöihin ja joilla autetaan yhteisöissä asuvia avun tarpeessa olevia ihmisiä. Toisaalta hankkeessa on tehty käytännön auttamistyötä, jolla on ollut välittö-

miä myönteisiä vaikutuksia toiminnassa mukana olevien ihmisten arjen sujumiseen.

Näiden tavoitteiden lisäksi projektilla voi nähdä olevan laajempia hyvinvointipoliittisia yhteyksiä. Projektissa on tullut konkreettisella tavalla esille se, mikä merkitys on kansalaisten omaehtoiseen toimintaan perustuvalla kansalaistoiminnalla julkisen palvelujärjestelmän tukena ja täydennyksenä. Tällaisen toiminnan merkitys tulee jatkossa entisestään kasvamaan, kun julkisia palvelujärjestelmiä muutetaan kunta- ja palvelurakenneuudistuksen yhteydessä. Samalla on tullut osoitetuksi, että järjestöpohjaisia kehittämistrakenteita kannattaa vahvistaa, koska järjestöt pystyvät julkista sektoria paremmin organisoimaan ja aktivoimaan kunta- ja hallintorajat ylittävää kansalaistoimintaa.

Keski-Suomen Sosiaaliturvayhdistyksen muissakin hankkeissa kuten kansalaisten tietoyhteiskuntahankkeessa ja vapaaehtoistoiminnan kehittämishankkeessa on käytetty ja kehitetty vertaistuen menetelmiä. Tällä tavoin on saatu kokemuksia ja kartutettu menetelmän käyttöön liittyvää osaamista. Samalla on nähty, kuinka merkittäviä hyvinvointityön voimavaroja sisältyy kansalaisten omaehtoiseen toimintaan.

Tällä julkaisulla halutaan saattaa näkyväksi Elvi-projektin työn tuloksia ja kuvata projektissa käytettyjä työmenetelmiä. Vaikka menetelmiä ei voidakaan sellaisenaan siirtää yhdestä toimintaympäristöstä toiseen, tietoa jakamalla voidaan lisätä ymmärrystä ja vauhdittaa menetelmien käyttöön sisältyvää oppimista. Julkaisulla halutaan edistää sitä, että Elvi-projektissa sovelletut työmuodot saisivat entistä suuremman merkityksen kansalaisten hyvinvoinnin edistämiseksi tehtävässä työssä.

Keski-Suomen Sosiaaliturvayhdistyksen puheenjohtajana kiitän Elvi-hankkeen vetäjiä ja hankkeessa mukana olleita henkilöitä merkittävästä työpäpanoksesta ja hyvin tehdystä työstä kansalaisten hyvinvoinnin edistämiseksi. Elvi-hankkeessa tehty työ on ollut myös sillä tavoin merkittävää, että se on luonut hyvän pohjan samalle perustalle rakentuvalla uudella kehittämishankkeelle.

*Sakari Möttönen*

*Keski-Suomen Sosiaaliturvayhdistyksen puheenjohtaja*

# SISÄLTÖ

ARJEN AUTTAMINEN ON TÄRKEÄÄ HYVINVOINNIN EDISTÄMISTYÖTÄ	3
1. JOHDANTO	9
2. ELVI-TOIMINNAN TAUSTAIDEOLOGIAA	11
2.1. Empowerment ja vapaaehtoistoiminta	11
2.2. Yhteisöllisyys voimavarana	12
2.3. Senioreiden ja ikääntyvien yhteisöllisyys	14
2.4. Yhteisöllisyys maaseudulla	15
2.5. Yhteisöllinen vanhustyö, mitä voi olla	16
2.6. Osallisuus voimavarana	17
2.7. Toimintakyky, elämäntilanne ja hyvä elämä	19
3. ELVI-PROJEKTIN ETENEMINEN	23
3.1. Toimintaympäristö tutuksi	23
3.2. Projektin ajallinen eteneminen	23
3.3. Tiedottaminen	25
3.4. Tilat	26
4. VIRTAPIIRI-TOIMINTA KÄYTÄNNÖSSÄ	28
4.1. Virtapiiriryhmät	28
5. ELVI-PROJEKTIN VAPAAEHTOISTOIMINTA	37
5.1. Minustako vapaaehtoinen?	38
5.2. Vapaaehtoisten kouluttaminen ja valmentaminen	39
5.3. Useita polkuja vapaaehtoisuuteen	44
6. YHTEISTYÖVERKOSTOT	51
6.1. Vierailijat rikastuttamassa ryhmien toimintaa	51
6.2. Oppilaitosyhteistyö	52
6.3. Moniammatilliset tukiryhmät	53
6.4. Tukiryhmän muodostuminen	53
7. ELVI-TOIMINTAMALLI	55
7.1. ELVI-malli ja juurtumisen ehdot	58
7.2. Toiminnan vahvistaminen ja jatkuvuuden muodostaminen	61
7.3. Yhteistyöstä vahvistusta toimintaan	61
7.4. Toimintamallin siirtämisen edellytykset	62

8. POHDINTA	65
8.1. Yhteisöllisyys ja osallisuus ovat kotona asumisen tukemista	65
8.2. Kyläilykulttuuri osana yhteisöllisyyttä	66
8.3. Arkea tukevat sosiaaliset verkostot ja yksinäisyyden ennaltaehkäisy	67
8.4. Yksinäisyyden ehkäisy	68
8.5. Yleistä pohdintaa projektista	69
LÄHTEET	71
LIITTEET	74
Liite 1: Virtapiiri-ryhmän lomake	74
Liite 2: Ryhmätoimintasuunnitelma -lomake	75
Liite 3: Esimerkki ELVI-projektin vapaaehtoisten koulutuspäivän ohjelmarungosta	77
Liite 4: Esimerkki vapaaehtoisten koulutuksen palautelomakkeesta	78
Liite 5: Esimerkki kohdealueen jokaiseen kotitalouteen lähetetystä kutsusta	79
Liite 6: Esimerkki kyläkyselystä	80
Liite 7: Ryhmätoiminnan palautelomake 2006	81
Liite 8: Ryhmien palautelomake 2007	85

# 1 JOHDANTO

Elvi-projekti (Keski-Suomen Elämän Virtapiiri) oli maakunnallinen kehittämisprojekti, jonka rahoittajana toimi Raha-automaattiyhdistys. Projekti toimi v. 2005–2007 ja sen hallinnoinnista vastasi Keski-Suomen Sosiaaliturvayhdistys ry. Elvi-projekti laajensi ja sovelsi 4 H-yhdistyksen Jyvässeudulla hallinnoiman Elämän virtapiiri -pilottiprojektin (v. 2002–2004) toimintamallia Keski-Suomessa. Toimintamallissa seniori-ikäisille sekä ikääntyneille kohdennettu voimavaraistava ja aktivoiva ryhmätoiminta ja vertaistuki vietiin haja-asutusalueelle, kylille ja kyläkeskuksille.

Ikäihmisten hoitoa ja palvelua koskevat laatusuositukset, Sosiaalialan kehittämisprojekti, Terveys 2015 -kansanterveysohjelma ja Valtioneuvoston kanslian tulevaisuusselonteko ovat kaikki ohjelmia, joiden kantavana ajatuksena on ikääntyvien ihmisten kotona asumisen tukeminen. Elvi-projekti pyrki omalta osaltaan löytämään tapoja voimavaraistavan sekä kotona asumista tukevan toiminnan kehittämiseen maaseudulle.

Elvi-projektin päämääränä oli kotona asuvien ikääntyvien arjen ja toimintakyvyn tukeminen haja-asutusalueilla vapaaehtois- ja vertaisryhmätoiminnan avulla. Tavoitteena oli luoda kevytrakenteinen ja verkottunut palvelumalli ennaltaehkäisevään ja voimavaraistavaan seniori- ja vanhustyöhön. Lähtökohtana olivat maaseudun ja erityisesti kylien omat voimavarat ja verkostot.

Tavoitteena oli ikääntyvien

- 1) osallisuusmahdollisuuksien laajentaminen arjessa
- 2) arjessa tukevien verkostojen lisääminen
- 3) yksinäisyyden vähentäminen.

Keinoina tavoitteiden saavuttamiselle olivat ryhmätoiminta, vertaistuki, vapaaehtoisten kouluttaminen, verkottuminen alueellisten ja paikallisten toimijoiden kanssa sekä ikääntyvien paikallisten erityistarpeiden esiintuominen.

Maakunnallinen projekti suuntasi toimintaansa pohjoiseen ja eteläiseen Keski-Suomeen. Pohjoisessa Keski-Suomessa mukana olivat Saarijärvi, Kivijärvi, Karstula, Kannonkoski ja Kyyjärvi. Eteläisestä Keski-Suomesta toimintaan osallistui Korpilahti. Kylillä käynnistetyt Virtapiiri-ryhmät tavoitti-

vat myös naapurikuntien ja -kylien ikääntyviä sekä vapaaehtoisuudesta kiinnostuneita henkilöitä.

Paikallisten ja alueellisten toimijoiden, projektityöntekijöiden, ryhmäläisten ja vapaaehtoisten kanssa rakennettiin voimavarakeskeistä, yksinäisyyttä ja syrjäytymistä ehkäisevää itseohjautuvaa ryhmätoimintaa. Toimintaa käynnistettiin 10 kylällä, ja se tavoitti yli 200 osallistujaa. Mukana projektissa oli 40 vapaaehtoista vastuuhenkilöä, joille tarjottiin koulutusta, tukea ja ohjausta.

Tämän julkaisun tavoitteena on esitellä Elvi-projektin keskeisimmät tulokset sekä esitellä toimintatutkimuksellista tietoa haja-asutusalueiden ikääntyville suunnatusta ryhmätoiminnasta sekä ikääntyvien (seniוריikäiset ja sitä vanhemmat) arjen kokemuksista maaseudulla. Julkaisun tarkoituksena on esittää toimintamallivaihtoehto, jolla edistetään kylille ja syrjäseudulle suunnatun ennaltaehkäisevän seniורי- ja vanhustyön kehittämistä osana kuntien monipuolista toimintaa. Julkaisussa on kuvattu pohdinnan lisäksi projektin etenemistä sekä haasteita. Toivomme, että nämä kokemukset innoittavat lukijaa muodostamaan uudenlaisia näkemyksiä kylille suunnatusta toiminnasta. Julkaisussa kuvatut tiedot, kuten taulukot ja muut yksilöivät asiat, on merkitty suuntaa-antavasti. Suorat lainaukset on ilmaistu siten, ettei niissä ole tunnistettavissa olevaa tietoa. Raportti sisältää projektin sisältökuvauksen lisäksi ne teoreettiset periaatteet ja lähtökohdat, joiden varassa ennaltaehkäisevä ryhmätoiminta rakennettiin. Julkaisussa on käytetty sosionomiopiskelija Kaija Tammen joulukuussa 2006 tekemää opinnäytetyötä *”Haja-asutusalueilla asuvien ikääntyvien sosiaalinen pääoma. Elvi-hankkeen pilottiryhmien alkukartoitus”*.

## Mielenmaisemia Keski-Suomesta

”Täällä olen kokenut elämän nuorena miniänä ja maalaistalon emäntänä sekä vanhenevana anoppina. Täällä syntyivät poikamme ja täällä syntyivät pojan lapset. Kylä kotipaikkana on ollut hyvä. Täällä on ollut hyvä tehdä työtä sekä harrastaa. Ihmiset kylällä ovat olleet ystävällisiä ja auttavaisia. Kylänhenki on ollut yhteen hiileen puhaltamista ja nyt kun elämä on tuonut mustia pilviä taivaallemme, tunnen että kylällä ystävien tuki kantaa elämässä eteenpäin. Toivon myös, että niin kauan kun elonpäiviä on, saan elää ja asua kylälläni.” *(Kirjoittaja asunut kylällä yli 40 vuotta.)*

”Ennen sotia syntyneenä lapsuus meni pula-aika tunnelmissa. Sisarusparven ainoana poikana kotitalalle jäänti tuntui selvältä. Itselläni olisi ollut muitakin suunnitelmia, mutta vanhetessa lähtö tuntui vaikeammalta. Nyt kun on jo vanha, ajankulua ei meinaa todeksi uskoa, mutta kun lastenlapset touhuaa, niin täytyy se uskoa. Niin että hyvinhän se elämä

täällä kylällä on mennyt. Hyvä asua kylällä - olen ikäni asunut täällä. Vanhemmille ihmisille pitäisi saada jatkumaan jotain toimintaa." *(Kirjoittaja asunut koko elämänsä samalla kylällä.)*

"...Koulusivistystä täältä on nuoret lähteneet hakemaan jo silloin, kun ei ollut lukiota, vaan oli mentävä naapurikuntaan. Oman pitäjän saatua lukion yhä useammat nuoret siirtyivät sinne opiskelemaan. Kylän nuoria onkin opiskellut yliopistoissa monen alan virkamiehiksi. Nuorten opiskelun myötä ja ajan kehityksen jyräämänä kylä on hiljentynyt ja asukkaat vähentyneet huomattavasti. Nuoret ovat muuttaneet työn perässä liikekeskuksiin. Kaikki palvelut on viety, koulut, kaupat ja postit. Linja-autoja ei kulje paitsi pikavuoro ja koululaiskyyti. Kaikki lapset viedään kirkonkylän kouluihin. Maatalous on supistunut vain muutama tilaan. Karjakoko niissä on huomattavasti suurempi, että kylällä meillä maito ainakin vielä riittää. Eläkeikäisiä ihmisiä kylällä on paljon. Yhden ja kahden hengen talouksia koko asukasmäärästä on ehkä puolet. Yritystä ja toimintaa kylällä on kuitenkin vielä...

...

Tätä kylää yritetään pitää elävänä ja viihtyisenä kotikylänä eteenkinpäin. Täällä eletään ja harrastetaan niillä eväillä ja voimavaroilla, mitä vähenevä ja vanheneva väestö pystyy. Kaksi vuotta toiminut virtapiiri on ollut piristysruiske eläkeikäisten elämänrytmiin. Kirkonkylän harrastuksiin on täältä vaikea päästä huonojen kulkuyhteyksien vuoksi. Virtapiiri antaa mahdollisuuden tavata toisia kyläläisiä ja harrastaa monenlaista toimintaa yhdessä. Kylämme on hyvä ja kaunis paikka asua, kunhan yhteiskunta antaisi enemmän tukea tänne maaseudulle". *(Virtapiiriryhmäläinen)*

## 2 ELVI-TOIMINNAN TAUSTAIDEOLOGIAA

Projektimainen kehittämistyö haastaa sekä projektin johtamisosaamisen että projektin kohdetta, substanssia koskevan osaamisen. Projektityöntekijöillä on aina omia alkuoletuksia, jotka vaikuttavat projektin kulkuun, valittaviin konkreettisiin työtappoihin. Elvi-projektissa haluttiin yhdistää käytännön kehittämistyö sekä kehittämiskohteen tutkiminen yhdeksi kokonaisuudeksi. Tässä luvussa esitellään projektin taustaideologiaa, joka vaikutti projektin käytännön ratkaisuihin ja lopputulokseen.

Elvi-projektin taustalta on löydettävissä sosiaaligerontologian ja gerontologisen sosiaalipalvelutyön periaatteita. Projekti on saanut vaikutteita myös maaseutusosiaalityöstä. Projektissa haluttiin tarkastella, miten voimavaralähtöinen asiakastyö sekä empowerment toteutuvat ikääntyvien sekä senioreiden ryhmätoiminnassa. Erityisenä tarkastelun kohteena oli maaseutu elinympäristönä sekä vapaaehtoistoiminta osana ennaltaehkäisevää seniori- ja vanhustyötä.

### 2.1 Empowerment ja vapaaehtoistoiminta

*”Kyllä vanhoistakin vielä virtaa löytyy!”*

Voimaantumisen, valtaistamisen (empowerment) ymmärretään sekä subjektiiviseksi voimaantumiseksi että yhteiskunnalliseksi osallisuudeksi (esim. Siitonen 2001; Kuronen 2004). Sosiaalityössä usein käytetään englanninkielistä käsitettä empowerment, jota on pyritty soveltamaan hyvin laajalaisesti yksilötasolla, yksilöiden välillä, yhteisöissä, organisaatioissa ja yhteiskunnallisella tasolla (Kuronen 2004, 279). Empowerment voidaan ymmärtää yhteiskunnalliseksi, rakenteiden ja lähiyhteisöjen muutosta käynnistäväksi ja eteenpäin vieväksi toimintamalliksi. Työntekijää ohjaavat kriittisyys ja kehittämishakuisuus. Työorientaatio on myös poliittista. (Esim. Pease & Fook 1999). Osallisuuskäsite sopii tässä yhteydessä kuvaamaan empowerment-käsitettä. Seppäsen (2001, 64, 95) mukaan osallisuudella tarkoitetaan osallisuutta johonkin yhteiskunnassa tärkeään asiaan. Se voi

olla esimerkiksi työ, toimeentulo, ihmissuhdeverkostot tai oma lähialue ja sen asioihin vaikuttaminen. Osattomuus taas voidaan rinnastaa syrjäytymiseksi näistä keskeisistä asioista. Ikääntyvien oikeuksien puolustaminen, toimeentulon varmistaminen, asianajo, verkostojen rakentaminen ovat esimerkkejä vanhussosiaalityöstä. (Tenkanen 2007, 183.)

Empowerment voidaan myös ymmärtää muutokseen tähtääväksi asiakkaan ja työntekijän vuorovaikutukseksi ja yhteistoiminnaksi. Voimavaroihin, onnistumiseen ja osaamisen vahvistamiseen keskittyvä työote asiakastyössä liitetään perinteisimmin lyhytterapioista sovellettuihin työtapoihin, esimerkiksi ratkaisu- ja voimavarakeskeisyyteen. Eniten sovelluksia löytyy lasten ja perheitten kanssa tehtävästä työstä, nyt jo myös seniori- ja vanhustyöstä (ks. esimerkiksi Marin & Hakonen 2003). Voimavaroihin keskittyneet työtavat ovat saaneet vaikutteita myös luovista työmenetelmistä sekä voimaantumista ja valtautumista koskevasta sosiaalityön tutkimuksesta. Yksilötasolla tapahtuvaa voimaantumista on myös paljon kritisoitu: eniten kritiikkiä on kohdistettu siihen, että voimavaroihin keskittyminen tekee asiakkaan arjesta kiiltokuvamaisen, epätodellisen, kun ongelmista ja vaikkapa sairauksista ei tarvitse puhua. Empowerment voidaan myös ymmärtää sekä asiakkaan että työntekijän omana voimaantumisprosessina.

## 2.2 Yhteisöllisyys voimavarana

*”Täällä näkee kyläläisiä, kun muuten ei enää näe”*

Elvi-projektissa haluttiin löytää tapoja, joilla senioreihin kohdistuva ennaltaehkäisevä työ juurtuu osaksi paikallisyhteisöjä, kyläyhteisöjä. Yhteisöllisyys viittaa sosiaalisen vuorovaikutuksen ominaisuuteen, tapaan tai toimintaperiaatteeseen (Lehtonen 1990, 25). Siihen voidaan liittää kolme ulottuvuutta, joita ovat sosiaaliset verkostot, alueelliset sosiaaliset sidokset ja yhteisiin intresseihin perustuva yhteisöllisyys. Sosiaaliseen vuorovaikutukseen perustuvia yhteisöjä ovat esimerkiksi perhe, suku ja ystävät. Naapurusto, kortteli, lähiö, kylä tai kunta voivat synnyttää alueellista yhteisöllisyyttä. Tyypillisiä intressiyhteisöjä ovat opiskelija- ja ammattijärjestöt, joiden yhteisöllisyys ei välttämättä perustu sosiaalisiin verkostoihin tai paikkaan. Niille ominaista on perustuminen sopimukseen tai vapaaehtoisuuteen. Jotta yhteisöllisyyttä voisi syntyä, tarvitaan yhteisiä kokemuksia, mehenkeä, yhteisiä arvoja, avointa vuorovaikutusta, luottamusta, vastavuoroisuutta sekä oman tiedon ja osaamisen jakamista. (Tapaninen ym. 2002, 73, 195.)

On havaittu, että yksilön hyvinvointi on monilla elämänalueilla sidoksissa johonkin yhteisöön (Tapaninen ym. 2002, 73). Yksilöt haluavat yhteisöltään tukea ja apua erilaisissa vaikeuksissa ja silloin yhteisö voi tarjota siihen kuuluville jäsenilleen sosiaalisten siteiden turvaverkon. Toisaalta yhteisö myös säätelee yksittäisen jäsenensä elämää sosiaalisen kontrollin avulla. Yksilöllä on mahdollisuus muuttaa yhteisöä, mutta useimmiten kuitenkin yhteisön säännöt muovaavat yksilöä. (Holmila 2001, 92, 17.) Holmilan (2001, 13) mukaan yhteisöt ovat usein sisäkkäisiä ja limittäisiä, sillä ihmiset kuuluvat samaan aikaan moniin eri yhteisöihin.

Kylät ovat paikallisyhteisöjä. Seppäsen (2001) mukaan "paikallisyhteisyydellä tarkoitetaan tiettyyn paikkaan sijoittuvaa yhteisöllisyyttä, joka ilmenee sosiaalisena vuorovaikutuksena ja toiminnallisena yhteisyytenä tai symbolisena yhteisyytenä, yhteenkuuluvuuden tunteina". Molemmat yhteisöllisyyden osa-alueet tukevat ja vahvistavat toisiaan. Toiminta muokkaa yhteisöön kuuluvien jäsenten ryhmäidentiteettiä ja johtaa usein myös symboliseen yhteisöllisyyteen. Parhaimmillaan yhteenkuuluvuuden tunteet voivat saada aikaan sosiaalista vuorovaikutusta ja yhteistä toimintaa. (Seppänen 2001, 61, 53.)

Paikallisyhteisöllisyyden kautta yksilö voi kokea sekä vertikaalista että horisontaalista jatkuvuutta. Vertikaalinen jatkuvuus tarkoittaa jatkuvuutta yli fyysisen eliniän. Se saavutetaan joko omien jälkeläisten kautta tai siten, että joku muu henkilö kuljettaa eteenpäin opetuksia, nimeä tai muistoa. Horisontaalinen jatkuvuus puolestaan syntyy tunteesta, että ihminen on osa jotain itseään suurempaa. Tämä synnyttää tyydytystä ja turvallisuuden tunnetta, joka on jokaiselle ihmiselle hyvin merkittävä asia. (Holmila 2001, 136–138.)

Yhteisöt ovat muutoksessa. Esimerkiksi Saarnio (2001) ja Jokinen (2002) toteavat, että vaikka perheen, suvun ja ystävien muodostamat ihmissuhteet säilyvätkin edelleen tiiviinä, on perinteinen yhteisöidentiteetti silti murenemassa ja paineet ihmisen yksilöitymiseen ovat suuret. Esimerkiksi suurperhe, kyläyhteisö ja kirkko eivät ole enää yhtä merkityksellisiä yhteisöjä kuin aikaisemmin, mutta tilalle on tullut uusia yhteisöjä kuten pienperhe, ammattiliitot ja kansallisvaltiot. Myös harrasteryhmät, opintopiirit, asukastoiminta ja erilaiset joukkotapahtumat ovat nykyajan yhteisöjä. Yhteisöllisyyttä leimaa valinnanvapaus, eivätkä uudet yhteisöt ole yhtä sitovia kuin perinteiset yhteisöt. (Saarnio 2001, 49; Jokinen 2002, 62–64.) Yksilöllistymisen lisäksi myös maailmanlaajuiset verkostot ovat nykypäivää. Jokinen (2002, 63–64) toteaa, että kansainvälisten verkkojen ja yksilön oman kokemusmaailman välille voi syntyä ristiriitoja, jolloin syntyy halu panostaa entistä enemmän omiin juuriin, lapsuuden maisemiin tai sukujuhliin.

## 2.3 Senioreiden ja ikääntyvien yhteisöllisyys

*”Meidän jokaisen panos on tärkeä!”*

Seniори-ian tai kolmannen ian katsotaan alkavan eläkkeelle jäämisestä ja jatkuvan noin 75–80 ikävuoteen (Koskinen 2004, 32). Tämän ajan seniorit ovat usein aktiivisia ja virkeitä kansalaisia, jotka opiskelevat, matkustelevat, harrastavat ja ovat yhteiskunnallisesti aktiivisia. Työhön käytetyn ajan väheneminen antaa monille mahdollisuuden myös lisätä harrastus-, järjestö- ja muuta kansalaistoimintaa sekä vahvistaa muita itselle tärkeitä verkostoja. (Kautto 2004, 16.) Koskisen (2004, 70) mukaan senioreiden ajankäyttöä ja elämäntyyliä kuvaavat vapaa-aika, itsensä toteuttaminen ja lastenlapsista nauttiminen.

Nykyajan seniorit ja ikääntyneet ovat aktiivisia. Entäpä tulevaisuudessa? Sonkin, Petäkoski-Hult, Rönkä ja Södergård (1999) visioivat 2030-luvun senioreiden ylläpitävän yhä suuremmassa määrin samaa elämäntyyliä kuin nuorempina. Jotkut harrastukset yhdistävät useampia sukupolvia, toisaalta taas syntyy senioreiden omia kerhoja. Sonkinin ja muiden mukaan suvun ja lähipiirin yhteisöllisyydellä on suuri merkitys, mutta sen rinnalle nousevat myös elämäntapa- ja virtuaaliverkostot. Paikallisyhteisöllisyyden lisäksi myös yhteisöllisyys, joka ei perustu kasvokkaiseen vuorovaikutukseen, lisääntyy. (Sonkin ym. 1999, 33.)

Onko nykyajan ikääntyvien yhteisöllisyydessä jotain erityistä? Marinin (2003, 78) mukaan ikääntyvien yhteisöllisyys keskittyy paikallisyhteisöihin. Perheen lisäksi ystävyysuhteet ja naapurit merkitsevät heille paljon. Myös Seppäsen (2001) tutkimuksesta ilmeni, että juuri ikääntyneet ihmiset ovat kaikkein aktiivisimpia naapurustosuhteissaan (Seppänen 2001, 167). Noppari ja Leinonen (2005) toteavat lähiyhteisön voivan tarjota ikääntyneelle turvallisuutta, hallittavuutta, ennustettavuutta ja jatkuvuutta. Ikääntyneen mielenterveyttä tukee, jos hän kokee löytäneensä yhteisössä oman paikkansa, joka mahdollistaa avoimuuden, vuorovaikutuksen ja valinnanmahdollisuuden. Oleellista on mahdollisuus sitoutua sosiaaliseen kulttuuriin ja tuntea ihmisarvoa. (Noppari & Leinonen 2005, 54.)

Ikääntyminen saattaa merkitä muutoksia myös yhteiskunnallisessa asemassa. Vanhemmuus muuttuu isovanhemmudeksi, jäädään pois työelämästä ja usein myös luottamustoimista. Myös harrastukset saattavat vähetä fyysisen kunnon heikkenemisen vuoksi. Toisaalta ikääntyminen voi myös merkitä voimavarojen vapautumista uudelle. (Koskinen, Aalto, Hakonen & Päivärinta 1998, 118.) Tämän vuoksi Nopparin ja Leinosen (2005, 52) mielestä ikääntyneille tulisikin sallia uusia ja mielekkäitä rooleja ja ih-

missuhteita, joissa ikääntynyt voisi toteuttaa itseään tarvitsematta kilpailla paikastaan tai vetäytyä yhteisöstä. Nopparin ja Leinosen (2005) mukaan tämä auttaisi ikääntyneitä hyväksymään iän tuomat roolimutokset ja heikkenevät voimavarat.

Yhteisö voi parhaimmillaan vahvistaa ihmisen identiteettiä. Menneisyyden tarkastelu erityisesti yhdessä toisten saman arvomaailman ja yhteisen menneisyyden jakavien kanssa lisää yhteenkuuluvuutta ja voi saada eletyn elämän näkymään uudessa valossa (Saarenheimo 2003, 52–53.) Riittäväillä ja tyydyttävillä yhteisöllisillä kontakteilla on elämän eheyttämisen lisäksi suuri merkitys myös ikääntyneen ihmisen mielenvireydelle. Heikkisen (1998) tutkimuksesta ilmeni, että ikääntyneiden ihmisten masennusoireet ja depressio liittyvät kiinteästi heidän kokemuksiinsa yhteisöllisyydestä ja ennen kaikkea omien vaikutusmahdollisuuksien kaventumiseen yhteisössä. Heikkinen näkeekin yhteisöllisyyden olevan merkittävä voimavara masennusta vastaan. (Heikkinen 1998, 22.)

## 2.4 Yhteisöllisyys maaseudulla

*”Ryhmässä saan tilaisuuden tavata muita kyläläisiä ja oma koontumispäivä on kohokohta viikossa”*

Elvi-projektissa haluttiin saada tietoa maaseudulla asuvien senioreiden ja ikääntyneiden yhteisöllisyydestä. Onko maaseudulla asuvien senioreiden ja ikääntyvien yhteisöllisyys erilaista kuin kaupungissa asuvien? Jos on, mitä tämä merkitsee ennaltaehkäisevänä työnä? Tämä teema on ajankohtainen varsinkin nyt, kun monissa kunnissa mietitään verkostoituneita seniori- ja vanhuspalveluita tai liikkuvia palveluita. Holmila (2001) kuvaa maaseudun ihmisten sosiaalisia rooleja monikerroksisiksi ja moniulotteisiksi. Koska maaseudulla asuu suhteellisen vähän ihmisiä, heillä on hyvin monia erilaisia rooleja toisiinsa nähden. Nämä moniulotteiset roolit johtavat siihen, että ihmissuhdeverkko muotoutuu hyvin tiheäksi. (Holmila 2001, 16.) Simonen (1996, 93) näkee myös maaseudun kylät, naapurustot ja tuttavuudet sekä yhteisöinä että verkostoina suhteellisen pysyviksi.

Holmilan (2001) mukaan yhteisö pyrkii säätelemään jäsentensä toimintaa ja pitämään yllä jatkuvuuttaan sosiaalisen kontrollin avulla. Etenkin aiemmin maaseutuyhteisössä asuvien odotettiin käyttäytyvän sukutaustasta lähtevän statuksen mukaan. Holmila (2001) arvelee, että vaikka nykyään sosiaalinen kontrolli onkin löystymässä, niin silti maaseudulla tietyt tapahtumat ja edesottamukset säilyvät kaikkien mielissä. Holmila (2001) toteaa myös, että pienissä ja tiiviissä yhteisöissä voidaan kokea tarpeelli-

seksi suojella omaa yksityisyyttä ja salata vaikeudet naapureilta. Tämän vuoksi voi käydä niin, ettei yhteisössä ole ketään, jolta voisi saada tukea ja apua. (Holmila 2001, 145, 50, 65.) Myös Marjakangas (2005, 18) kuvaa Elämän Virtapiiri -ryhmiin osallistuvien olevan ylpeitä omasta kylästään, sen ryhmähengestä ja tunteesta, että yhdessä eläen maaseudulla pärjätään.

Yhteisöllisen vanhustyön tavoitteena on vahvistaa ikääntyvien sosiaalisia verkostoja, parantaa heidän toimintaedellytyksiään asuinympäristössä sekä yhdistää ympäristön ja ikääntyvien ihmisten omat voimavarat niin, että ikääntyneet voisivat rohkeammin osallistua ja toimia yhteisön täysivaltaisina jäseninä. (Koskinen ym. 1998, 198; Hakonen 2003, 207.)

## 2.5 Yhteisöllinen vanhustyö, mitä voi olla

*”Kun jotain tehdään, niin olisi mukava, jos niitä tehtäisiin yhdessä, eikä niin, että joidenkin tai jonkun tarvitsisi lähteä yksin tilanteisiin.”*

Miten kyläyhteisö voi tukea eri-ikäisiä ihmisiä? Mitä on yhteisöllinen seniori- ja vanhustyö? Nämä olivat kysymyksiä, joihin Elvi-projekti halusi lisäselvitystä. Koskisen ja muiden (1998) mukaan yhteisöllinen vanhustyö voidaan jakaa rakenteelliseen ja alueelliseen vanhustyöhön sekä yhdyskuntatyöhön. Rakenteellisessa työssä työntekijät ja ikääntyneet yhdessä pyrkivät vaikuttamaan alueen asuinoloihin ja palveluihin sekä kehittämään yhteistyötä paikallisten toimijoiden kanssa. Rakenteellinen työ on ennaltaehkäisevää työtä, joka parhaimmillaan lisää vanhusmyönteisyyttä ja tuottaa tietoa ikääntyneiden ihmisten arjesta ja elinoloista mm. kunnallisen vanhuspolitiikan käyttöön. Yhteisöllistä vanhustyötä voidaan tehdä myös pienaluepohjaisesti ja väestövastuullisesti. Tällöin vanhuspalvelut ovat saatavilla omalla asuinalueella lähipalveluina. Moniammatillinen työryhmä tukee yksittäisten vanhusten elämää vaikuttaen samalla koko alueen ikääntyneiden elämään viemällä tietoa kunnan päätöksentekoa varten. Alueellinen työ voidaan nähdä edellytyksenä rakenteelliselle työlle. (Koskinen ym. 1998, 198–199.)

Yhdyskuntatyössä vanhustyöntekijät, ikääntyneet ja alueen muut asukkaat yhdessä kunnan, seurakuntien, järjestöjen ja muiden toimijoiden kanssa kehittävät alueen ikääntyneiden sosiaalista vuorovaikutusta, verkostoja ja elinympäristöä suunnitelmallisesti. Yhdyskuntatyö voi olla asukastason työtä, jossa ikääntyneitä asukkaita aktivoidaan toimimaan omien tarpeittensa mukaisesti. Tällöin toiminnan tuloksena voi syntyä itseohjautuvia toimintaryhmiä. Yhdyskuntatyö voi olla myös organisaatiotyötä, jos-

sa eri toimijat osallistuvat vanhuspalvelujen koordinointiin ja kehittämiseen. (Koskinen ym. 1998, 199.)

Hakosen (2003, 208–209) mukaan yhteisösuuntautuneen vanhus työn tuloksena voi syntyä esimerkiksi alueellisia ikäihmisten neuvonta- ja palvelupisteitä, tiloja ja kohtaamispaikkoja, kuten seniorikahviloita, ikäihmisten järjestöjä ja kerhoja sekä erilaisia vertaistukiryhmiä. Ikäihmiset voivat toimia myös yhteisössä eräänlaisina ”kylän vanhimpina” ja elämänkokemuksen siirtäjinä. Ikääntyneet voivat myös vaikuttaa asuinalueensa päätöksentekoon esimerkiksi valitsemalla itselleen yhteyshenkilöksi oman alueen päättäjän, ”kummipoliitikon”.

Hakonen (2003) toteaa, että parhaimmillaan yhteisösuuntautunut työ luo ikääntyneille ihmisille mahdollisuuksia osallisuuteen, antaa heille aktiivisen roolin ja voimaannuttaa heitä. Se vahvistaa ikääntyneen ihmisen sosiaalisia kontakteja. Yhteisösuuntautunut työ suojaa myös ikääntyneen oikeuksia ja lisää heidän poliittista vaikutusvaltaansa. Ikääntyneiden omien voimavarojen ollessa vähäiset toimivat työntekijät (Elvi-projektissa ja sen jälkeen vapaaehtoiset toiminnan vetäjät) heidän edunvalvojinaan, puolestapuhujinaan ja vaikuttamisen mahdollistajina. He myös osallistuvat julkisuustyöhön esimerkiksi puhumalla, kirjoittamalla ja tekemällä yhteistyötä yleisön, erilaisten järjestöjen ja sidosryhmien kanssa. (Hakonen 2003, 207, 209.)

## 2.6 Osallisuus voimavarana

*”Toiminta on sytyttänyt uudelleen”*

Kyläyhteisöt voivat parhaimmillaan edistää ikääntyneen osallisuuden kokemuksia. Tämä oli yksi Elvi-projektin alkuoletus, jota haluttiin tutkia tarkemmin. Sosiaalinen pääoma koostuu verkostoista, sosiaalisista normeista ja luottamuksesta (Ruuskanen 2002, 13). Osallisuutta voidaan pitää siis merkittävänä sosiaalisen pääoman lähteenä. Eräänä sosiaalisen pääoman keskeisimpänä mittarina on pidetty kansalaisten aktiivisuutta toimia järjestöissä. (Möttönen 2002, 121.) Parhaimmillaan järjestöt voivat lisätä kansalaisten aktiviteettia ja edistää yhteydenpitoa, tiedonvälitystä sekä harrastus- ja virkistystoimintaa. Toisaalta järjestöt voivat myös vähentää sosiaalista pääomaa, jos ne ovat sisäänpäin kääntyneitä ja näin eristävät jäseniään muista sosiaalisista suhteista. (Möttönen 2002, 126, 121.)

Osallisuus sosiaalisissa verkostoissa mahdollistaa luottamuksen syntymisen toisiin ihmisiin. Luottamuksen myötä uskotaan sosiaalisten kontaktien vastavuoroisuuteen. (Ruuskanen 2002, 10). Tätä tukee mm. Seppä-

sen (2001) tutkimus, joka osoitti, että naapurisuhteissaan kaikkein aktiivisimmat luottivat myös itse eniten naapureilta saatavaan tukeen (Seppänen 2001, 173). Sosiaalisilla suhteilla on myös taipumus kasaantua. Tämä ilmeni myös Seppäsen (2001) tutkimuksessa, jossa todettiin, että naapurisuhteissaan aktiivisilla oli myös paljon kontakteja sukulaisiin ja ystäviin (Seppänen 2001, 170). Seppäsen (2001, 167) mukaan kaikkein aktiivisimpia naapurikontakteissaan olivat iäkkäät ihmiset.

Seppäsen (2001) mukaan aktiiviset sosiaaliset kontaktit lähiyhteisöön ja alueellinen identiteetti ovat vahvasti yhteydessä toisiinsa. Vahva alueellinen identiteetti vahvistaa aktiivisuutta naapurustossa ja aktiivinen toiminta naapurustossa vahvistaa taas alueellista identiteettiä ja osallisuutta lähialueeseen. (Seppänen 2001, 167)

Marinin (2003, 27) mukaan elinympäristö voidaan jaotella fyysiseksi, sosiaaliseksi ja symboliseksi. Ympäristöä voidaan tarkastella kokemuksellisena, elämänkenttänä, käyttäytymiskehyksenä tai sisäkkäisinä järjestelminä, joista erottuvat välitön ympäristö, kuten koti, ympäristöverkosto kuten naapurusto, sosiaaliset verkostot kuten asuinalueen palvelut ja erilaiset osallistumisen muodot, ja kulttuurinen järjestelmä, johon sisältyy yhteiskunta. Marin (2003) viittaa myös Strassoldoon (1993), joka on jakanut tilan kahdeksaan tasoon: maailma, ylikansalliset järjestöt, kansallisvaltiot, urbaanit yhteisöt, yhdistykset ja järjestöt, pienyhteisöt, pienryhmät kuten perhe sekä yksilö. Tasot ovat sosiaalisia tasoja, jotka kuvaavat erilaisia ihmisyyhteisöjen muodostelmia. Ihmisten suhde niihin on erilainen ja ne merkitsevät ihmisille eri asioita. (Marin 2003, 28.)

Marin (2003, 28) näkee ikääntyneiden ihmisten toiminnan keskittyvän läheisemmille tasoille, kuten kotiin, perheeseen, muihin pienryhmiin sekä lähiyhteisöön. Sen sijaan osallisuus laajemmilla tasoilla on vähäisempää. Koskisen ja muiden (1998, 214) mukaan ikääntyneet ihmiset voivat ja myös haluavat vaikuttaa asuinympäristöönsä. Usein he muokkaavat ympäristöään niin, että sen hallittavuus säilyy tai lisääntyy oman toimintakyvyn aletessa. Asuinympäristö on ikääntyneelle ihmiselle myös tärkeä toimintalue, jossa on mahdollisuus harrastaa, viettää vapaa-aikaa ja vahvistaa sosiaalisia verkostojaan. Seppäsen (2001) tutkimuksen mukaan juuri ikääntyneet olivat sekä fyysisesti että emotionaalisesti kaikkein kiinnittyneimpiä omaan asuinalueeseen (Seppänen 2001, 189).

## 2.7 Toimintakyky, elämänhallinta ja hyvä elämä

*”Tämä on niin hyvä juttu meille yksinäisille”*

Elvi-projekti keskittyi senioreiden ja ikääntyneiden arjen, hyvän elämän ja toimintakyvyn tukemiseen. Toimintakyky-käsite on hyvin kokonaisvaltainen sekä myös osaltaan kiistanalainen. Siihen sisältyy niin fyysinen, psyykinen kuin sosiaalinenkin osa-alue, jotka toimivat kiinteässä vuorovaikutuksessa toistensa kanssa. (Noppari & Leinonen 2005, 47.) Psyykkiset ja sosiaaliset seikat vaikuttavat fyysiseen toimintakykyyn, samoin kuin esimerkiksi liikuntakyvyn heikkeneminen saattaa vaikuttaa sosiaaliseen osallistumiseen (Karppi & Ollila 1997, 54). Jonkin toimintakyvyn osa-alueen puutteita voidaan myös kompensoida toisen osa-alueen avulla (Ruoppila 2002, 122). Jolanki (2000, 38) toteaa toimintakyvyn voivan olla myös määrittelykysymys. Se voi näyttäytyä erilaisena riippuen siitä, vertaako ikääntynyt itseään ikätovereihinsä vai aiempaan toimintaansa. Jopa vuorokaudenaika voi muuttaa arviointia.

Onnistunutta vanhenemista tutkittaessa on ollut vallalla kaksi erilaista käsitystä. Irtaantumisteorian mukaan kuuluu asiaan, että ikääntynyt vähitellen irtautuu sosiaalisista rooleistaan. Toisen teorian mukaan onnistuneeseen vanhenemiseen kuuluu aktiivinen tapa elää, joka ylläpitää fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista toimintakykyä ja osallistumista. Tämä teoria on saanut tukea monista tutkimuksista, joissa on todettu fyysisen aktiivisuuden sekä uusien asioiden oppimisen ylläpitävän ja parantavan toimintakykyä iästä ja sairauksista riippumatta sekä auttavan itsenäistä selviytymistä arkipäivän asioista. (Heikkinen 2002, 28.) Myös Salmisen ja muiden (2004, 34) mukaan henkilön omista tavoitteista lähtevä toiminta ja siitä saadut voimavarat kantavat pitkälle ikääntymiseen saakka ja antavat näin mahdollisuuden elää merkityksellistä elämää. Myös Terveys 2015 -ohjelman toimintasuunnitelmassa korostetaan ikääntyneiden mahdollisuuksia toimia aktiivisesti ja kehittää tietojään ja taitojaan, jotta he voisivat elää mahdollisimman pitkään itsenäistä ja laadukasta elämää. (Helin 2002, 51.)

Elämänhallintaa voidaan tarkastella joko ihmisten elämänstrategioiden tai tilanteenhallinnan kautta. Edellä mainitut ovat melko pysyviä suhtautumis- ja toimintatapoja, kun taas jälkimmäiset ovat jatkuvasti muuttuvia tiedollisia ja toiminnallisia pyrkimyksiä käsitellä ulkoisia ja sisäisiä vaatimuksia, jotka ihminen kokee rasittaviksi tai voimavaransa ylittäviksi. (Koskinen ym. 1998, 109.)

Hallintakeinot voidaan jakaa esimerkiksi tunnekeskeisiin, ongelma-keskeisiin ja vältteleviin muotoihin tai aktiivisiin ja passiivisiin hallintakeinoin. Aktiivisia keinoja ovat esimerkiksi tiedonhankinta ja avun hakemi-

nen ja passiivisia esimerkiksi välttely ja luopuminen. Ihmiset käyttävät usein sekä aktiivisia että passiivisia keinoja joustavasti tilanteesta riippuen. (Koskinen ym. 1998, 109.) Monet muutokset tapahtuvat niin hitaasti, että ikääntyvä ihminen sopeutuu niihin ikään kuin huomaamattaan (Koskinen 2004, 48). Koskisen ja muiden (1998, 109–110) mukaan tutkimuksissa ei ole havaittu, että ikääntyminen muuttaisi elämänhallintakeinoja passiivisemmiksi. Päinvastoin ikääntyneiden elämänhallintakeinot ovat aiemmin luultua monipuolisempia ja kypsempiä. Ikääntyneiden usein käyttämiä hallintakeinoja ovat esimerkiksi korvaaminen, tukahduttaminen ja huumori. Myös sisäinen jatkuvuus, kuten lapsuuden muistot, mielenmaisema, käsitys itsestä ja maailmasta, sekä ulkoinen jatkuvuus, kuten tuttu asuinympäristö ja tutut ihmiset, ovat tärkeitä tekijöitä ikääntymiseen sopeutumisessa (Koskinen 2004, 49).

Takkinen (2000) näkee koherenssin tunteen olevan keskeinen terveyttä ja hyvinvointia ylläpitävä tekijä. Koherenssin tunne tarkoittaa elämän kokemista mielekkääksi, ymmärrettäväksi ja hallittavaksi. Elämän tarkoitukselliseksi kokeminen on tärkeää sekä fyysisen että psyykkisen hyvinvoinnin kannalta. (Takkinen 2000, 40.) Ikääntyneiden ihmisten elämänlaadussa on kyse siitä, miten ihminen kokee oman elämänsä. Hyvä elämä syntyy riittävästä hyvästä olostä, elämän mielekkyydestä ja oman arvon tunteesta. (Sarvimäki 2000, 19.) Myös Huusko ja Pitkälä (2006, 11) näkevät, että hyvä elämä muodostuu sekä hyvistä objektiivisista elinoloista että subjektiivisesta hyvinvoinnin kokemuksesta yhdessä. Tällä he tarkoittavat sitä, että ihmisen elämä voi olla ulkopuolelta katsottuna hyvää, mutta silti ihminen voi huonosti. Toisaalta taas ihminen voi kokea elämänlaatunsa hyväksi, vaikka ulkopuolelta se näyttäisikin huonolta. Sarvimäen (2000, 19) mukaan tärkeimpiä elämänlaadun edellytyksiä ovat terveys, toimintakyky, elämänhallintastrategiat, persoonallisuus, sekä biofyysinen ja sosiokulttuurinen ympäristö.

Savikko, Huusko ja Pitkälä (2006) viittaavat moniin kansainvälisiin tutkijoihin (mm. Flanagan 1978, Bowling ym. 2002, Brown ym. 2004), jotka ovat tutkineet elämänlaadun koostumiseen vaikuttavia tekijöitä. Tutkimuksissa elämänlaadun eri ulottuvuudet oli jaoteltu Felcen ja Perryn teoreettisen mallin (1995) mukaan fyysiseen hyvinvointiin, materiaaliseen hyvinvointiin, sosiaaliseen hyvinvointiin, emotionaaliseen hyvinvointiin ja tuottavaan hyvinvointiin. Eri tutkijat olivat koonneet fyysisen hyvinvoinnin alle esimerkiksi fyysisen terveyden, toimintakyvyn, kognition, subjektiivisen terveydentilan, läheisten terveyden, turvallisuuden tunteen ja tarmokkuuden. Materiaalinen hyvinvointi koostui tuloista, ravinnosta, asumisen tasosta, tyytyväisyydestä ympäristöön, turvallisuudesta ja terveystalvelujen saatavuudesta. Sosiaaliseen hyvinvointiin tutkijat liittivät suhteet per-

heeseen, sosiaalisen ja yhteisöllisen osallistumisen, harrastukset ja sosiaalisen tuen. Emotionaaliseen hyvinvointiin vaikuttavia tekijöitä olivat itsetuntemus, luova ilmaisu, mieliala, psyykkinen hyvinvointi, optimismi/pessimismi, yksinäisyys, onnellisuus, itseluottamus, usko, hengellisyys, elämästä nauttiminen, ilo, arvostuksen tunne, kontrolli ja sopeutuminen ikääntymiseen. Tuottavan hyvinvoinnin kannalta oleellisia asioita olivat muiden auttaminen, oppiminen, työ, kontrolli, itsenäisyys, sosiaaliset roolit, työ, mahdollisuus liikkua, autonomia, tarpeellisuuden tunne, mielekäs tekeminen ja tiedon saanti. Tutkijoiden mukaan hyvän elämänlaadun toteutumiseen tarvittiin niin fyysistä, materiaalista, sosiaalista, emotionaalista kuin tuotta-vaakin hyvinvointia. (Savikko ym. 2006, 28.)



## 3. ELVI-PROJEKTIN ETENEMINEN

Kuviossa 1 edellisellä sivulla on esitetty Elvi-projektin ajallinen eteneminen, jota tarkennetaan seuraavien alalukujen yhteydessä.

### 3.1 Toimintaympäristö tutuksi

Projektitoiminnan aluksi projektipäällikkö perehtyi Keski-Suomen kuntiin ja palvelurakenteisiin sekä käynnissä oleviin ja päättyneisiin hankkeisiin. Tämän lisäksi taustaselvittelyjen tueksi perehdyttiin aikaisemman vuosien 2002–2004 Elvi-projektin tuloksiin ja kokemuksiin. Kohdekuntien valinnassa keskityttiin seuraaviin asiakokonaisuuksiin: maantieteellisiin etäisyyksiin, erilaisiin kyläympäristöihin, yhteistyökumppaneihin ja kylien kehittämisvalmiuteen sekä toimintaresursseihin, kuten olemassa oleviin palveluihin, toimitiloihin sekä mahdollisiin vapaaehtoisii toimijoihin. Yhteistyökunnat valittiin, yhteistyö aloitettiin ja sitä tarkennettiin touko-syyskuussa 2005.

Kevään 2005 aikana projektipäällikkö kokosi projektin ohjausryhmän ja asiantuntijaryhmän edustajat keskeisistä yhteistyökumppaneista ja sidosryhmien edustajista. Projektin ensimmäinen laajennettu asiantuntijaryhmä kokoontui kaksi kuukautta projektin käynnistämistä. Heti ensimmäisessä kokoontumisessa keskusteltiin alustavasti projektitoiminnan juurtumiseen vaikuttavista asioista.

### 3.2 Projektin ajallinen eteneminen

Touko–syyskuussa 2005 kaikissa kuudessa yhteistyökunnassa järjestettiin kokouksia toiminnan käynnistämiseksi. Aloituspalaverissa sosiaalitoimen ja vanhusuuden kanssa sovittiin toiminnan etenemisestä, alustavasti käynnistettävien ryhmien määrästä sekä mahdollisesta sijainnista. Yhteistyökylien valikoitumiseen vaikuttivat aikaisemmin mainittujen toimintakriteereiden lisäksi ikääntyvien määrä kohdekylällä ja sen lähikylillä. Kylille laaditut kyläsuunnitelmat antoivat hyvää taustatietoa kylien toimintaympäristöstä, olemassa olevasta toiminnasta ja kylien väestörakenteesta. Näihin paneutuen projektityöntekijät saivat tärkeää tietoa mahdollisista kohdealueista, joille toimintaa voisi suunnata.

Yhteistyön saumattomuuden ja tiedonsiirron vuoksi jokaisessa kunnassa nimettiin projektille yhteyshenkilö ja hänelle varahenkilö. Tällä tavoin pyrittiin varmentamaan vastavuoroisen toiminnan kehittämiseen liittyvien asiakokonaisuuksien hallinta ja koordinointi. Yhteydenpito kunnan ja projektin välillä auttoi uusien toimintamuotojen kehittämistä ja projektitoiminnan vakiinnuttamista. Vanhustyön edustajien kanssa käydyt keskustelut antoivat projektille tärkeää alueellista ja paikallista tietoa vuosien varrella kertyneistä kokemuksista ikääntyville suunnatuista palveluista ja vapaaehtoistoiminnan kehittämisestä. Lisäksi vanhustyön tarkemmat väestötiedot vahvistivat osaltaan näkemyksiä toimipaikoista, joissa projektin tarjoamalla toiminnalla oletettiin olevan tarvetta.

Elvi-projektin tavoitteena oli saada mukaan toimintaympäristöltään erilaisia kyliä, jolloin selviäisi, millaiset vaikutukset mahdollisella ympäristöllä on kehitettävään toimintaan. Projektityöntekijät selvittelivät kylien edustajien näkemyksiä kehitettävästä toiminnasta. Saarijärvellä kesäkuussa otettiin yhteyttä Kalmarin ja Lanneveden kyläyhdistyksen puheenjohtajiin, jotka kokivat kylien ikääntyville suunnatulle toiminnalle olevan tarvetta. Elokuussa projektityöntekijät osallistuivat kyläyhdistysten kokouksiin, joissa keskusteltiin suuremmalla joukolla toiminnan tarpeellisuudesta. Kokousten aikana päätettiin järjestää kyläiltoja syyskuun aikana, jonka kautta nähtäisiin miten kyläläiset suhtautuisivat tarjottavaan toimintaan. Kivijärvellä puolestaan toiminta-alueen valinnassa painottui kunnan näkemys sekä käynnistettävän ryhmän maantieteellinen sijainti. Alustavasti päätettiin suunnata toimintaa Lokakylän ja Taviaislahden alueelle, jotka maantieteellisessä määrittelyssä kuuluvat saaristo-osakuntiin. Elokuussa otettiin yhteyttä Lokakylän Pienviljelijäin yhdistykseen. Yhteisen kokouksen seurauksena myös Lokakylällä tehtiin päätös kyläillan järjestämisestä.

Kaikilta kolmelta pilottikylältä löytyi Elvi-toiminnasta kiinnostunut yhteistyötaho (kyläyhdistys/pienviljelijäyhdistys), joka nimesi toiminnalle yhteyshenkilöt ja jonka kanssa sovittiin toiminnan etenemisestä. Kyläiltojen avulla päätettiin selvittää toiminnan tarpeellisuus kohdealueilla. Tilaisuuksista tiedotettiin paikallislehden ennakkolehtijutun sekä lehti-ilmoituksen välityksellä. Kohdekylän ja naapurikylien kotitalouksia lähestyttiin kotitalouksiin jaetuilla tiedotteilla.

Kyläillassa kerrottiin projektin tarjoaman toiminnan tavoitteista ja tarkoituksesta sekä tehtiin päätös ryhmätoiminnan käynnistämisestä. Kyläiltojen yhteydessä kyläläisille toteutettiin kysely. Lisäksi kahdella kylällä kysely lähetettiin vielä kertaalleen lähialueiden kotitalouksiin tiedotteina. Kyselyissä tiedusteltiin kyläläisten kiinnostusta toimintaan. Lomakkeen täyttäjä sai halutessaan antaa yhteystietonsa, jotta projektityöntekijät pystyivät tarvittaessa antamaan lisätietoa toiminnasta ja sen etenemisestä. Kylien toimijoiden kanssa sovittiin kyselyjen palautepaikaksi toisella kylällä kyläkauppa ja toisella kylän pankki.

Projektin pilottiryhmille asetettiin tavoitteeksi selvittää millaisia mahdollisuuksia vapaaehtois- ja vertaistoiminnalla olisi kylien toiminnan täydentäjänä. Tämän seurauksena projektityöntekijät olivat mukana käynnistetyissä ryhmissä koko syksyn ajan. Syksyn edetessä toiminta tavoitti kolmessa ryhmässä 70 ryh-

mäläistä ja kokoontumisia ryhmille kertyi yhteensä 29. Toiminta osoitti tarpeellisuutensa, ja sen seurauksena vuoden 2006 kevään aikana projekti jatkoi ryhmätoimintaa Saarijärvellä Lannevedellä ja Kalmarissa sekä Kivijärven Lokakylällä.

Vuoden 2006 tammikuussa vanhat ryhmät aloittivat toimintansa ja helmikuussa projektityöntekijät käynnistivät uutta toimintaa Karstulan Kimingillä ja Kangasaholla sekä Korpilahden Moksissa ja Sarvenperällä. Kevään aikana tavoitteena oli käynnistää toimintaa myös Kannonkosken Kannonjärvellä, mutta kylätalon remontoinnin ja avajaisten viivästyttyä tehtiin päätös siirtää ryhmätoiminnan käynnistäminen syksylle 2006.

Kevään edetessä projektilla oli käynnistettynä yhteensä seitsemän ryhmää. 2006 elokuussa toimintaa käynnistettiin Kannonkoskella Kannonjärvellä ja Vuoskoskella sekä Kyyjärven Kumpulassa, jolloin projektissa oli käynnissä yhteensä kymmenen ryhmää. Lähtökohtana toiminnan aloitukselle oli, että kunnat tai kyläyhdistykset tarjosivat toimitilat maksutta ryhmän käyttöön. Toiminnan etenemisen kannalta on keskeistä, että ryhmätoiminnan tueksi löydetään vapaaehtoisia ihmisiä.

### 3.3 Tiedottaminen

*"... Soitin yhteyshenkilölle ja keskusteltiin nuorille senioreille suunnatusta tiedotustilaisuudesta, jonne myös Elvi-projekti on ollut tarkoitus kutsua kertomaan omasta toiminnastaan. Mukana tilaisuudessa ovat seurakunta, kunta, kansalaisopisto ja Elvi. Tilaisuuden ennaltaehkäisevä merkitys on suuri, koska sen avulla halutaan ehkäistä jo varhaisessa vaiheessa "mökkiintymistä" ja pyrkiä tiedottamaan ja kannustamaan ihmisiä tarjolla oleviin palveluihin ja toimiin, joita ikääntyville on tarjolla. Elvin kannalta on mielekästä puhua lähinnä vapaaehtoisuudesta sekä käynnistettävistä ryhmistä..."*  
(Projektityöntekijän päiväkirjamerkintä.)

Julkisuus- ja vaikuttamistyö on olennainen osa projektin toimintaa. Tiedottamisen kohderyhminä olivat eri yhteistyökumppanit – niin julkinen, yksityinen kuin kolmas sektori – sekä kuntien ja kylien asukkaat, mahdolliset vapaaehtoiset ja ikääntyvät ryhmäläiset, rahoittaja ja sosiaali- ja terveysalan toimijat.

Projektin tavoitteiden mukaisesti päätettiin lisätä informaatiota, joka tuki ja aktivoi kansalaistoimintaa. Tiedotuksen kautta pyrittiin luomaan positiivinen, monipuolinen, kansalaisia osallistava ja aktivoiva mielikuva tarjolla olevasta toiminnasta. Tarkoituksena oli edistää kylillä ikääntyvien asioiden eteenpäinviemistä sekä lisätä vapaaehtois- ja vertaistoiminnan näkyvyyttä ja arvostusta. Kuuden kunnan alueella toimittaessa oikean ajankohdan ja kustannusten suunnittelu oli tärkeää. Ajoituksessa huomioitiin tavoiteltava kohderyhmä sekä edul-

liset tiedotuskanavat. Ryhmien käynnistämisen yhteydessä tehostettiin toiminnan näkyvyyttä.

Yhteistyötahojen kanssa toteutettiin mahdollisuuksien mukaan vastavuoroista tiedottamista sekä etsittiin keskeiset yhteistyöfoorumit, joissa tuotiin toimintaa esille. Alueellisten ja paikallisten toimijoiden tavoittaminen oli tärkeää, ja esimerkiksi kylillä järjestettyjen tilaisuuksien avulla mahdollistui vastavuoroinen kanssakäyminen kyläläisten kanssa. Tilaisuuksien aikana projekti sai tärkeää tietoa kylien toiminnasta, ikääntyvän väen tuen tarpeista sekä vapaaehtoisuuteen liittyvästä toimintakulttuurista.

Kokonaisuudessaan projektin toiminnalle saatiin näkyvyyttä Keski-Suomen uutisissa, radiossa, useissa paikallisissa ja alueellisissa lehdissä ja kuntatiedotteissa. Kohderyhmää tavoiteltiin tehostetusti valituilla alueilla jokaiseen kotitalouteen lähetettyjen tiedotteiden välityksellä. Vanhustyön avulla voitiin lähestyä mahdollisia osallistujia henkilökohtaisilla kutsukirjeillä. Tämän lisäksi toiminnasta kerrottiin tiedostustapahtumissa, yhteistyötahojen tilaisuuksissa ja yhteistyötahoille lähetetyillä tiedotteilla sekä esitteillä. Yhteistyötahot osallistuivat tiedottamiseen jakaen esitteitä ja tiedotteita kuntalaisille tai yhteistyötahoille suunnatuissa tilaisuuksissa.

Internetin välityksellä toiminta oli esillä projektin www-sivustoilla, joidenkin kuntien omilla sivustoilla, Keski-Suomen Sosiaalialan Osaamiskeskuksen sivuilla, verkkolehdistä ja Pohjoisen Keski-Suomen seutuportaalisissa. Ryhmäläiset osallistuivat aktiivisesti tiedottamiseen ja puskaradion lisäksi lauloi muun muassa radion musiikillinen toivelista, jonka yhteydessä ryhmä esitteli oman kylän vertaistoimintaa. Projektin toiminnalle saatiin näkyvyyttä muutamaan otteeseen myös TV:ssä. Valtakunnallisella vanhustenviikolla haettiin Virtapiiri-ryhmissä näkyvyyttä Avoimet ovet -teemalla.

Ryhmiltä kerätyn palautteen mukaan kotiin jaetavat tiedotteet ja tutun ihmisen kautta tullut kutsu tavoittivat osallistujia parhaiten. Palautteen mukaan toiminnasta oli tiedotettu riittävästi ja yhdessä ryhmässä koettiin jopa, että toiminta oli ollut esillä liikaa. Ryhmissä keskusteltiin tiedottamisen tärkeydestä ja usein pohdinnan kohteena olivat ihmiset, jotka eivät aktiivisesti osallistuneet kylien järjestämään toimintaan.

### 3.4 Tilat

*"...ryhmäläiset ovat ottaneet vastuuta toiminnan käytännön järjestelyistä alusta saakka. Yksi iso asia on ollut kylätalon lämmittäminen ja talvisaikaan tietenkin pihan auraaminen. Nämä asiat ovat hoituneet ilman projektityöntekijän osallistumista niin, että kylällä ovat keskenään sopineet ja hoitaneet asiat. Joka kerta ensimmäisen talvenakin on ollut piha aurattuna, vaikka on ollut tuiskuja ja lumisatei-*

*ta, usein tietkin haastavia ajella...” (projektityöntekijän päiväkirjamerkintä)*

Yhteistyökuntien kanssa toimittaessa lähtökohtana oli, että Elvi-projekti ei osallistunut perustettavien ryhmien tilavuokrien maksamiseen, vaan kunta tai kyläyhdistys tuki tarvittaessa toimintaa. Ryhmätilojen maksuton käyttö oli edellytys yhteistyön aloittamiselle.

Kyläyhdistyksillä oli hoidettavanaan kylätaloon kohdistuvat lämmityskustannukset, kiinteistöverot ja muut kiinteistön huolehtimisesta aiheutuvat kulut. Taloudelliset edellytykset toiminnan tukemiseen kyläkesken vaihtelivat projektin aikana. Vaikka ryhmätoimintatiloista ei peritty erillistä vuokraa, hakivat joissakin tapauksissa kylän toimijat ja Elvi-projekti kunnalta tukea lämmityskulujen kattamiseen. Tarkoituksenmukaista oli, ettei käynnistettävä toiminta aiheutanut taloudellista tappiota tai painetta kylän toiminnalle. Ryhmän kokoontumistilan ollessa kunnan toimiva kyläkoulu tai omistama rakennus keskusteltiin tilojen maksuttomasta käytöstä suoraan kunnan toimijoiden kanssa.

Ikääntyville suunnattu ryhmätoiminta asettaa itsessään vaatimuksia tiloille. Ihanteellisessa ryhmätoimintatilassa liikkuminen on esteetöntä ja tilan valaistus sekä akustiikka ovat hyvät suhteessa ryhmän kokoon ja toimintaan. Tämän lisäksi kokoontumispaikan tulisi mahdollistaa yhteisen pöydän ääreen asettuminen. Tavoiteltavaa olisi, että tila olisi muunneltavissa toimintoja vastaavaksi esimerkiksi pientä liikunta- tai kädentaitohetkeä varten.

Ryhmän kokoontumispaikan valinnalle asetettiin tavoitteeksi, että tila mahdollistaisi ihmisten kokoontumisen talviaikana ja palvelisi sijaintinsa puolesta myös naapurikylän väkeä. Joidenkin kylätalojen tilojen puulämmitykseen tarvittiin talkoohenkeä ja yhden ryhmän kanssa sovittiin, että kovien pakkasten aikaan ryhmä kokoontuisi vuoroviikoin. Näillä kerroilla ryhmä saattoi kokoontua jonkun ryhmäläisen kotona tai muussa paikassa. Ulkokäymälä ja pihan lumityöt mietityttivät projektityöntekijöitä yhden ryhmän ryhmätoimintaa käynnistettäessä. Aiheesta keskusteltiin osallistujien kanssa ensimmäisen kokoontumisen aikana. Yhteisesti todettiin, että kylällä oli totuttu talkootyöhön, joten kyseiset asiat eivät muodostuneet esteeksi ryhmätoiminnan käynnistämiseksi.

Ryhmätoiminnan kokoontumispaikan lisäksi oli tärkeää miettiä kokoontumisajankohtaa. Ennen toiminnan käynnistämistä oli tärkeää selvittää kylän muut mahdolliset toimijat, toiminnat ja niiden ajankohdat. Kyläkeskusteluun paneuduttiin kyläsuunnitelmien, vanhuspoliittisten strategioiden ja yhteisten keskustelujen kautta. Kyläkeskustelujen lisäksi julkisen ja kunnan palveluliikenteen mahdollisuudet tuli myös huomioida ryhmätoimintapaikkaa ja kokoontumisajankohtaa mietittäessä, sillä projektin järjestämää erillistä kuljetusta ryhmiin ei ollut.

## 4 VIRTAPIIRI-TOIMINTA KÄYTÄNNÖSSÄ

### 4.1 Virtapiiriryhmät

*”...Paikalle saapui yli 80-vuotias nainen läheisensä kanssa. ”Me ollaan ohikulkumatkalla enkä aio osallistua varmaan jatkossa. Minä olen niin vanhakin” oli hänen ensimmäinen kommenttinsa...” (kuvaus aktiiviryhmäläisen ensimmäisestä kerrasta, projektityöntekijän päiväkirjamerkintä)*

Virtapiiri-ryhmät tarjosivat sivukylillä asuville ikääntyville mahdollisuuden monipuoliseen ja mielekkääseen toimintaan sekä ikätovereiden kohtaamiseen. Toiminnan muodostamisen lähtökohtana olivat alueelliset tarpeet, toiveet ja voimavarat. Erilaisten toimijoiden, projektityöntekijöiden, ryhmäläisten sekä vapaaehtoisten kanssa rakennettiin voimavarakeskeistä yksinäisyyttä ja syrjäytymistä ehkäisevää toimintaa kylille. Keskeistä toimintamallin rakentamisessa oli, että ikääntyvät itse olivat alusta asti määrittelemässä omalle ryhmälle soveltuvaa toimintatapaa.

Ryhmätoiminnan sisältöjen laaja-alaisuus sekä toiminnan avoimuus antoivat ihmisille mahdollisuuden osallistua ryhmään haluamallaan tavalla. Kantavana ajatuksena toiminnassa oli, että

- jokaisella ihmisellä on elämän varrelta kerättyjä tietoja ja taitoja, joita voidaan hyödyntää yhteisen hyvinvoinnin edistämiseksi,
- jokainen pääsi halutessaan suunnittelemaan toiminnan sisältöjä, jotka liittyvät esimerkiksi liikuntaan, musiikkiin, kädentaitoihin tai vaikka kirjallisuuteen,
- itseohjautuvasti suunnitellun toiminnan lisäksi ryhmiin kutsuttiin ryhmäläisten toiveiden ja tarpeiden mukaisesti erilaisia vierailijoita keskustelemaan, tiedottamaan, antamaan ohjausta, neuvontaa tai opetusta erilaisista aihealueista.

Projektin käynnistämä toiminta oli osallistujille avointa ja maksutonta. Projektin tuki ryhmille oli pieni materiaalivara sekä vapaaehtoisten vastuuhenkilöiden matkakorvaukset. Materiaalivaralla ryhmä saattoi kahvitella tai hankkia toiminnan kannalta keskeisiä välineitä. Toiminnan suunnittelussa painottuivat niin

sosiaaliset, fyysiset kuin psyykkisetkin merkitykset, jotka tukivat ikääntyvän henkilön arkea ja toimintakykyä.

#### 4.1.1 Ryhmät käynnistyvät: toiminta luodaan itse

*"...Pyrin aktivoimaan ryhmäläisten mielikuvia toiminnan mahdollisuuksista ja annoin heille välitöntä positiivista palautetta aina tilanteen tullen. Tämä rentoutti ilmapiiriä ja avasi ajattelua sekä osallistujien itseilmaisua. Kaikki turha virallisuus pois, ja mahdollisimman lähellä ihmistä, jos aiomme saada väen uudestaan paikalle..." (Projektityöntekijän päiväkirjamerkintä.)*

Projektissa korostettiin paikallisten sekä alueellisten tarpeiden, toiveiden ja voimavarojen tärkeyttä toiminnan kehittämisessä. Peruslähtökohtana oli, että jokainen Virtapiiri-ryhmä luo oman toimintatapansa, joten projekti ei tarjonnut ryhmille valmista toimintamallia. Ryhmien käynnistämisen yhteydessä keskustelu painottui tilojen käyttöön, kimpakyyteihin, toiminnan sisältöihin, vapaaehtoisuuteen sekä tiedottamiseen. Virtapiiri-ryhmien alussa kyläläiset totesivat usein, että toiminnalle olisi tarvetta. Haasteeksi nähtiin, kuinka toimintaa kiipeämmin tarvitsevat yksinäiset ikäihmiset saataisiin mukaan.

Tehokkaalla tiedottamisella oli suuri merkitys onnistuneelle aloitukselle. Projektin aikana järjestettiin tiedotustilaisuuksia ja tapaamisia paikallisten toimijatahojen kanssa. Paikallislehtien ennakkojuttujen, kotitalouksille lähetettyjen tiedotteiden ja kutsukirjeiden lisäksi saatiin ryhmien alkuvaiheessa hyvää julkisuutta lehtiartikkeleilla, joita julkaistiin monipuolisesti kohdealueiden paikallislehdissä. Ryhmien kokoamisen miltei tärkeimpänä tekijänä toimi kuitenkin kylien "puskaradio", joka etenkin alkuvaiheessa osoittautui erittäin tehokkaaksi keinoksi tavoittaa ja saada kylien ikääntyvien kiinnostus kohdistumaan uuteen toimintamuotoon. Ryhmäläiset hyödynsivät kontakteja ja suhteita sisäisessä tiedottamisessa, ja kommentti "tuo houkutteli minut mukaan" kuultiin useaan otteeseen uusien ryhmäläisten tullessa mukaan toimintaan.

#### 4.1.2 Ryhmätoiminta muotoutuu: osaamisen ja kykyjen vapauttaminen ja aktivoiminen

*"... Ryhmien alkutaipaleella voidaan vahvistaa erilaisten persoonien mukaantuloa ja ryhmän vahvistumista niin, että mahdollisimman moni voisi kokea Virtapiirin omana paikkanaan. On tärkeää tukea luontaisen ryhmädynamiikan kehittymistä, asettumalla itse melko näkymättömään asemaan ainakin suhteessa päätöksentekoon ja suuntaviivojen luomiseen, ryhmän tulisi voida alusta asti itse luoda*

*omaa suuntaansa kuitenkin niin, että kokevat varsinkin näin alussa, että heidän ryhmästään "pidetään huolta", ei jätetä yksin, vaan tuetaan ja tarjotaan vaihtoehtoja, näkökulmia ja ajattelun malleja aina-kin siihen saakka, kunnes ryhmä on saanut vahvistua ja lähtee itsenäistymään ..."* (Projektityöntekijän päiväkirjamerkintä.)

Virtapiiri-ryhmien lähtökohtana olivat itseohjautuvuus ja ryhmien sisältä nousevat ratkaisut ja voimavarat. Alusta saakka tavoitteena oli, että jokainen virtapiiri-ryhmäläinen pääsisi hyödyntämään omaa osaamistaan ja elämänkulkuun liittyviä kokemuksiaan. Ryhmätoimintaa kehitettäessä oli keskeistä, että osallistujat olivat tietoisia siitä, että projektityöntekijöiden rooli muuttuisi tukea antavaksi ja ryhmäläisten rooli toiminnan edetessä vahvistuisi.

Itseohjautuvalle vertaisryhmätoiminnalle oli keskeistä, että projektityöntekijät eivät toimineet ohjaajina vaan toimintaa rakennettiin yhdessä osallistujien voimavaroista lähtien. Ryhmien käynnistämisen yhteydessä projektityöntekijöiden rooli oli ohjauksellinen. Yhteisen suunnittelun tueksi projektityöntekijät toivat esille ideoita, joista ryhmäläiset poimivat itselleen sopivia toteutustapoja. Toiminnan muodostuminen eteni sykleittäin, mikä ilmeni joidenkin ryhmien osallistujamäärien suurina vaihteluina. Joissain kokoontumisissa osallistujia oli lähemmäs kaksikymmentä ja toisinaan pohdittiin muutaman henkilön kokoonpanolla missä muut ryhmäläiset mahtoivat olla. Ryhmien alkuvaiheessa projektityöntekijöiltä edellytettiin toisinaan kykyä sietää epävarmuutta sekä ryhmäpainetta suunnittelun ja ideointivaiheiden vaativimmilla hetkillä. Kuitenkin nämä hetket olivat ryhmässä arvokkaita ja yhdessä edettiin toinen toistaan kannustaen ja huumorin keinoja käyttäen.

Käynnistämisen alkuvaiheessa korostui aktiivisten ryhmäläisten rooli ja heidän ideointinsa. Projektityöntekijät pyrkivät kannustamaan kaikkia osallistujia ja tarttumaan pienimpiinkin käytännössä toteutettaviin ideoihin. Jotkut yllättivät ryhmän järjestämällä pieniä runoesityksiä, visailuja tai kertomalla vitsejä, mitkä ilmensivät osallistujien kykyä nauttia yhteisistä hetkistä ilman suuria suorituspaineita. Osallistujat uskalsivat ylittää itsensä, huumoria käytettiin ja näin ilmapiiri muodostui sallivaksi ja vapautuneeksi.

Toisiin tutustumisen, luottamuksen ja avoimuuden sekä kannustuksen ja hyväksymisen lisääntymisen kautta ryhmäläiset ottivat itse enemmän vastuuta toiminnan etenemisestä. Pikkuhiljaa projektityöntekijän rooli ryhmässä alkoi suuntautua ohjauksellisuudesta tuen antajan rooliin, jossa korostuivat motiivointi, yhteisen keskustelun virittäminen, tiedottaminen ja ryhmän ulkopuolisten suhteiden luominen ja hyödyntäminen.

*"...Ryhmä on vilkas ja puhetta riittää. Virtapiiri näyttää täälläkin tarjoavan foorumin, jossa kohdata leppoisassa ilmapiirissä muita kyläläisiä ja on hienoa huomata, miten ryhmä elää ja kehittyy koko ajan. Oli ilo huomata, miten jotkut "vanhoista" ryhmäläisistä ottivat uudet*

*tulokkaat "huomaansa" ja opastivat ryhmän sisäiseen maailmaan lempeästi ohjailleen, kertoillen ja kannustaen. Minulle tuli vahva tunne siitä, että nämä uudet ryhmäläiset tullaan näkemään mukana jatkossakin. ...Ryhmässä vallitsi lämmin tunnelma ja huumori kulki melko laveilla teillä, porukka naurovi kovasti ja juttuja riitti laidasta laitaan. Ryhmäläiset kertoilevat omasta elämästään ja arjestaan..." (Projektityöntekijän päiväkirjamerkintä.)*

#### 4.1.3 Ryhmätoiminnan sisältöjä

Ryhmätoiminnan sisältöjen toteuttamista ohjasivat ryhmäläisten oma osaaminen, yhdessä sovitut kokoontumistiheydet, -kestot sekä kokoontumisten ajankohdat. Pääsääntöisesti ryhmät kokoontuivat kerran viikossa parisen tuntia kerrallaan. Muutama ryhmä kokoontui kaksi kertaa kuukaudessa, mutta projektitoiminnan loppuvaiheessa toisessa näissä ryhmistä koettiin tarvetta tiiviimmälle kokoontumiselle. Projektin aikana ryhmät kokoontuivat yhteensä 495 kertaa.

Virtapiiri-toiminnassa vastuun jakaminen osallistujien kesken lähti edistymään melko luontevasti. Toiminnan eteenpäinviemiseen sopii erittäin hyvin näkemys jokaisen yksilön omien vahvuuksien hyödyntämisestä yhteisen hyvän edistämiseksi. Ryhmätoimintaan liittyy monenlaisia pieniä ja suurempia tehtäviä, jotka vaihtelevat suuresti riippuen kokoontumisten sisällöistä. Esimerkkeinä tehtävistä ja vastuurooleista voisi mainita vaikka kokoontumistilojen lämmittäjän rooli, kahvitusten ja jälkisiivousten toteuttajat, kokoontumistilan puhtaanapitotehtävät ja avainten haltijan roolit jne. Roolit ja ryhmälle kuuluvat tehtävät vaihtelivat ryhmittäin ja niiden määrä kasvoi toiminnan sisältöjen monipuolistumisen ja ryhmän verkostoitumisen myötä. Olipa sitten kokemusta, tietoa, taitoa ja kiinnostusta mistäkin osa-alueesta, ryhmässä oli mahdollisuus tuoda kortensa kekoon. Esimerkiksi yhteiselle retkelle lähdetessä joku tiesi reitit ja paikat, joku hoiti varauksia ja ottaa yhteyksiä, toinen vastasi tulenteosta, joku pullan leipomisesta, joku säesti nuotiolauluja jne.

Toiminnan sisältöjen suunnittelussa hyödynnettiin yhteisideointia, jota kirjattiin ylös paperille. Yhdessä mietittiin toiminnalle sopivin ajankohta ja mahdollisesti paikka sekä nimettiin vastuuhenkilö tai vastuuhenkilöt. Tämän jälkeen asiat kirjattiin ryhmän omaan toimintasuunnitelmataulukkoon.

*"Ensimmäisellä kokoontumiskerralla eräs osallistujista ehdotti, että laitettaisiin lappu kiertämään, johon jokainen voisi vuorollaan kirjoittaa, mitä ryhmässä halutaan tulevaisuudessa tehdä. Näin tehtiin ja sen jälkeen luettiin ääneen, millaisia ajatuksia ryhmäläisillä oli. Tässä aloitustilanteessa toiminnan sisältöön liittyviksi ehdotuksiksi nousivat jo ulkoilu, sauvakävely, makkaranpaisto nuotiolla, yhteislaulu, jumppa, käsityö, askartelu, retket, sisävoimistelu, kirjallisuus*

*esimerkiksi teemoilla "luetaan joku kirja, josta sitten keskustellaan yhdessä" ja "tämän runon haluaisin kuulla", yms. (Projektityöntekijän päiväkirjamerkintä.)*

Virtapiiri-ryhmätoiminnan laaja-alaisuus antoi mahdollisuuden monipuolisen ryhmätoiminnan toteuttamiseen. Tässä muutamia esimerkkejä siitä mitä ryhmissä tehtiin:

- retkeilyä lähimaastoon, uimahalliin, kuntosaliin, toisen ryhmän luokse
- kuminauhajumppaa, tuolijumppaa, sauvakävelyä
- yhteislaulua, musavisa, levyraati, yksinlaulua
- kädentaitoja: huovutusta, kivien maalaamista, pajutöitä, tuohitöitä, korien ja kassien valmistamista, kynttilöitä, kortteja, kransseja, koriste-esineitä jne
- kirjallisuutta, kuten juttujen, tarinoiden, vitsien ja runojen lukua, sketsien esittämistä
- seurapelejä, tietokilpailuja, arvoituksia, sanalaskuja
- muistelua, tarinointia ja keskustelua

Osoituksena ryhmäläisten aktiivisuudesta ja erilaisten toimintasisältöjen suunnittelusta voisivat olla esimerkiksi ne kokoontumiset, joihin ryhmäläiset ovat itse ideoineet ja kutsuneet vieraita, tai ne kerrat, he jolloin ovat järjestäneet vertaisryhmän kokoontumisen omassa kodissaan tarjoten vaihtelua tavanomaisiin kokoontumisiin. Itseohjautuvan toiminnan rakentumista vahvistivat osaltaan myös ne kokoontumiset, jolloin ryhmäläiset toisiaan tukien, opettaen ja ohjaten ovat yhdessä kulkeneet uusien asioiden äärelle. Nämä ja monet muut tilanteet olivat ryhmille kannustavia hetkiä huomata, miten paljon voimavaroja heillä itsellään on käytössä.

Ryhmissä todettiin, että "meidän jokaisen panos on tärkeä" ja että "me itse vaikutetaan siihen, miten ja mihin asti toiminta jatkossa kantaa"! Virtapiiri toiminta tarjosi osallistujille mahdollisuuden tehdä jotain oman kylän ja sen asukkaiden hyväksi. Joillekin yhteistoimintaan osallistumisen mahdollisuus on avautunut vasta nyt eläkkeellä ollessa, jotkut ovat kovia konkareita oman kylän kehittämisessä. Vertaistoiminta on tarjonnut loistavan mahdollisuuden luovuttaa omaa osaamista koko ryhmän käyttöön.

#### **4.1.4 Ryhmien verkostoituminen**

Projektin aikana päätettiin järjestää ryhmien kesken yhteistä toimintaa. Tavoitteena näissä yhteisissä tapaamisissa oli ryhmien verkostoitumisen edistäminen oman tai naapurikunnan ryhmäläisten kesken. Yhteisten kokoontumisten lomassa ryhmäläiset saivat jakaa ideoita sekä yhteistietoja esimerkiksi vierailijoista

ja ideoista. Tapaamiset vahvistivat ryhmäläisten yhteenkuuluvuudentunnetta positiivisella tavalla. Lisäksi näissä tilaisuuksissa ryhmien keskinäinen kokemustenvaihto innosti usein keskinäiseen leikkimieliseen kilpailuun – ”kyllä meidän kylällä myös osataan”. Seuraavaksi on esitetty muutamia esimerkkejä näistä yhteisistä tapaamisista.

Ensimmäinen kokoontuminen toteutettiin kansalaisopiston järjestämän ikääntyvien yliopiston luennon yhteydessä. Saarijärvellä kaksi ryhmää ja Karstulassa kaksi ryhmää tutustui samanaikaisesti tarjolla olevaan toimintaan. Projektityöntekijät olivat mukana näissä tilanteissa. Luennon jälkeen ryhmät siirtyivät kahvittelemaan yhdessä vaihtaen ajatuksia luennon sisällöstä ja muista ajankohtaisista asioista. Kevään edetessä päätettiin järjestää useamman ryhmän kesken tapaaminen juhlien merkeissä Saarijärven Kalmarin kylätalo Nahjuksella. Idea aiheeseen syntyi eräässä ryhmässä, jossa keskusteltiin kyläkultuurin muuttumisesta, ja siitä millaisia asioita ennen kylillä toteutettiin. Menneinä vuosina ilmat olivat osaltaan kuuluneet kylien toimintaan ja kaihoisalla mielellä muisteltiin niiden tunnelmaa. Nostalginen muisteluhetki synnytti ajatuksen ryhmien yhteisistä päivillä vietettävistä iltamista.

Projektityöntekijöiden avulla selvitettiin viiden Pohjoisen Keski-Suomen Virtapiiri-ryhmän halukkuutta osallistua yhteiseen kokoontumiseen. Kaikki ryhmät ottivat haasteen vastaan ja yhdessä sovittiin, että juhlat järjestetään ryhmäläisten omana toimintana ilman ulkopuolista palvelua. Kaikki osallistuivat tämän yhteisen juhlan valmisteluun, suunnitteluun ja toteutukseen, ja vasta varsinaisessa juhlassa osallistujille selvisi, millainen kokonaisuus oli yhteistuumin syntynyt. Kylätalossa tunnelma oli korkealla, kun juhlassa oli osallistujia Kalmarista, Lannevedeltä, Kimingiltä, Lokakylältä ja Kangasaholta. Laulut, runonlausunta, sketsit, kahvitteleminen ja keskustelu kuuluivat juhlan sisältöön. Erään ryhmäläisen musiikkiystävät osallistuivat myös toimintaan vapaaehtoisuudessa tarjoten osallistujille ”elävää musiikkia”. Kokemus kylien yhteisen toiminnan järjestämisestä oli positiivinen. Tämän vuoksi projektin edetessä suunniteltiin toimintaa, joka mahdollisti eri kylillä asuvien ihmisten kanssakäymisen, ideoiden vaihdon sekä verkostoitumisen.

Projektissa päätettiin toteuttaa yhteisiä tapaamisia pienemmälle ryhmämäärälle. Koordinointi pyrittiin toteuttamaan mahdollisimman pienellä vaivalla huomioiden kyläkuntien etäisyydet toisistaan. Projektin edetessä ryhmät tapasivat eri aihealueiden merkeissä itseohjautuvasti mahdollisuuksien mukaan ilman projektityöntekijöitä. Tällaisia ryhmien yhteisiä tapaamisia järjestettiin esim. pääsiäisen ja joulun aikaan, erilaisten asiantuntijavieraiden tapaamisina sekä retkinä.

#### 4.1.5 Palautetta ryhmätoiminnasta

Ryhmätoiminnasta kerättiin palautetta, joka pyrittiin huomioimaan toimintaa suunniteltaessa ja arvioitaessa. Se käsiteltiin yhdessä ryhmäläisten kanssa, jolloin se toi läpinäkyvyyttä toiminnalle. Yhteisillä keskusteluilla ryhmä sai mahdollisuuden peilata ajatuksiaan useamman ryhmän muodostamaan suurempaan kokonaisuuteen. Seuraavassa listassa on koottuna projektin aikana kerättyä palautetta:

- Vuoden 2006 alussa kolmelle pilottiryhmälle toteutettiin alkuhaastattelut (30 henkilöä), joista Jyväskylän ammattikorkeakoulusta valmistui opinnäytetyö
- Vuoden 2007 alussa kolmelle pilottiryhmälle toteutettiin loppuhaastattelut (18 henkilöä)
- Keväällä 2006 ryhmäläisiltä kerättiin palautetta kyselyn (60 henkilöä) ja pienryhmähaastattelun (kahdelle ryhmälle) avulla
- Keväällä 2007 ryhmäläisiltä kerättiin palautetta (111 henkilöä)
- Vapaaehtoisten koulutuksista kerättiin palautetta (Kevät 2006, syksy 2006 ja kevät 2007)
- Kaikki vapaaehtoiset haastateltiin, ja haastattelujen yhteydessä oli mahdollisuus antaa palautetta (40 henkilöä)
- Vapaaehtoisuuden jatkuvuuden kysely (Kevät 2007)
- Millaista tukea Virtapiiri-toiminta tarvitsee jatkuakseen –kysely ryhmille (Kevät 2006, syksy 2007)

#### Palautetta keväällä 2006

Kevään 2006 aikana Lanneveden, Kalmarin, Kangasahon, Lokakylän ja Moxin ryhmiltä kerättiin kirjallista palautetta, jota antoi yhteensä 60 henkilöä. Vastauksen mukaan osallistujat olivat kokeneet saaneensa:

- uutta sisältöä, vaihtelua ja
- mielenvirkistystä elämään sekä
- uusia ystäviä tai seuraa.

Ystävän houkuttelu mukaan toimintaan, toisten ihmisten seura, tarve virkistytymiselle ja uteliaisuus olivat yleisimpiä syitä Virtapiiri-ryhmätoimintaan mukaan lähtemiselle. Ryhmätoiminnan toivotuimpia asioita olivat liikunta, keskustelu, muistelu, musiikki ja pelit sekä visailut.

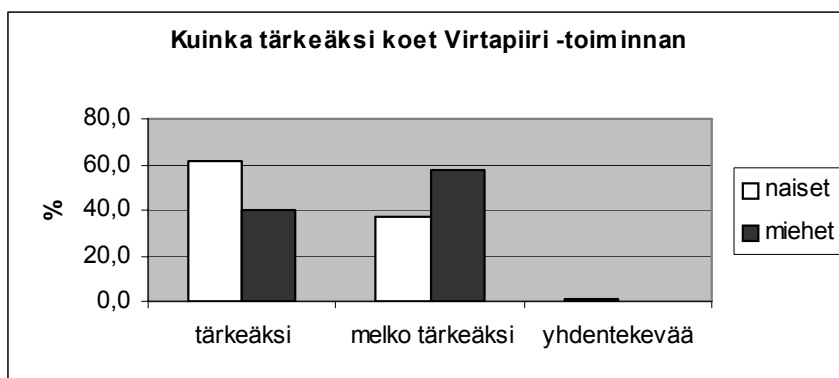
Suurin osa vastanneista kertoi kulkevansa ryhmään omalla autolla. Joillakin kyydinsaanti vaikutti mahdollisuuksiin osallistua ryhmän toimintaan. Lähes puolet vastanneista koki toiminnan tärkeäksi ja toinen puoli melko tärkeäksi. Kukaan ei kokenut toiminnan olevan yhdentekevää. Yhtä vastannutta lukuun

ottamatta kaikki kokivat, että toimintaan oli helppo tulla mukaan. Kaikki kokivat voivansa suositella toimintaa muiden kylien ikääntyville.

### Palautetta keväällä 2007

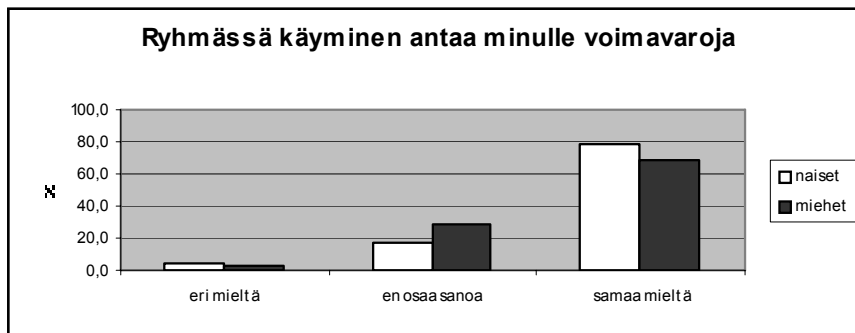
Vuoden 2007 Virtapiiri-ryhmien toiminnasta palautetta kerättiin 111 henkilöltä, joista miehiä oli 35 ja naisia 76. Seuraavissa kaavioissa on kuvattu prosentuaalisesti osallistujien antamaa palautetta erilaisista osa-alueista. Osassa taulukoita on kuvattu useammalla muuttujalla vastaajien mielipiteitä.

#### Taulukko 1. Virtapiiri-toiminnan tärkeys



Taulukossa 1 on luettavissa, että naisista 70 % ja miehistä puolestaan 50 % koki Virtapiiri-toiminnan erittäin tärkeäksi.

#### Taulukko 2. Voimavarojen lisääntyminen

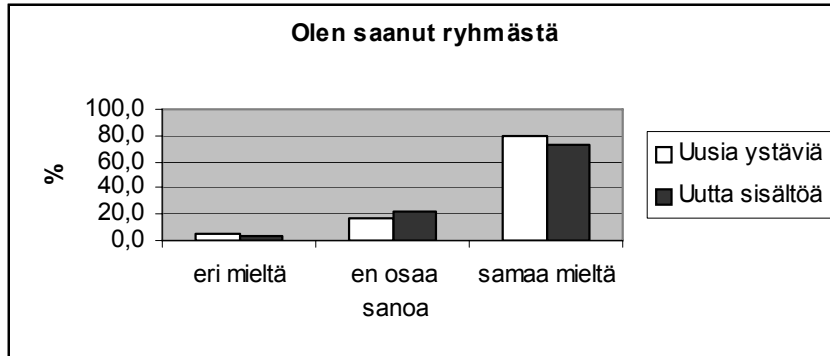


Taulukossa 2 on kuvattu virtapiiriläisten palautetta siitä, miten he ovat saaneet voimavaroja ryhmätoiminnasta. Lähes 80 % naisista ja 70 % miehistä oli sitä

mieltä, että ryhmätoiminta on antanut voimavaroja. Yli 80 % virtapiiriläisistä oli sitä mieltä, että Virtapiiri-toiminta sekä monipuolista että tarpeellista.

Virtapiiri on tarjonnut ryhmäläisille uusia ystäviä sekä uutta arjen sisältöä. Tätä osoittaa taulukko 3.

**Taulukko 3. Virtapiiriryhmän vaikutuksia arkeen**



Taulukon 3 mukaan ryhmä on mahdollistanut 80 %:lle vastaajista uusia ystäviä ja 70 %:lle uutta arjen sisältöä.

Elvi-toiminta perustui ryhmäläisten oman aktiivisuuden lisäämiseen ja osallistamiseen. Kun tätä kysyttiin, niin 70 % vastaajista oli sitä mieltä, että he olivat voineet vaikuttaa ryhmätoiminnan sisältöihin ja teemoihin. Erityisenä huomiona vastauksista nousee se, että 70 % naisista ja 50 % miehistä arvosti toiminnan ideologista sitoutumattomuutta.

## 5 ELVI-PROJEKTIN VAPAAEHTOISTOIMINTA

*”...näkee toisia ihmisiä ja kuulee kaikenlaisia mielipiteitä, nyt on aikaa vapaaehtoistoimintaan ...”*

Projektin toiminta perustui vapaaehtoistoiminnan kehittämiseen ja vakiinnuttamiseen kylillä. Siksi jo alkuvaiheessa pohdittiin kysymystä, kuinka projektin aikana käynnistetty toiminta tulee vakiintumaan osana kuntien vanhuspalvelukokonaisuutta. Toiminnallaan projekti pureutui julkisen ja kolmannen sektorin välisen yhteistyön sekä vapaaehtois- ja vertaistoiminnan synnyttämiseen. **Tavoitteena oli luoda uusi ennaltaehkäisevän työn palvelukokonaisuus maaseudun senioreille ja ikääntyville sekä samalla mahdollistaa kylien sisällä tapahtuva sosiaalinen verkottuminen ja yhteisöllisyys.** Projektin toimintakokonaisuudessa vapaaehtoiset mahdollistivat useiden ihmisten kohtaamisen, yhdessä tekemisen ja uusien ystävyys-suhteiden syntymisen. Heidän tehtävänä oli huolehtia toimintaan liittyvistä käytännön järjestelystä sekä aktivoida muita ryhmäläisiä ideoiden synnyttämiseen, suunnitteluun ja toteuttamiseen.

Projektin aikana pyrittiin selvittämään:

- kuinka vapaaehtoisten koulutuksen järjestäminen onnistuisi,
- ketkä toimisivat ryhmissä vapaaehtoisina,
- millainen rooli projektityöntekijöillä olisi toiminnan eteenpäin viemisessä ja
- mikä taho tukisi toimintaa projektin päättyttyä?

Alustavaa keskustelua vapaaehtoisten koulutuksesta oli vuoden 2005 syksyn aikana ryhmätoiminnan käynnistämisen yhteydessä. Syksyn aikana keskusteltiin projektitoiminnan yleisistä tavoitteista sekä vapaaehtoisten henkilöiden mahdollisesta roolista. Vapaaehtoistoiminnan esilletuominen oli melko haasteellista, sillä samanaikaisesti tuli muodostaa perustaa ryhmätoiminnalle sekä etsiä vapaaehtoisuudesta kiinnostunutta väkeä. Vapaaehtoisten samanaikainen houkuttelu aiheutti joillakin henkilöillä varauksellista suhtautumista ryhmätoimintaan kohtaan. Syksyllä 2005 toiminnan eteenpäinvieminen painottuikin ryhmätoiminnan tarpeellisuuden kartoittamiseen ja osallistujien omien voimavarojen aktivoimiseen. Varsinainen vapaaehtoisten toimijoiden aktiivinen rekrytointi alkoi vuoden 2006 alussa.

Peruslähtökohtana projektin vapaaehtoisuudessa oli ajatus, että jokaisella ihmisellä on elämän varrella kerättyjä tietoja, taitoja ja kokemuksia, joita voi hyödyntää yhteisen hyvinvoinnin edistämiseksi. Vapaaehtoiset eivät siis tarvitse erityisosaamista toimiakseen ryhmässä vastuuhenkilönä. Jokainen sai osallistua toimintaan haluamallaan tavalla. Projektin kautta vapaaehtoisille tarjottiin tukea, ohjausta, koulutusta ja virkistystä paikallisten tarpeiden mukaisesti. Seuraavissa osioissa on kuvattu projektin vapaaehtoistoiminnan muodostumista ja siihen vaikuttaneita tekijöitä.

## 5.1 Minustako vapaaehtoinen?

*“... Erään kokoontumiskerran kerran yhteydessä otin esille vapaaehtoisuuden ja vapaaehtoisten koulutukset, jossa tunnelma ja tilanteen haasteellisuus oli käsin kosketeltavaa “Loppuuko toiminta, jos ei saada vetäjiä” oli erään osallistujan esittämä kysymys, jossa kaikkien ajatukset tai pelot toimintaa kohtaan kiteytyivät... Tunnelma oli tuossa hetkessä tiivis sekä haasteellinen. Olisi ollut mielenkiintoista todella tietää mitä jokainen asiasta ajatteli. Ryhmätoiminnalle on alueella selkeästi tarvetta, mutta vastuunkanto vapaaehtoistoiminnan osalta vaikutti ryhmäläisiltä hyvin haasteelliselta.” (Projektityöntekijän päiväkirjaote.)*

Projektitoiminnan aluksi tavoiteltiin vapaaehtoisia nuorten, työikäisten ja ikääntyvien joukosta. Pulmana nähtiin se, että ryhmä kokoontui päiväaikaan, jolloin suurin osa mahdollisista vapaaehtoisista oli työelämässä tai opiskelemassa. Toiminnan edetessä odotukset vapaaehtoisten löytymiseksi kohdistuivat ryhmäläisiin ja ajatukseen, että jotkut heistä olisivat halukkaita toimimaan vapaaehtoisena vastuuhenkilönä.

Aluksi vapaaehtoistoiminnasta puhuminen oli haasteellista, sillä ryhmäläisten oli vaikeaa mieltää itseään vapaaehtoisen rooliin. Tämä ilmeni muun muassa siten, että ryhmäläiset nimesivät toinen toisiaan ja ryhmäläisiä vapaaehtoisiksi. Vapaaehtoisiksi nimettiin jopa henkilöitä, jotka eivät olleet paikalla tai jotka olivat kokonaan ryhmän ulkopuolella. Vapaaehtoistoimintaan liittyvien oli keskeistä saada ryhmäläisten motivaatio heräämään vapaaehtoistoimintaa kohtaan. Tärkeää oli myös, että osa ryhmäläisistä tiedusteli aktiivisesti kylältä henkilöitä mukaan toimintaan.

Yhteisten keskustelujen aikana havaittiin, että projektin käyttämä vapaaehtoisten koulutus ja vapaaehtoinen ohjaaja -sana koettiin joltain osin pelottavina, joten kynnyksen madaltaminen oli paikallaan. Tärkeää oli, että ihmiset kokivat omien tietojensa, taitojensa ja kokemustensa riittävän vapaaehtoisena toimimiseen. Koulutuksen rinnalla projektissa puhuttiin perehdyttämisestä, kokemusten vaihdosta, toiminnan ideoinnista sekä Elvi-toiminnan selkeyttämi-

sestä. Termejä avattiin käytännönyhteyttä hyödyntäen ja kertoen esimerkkejä siitä millaisia asioita vapaaehtoinen voisi toimiessaan tehdä sekä mitä vastuun jakaminen ryhmässä voisi pitää sisällään. Keskustelujen ja kynnyksen madaltamisen vuoksi muutamat ryhmäläiset osoittivat mielenkiintoa vastuuhenkilöasi-  
aa kohtaan. Vastuun jakaminen muiden vapaaehtoisten sekä koko ryhmän kanssa nousi tärkeimmäksi asiaksi koulutukseen mukaan lähtevillä.

## 5.2 Vapaaehtoisten kouluttaminen ja valmentaminen

*”...Kylätoimikunta ollut pitkään harrastuksena, kyläavustajan tehtävät muutama vuosi sitten, kaikki vapaa-aika meni näissä vapaaehtoistehtävissä muutama vuosi sitten...”*

Pohjoisessa Keski-Suomessa projekti pyrki tekemään yhteistyötä eri toimijoiden kanssa yhteisessä vapaaehtoiskoulutuksessa. Mukana kurssijärjestelyissä olivat kansalaisopisto, Mannerheimin Lastensuojeluliiton Saarijärven paikallisyhdistys, Saarijärven nuorisorengas, NOJARI-projekti, Välittävät sukupolvet -hanke ja Elvi-projekti. Yhteistyön aluksi selvitettiin vapaaehtoiskoulutuksen yhteneväiset tarpeet, minkä vuoksi koulutusta tarjottiin osana kansalaisopiston kurssitarjontaa. Koulutussisältöä hahmoteltiin yhteistyössä eri tahojen kanssa ja näiden edustajat sitoutuivat osallistumaan kouluttajina kursseilla. Laajasta tiedottamisesta huolimatta tarjolla oleva vapaaehtoistoiminnan peruskurssi ei houkuttanut yleisesti osallistujia paikalle. Tässä vaiheessa Elvi-projektilla oli jo alustavasti tiedossa noin kahdenkymmenen henkilön joukko, jolle koulutusta haluttiin tarjota. Yhteistyössä järjestetyn vapaaehtoistoiminnan kurssin osallistujat olisivat koostuneet Elvi-projektin vapaaehtoisista, joten tämän seurauksena projektissa päätettiin kouluttaa vapaaehtoiset itse. Vuoden 2006 alussa koulutusta tarjottiin projektin aikana käynnistyneelle viidelle ryhmälle.

Peruskoulutuksen lisäksi Elvi-projekti järjesti toisen vapaaehtoisten tapaa-  
misen (keväällä 2007), jossa keskityttiin vapaaehtoisten jaksamisen tukemiseen, kokemusten vaihtoon ja virkistäytymiseen. Tapaamisen yhteydessä keskusteltiin omien voimavarojen tunnistamisen tärkeydestä sekä käsiteltiin yleisellä tasolla uupumisen oireita ja niiden tunnistamista. Projektissa laadittiin vapaaehtoisten voimavarojen kartoittamisen tueksi SWOT-analyysiin pohjautuva mindmap, jota käytettiin omien voimavarojen hahmottamisen tukena. Aiheen tiimoilta käytiin yleisesti keskustelua, ja jokainen sai tuoda halutessaan omia kokemuksiaan ja ajatuksiaan esille. Koulutuspäivän lopuksi keskusteltiin vapaaehtoisten kokemuksista, jossa jokainen sai miettiä omakohtaisesti toiminnan tuomia onnistumisen kokemuksia ”tähtihetkiä” sekä ”mustia pilviä”, jotka puolestaan olivat toteutuneita tai mahdollisia uhkia oman toimimisen tai jaksamisen kannalta. Seuraavassa kuvattuna muutamia kokemuksia.

*Tähtihetki: "Näkee ihmisten iloiset ilmeet"*

*Tähtihetki: "Yhdessä järjestetyt tapahtumat, joissa henki ja ruumis sai ravintoa, sekä yhdessä onnistumisen ilon kokeminen"*

*Musta pilvi: "Ryhmässä alkavat juoruta asioista, joilla ei ole mitään perää"*

*Musta pilvi: "Jos joku jää pois!"*

Vapaaehtoiset olivat hyvin sitoutuneita koulutukseen, mikä näkyi osallistujien osallistumisena koulutukseen molempina päivinä sekä mahdollisen poissaolon sopimisena tai ilmoittamisena projektityöntekijöille. Poissa oli vain yksittäisiä ihmisiä. Koulutuksen yhteydessä vapaaehtoisilta kerättiin palautetta, joista tässä muutamia esimerkinä.

*"Antoi itsevarmuutta miettiä eri asioita"*

*"Toisen ryhmän tapaaminen ja ajatustenvaihto valisti omaa käsitystä vapaaehtoistoiminnasta"*

Koulutuksen sisällöllinen tieto tarjosi uusia näkökulmia sekä mahdollisuuden pohtia vapaaehtoisuutta laajemmassa yhteiskunnallisessa merkityksessä ja osallistujien omakohtaisten kokemusten sekä odotusten valossa. Koulutus avasi osallistujille monia projektin vapaaehtoistoimintaan kiinteästi kuuluvia käsitteitä ja kirkasti vapaaehtoisien paikkaa toimintakokonaisuudessa. Yhteenkuuluvuuden tunne oman ryhmän kanssa lisääntyi ja oman kylän esilletuominen oli monelle kurssilaiselle tärkeää. Erilaisia aiheita käsiteltäessä osallistujat saattoivat nimetä omia tuttujaan tai ryhmäläisiä, joilla saattaisi olla jostakin asiasta tietoa, taitoa tai kokemusta. Yhdessä mietittiin oman kylän ja kyläläisten voimavaroja ja aktivoitumista toiminnan kehittämiseksi, mikä puolestaan lisäsi toiminnan juurtumista paikkakunnalle.

## 5.2.1 Koulutuksen rakentuminen

*"Sain tietoa toiminnasta, tutustuin muihin ryhmäläisiin."*

Yhteisen tapaamisen ja koulutuksen sisältöjen tarkoituksena oli vahvistaa vapaaehtoisten tietoisuutta kuulumisesta suurempaan kokonaisuuteen, jonka etenemiseen ja kehittymiseen jokainen voisi osaltaan olla vaikuttamassa. Tavoitteena oli lisätä osallistujien motivaatiota, auttaa heitä tarkentamaan sekä sisäistämään omaa rooliaan ryhmän vapaaehtoisena sekä madaltaa kynnyistä

käytännön toimimisessa. Tärkeää oli, että jokainen saisi jotain uutta opittavaa sekä pohdittavaa ja mahdollisuuden vaihtaa ajatuksia muiden vapaaehtoistointaan mukaan lähtevien kanssa. Koulutusta tarjottiin useammalle Virtapiiri-ryhmälle, joten tärkeä oli vahvistaa erillisesti myös jokaisen Virtapiiri-ryhmän omaa vapaaehtoisuutta.

Koulutuksen rakentumiseen vaikutti ryhmän heterogeenisyys. Osa osallistuneista on oman työnsä, koulutuksensa tai jonkin muun toiminnan kautta totunut käymään erilaisilla kursseilla sekä koulutuksissa, ja osa puolestaan ollut kursseilla vähemmän tai ei ollenkaan. Tämän lisäksi kehitettävän Elvi-projektin tuntemus vaihteli osallistujien kesken hyvin paljon. Koulutukseen osallistui henkilöitä, joille ryhmäkokoonantumisia oli ehtinyt kertyä jo jonkin verran. Lisäksi mukana oli henkilöitä, joiden ryhmä oli kokoontunut muutamia kertoja tai ryhmätoiminta ei vielä ollut edes käynnistynyt. Osallistujien erilaiset kokemukset ja odotukset koulutuksesta asettivat haasteita koulutussisällön rakentamiselle.

Koulutus tarjottiin kahden päivän kokonaisuutena siten, että koulutuspäivien väliin jäi aikaa noin kaksi viikkoa. Tässä kohden projektityöntekijät esittivät vapaaehtoisille haasteen: jokaisen ryhmän tuli kokoontua itsenäisesti vapaaehtoisten johdolla ja kokoontumisen yhteydessä ryhmän tuli sopia yhteinen toiminta-ajatus/ryhmämotto, joka toimisi pohjana yhteiselle toiminnalle.

Etätehtäväkokemukset toteutetusta ryhmäkerrasta jaettiin seuraavan koulutuksen yhteydessä. Tämän avulla vapaaehtoiset saivat ilman sitoutumista kokeilla miltä toiminnan eteenpäin vieminen omalla porukalla tuntui. Projektin toiveena oli, että kokemus edistäisi oman ryhmätoiminnan määrittelyä, vahvistaisi ryhmähenkeä ja sitouttaisi ihmisiä vapaaehtoisuuteen liittyen.

Ensimmäinen pohjoiseen Keski-Suomeen sijoittuva koulutuspäivä ja yhteinen virkistäytyminen oli maaliskuussa 2006 Kannonkoskella Luonto-, liikunta- ja nuorisomatkailukeskus Piispalassa. Toinen koulutuspäivä toteutettiin Karsulan kansanopistolla muutaman väliviikon jälkeen maaliskuussa. Korpilahdella vapaaehtoisten ensimmäinen koulutuspäivä ja yhteinen virkistäytyminen toteutettiin puolestaan huhtikuussa Surkeenjärven matkailutilalla Moksissa ja toinen koulutuspäivä muutaman väliviikon jälkeen huhtikuussa 2006 Ylämuuratjärven kylätalolla. Keväällä mukana koulutuksissa oli yhteensä 30 vapaaehtoista. Syksyllä 2006 vastaava kahden päivän kokonaisuus järjestettiin kertaalleen pohjoisessa Keski-Suomessa. Syksyn jälkeen projekti oli kouluttanut yhteensä 40 vapaaehtoista vastuuhenkilöä. Vuonna 2007 projekti toteutti vastaavanlaisen kokonaisuuden huhti-toukokuussa. Yhden päivän kokonaisuudessa painopiste oli virkistäytymisessä ja kokemusten vaihdossa.

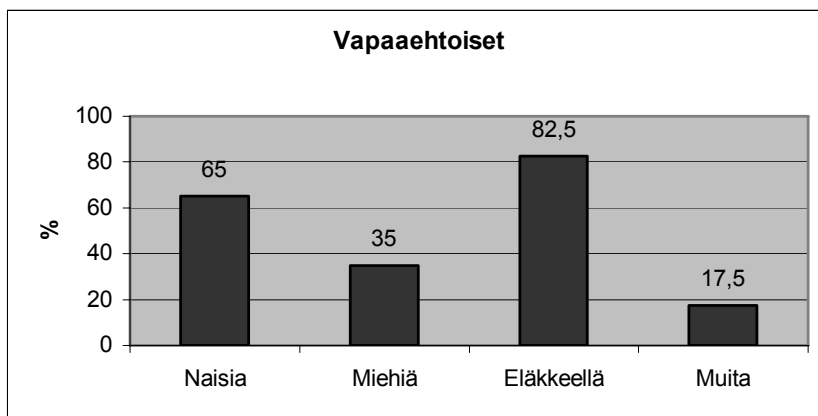
Koulutuksessa hyödynnettiin Sosiaali- ja terveysturvan keskusliiton Vapaaehtoistoiminnan koulutusaineistoa sekä Tuula Heiskasen ja Seija Hiisijärven kokoamaa materiaalia ([www.ela.fi/akatemia/ryhmienohjaaminen.php](http://www.ela.fi/akatemia/ryhmienohjaaminen.php)).

## 5.2.2 Kokemuksia vapaaehtoisuudesta

Projektissa tehtiin päätös vapaaehtoisten haastatteluista, joka mahdollistaisi projektityöntekijän ja vapaaehtoiseksi aikovan henkilön vuoropuhelun. Keskustelun yhteydessä tärkeintä oli antaa ihmisille mahdollisuus kysymysten tekoon. Haastattelut toimivat vapaaehtoistoiminnan sitouttamisen välineenä, ja niiden yhteydessä jokainen sai määritellä ajallisesti ja toiminnallisesti oman osallistumisensa vapaaehtoisena vastuuhenkilönä. Lisäksi niiden kautta projektityöntekijät saivat tärkeää tietoa jokaisen yksilökohtaisesta tilanteesta, toiveista, tuen tarpeista ja voimavaroista. Haastattelut toteutettiin 4.5.2006–20.12.2006. Suurimmaksi osaksi ne toteutettiin ryhmien kokoontumisten yhteydessä, mutta osan toteuttivat puhelinhaastatteluna projektityöntekijät ja sosionomiopiskelijat. Koulutuksessa oli mukana 43 henkilöä, joista 40:lle haastattelu toteutettiin. Haastattelujen yhteydessä kolme henkilöä vetäytyi toiminnasta omaan elämäntilanteeseen liittyvistä syistä. Vapaaehtoisten ikäjakauma oli 31–78 vuotta.

Suurimmalle osalle vapaaehtoisista oli kertynyt aikaisempaa kokemusta vapaaehtoistoiminnasta ja useille vastaajista se oli kertynyt kyläyhdistyksen sekä muun seuratoiminnan, seurakuntatoiminnan ja talkoiden kautta. Vastuuhenkilöistä koostuvan ryhmäkohtaisen vapaaehtoisjoukon koko vaihteli ryhmittäin kolmesta kuuteen.

Taulukko 4. Vapaaehtoisten taustat



Taulukossa 4 on kuvattuna vapaaehtoisten taustoja. Kohtaan *muuta* sisältyvät työkäiset ja opiskelijat.

**Vapaaehtoisilta kysyttiin, mikä oli saanut heidät kiinnostumaan projektin tarjoamasta vapaaehtoisuudesta.** He kertoivat, että kanssakäyminen, uusien sosiaalisten suhteiden luominen, omassa elinpiirissä tapahtuva toiminta, auttamisen ja osallistumisen halu, virkkeiden tarjoaminen toisille eläkeläisille,

oman mielen hyvinvointi sekä uusien haasteiden saaminen herättivät mielenkiintoa toimintaa kohtaan..

*"Se tuo haasteita elämälle. Voi olla ihmisten kanssa ja auttaa ihmisiä."*

*"Näkee toisia ihmisiä ja kuulee kaikenlaisia mielipiteitä, nyt on aikaa vapaaehtoistoimintaan."*

*"Kyläkuntalaiset tulisivat läheisemmäksi toisilleen. Virtapiiri voisi toimia paikkana, jossa voisi vaihtaa mielipiteitä, toiveena olisi, että saisi mukaan myös yksinäiset."*

Projektissa koettiin tärkeäksi selvittää **millaisia odotuksia ihmisillä** oli toiminnalle ja millaiset asiat mahdollisesti motivoisivat heitä. Suurin osa vastaajista odotti saavansa vapaaehtoistoiminnalta virkistytymistä, yhdessäoloa ja yhteenkuuluvuuden tunnetta. Joidenkin odotukset liittyivät siihen, että saisi kylän väkeä mukaan toimintaan, ja jonkun odotukset liittyivät ihmisten kohtaamiseen tutussa ympäristössä.

*"Odotan oppivani uusia asioita ja "kujeita" ja tulevani tutuksi erilais-  
ten ihmisten kanssa."*

*"Saa pelata omilla taidoillaan, toiminta ei luo paineita, saa luottaen  
alkaa mukaan toimintaan. Toimii tavallisena ihmisenä tavallisten  
ihmisten kanssa."*

*"Odotan hyvää ilmapiiriä ja ryhmään yhteen henkeen puhaltamista,  
yhdessä oloa ja tekemistä."*

Haastatteluissa ilmeni, että vapaaehtoiset kokivat **voivansa antaa ryhmälle** muun muassa mahdollisuuden virkistymiseen, iloisen mielen, omaa aikaansa ja käytännön työpanoksensa, ideoita ryhmätoiminnan sisältöihin. **Projektityöntekijöiltä, tiimiltä ja ryhmältä odotettiin tukea** ryhmätoiminnan ideoihin, neuvontaan ja opastukseen.

*"On hyvä asia, että koko tiimi tukena, yhdessä suunnittelu ja asioita  
päättäminen tärkeää, tärkeää tiiminä saada tukea ja ideoita muilta  
ryhmäläisiltä, työntekijän rinnalla kulkeminen tärkeää myös."*

*"Neuvoa käytännön asioihin, kuten esimerkiksi liikuntaan liittyviin  
asioihin, askarteluohjeita, yms."*

*”Yhdessä vapaaehtoisten tiimin kanssa ja kuulla mitä muilla ryhmillä on tapahtunut, yhdessä vapaaehtoisten kanssa.”*

### 5.2.3 Vapaaehtoisten sitoutuminen toimintaan

Projektitoiminnan jatkuvuuden kannalta oli tärkeää turvata myös vapaaehtoisuuden jatkuvuus. Ensimmäisen haastattelun yhteydessä sovittiin yhdessä sitoutumisen pituudeksi vuosi, jonka jälkeen jokainen voisi miettiä omakohtaista halukkuuttaan sekä mahdollisuutta jatkaa mukana toiminnassa. Tällä ajallisella sitoutumisella ryhmä ja projekti saivat varmemman pohjan toiminnan kehittämiseksi.

Projektissa tehtiin kysely vapaaehtoisuuden jakson lopussa, jossa jokaisen henkilökohtaista tilannetta tiedusteltiin keväällä 2007 vapaaehtoisten koulutus- ja virkistyspäivien aikana kerätyn palautteen yhteydessä. Kyselyn avulla jokainen sai erilaisten vaihtoehtojen kautta ilmaista halukkuutensa keskustella asiasta vielä tarkemmin muiden ryhmäläisten ja/tai projektityöntekijöiden kanssa. Suurin osa kyselyyn vastanneista halusi jatkaa mukana toiminnassa. Esiitettyjen toiveiden mukaisesti projektityöntekijät olivat yhteydessä henkilöihin, jotka halusivat vielä tarkemmin keskustella omasta vapaaehtoisuudestaan. Tässä yhteydessä kaksi henkilöä ilmaisi halukkuutensa oman toimintansa päättämisestä, mutta ilmaisivat halunsa jatkaa ryhmäläisenä.

Kysely auttoi projektia hahmottamaan ryhmien tilanteen ja sen, millainen vapaaehtoistoiminnan vahvuus jokaisessa ryhmässä oli. Projektin onneksi tilanne oli hyvä, ja lähes kaikki halusivat jatkaa toiminnassa mukana. Tilanne olisi voinut olla myös toinen, jolloin projektissa olisi jälleen aloitettu tehokas vapaaehtoisten rekrytointi.

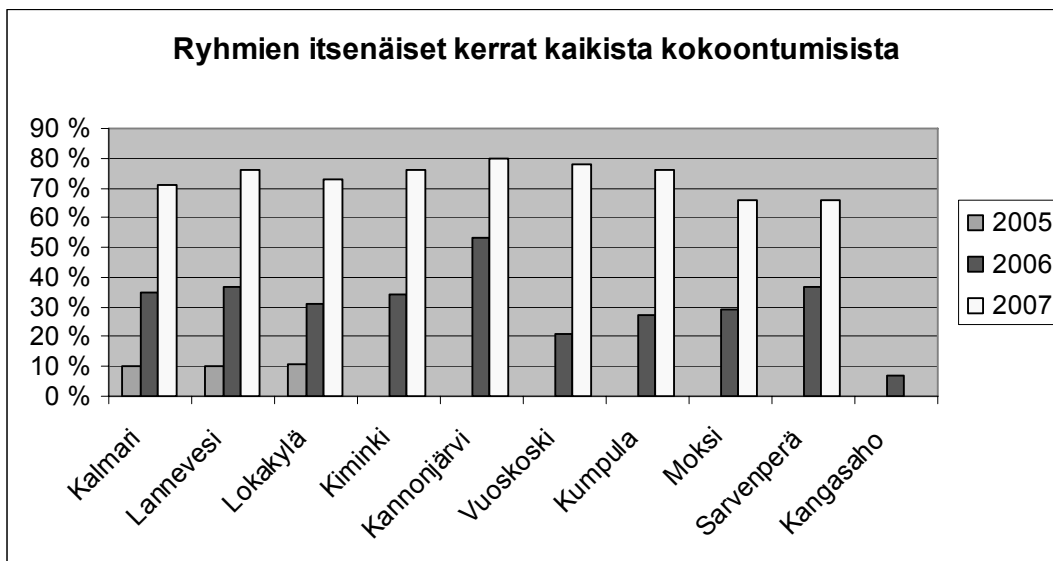
### 5.3 Useita polkuja vapaaehtoisuuteen

Syksyllä 2005 pilottiryhmiä käynnistettäessä tiedossa ei ollut yhtään vapaaehtoista. Esimerkiksi keväällä 2006 käynnistetyssä yhdessä ryhmässä vapaaehtoiset olivat tiedossa ennen varsinaista ryhmän olemassaoloa. Tämän lisäksi esimerkiksi yhdessä tapauksessa käytännön syiden vuoksi ryhmän käynnistäminen siirtyi 2006 syksyyn, jolloin koulutetut vapaaehtoiset olivat valmiina toiminnassa ryhmätoiminnan käynnistyessä.

Erilaiset lähestymistavat ryhmätoiminnan rakentamiseksi olivat mielenkiintoisia. Kaikissa vaihtoehdoissa päästiin samaan päämäärään, jossa ryhmät toimivat itseohjautuvasti ilman projektityöntekijöiden jatkuvaa läsnäoloa. Kuitenkin itseohjautuvan toiminnan porrastuksessa ryhmien kesken oli hieman eri rytmi. Kolmessa pilottiryhmässä toiminta rakentui hieman muita hitaammin.

Tähän vaikutti osaltaan se, että pilottiryhmien kokemustieto muodosti pohjan kaikkien käynnistettävien ryhmien toiminnan rakentumiselle.

**Taulukko 5. Ryhmien itsenäistyminen**



Taulukossa 5 ovat vuositasolla kaikkien ryhmien itsenäiset kokoontumiset. Itsenäinen kokoontuminen tarkoittaa, että ryhmä on kokoontunut ilman projektityöntekijöitä. Kokonaisuudessaan ryhmät kokoontuivat Elvi-projektin aikana yhteensä 495 kertaa. Lähes kaikki ryhmät kokoontuivat kerran viikossa. (Projektityöntekijän päiväkirjamerkintä.)

### 5.3.1 Tiimipalaverit vapaaehtoisuuden tueksi

Projektin aikana pohdittiin vapaaehtoisuuden ja ammattilaisten tekemän työn rajapintaa, ja sitä, miten jatkossa kuntien vanhustyöstä nimettyjen yhteyshenkilöiden rooli voisi toimintaa tukea. Tavoitteena oli, että projektin loppupuolella ryhmät olisivat muodostaneet toimintatavan, johon yhteistyötahon olisi luonteva osallistua. Tämän toimintatavan tärkeäksi alueeksi muodostuivat ryhmien tiimit, joissa käsiteltiin yhteisiä asioita.

*”Ryhmäläisten nimeämä tiimi – sana on melko ammatillinen termi, mutta tärkeimpänä sen käyttöönotossa pidimme sitä, että se ryhmäläisten itse nimeämä termi”*

Tiimin muodostamisen lähtökohtana oli, että siihen osallistuisi useampia vastuhenkilöitä sekä niissä voisi alustaa käytännön asioita ennen ryhmän varsi-

naista yhteistä ideointia. Projektin edetessä tiimeissä oli eroavaisuuksia: joissakin oli aluksi läsnä vastuuhenkilöiden joukko ja joissakin tiimeissä puolestaan olivat läsnä kaikki ryhmäläiset. Tavoitteena oli, että erillistä raja-aitaa ei muodostettaisi vapaaehtoisten vastuuhenkilöiden ja ryhmäläisten välille vaan toiminta säilyisi avoimena ja kaikkia osallistavana.

Tavoitteena oli, että Virtapiiri-ryhmien tiimit kokoontuvat osallistujien toiveiden ja tarpeiden mukaisesti. Niissä keskusteltiin ajankohtaisista asioista, käytännön järjestelyistä sekä suunniteltiin tulevaa ja arvioitiin toteutunutta toimintaa. Projektityöntekijät olivat mukana ryhmien tiimeissä, joista kirjattiin erilliset muistot ryhmille.

### **5.3.2 Esimerkkejä kyläkohtaisesta Virtapiiri-toiminnasta**

Seuraavassa osuudessa on kuvattu kahden Virtapiiri-ryhmän etenemistä. Toisessa esimerkkitapauksessa kuvataan ryhmää, joka jouduttiin päättämään, ja toisessa puolestaan keskitytään kokonaisuuteen, joka tavoitti laajasti viiden kylän asukkaita.

#### **5.3.3 Case 1: Virtaa riitti, mutta...**

Projekti järjesti yhteistyökunnassa verkostoille tiedostustilaisuuden, jossa kerrottiin käynnistettävästä toiminnasta. Kokouksen aikana haluttiin kuulla paikallisten asiantuntijoiden mielipiteitä toiminnan rakentumisesta. Paikalla yhteistyökokouksessa olivat vanhustyön johtaja, päiväkeskusohjaaja, seurakunnan diakoni, kansalaisopiston, Suomen Punaisen Ristin, Eläkeliiton, 4 H-yhdistyksen ja kyläedustajat. Yhteistyökokouksen tavoitteena oli saada tietoa paikallisilta toimijoilta ja muodostaa sen avulla suuntaa toiminnan etenemiselle. Kokouksessa päätettiin suunnata toimintaa kunnassa kahdelle kylälle.

Kyläedustajien kanssa päädyttiin ratkaisuun, että toimintaa tarjottaisiin myös naapurikyläiden väelle sekä lähellä sijaitsevan naapurikunnan kahdelle kylälle. Kylällä oli aikaisemmin tehty yhteistyötä naapurikyläiden kanssa esim. erilaisten tapahtumien, retkien ja liikuntaharrastusten järjestämisessä, joten yhteisen toiminnan rakentamisen koettiin voivan olla luontevaa. Kohdekylältä talkoohenkeä oli löytynyt näihin päiviin asti, joten odotukset vapaaehtoisten löytymiseksi olivat positiiviset. Kokoontumispaikasta keskusteltaessa todettiin, että kyläyhdistyksellä ei ollut omaa kokoontumistilaa, mutta kyläkoululta löytyisivät mahdollisesti tilat, jotka soveltuisivat hyvin ryhmätoimintaan. Yhteistyötä oman kyläkoulun kanssa oli myös totuttu kyläyhdistyksessä tekemään.

Kyläyhdistyksestä nimettiin projektille kaksi yhteyshenkilöä, jotka sitoutuivat toimintaan mm. tiedonsiirron, tiedottamisen ja erilaisten kokousten avulla. Yhteistyöllä varmennettiin, että paikallistuntemus ja paikalliset voimavarat oh-

jaisivat kehitettävän toiminnan rakentumisessa eikä projekti toimisi irrallisena muusta kylän kehittämistoiminnasta.

Helmikuun alussa 2006 kyläkoululla järjestettiin toiminnasta tiedotustilaisuus. Projekti kutsui tilaisuuteen paikallisia toimijoita ja kyläyhdistyksen yhteyshenkilöt puolestaan tiedustelivat alustavasti paikalle vapaaehtoisuudesta kiinnostuneita henkilöitä. Paikalle tuli mukavasti väkeä ja kyläillan päätteeksi tehtiin päätös toiminnan käynnistämisestä.

### **Ryhmätoiminnan käynnistäminen keväällä 2006**

Pohjatyon jälkeen maaliskuussa 2006 kylällä käynnistyi Virtapiiri-ryhmä. Ryhmän kokoontumispaikkana toimi kyläkoulu, jossa liikuntasali ja luokatilat olivat ryhmän käytössä. Kokoontumisaika sovittiin yhteistyössä koulun henkilöstön kanssa. Kokoontumisajankohtaa mietittäessä huomioitiin ryhmäläisten toiveet ja kylän muut toiminnat, jotta päällekkäistä tarjontaa tai kilpailua ei toimijoiden välillä syntyisi.

Kevään aikana ryhmä kokoontui 9 kertaa. Viikoittaisia kokoontumispäiviä verottivat ryhmän kokoontumispäiville osuneet arkipyhät. Toiminnan avulla tavoitettiin kevään aikana yhteensä 16 henkilöä, joista suurin osa oli naisia. Osallistujat olivat pääsääntöisesti paikallisia kyläläisiä, mutta joillakin kerroilla osallistujia oli myös naapurikylän ja -kunnan puolelta. Ryhmän koko vaihteli kevään aikana 3:n ja 10:n osallistujan välillä ja keskiarvo kokoontumisissa oli 7 ryhmäläistä. Ryhmäläisten keski-ikä oli 66 vuotta.

Kevään 2006 edetessä ei toimintaan ilmoittautunut yhtään vapaaehtoista, minkä vuoksi itsenäisiä kokoontumisia ei pidetty. Projektityöntekijän rooli toiminnan eteenpäinviemisessä oli keskeinen. Ryhmä ideoi melko rikkaasti toimintaa, mutta ryhmäläiset tukeutuivat vahvasti projektityöntekijään eivätkä toimineet oma-aloitteisesti toiminnan eteenpäinviemistä suunniteltaessa.

### **Ryhmätoimintaa syksyllä 2006**

Keväällä 2006 aloitettiin vapaaehtoisten tehostettu etsintä ja toiminnan siirtäminen itsenäiseen suuntaan. Tämän vuoksi uusia ryhmäläisiä ja vapaaehtoisia tavoiteltiin tiedotustilaisuudessa elokuun puolivälissä. Tiedotustilaisuuden paikka mietittiin yhteistyössä kylän toimijoiden kanssa ja sovittiin, että se järjestettäisiin naapurikylässä naapurikunnan puolella, josta joitakin kyläläisiä oli osallistunut ryhmän toimintaan. Osallistujia tilaisuuteen kutsuttiin suorilla yhteydenotoilla sekä kylän toimijoiden välittämällä tiedotteilla. Paikalle saapui kyläläisiä ja kyläyhdistysten toimijoita useilta eri kyliltä.

Osallistujien suuren määrän vuoksi yhteisen keskustelun pohjustuksena hyödynnettiin pienryhmätyöskentelyä. Projektitoiminta herätti yleisesti mielenkiintoa ja sen tarjoama toiminta koettiin tarpeelliseksi. Yhteisesti jouduttiin kuitenkin tilaisuuden edetessä toteamaan, ettei uuden ryhmän käynnistämiseen ollut käytössä riittäviä resursseja mm. vapaaehtoisten puuttumisen vuoksi. Tilai-

suuden päätteeksi sovittiin, että keväällä käynnistetty Virtapiiri-ryhmä jatkaa toimintaansa ja että se olisi avointa kaikkien kylien asukkaille kuntarajoista riippumatta.

Syksyn ensimmäinen Virtapiiri-ryhmän kokoontuminen pidettiin elokuun lopussa ja paikalla oli viisi ryhmäläistä, jotka olivat kaikki naisia ja kevään aktiivikävijöitä. Ensimmäisen kokoontumisen jälkeen ryhmä kokoontui vielä neljä kertaa, jonka jälkeen projektissa päätettiin lopettaa toiminta. Syynä lopettamiselle oli vapaaehtoisten vastuuhenkilöiden puuttuminen sekä projektitoiminnan laajentumisen myötä ajallisten resurssien niukkeneminen. Projektilla oli tässä vaiheessa käynnissä 10 ryhmää.

### **Palautetta ja pohdintaa toiminnan päättämisestä**

Viimeisen kokoontumisen yhteydessä osallistujilta kerättiin palautetta toiminnasta ja sen lopettamisesta. Osallistujien mukaan toiminnan vaikutukset omaan elämään olivat olleet positiivisia, ja se oli tuonut vaihtelua päiviin. Kokoontumispaikan sijainti koettiin myös osallistujien mielestä yleisesti hyvänä, vaikka osallistujia oli toiminnassa ollut mukana melko vähän. Tiedotuksen koettiin olleen riittävää ja luoneen positiivisia ajatuksia osallistavasta toiminnasta. Osallistajat kertoivat voineensa vaikuttaa toiminnan suunnitteluun ja toteuttamiseen haluamallaan tavalla. Lisäksi he kokivat saaneensa uutta tietoa, ja yhteydenpito toisiin ryhmäläisiin oli osallistujien kesken ryhmän myötä lisääntynyt. Palautekeskustelun yhteydessä esitettiin toiveita toiminnan jatkuvuudesta kyläkoululla sekä koettiin haikeutta toiminnan päättymisen vuoksi. Vastaajat olivat halukkaita jatkamaan toimintaa omaehtoisena ryhmänä. Tämän vuoksi osallistajat päättivät kokoontua joka toinen viikko jonkun ryhmäläisen kotona. Osallistajat nimesivät keskuudestaan yhteyshenkilön, jonka kautta projekti jatkaisi pienryhmän epävirallisemman omaehtoisen kokoontumisen tukemista mm. tiedotustoiminnan ja ideoiden avulla.

Omaehtoiset kokoontumiset alkoivat toteutua suunnitelman mukaan ja kodeissa kiertävä ryhmätoiminta koettiin mielekkäänä arjen piristyksenä. Ryhmä sai napakan aloituksen tueksi projektilta mm. materiaalia ja välineitä toiminnan sisältöjen toteutukseen. Osallistujien oma luovuus ja kekseliäisyys pääsivät pian esille, ja ryhmässä kehiteltiin esimerkiksi omia liikunnallisia pelejä sekä leikkejä. Kokoontumiset tarjosivat edelleen yhteisen ajan ja tilan tavata muita kyläläisiä. Toimintatapa oli omiaan lisäämään myös osallistujien aktiivisuutta ja kiinnostusta lähteä itse toimimaan oman arjen muokkaamisessa sellaiseen suuntaan, joka voi tarjota mm. erilaisia elämyksiä, fyysisen kunnon ja sosiaalisten suhteiden säännöllistä ylläpitoa sekä kokemuksia oman osaamisen jakamisesta.

### 5.3.4 Case 2. Virtaa riitti ja...

Tässä esimerkissä Elvi-toiminta laajentui usein kylien yhteiseksi toiminnaksi. Toiminnan aloitus oli erilainen, sillä yhteistyöneuvottelut aloitettiin lähestymällä paikallista yhdistystä. Sen toiminnalla vahvistetaan ja edistetään kylien yhteistyötä sekä muodostetaan mahdollisuuksia kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin lisäämiseen kylien alueella. Yhteistyökeskustelujen edetessä päädyttiin ratkaisuun, jossa yhteistyökumppanina toiminut yhdistys aloitti alkusyksystä 2005 kylien monipalvelukeskusmallin kehittämisen. Toiminnan tavoitteena oli lisätä kotona asumisen mahdollisuuksia, aktivoida mielekkääseen arkitoimintaan ja -liikkumiseen sekä tarjota terveydenhuollon tarvittavia peruspalveluita. Tämän laajemman kylien palvelukokonaisuuden tueksi käynnistettiin hankkeita ja mietittiin erilaisia palvelutuotantovaihtoehtoja, joissa myös Elvi-projekti sai olla mukana.

#### Toiminnan käynnistyminen

Taustaselvittelyjen ja kunnan kanssa käytyjen keskustelujen jälkeen projekti oli yhteydessä kahden kylän aktiivitoimijoihin. Kylien edustajat totesivat, että kylillä oli melko vähän kohderyhmään kuuluvia ihmisiä. Aiheesta keskusteltiin myös kunnan vanhustyön kanssa, mutta siitä huolimatta päätettiin kokeilla toiminnan käynnistämistä. Yhdessä pohdittiin kriittisesti kylien ikääntyvien osallistumishalukkuutta yhteisiin toimintoihin.

Projektin tavoitteena oli käynnistää toimintaa, jolla tavoitettaisiin ihmisiä säännöllisesti viikoittaisissa kokoontumisissa. Tässä yhteydessä kyläläiset toivat esille näkemyksen ryhmän kokoontumisesta kerran kuukaudessa. Yleisesti todettiin, että kylillä järjestetään yhteisiä tapahtumia pääosin kesäaikaan ja varsinaisesti ikääntyville suunnattua toimintaa ei ollut kylillä tarjolla. Sovittiin, että toimintaa tarjotaan laajasti eri kylien alueella ja toimipaikkana toimisi keskeinen toiminnassa oleva kyläkoulu. Syksyn aikana kylän aktiivitoimijat aloittivat tiedottamisen sekä vapaaehtoisten etsimisen. Projekti varmensi koulun tilojen käyttömahdollisuuden ja vieraili kyläyhdistyksissä keskustelemassa suunnitteilla olevasta toiminnasta.

Vuoden 2006 alussa järjestettiin useammalle kylälle suunnattu kaikille avoin tilaisuus, jossa tehtiin päätös toiminnan käynnistämisestä kylillä. Yhteisesti päädyttiin ratkaisuun, että ryhmä kokoontuisi vuoroviikoin toisen alueella käynnistettävän Virtapiiri-ryhmän kanssa. Tilaisuuden aikana kaksi henkilöä ilmoitti haluavansa osallistua toimintaan vapaaehtoisena vastuuhenkilönä.

#### Ryhmätoiminnan kehittyminen

Virtapiiri-ryhmä kokoontui ensimmäisen kerran helmikuussa 2006 kyläkoululla, jonka tilat kunta tarjosi ryhmän käyttöön. Koulun henkilöstön kanssa sovittiin ryhmälle soveltuva kokoontumisajankohta ja tiloihin liittyvistä käytännön järjestelyistä. Koulun henkilöstö suhtautui ryhmätoiminnan käynnistämiseen myönteisesti.

teisesti, ja ajatuksia viriteltiin sukupolvien välisen vuorovaikutuksen mahdollisuuksista. Ensimmäisen kokoontumisen yhteydessä keskusteltiin aloitettavan Virtapiiri-ryhmätoiminnan lähtökohdista sekä ideoitiin toimintasisältöjä. Tässä yhteydessä kaksi henkilöä ilmoitti halukkuutensa osallistua toimintaan vapaaehtoisena.

Ryhmän kokoontumisen jälkeen neljän vapaaehtoisen kanssa jäätiin keskustelemaan ja suunnittelemaan tarkemmin käytännön etenemistä, kuten vapaaehtoisten yhteisen koulutuksen ja ryhmän kokoontumisten ajankohdista sekä vapaaehtoisten mahdollisuuksista osallistua toimintaan. Ensimmäisen tapaamisen yhteydessä vapaaehtoisille muodostui selkeä näkemys vastuun jakautumisesta. Yhteisesti sovittiin, että kaksi miestä sekä kaksi naista toimisi pareittain, jakaen näin vastuuta ryhmätoiminnan eteenpäinviemisestä. Vapaaehtoiset olivat eri kyliltä, mutta jollain tavoin toisilleen entuudestaan tuttuja. Aito kiinnostus ja halu sitoutua yhteiseen kehittämistyöhön olivat selkeästi nähtävissä jo ensimmäisen tapaamisen yhteydessä. Ideoita ryhmätoiminnan sisällöistä syntyi rikkaasti ja keskustelussa painottui tiedottamisen sekä mahdollisten kimpapakyytien suunnittelu. Kaikilla oli aitoa halua tavoittaa omilla kylillään ihmisiä, jotka eivät aktiivisesti osallistuneet kylien yhteisiin toimintoihin.

Kevään 2006 aikana kokoontumisia ryhmällä oli kahdeksan ja niiden kautta tavoitettiin yli 30 osallistujaa neljältä eri kylältä. Kokoontumisten keskiarvo oli 17 henkilöä ja mukana oli tasaisesti naisia ja miehiä. Osallistujien keski-ikä oli noin 73 vuotta. Ryhmään kuljettiin joko kävellen tai omalla autolla ja suuri osa kulki ryhmään jonkun ryhmäläisen kyydissä. Ensimmäinen toimintakausi osoitti kaikkien toimijoiden ennako-oletukset kohderyhmän osallistumishalukkuudesta tai määrästä vääriksi. Projektin edetessä toiminta osoitti pysyvän tarpeellisuuden ja kokoontumisten osallistujamäärä pysyi korkeana.

Ryhmätoiminnan sisällöt olivat monipuolisia sisältäen mm. keskustelua, muistelua, kirjallisuutta, yhteislaulua ja pelejä. Lisäksi erilaisten vierailijoiden rooli muodostui toiminnan toteuttamisessa keskeiseksi tekijäksi. Yhteistyötä kehitettiin vahvasti kylien yhteisen yhdistyksen kanssa. Sen tarjoama tuki mm. Kunnossa Kaiken Ikää -projektin rahoituksen kautta mahdollisti ryhmän liikunnallisten retkien toteuttamisen ja liikuntaohjaajan vierailun ryhmässä. Toiminnan edetessä yhteistyötä syntyi toisen Virtapiiri -ryhmän, kunnan vanhustyön ja seurakunnan kanssa.

Mikä vaikuttaa esimerkkitapauksessamme toiminnan hyvään toteutumiseen? Kylillä oli kertynyt jo ennen projektia kokemusta yhteisen toiminnan kehittamisestä, joten tahtotilaa ja keinoja sekä osaamista uuden toiminnan käynnistämiseksi oli jo paikallisesti olemassa. Kaikilla kylillä oli oma kylälehti ja internetsivut. Tämän lisäksi kylän toimijat ilmoittivat paikallislehden seurapalstalla aktiivisesti ryhmän toiminnasta. Hyvin rakennettu tiedottaminen edisti toiminnan tunnettavuutta. Projektin toiminta vahvisti jo olemassa olevaa kehittämisen suuntaa tarjoten tukea orastaville visioille kylien vertaistoiminnan kehittämisessä

## 6 YHTEISTYÖVERKOSTOT

Virtapiiri-ryhmät toimivat ponnahduslautoina tai alustoina erilaisille toimijoille ja kehittämistyölle. Lisäksi ne toimivat hyvänä paikkana vastavuoroiselle tiedottamiselle, ohjaukselle, neuvonnalle ja erilaisille keskusteluille. Yhteisillä keskusteluilla oli mahdollisuus muokata maaperää erilaisille aihealueille, jotka edistivät kylien ikääntyvien kotona asumista.

### 6.1 Vierailijat rikastuttamassa ryhmien toimintaa

Elvi-projektissa tavoitteena oli rakentaa yhteistyöverkostoja, joiden avulla tuettiin kylien ikääntyvien kotona asumista mahdollisimman pitkään. Yhteistyötä tehtiin esimerkiksi toteuttamalla erilaisia vierailuja. Tällaisia olivat mm. seurakunnan diakonin, kunnan vanhustyön, vanhusneuvoston, apteekin, jalkojenhoitajan, luontaishoitajan, hierojan, kuvataiteilijan ja fysioterapeutin vierailut ryhmissä.

*”...Kahvittelun lomassa vierailijamme kertoi hieman itsestään ja siitä, että on toiminut vuoden alueella diakonina. Vierailun aiheena oli yhteisvastuukeräys, jonka tämän vuoden kohteena ovat vanhukset. Diakoni johdatteli keskustelua kyseisen aiheen äärelle. Ryhmän yhteisen keskustelun sisältöjä olivat mm. yksinäisyys, vanhuus ja vanhus. Keskustelua syntyi runsaasti ja oli hienoa kuulla ryhmäläisten ajatuksia aiheen tiimoilta...” (Erään ryhmän ensimmäinen vieras, projektityöntekijän päiväkirjamerkintä.)*

Jotkut vieraat tavoittivat kaikki yhdeksän Virtapiiri-ryhmää. Tällaisena esimerkkinä voisivat olla Kuurojen Palvelusäätiö seniori-ohjelman ja Näkövammaisten Keskusliitto ry:n senioripalvelun ja hammashuollon edustajien vierailut ryhmissä. Näissä tapauksissa ikääntyvien kuuloon, näköön ja suun hyvinvointiin liittyvien osa-alueiden neuvonta ja ohjaus antoivat mahdollisuuden keskustelulle ja kysymysten teolle. Tarjolla oleva tieto saattoi palvella heti ryhmäläisiä tai heidän läheisiään. Eräs ryhmäläinen kertoi, että hän oli asiatuntijavierailun jälkeen hakenut itselleen apua ja saanut kuulolaitteen helpottamaan hyvän arkielämän ja toimintakyvyn säilymistä.

Sosiokulttuurista ulottuvuutta toimintaan saatiin, kun syksyllä 2008 Jyväskylän museosta museolehtori ja Keski-Suomen museosta amanuenssi vierailivat Virtapiiri-ryhmissä antaen ohjausta, neuvontaa ja tietoa erilaista kulttuuripalveluista sekä Kulttuuriluotsi-toiminnasta. Toimijat tavoittelivat Kulttuuriluotsi-toiminnasta kiinnostuneita henkilöitä, jotka voisivat toimia yhdyshenkilöinä ja kulttuuritoiminnan tiedottajina ryhmissä. Keski-Suomen Elokuvakeskuksen edustaja oli myös kuulostelemassa kylien tarpeita ja tarjosi mahdollisuuksia "tarinallisen elokuvan tekemiseen" sekä tietoa mm. kiertävästä elokuvateatterista.

## 6.2 Oppilaitosyhteistyö

Oppilaitosten kanssa muodostettiin vastavuoroista yhteistyötä. Yhteistyötä toteutettiin Jyväskylän ammattiopiston lähihoitajaopiskelijoiden, Karstulan kansanopiston lähihoitajaopiskelijoiden sekä Jyväskylän ammattikorkeakoulun sosionomiopiskelijoiden kanssa.

Yhteistyön avulla oli mahdollisuus edistää opiskelijoiden näkemyksiä ikääntymisestä kylillä. Vierailut Virtapiiri-ryhmissä osaltaan edistivät opiskelijoille kylien toimintaympäristön hahmottamista sekä toivat uuden ulottuvuuden vanhuspalveluiden kokonaisuutta mietittäessä. Ryhmäläiset puolestaan saivat opiskelijoilta tietoa ammattilaisten tarjoamista palveluista sekä käytännön kokemuksia yhteisestä toiminnasta erilaisten terveyttä ja hyvinvointia edistävien aihealueiden parissa. Seuraavassa yhteistyökokemuksia Jyväskylän ammattiopiston edustajan kuvaamana.

Jyväskylän ammattiopistosta 20 opiskelijaa ja opettajansa suuntasivat kyläkoululle, jossa eteisessä oli vastassa kotiin lähtevien innokkaiden lasten sekä aktiivisten ja iloisten ikääntyvien joukko useamman kylän alueelta. Alkuhämmennyksen jälkeen päästiin itse asiaan – toteuttamaan jalkahoitoja, jossa kukin opiskelijoista sai oman jalkahoitoasiakkansa. Näin oppitunneilla hankittuja tietoja ja opiskelutoverille suoritettuja jalkahoitokokemuksia sekä terveysneuvontaa saatiin soveltaa aidoissa asiakassuhteissa. Erään oppilaan kokemus toiminnasta oli: "On ihan eri asia hoitaa vieraan ihmisen jalkoja ja muodostaa henkilökohtainen kontakti asiakkaaseen kuin omaan luokkatoveriin. Elvi-projektiin toimintaan osallistuneet kylien ikääntyvät muodostivat kiittollisen ja palkitsevan asiakasryhmän. Seniorien palvelupäivät ovat tarjonneet lähihoitajaopiskelijoille monenlaisia, mielenkiintoisia oppimiskokemuksia. Vuorovaikutustaitojen ja hoitotyön osaamisen lisäksi tulee hyvin testattua kykyä toiminnan organisointiin. Kun suuri ryhmä opiskelijoita suunnittelee tilaisuutta suurelle asiakasryhmälle koulun ulkopuolisissa tiloissa, on otettava huomioon monia eri asioita laadukkaan, joustavan ja turvallisen palvelun tarjoamiseksi: Miten saadaan tilat toimiviksi? Mitä välineitä ja tarvikkeita tarvitaan matkaan? Miten kyydit järjestyvät? Miten toiminta-aika saadaan suunniteltua tarkoituksenmukaisesti? Kuka vastaa mistäkin toiminnoista ja miten toiminta kokonaisuudessaan hoidetaan? Opiskelijat löysivät yhteisen toiminnan organisoinnissa vielä kehitettäviä asioita, joita voidaan yhdessä hioa seuraavaa toimintapäivää suunniteltaessa. "Tämän kokemuksen pohjalta on

enemmän varmuutta tarjota osuuskunnassamme vastaavia palveluita uusille asiakkaille.” Elvi-projektin toiminta on tarjonnut myös hyvät puitteet opinnäytetöiden tekoon. Jyväskylän ammattiopistosta keväällä 2007 valmistuneet lähihoitajaopiskelijat tekivät opettajansa ohjaamina ansiokkaan opinnäytetyön ”Aikuistyyppin diabetes ikäihmisillä”. Opinnäytetyöhön sisältyi teemaan liittyviä ohjaustilaisuuksia kylien ikääntyville sekä oppaat liikunnasta, ihonhoidosta ja aikuistyyppin diabeteksen hoidosta. *Jyväskylän ammattiopisto, Bertta-hanke/ Projektipäällikkö Riitta Suuntala.*

Jyväskylän ammattikorkeakoulusta sosionomiopiskelijat osallistuivat projektin toimintaan tehden kahdelle ryhmälle pienryhmähaastatteluja, kolmelle pilottiryhmälle alku- ja loppuhaastattelut sekä osalle vapaaehtoisia puhelinhaastatteluja.

Ulkopuolisen ostopalvelusopimuksen Elvi-projekti solmi syksyllä 2005 Jyväskylän ammattikorkeakoulun kanssa. Elvi-projekti osti projektityön kokonaisuuteen liittyvää konsultaatiota sekä arviointiin ja julkaisuun liittyvää palvelua.

### 6.3 Moniammatilliset tukiryhmät

Elvi-projektissa tavoitteena oli ennaltaehkäisevän toiminnan kehittäminen. Lähtökohtana oli kyläläisten aktivoiminen: projektityöntekijät yhdessä kylien senioreiden ja ikääntyvien kanssa pyrkivät vaikuttamaan kylille suunnatun toiminnan kehittämiseen yhteistyössä kunnan eri toimijoiden kanssa. Projektin vertaisryhmätoiminnalla lisättiin kylien ikääntyvien näkyvyyttä ja edistettiin vastavuoroisen keskustelun syntymistä kunnan eri toimijoiden kanssa. Yhteistyötä rakennettiin alueellisten ja paikallisten toimijoiden, kuten vanhustyön, terveydenhuollon, vapaa-ajantoimen, kulttuuritoimen, sivistystoimen, oppilaitosten, kyläyhdistysten, seurakunnan, erilaisten järjestöjen, yhdistysten ja hankkeiden kanssa. Perustana yhteistyön rakentamiselle oli sektori- ja hallintorajat ylittävä yhteistyö. Yhteistyötä ohjasi avoimuus ja yhteinen tahtotila vastata maaseudulla asuvien ikääntyvien kotona asumista edistävään palvelutarpeeseen.

Ryhmäläisiltä kerättiin palautetta syksyn 2006 ja kevään 2007 aikana, jossa tiedusteltiin ryhmän toiveita ja näkemyksiä toiminnan rakentumiseksi ja jatkumiseksi. Kaikissa ryhmissä keskeiseksi nousi toiminnallinen ja taloudellinen taustatuki. Ryhmissä kaivattiin konkreettista taustatukea – toimijaa, joka auttaisi tarvittaessa käytännön asioiden järjestämisessä.

### 6.4 Tukiryhmän muodostuminen

Projektin tavoitteiden ja Virtapiiri-ryhmien palautteiden perusteella kaikkiin kuuteen yhteistyökuntaan perustettiin moniammatillinen tukiryhmä, jossa eri tahojen edustajat sitoutuivat tukemaan kylien ikääntyville suunnattua vapaaehtois- ja vertaisryhmätoimintaa. Tukiryhmän perustamisessa oli keskeistä, että

jokainen toimija näki oman "pienen roolinsa" tärkeyden osana tukirakenteen muodostamista. Yhdessä tehden toiminnan eteenpäinvieminen ei kävisi vain yhden toimijan "taakaksi", vaan se muodostuisi kaikkien toimijoiden vastuunkannolla jokaisen työnkuvaa rikastuttavaksi tekijäksi. Tavoitteeksi asetettiin, että jokainen toimija pohtisi oman verkostonsa kautta avautuvia mahdollisuuksia esimerkiksi ryhmään suunnattavista vieraista, vinkeistä, rahoituskanavista ja tiedottamisesta.

Tukiryhmässä syntyvän vastavuoroisen yhteistyön kautta kunnan toimijat saivat ja tulevat saamaan tärkeää tietoa kylien ikääntyvien elinolosuhteista sekä tietoa mahdollisista tukimuodoista, joiden avulla tuetaan kylien ikääntyvien kotona asumista.

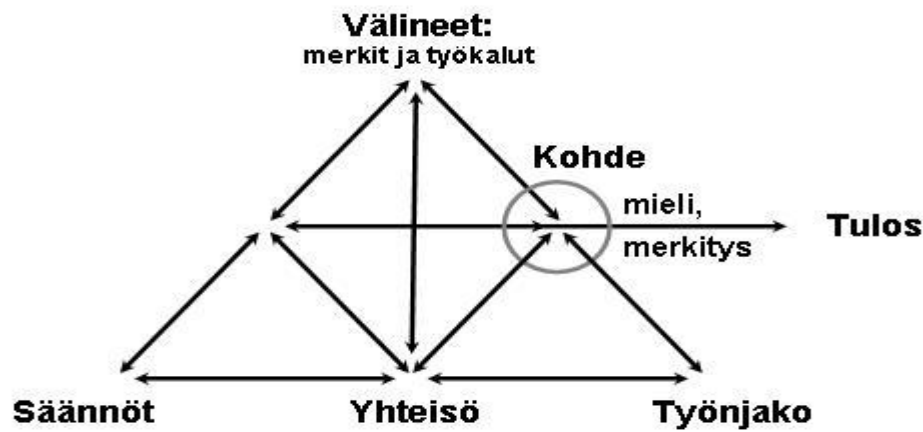
## 7 ELVI-TOIMINTAMALLI

Projektityön oppaat antavat kuvan projektien rationaalisesta ja suunnitelmallisesta prosessista. Projekteissa käytetyt toimintatavat, talous, resursoinnin ja projektijohtamisen periaatteet tulevat kaikki liike-elämän malleista. Palveluiden ja toimintaprosessien mallintamiset, purkamiset osiksi ja prosesseiksi ovat myös osa projektien tuloksia. Vasta viime vuosina on alettu kiinnittää huomioita siihen, mitä erityistä sosiaali- ja terveysalan substanssit tuovat projektien hallintaan, johtamiseen, toimintamallien ja uusien palvelutuotteiden rakentamiseen sekä juurruttamiseen (Rantala & Sulkunen 2006, 73–74.) Usein projektit ovat jonkin uudenlaisen toimintatavan tai -mallin kehittämistä, pilotointia tai leviämistä uuteen toimintaympäristöön. Tässä luvussa esitellään Elvi-projektin tuloksena syntynyt uusi toimintatapa, jonka taustalla on löydettävissä kehittävän työntutkimuksen periaatteita.

Seuraavassa taulukossa Elvi-toimintamallia pyritään kuvaamaan yleisemmällä tavalla. Kehittävän työntutkimuksessa käytetty toimintajärjestelmän malli (Engeström 1995) tarjoaa yleisen ja havainnollisen menetelmän analysoida toimintaa myös Elvi-toimintamallin kuvauksessa.

Toimintajärjestelmällä tarkoitetaan vakiintunutta, tietyn paikallisesti organisoituneen yhteisön toimintakäytäntöä. Vakiintuneisuus näkyy siinä, että yhteisöllä on toimintaa varten olemassa erityiset välineet, vakiintuneet säännöt ja sisäinen työnjako. Toimintajärjestelmän tärkein elementti on toiminnan kohde eli se, mihin työntekijät pyrkivät vaikuttamaan ja minkä tuloksen he pyrkivät saamaan aikaan.

Tekijänä voidaan tarkastella ketä tahansa työpaikan yksittäistä työntekijää tai työntekijäryhmää. Yhteisö puolestaan tarkoittaa kaikkia niitä toimintajärjestelmän osanottajia, jotka jakavat saman kohteen. Työnjakokysymykset ovat muuttuneet jatkuvasti monimutkaisemmiksi, kun työtehtävät ovat eriytyneet yhä erikoistuneemmiksi osiksi koko tuotanto- tai palvelutoiminnan kokonaisuudesta.



Kuvio 2. Toimintajärjestelmä (Engeström 1987; 1995)

Toimintajärjestelmän malli on yksi kehittävän työntutkimuksen periaatteellisista lähtökohdista: se on sekä teoreettinen malli toiminnan rakentumisesta ja siihen vaikuttavista tekijöistä että hyvin käytännönläheinen analyysiväline työn osatekijöiden erittelyyn. Esimerkiksi muutoslaboratorioissa toimintajärjestelmän mallia käytetään nykytoiminnan kuvaamiseen, ristiriita-analyysiin sekä apuna uuden toiminnan vision muodostamisessa. (<http://www.muutoslaboratorio.fi> > kehittävän työntutkimuksen käsitteet )

Taulukko 6 Elvi-toimintamalli: osatekijät ja toiminnan edellytykset

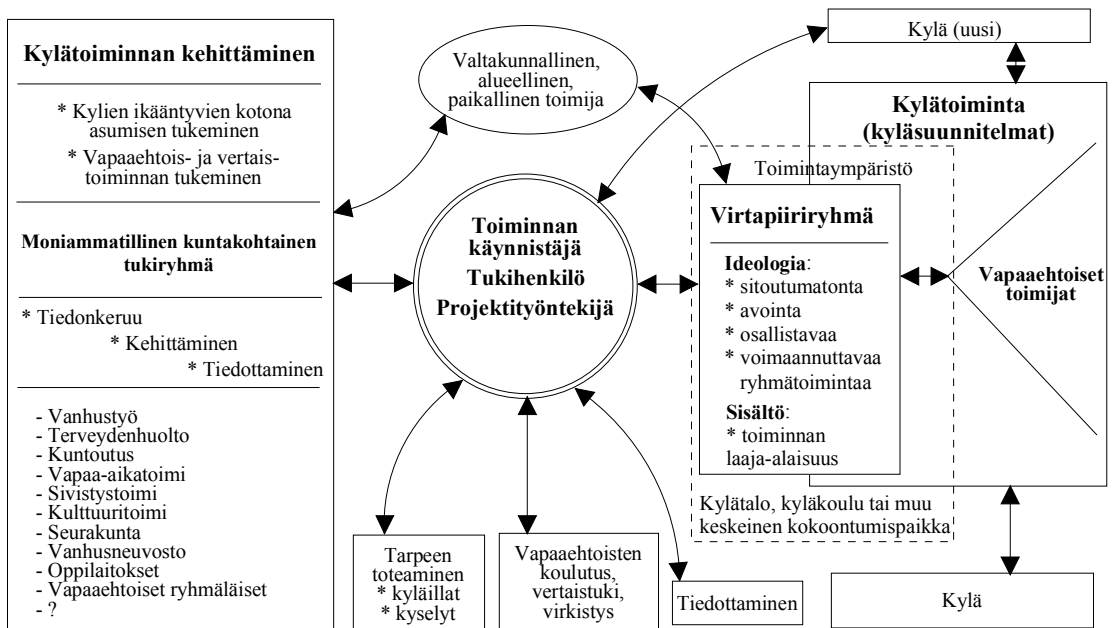
Tekijät	Välineet ja menetelmät	Kohde, Tuotos, perustehtävä	Säännöt, kommunikaatio	Yhteistyö Yhteisö	Työnjako
Vapaaehtoiset vastuuhenkilöt	Valtakunnalliset ja alueelliset vanhuspoliittiset ohjelmat ja strategiat	Tavoitteena on kotona asuvien ikääntyvien arjen ja toimintakyvyn tukeminen haja-asutusalueilla vapaaehtois- ja vertaistoiminnan sekä ryhmätoiminnan avulla.	Sosiaalihuoltolaki	Ryhmä/ vapaaehtoiset kylä tukiryhmä ja kunta ↓ nivoutuvat vastavuoroisesti toisiinsa. Edistävät toiminnallaan yhteisöllisyyttä, osallisuutta ja paikallisdemokratian toteutumista	<b>Ryhmä:</b> toteuttaa toimintaa kantaen yhdessä vastuuta toiminnan eteenpäin viemisestä <b>Vapaaehtoiset vastuuhenkilöt</b> vastaavat käytännön asioiden järjestelystä, kuten tiedottamisesta, tiloista, kahvitteiluista, materiaalihankinnoista jne..
Ryhmäläiset			Asiakaslaki		
Kyläyhdistyksen toimijat tai vastaavat	Voimavarakeskeisen ennaltaehkäisevä vanhustyö ja vertaistoiminta lähtökohtana.	Kylillä asuvien ikääntyvien osallisuusmahdollisuuksien laajentuminen	Ryhmiä tai/ ja vapaaehtoisten yhteiset tiimipalaverit, joissa suunnitellaan ja arvioidaan toteutunutta toimintaa		
Tukiryhmä			Tukiryhmän sektorirajat ylittävät verkostokokoukset		
Tukihenkilö	Ryhmiä tai/ ja vapaaehtoisten yhteiset tiimipalaverit, joissa				
Vanhustyöntekijät					

<p>suunnitellaan ja arvioidaan toteutunutta toimintaa → toimintasuunnitelmat ja toimintakertomukset</p> <p>Ryhmiä/vapaaehtoisten itsearviointi sekä tukiryhmän arviointi. Toiminnan ulkoinen arviointi mahdollista esim. opiskelijoiden opinnäytetyönä.</p> <p>Ryhmätyön taidot</p> <p>Vapaaehtoisten koulutukset ja virkistäytyminen</p> <p>Toiminnan konsultaatio</p>	<p>arjessa sekä arkea tukevien verkostojen lisääminen ja yksinäisyyden vähentyminen</p> <p>Ryhmäläiset: kylien ikääntyvät</p> <p>Vapaaehtoiset: ryhmäläiset/ ikääntyvät, työttömät, opiskelijat, kotiäidit</p>	<p>Vapaaehtoisten koulutukset ja virkistäytyminen</p> <p>Tukiryhmän kokoukset esim. 2 krt. vuodessa, kiertävä koollekutsuja</p> <p>Tiedottaminen: paikallislehdet, kuntatiedote, sähköposti</p> <p>Päätöksenteko jakautuu tukiryhmän jäsenten kesken, kokonaisuuden suunnittelussa ja päätöksenteossa ryhmäläisillä/vapaaehtoisilla päätösvaltaa</p>	<p>Oppilaitokset</p> <p>- ryhmä- ja vapaaehtoistoiminnan tukemisen sisältöjen totuttaminen</p> <p>- Arvioinnin tueksi opinnäytetöiden ja kyselyiden toteuttaminen</p> <p>Yhteistyötahot: vanhustyö vapaa-aika toimi kulttuuri toimi kuntoutus terveydenhuolto seurakunta vanhusneuvot yhdistykset</p>	<p><b>Kyläyhdistys:</b></p> <p>Ryhmätoiminnan kehittäminen ja tukeminen kuuluu osaltaan koko kylän kehittämistoimintaan. Kyläyhdistys osallistuu mm. tiedottamiseen ja vapaaehtoisten rekrytointiin.</p> <p><b>Tukiryhmä osallistuu:</b></p> <p>- tiedottamiseen</p> <p>- auttaa ryhmätoiminnan kehittämisessä ja suunnittelussa</p> <p>- auttaa ryhmäverkostoitumisessa sekä muodostaa yhteyksiä ajankohdaksiin kehittämishankkeisiin ja kokonaisuuksiin</p> <p>- suunnittelee vapaaehtoisten rekrytointiin ja koulutus- ja virkistysmahdollisuuksien toteuttamista</p> <p>- mahdollisuus toimintamallin levittämiseen</p> <p><b>Tukihenkilö</b></p> <p>- käy tapaamassa ryhmää sovitusti</p> <p>- tarjoaa oman työnsä kautta ajankohtaista tietoa ryhmälle</p> <p>- saa ryhmältä tietoa kylien toiminnasta</p>
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Taulukossa 6 on kuvattuna Elvi-toimintamallin organisoitumiseen liittyviä edellytyksiä. Nämä edellytykset koskevat seniори- ja vanhustyön palvelujärjestelmää, alueellisia ja paikallisia toimijoita kylissä ja kunnissa sekä Elvi-ryhmän vetäjiä ja toiminnan organisoijia.

## 7.1 ELVI-malli ja juurtumisen ehdot

Seuraavassa kuviossa 3 on esitetty yhteenvetona Elvi-toiminnassa syntynyt palvelukokonaisuus ja toimintamalli ennaltaehkäisevään seniори- ja vanhustyöhön maaseudulla. Mallissa näkyvät eri osa-alueet sekä niiden yhteydet toisiinsa.



Kuvio 3 ELVI-mallin toteuttajat ja toiminta

### Käynnistäjä/Tukihenkilö/ Projektityöntekijä

Virtapiiri-ryhmätoiminnan käynnistäjänä voi toimia esim.

- kyläaktiivi,
- kyläyhdistyksen edustaja,
- vanhustyöntekijä,
- vapaa-ajanohjaaja,
- oppilaitoksen opiskelijat,
- joku asiaan sitoutunut ja motivoitunut taho tai
- erillisesti resursoitu projektityöntekijä.

## **Tukihenkilönä**

voivat toimia edellä kuvatut toimijat tai tukiryhmän jäsenet (esim. avopalvelu- tai vapaa-ajanohjaaja) toimivat halutessaan noin puoli vuotta kerrallaan ryhmän tukihenkilönä esim. ryhmätoimintakauden (kevät ja syksy) aloituksessa ja päätöksessä. Tukihenkilö tarjoaa ryhmälle tukeaan siten, että ryhmäläiset voivat tarvittaessa olla hänen yhteydessä. Tämän lisäksi tukihenkilö voi ohjata ryhmäläisiä ottamaan yhteyttä asian eteenpäinviemisen kannalta oikeaan tahoon. Tukiryhmä voi keskustella tarkemmin tukihenkilön rooliin liittyvistä tukea antavista menetelmistä. Lisäksi on tärkeää sopia millä tavoin vastuuta jaetaan tukiryhmän jäsenten kesken. Pohdittavana voisi olla, kiertääkö tukihenkilön rooli mahdollisesti tukiryhmäläisten kesken siten, että jokainen toimii vuorollaan sovitun ajan tukihenkilönä.

## **Tukiryhmän toiminnan tavoitteena on**

Kyliä ikääntyvien kotona asumisen sekä vapaaehtois- ja vertaistoiminnan tukeminen

- kylillä asuvien ikääntyvien osallisuusmahdollisuuksien laajentumista arjessa,
- arkea tukevien verkostojen lisäämistä,
- yksinäisyyden vähentymistä.

## **Keinoina tavoitteiden saavuttamiselle**

- vertaisryhmätoiminta,
- vapaaehtoisten kouluttaminen,
- ikääntyvien paikallisten erityistarpeiden esiintuominen ja
- vuoropuhelu alueellisten sekä paikallisten toimijoiden kanssa.

## **Tukiryhmän tavoitteena on tukea ja ylläpitää Virtapiiri-ryhmän toimintaa**

- kokoontuu tarpeen mukaan esimerkiksi 2 kertaa vuodessa,
- sen jäsenet auttavat Virtapiiri-ryhmää verkostoitumisessa sekä vieraiden etsimisessä,
- yhteistyössä mietitään ryhmätoiminnan teemoja ja vapaaehtoistoimijoiden koulutusmahdollisuuksia sekä rekrytointia,
- pohditaan ryhmätoimintaa tukevia mahdollisia rahoitus- ja tiedostuskanavia,
- pohditaan toiminnan vastavuoroista yhteyttä erilaisiin ennaltaehkäiseviin ohjelmiin ja strategioihin,
- kehitetään ja arvioidaan toimintaa sekä levitetään toimintamallia muille kylille,
- toiminnan ulkopuolisessa arvioinnissa ja palautteen keräämisessä yhteistyötä voisi rakentaa esim. erilaisten oppilaitosten kanssa.

### **Tukiryhmään osallistuvat tahot**

- vanhustyö,
- terveydenhuolto,
- kuntoutus,
- vapaa-aikatoimi,
- sivistystoimi,
- kulttuuritoimi,
- vanhusneuvosto,
- järjestöt,
- vapaaehtoiset ryhmäläiset,
- kyläyhdistykset ja vastaavat,
- oppilaitokset,
- paikalliset ja alueelliset hanketoimijat tai
- jokin muu taho.

### **Virtapiiri-ryhmät**

- Kylien ikääntyville suunnattujen vertaisryhmien toiminta on ideologialtaan sitoutumatonta ja kaikille avointa. Itseohjautuvan toiminnan suunnittelua ja toteuttamista ohjaa voimavara- ja ratkaisukeskeinen lähestyminen. Tavoitteena on, että jokainen pääsee suunnittelemaan ja toteuttamaan halutessaan toiminnan sisältöjä.
- Ryhmätoiminnan sisältöjä ei ole rajattu ja toiminta on ideologialtaan sitoutumatonta.
- Toiminta on kaikille avointa ja sitä suunnataan naisille ja miehille.
- Ryhmätoiminnan tavoitteet muodostetaan yhdessä ja toiminnan sisältöjä suunnitellaan sovituin väliajoin yhdessä kaikkien ryhmäläisten kanssa.

### **Vapaaehtoistoiminta**

- Ryhmätoiminnan eteenpäinviemisen kannalta on tärkeää, että toiminnassa on mukana sitoutuneita vastuuhenkilöitä, jotka vastaavat käytännön asioiden järjestämisestä itselleen sopivalla tavalla.
- Vapaaehtoisten vastuu jakautuu useamman henkilön kesken.
- Vapaaehtoisten rekrytointiin ryhmäläisten lisäksi osallistuvat kyläyhdistyksen toimijat sekä tukiryhmän jäsenet tiedottaen käynnistettävästä toiminnasta.
- Tukiryhmä auttaa vapaaehtoisten koulutuksen ja sisältöjen suunnittelussa ja toteuttamisessa.

### **Kylätoiminta**

- Tavoiteltavaa on, että ryhmätoiminta nivoutuu osaksi kylien kehittämistoimintaa.

- Toiminnan tavoitteellistaminen kyläsuunnitelmiin auttaa toimijoita sitoutumisessa sekä tuo ryhtiä toiminnan kehittämiseksi ja arvioimiselle.

#### **Asiantuntijat (paikalliset, alueelliset tai valtakunnalliset toimijat)**

- Verkostoitumisen lähtökohtana ovat paikalliset ja alueelliset tarpeet ja voimavarat. Toiminnan kautta mahdollisuus vastavuoroiseen kehittämiseen, tiedottamiseen, ohjaukseen, neuvontaan sekä tiedonkeruuseen erilaisten paikallisten, alueellisten ja valtakunnallisten toimijoiden kanssa.

#### **Mahdollisuudet?**

- Toiminnalla mahdollisuus nivoutua esimerkiksi seudullisesti järjestettävään ennaltaehkäisevään vanhustyön kokonaisuuteen.
- Mahdollisuudet nivoutua osaltaan erilaisen strategiatyöskentelyn kehittämiseen ja päätöksentekoon.

## **7.2 Toiminnan vahvistaminen ja jatkuvuuden muodostaminen**

Ryhmätoiminnan taloudellinen tuki varmennettiin siten, että projekti esitti yhdessä ryhmien, kyläyhdistysten ja kuntakohtaisten tukiryhmien kanssa kunnan toimijoille hakemuksia ryhmille suunnattavaksi taloudelliseksi tueksi sekä koontumispaikoiksi. Toiminnallisen sisällön tueksi projektityöntekijät hankkivat materiaalia Virtapiiri-ryhmille sekä loivat yhteyksiä vierailijoihin vuodelle 2008. Jokaisen ryhmän kanssa suunniteltiin ja kirjattiin toimintasuunnitelmat vuodelle 2008.

Vuoden 2008 ensimmäistä tukiryhmän kokousta alustettiin lähettämällä materiaalipaketti, jota tukiryhmän jäsenet voivat halutessaan hyödyntää. Projektissa hahmoteltiin mahdollisia toimintaa ohjaavia tavoitteita, joita tukiryhmä voi halutessaan toiminnan edetessä kirkastaa. Lisäksi materiaalipaketti sisälsi mm. ryhmien valmiit toimintasuunnitelmat 2008 sekä toimintakertomukset, joita tukiryhmä voi halutessaan hyödyntää toiminnan suunnittelussa tai erilaisia hakemuksia laadittaessa.

Kokouksen koollekutsujalle lähetettiin postitse Virtapiiri-ryhmätoimintaan liittyvä materiaalikoste, josta voi olla hyötyä toiminnan edetessä. Kansiossa on mm. kokousmuistioita, ryhmien tiimimuistioita, ryhmätoimintalomakkeita.

## **7.3 Yhteistyöstä vahvistusta toimintaan**

Keski-Suomen Sosiaaliturvayhdistyksen hallinnoiman Vertaistuen ja vapaaehtoistyön kumppanuushankkeen (Versova) kanssa toteutettiin yhteistyötä, jossa hankkeen nimen mukaisesti paneudutaan vertais- ja vapaaehtoistoiminnan mah-

dollisuuksiin. Projektisuunnittelija vieraili lähes kaikissa Virtapiiri-ryhmissä syksyn 2007 aikana tarjoten osaamistaan koko ryhmälle. Teemana kokoontumisissa ovat ryhmätoimintaa käsittelevät ja vahvistavat asiat, kuten ryhmäläisten erilaiset roolit.

Tämän lisäksi Elvi-projektin vakiinnuttamiseksi tarjottiin yhteistyössä lisäkoulutusta ja tietojen päivitystä vertaisryhmä- ja vapaaehtoistoiminnan teorioista ja periaatteista. Koulutusta tarjottiin pohjoisessa Keski-Suomessa seudullisesti useamman kunnan alueen tukiryhmälle ja Korpilahdella puolestaan tavoiteltiin tukiryhmän jäsenten lisäksi uusien kyläkuntien edustajia ja aktiivitoimijoita. Koulutuksen tavoitteena oli pohtia ammattilaisen roolia suhteessa vapaaehtoistoimintaan sekä levittää Elvi-projektin toimintamallia muille kyläkunnille. Valitettavasti koulutus ei toteutunut vähäisen osallistujamäärän vuoksi. Kuitenkin tukiryhmille ja ryhmäläisille jätettiin Versova-hankkeen suunnittelijan yhteystiedot, mikäli tukea jatkossa tarvitaan esimerkiksi vapaaehtois- ja vertaistoiminnan koulutuksiin.

## 7.4 Toimintamallin siirtämisen edellytykset

Elvi-toimintamallia on aiemmin tässä luvussa kuvattu kehittävän työntutkimuksen periaatteiden pohjalta. Toimintamallin levittämisen reunaehtojen tarkastelu antaa tukea mallin siirtämisen tai soveltamisen suunnittelulle erilaisissa toimintaympäristöissä. Seuraavaan taulukkoon on koottu Elvi-projektin aikana saatujen kokemusten pohjalta nousseita kriteereitä. Tätä kriteeristöä voidaan käyttää Elvi-toimintamallin soveltamisen esiselvitysten suunnittelussa ja toimijaverkoston kokoamisessa sekä toiminnan riskejä arvioitaessa.

Aluksi esitellään tarkasteltavana olevan kunnan palvelurakenteen ja ikääntyvien palveluissa käytettävän toimintapolitiikan näkökulmaa, sitten aineellisia ja taloudellisia ehtoja, paikalliskulttuurisia, organisatorisia ja yhteisöllisiä tekijöitä ja lopuksi konkreettisemmin itse toimintamallin toteutuksen kannalta kriittisiä sisäisiä tekijöitä.

Toimintamallin siirtämisen/soveltamisen näkökulmasta taulukko antaa suosituksia siitä, millaisia tekijöitä kannattaa arvioida ja varmistaa lähtökohtatilanteessa, millaisia selvityksiä kannattaa tehdä ja millaiset toiminnan organisointiin liittyvät ratkaisut ovat osoittautuneet välttämättömiksi. Taulukko on tarkoitettu toimintamallin siirtämisestä kiinnostuneille selvitys- ja suunnittelutyön apuvälineeksi varsinaista projekti- tai toimintasuunnitelmaa varten.

**Taulukko 7. Elvi-mallin siirtämisen ehtoja**

<p><b>Tarpeisiin ja palvelurakenteeseen liittyvät tekijät</b></p>	<p>Ikääntyvien paikalliset tarpeet ja niiden selvittäminen (ammattilaiset, ryhmäläiset, asiantuntijat), Lähtökohta- ja tarveselvitykset, edellytyspalvelut (ikäntyvien määrä, toimintakykyisyys, palveluvajeet, kerho- ym. vastaavien toimintojen kartoitus)</p> <p>Aiempien vastaavien toimintojen ja hankkeiden hyödyntäminen</p> <p>Rinnakkaisten ja täydentävien hankkeiden kartoitus</p> <p>Kunnan strategioiden selvittely (osa taustaselvitystä): ennaltaehkäisevä työ, vanhuspoliittiset strategiat, kyläsuunnitelmat</p> <p>III sektorin ja yhdistysten toimintojen kartoitus</p>
<p><b>Aineelliset ja taloudelliset tekijät</b></p>	<p>Resurssit: Erillisrahoitus, kunnan/ useamman kunnan yhteinen toiminta</p> <p>Toimintaympäristöihin, tiloihin, toiminnan välineisiin sekä ylläpitoon liittyvät tekijät, toimintaympäristöjen tarkoituksenmukaisuus</p> <p>Palveluiden fyysinen läheisyys / tuttuus</p> <p>Mallin uskottavuuden perustelu: taloudellinen vaikuttavuus, ennaltaehkäisy</p> <p>Toiminnan mahdollistaminen: resurssit ja laaja yhteisymmärrys toiminnan tarpeellisuudesta ja mallin toimivuudesta</p>
<p><b>Paikalliskulttuuriin liittyvät tekijät</b></p>	<p>Paikallinen sosiaalinen luottamus ja -pääoma: ”omista huolehtiminen”</p> <p>Paikallinen tiedottaminen: paikallislehti, kolmannen sektorin tuki käytettävissä</p> <p>Yhdistysten ja kansalaisten kiinnostus paikallisten palveluiden kehittämiseen</p> <p>Suotuisa ja tuttu ympäristö</p> <p>Paikalliset perinteet, yhdistystoiminta, talkookulttuuri, yhteisöllisyyden ilmentymät, paikallishenki, kylätoimijat, kylähenki</p> <p>Asiakas-/asukaslähtöinen vaatimusten esittäminen</p>
<p><b>Organisatoriset ja hallinnolliset tekijät</b></p>	<p>Yhteistyöverkoston rakentamisen edellytysten arviointi (ks. toimijaverkosto): viiranomaisverkosto, järjestöt, yhdistykset jne</p> <p>Seudullinen tukiryhmä</p> <p>Kuntakohtainen yhteistyöverkosto/tukiryhmä</p> <p>Yleensä tilanteissa, jossa sosiaali- ja terveyspalveluiden organisointia ja henkilöstörakennetta uudistetaan</p> <p>Vähäinen byrokratia!</p> <p>Olemassa olevan rakenteen hyödyntäminen</p> <p>Toiminnan sijoittelu yhteistoiminnan ja asiakkaiden kannalta toimiviin tiloihin (neutraalius, keskeisyys)</p> <p>Liittäminen muihin hankkeisiin ja projekteihin – synergia!</p> <p>Hallinnon strategiset linjaukset ja tuki riittäviä vanhuspolitiikan kehittämislinjauksien tukena: ajankohtaisen vanhuspoliittisen strategianlainsäädännön hyödyntäminen</p>
<p><b>Sosiaalisia ja yhteisöllisiä tekijöitä</b></p>	<p>Suhteellisen vahva paikallinen identiteetti ja me-henki:</p> <p>Henkilöstön luottamus ja yhteistyö, sosiaalinen pääoma</p> <p>Vapaaehtoistoimijoiden/ ryhmän tiimitoiminnan mahdollistaminen?</p> <p>Tahtotila: toimijoiden ja osallisten motivaatio ja sen tukeminen: ”vapaaehtoisten aktivistien ” kartoitus</p>

<b>Osaamiseen ja ammatitaitoon liittyvät tekijät</b>	<p>Toiminnan tekijät: Erillinen projektityöntekijä/ -organisaatio vai olemassa olevan toiminnan sisään rakennettu toiminta, osaaminen, koulutus</p> <p>Substanssiosaaminen: ennaltaehkäisevä työ, verkostoituminen, päivätoimintojen osaaminen</p> <p>Riittävä asiantuntemus perusselvitystyössä: hankkeen/tilanteen peruskartoitus tutkimus- ja kehittämistoiminta, arviointi- ja palautejärjestelmä</p>
<b>Vapaaehtoisten rekrytointi ja koulutus</b>	<p>Vapaaehtois- ja vertaistuen potentiaalın ja olemassa olevien toimintojen arviointi -selvitys</p> <p>Koulutus-, virkistystoiminta, vastuuhenkilöiden / ryhmien tiimien muodostaminen</p> <p>Aiempiä toimijoiden yhteistyöperinteitä ja -käytäntöjä sekä osaamista</p> <p>Avaintoimijoiden riittävän yhteiset näkemykset ja aktiivisuus</p> <p>Yhteistyön ja koulutuksen saatavuus ja toimivuus</p>
<b>Tiedottamiseen ja tiedonkulkuun liittyvät tekijät</b>	<p>Tiedotuksen ja tiedonkulun edellytysten arviointi (olemassa oleva, luotava )</p> <p>Tiedotussuunnitelma</p> <p>Käytettävissä olevat välineet: Paikallislehdet, kunnan tiedotus, järjestöt, Internet</p> <p>Ks. Elvi-projektin tiedotus</p>
<b>Ryhmätoiminnan tukirakenteet</b>	<p>Millaista tukea Virtapiiri-toiminta tarvitsee jatkuakseen – kysely</p> <p>Kysymyslomakkeet</p> <p>Toimintasuunnitelmat</p> <p>Sisäinen ja ulkoinen motivaatio: tukirakenteet</p>

## 8 POHDINTA

Tässä kappaleessa kootaan Elvi-projektin projektin kokemuksia. Päämääränä projektissa oli kotona asuvien ikääntyvien arjen ja toimintakyvyn tukeminen haja-asutusalueilla. Tavoitteena oli tuoda esiin ikääntyvien paikallisia ja alueellisia tarpeita ja tukea ikääntyvien arkielämän vaikuttamismahdollisuuksia. Tavoitteena oli myös ikääntyvien arkea tukevien verkostojen vahvistaminen ja laajentaminen sekä yksinäisyyden vähentäminen. Pohdinnassa on hyödynnetty Kaija Tammen opinnäytetyön *”Haja-asutusalueilla asuvien ikääntyvien sosiaalinen pääoma – Elvi-hankkeen pilottiryhmien alkukartoitus”* tuloksia sekä projektityöntekijöitten kokemuksia. Projektityöntekijät kuvaavat kokemuksiaan tässä luvussa omalla äänellään.

### 8.1 Yhteisöllisyys ja osallisuus ovat kotona asumisen tukemista

Millaista yhteisöllisyyttä kylien ikääntyvillä on sekä millaisin keinoin sitä voitaisiin tukea, vahvistaa, uudistaa ja rakentaa? Elvi-projektin avulla löydettiin joitakin keinoja, joilla voitiin tukea kylien seniorien ja ikääntyneiden osallisuuden ja yhteisöllisyyden kokemuksia. **Yhteisöllisyys rakentuu kylään kiinnittyvistä elämäkokemuksista sekä arjen jatkuvuuden ja turvallisuuden kokemuksista. Osallisuus puolestaan tarkoittaa senioreiden ja ikääntyvien mahdollisuuksia vaikuttaa itseä koskeviin palveluihin ja tulevaisuuteen.** Projektin päättyessä yhdeksän Virtapiiri-ryhmää kokoontuu kylillä ja tavoittaa toiminnallaan säännöllisesti noin 150 osallistujaa. Toiminnassa on mukana koulutettuja vapaaehtoisia vastuuhenkilöitä, jotka yhdessä ryhmäläisten sekä kuntakohtaisten tukiryhmien kanssa jatkavat oman vertaisryhmätoiminnan kehittämistä.

Projektin suuntasi toimintaansa usealle eri kylälle, joissa asukasmäärät, palvelut, toiminta sekä etäisyydet kuntien keskuksiin poikkesivat toisistaan. Kaikilla kylillä koettiin erilaisista toimintaympäristöistä huolimatta olevan tarvetta vertaisryhmätoiminnalle ja yhteiseen kehittämistyöhön tartuttiin mielellään. Usein ryhmätoimintaa käynnistäessä me projektityöntekijät saimme kuulla osallistujien ilahtuneita kommentteja *”onpa mukavaa, että toimintaa tuodaan tänne kylille, kun yleensä sitä suuntaan tuonne kirkonkylälle”*. Tämä asenneilmapiiri osataan edisti projektin tavoitteiden toteutumista.

Virtapiiri -toiminnassa kaikkein tärkeimmiksi asioiksi koettiin vanhojen tuttavien ja ystävien tapaaminen, yhdessä oleminen, virkistäytyminen, uusien tuttavuuksien luominen, kyläyhteisön toimintaan vaikuttaminen ja kotoa pois lähteminen. Samansuuntaisia ajatuksia esitettiin projektin aikana kerätyssä palautteessa. Kaikki nämä asiat liittyivät vahvasti yhteisöllisyyteen: kanssakäymiseen toisten ihmisten kanssa sekä asioihin vaikuttamiseen. (Tammi 2006, 81.)

**Yhteisöllisen toiminnan rakennusaineena** toimivat yhteiset arvot, kokemukset, luottamus, avoin vuorovaikutus, vastavuoroisuus, taitojen ja tietojen jakaminen sekä me-henki. Kaikilla kylillä oli havaittavissa näitä yhteisöllisyyden elementtejä. Toisilla kylillä tämä yhteisöllisyyden voima oli selkeästi nähtävissä, ja joillain kylillä se oli jonkin verran hiipunut. Yhteistä toimintaa rakennettaessa oli tärkeää olla selvillä siitä, millaista toimintaa kylillä oli tai oli vuosien kuluessa ollut. Projektityöntekijöinä koimme aitoa kiinnostusta ja kunnioitusta paikallishistoriaa, -kulttuuria ja kylien asukkaita kohtaan.

## 8.2 Kyläilykulttuuri osana yhteisöllisyyttä

Ryhmätoiminnan edetessä ryhmissä käytiin keskusteluja useista eri elämän osa-alueita koskettavista aiheista. Useissa ryhmissä keskusteluissa nousi esille, että yhteisöllisyyden muuttuminen oli osittain havaittavissa myös maaseudulla. Ryhmäläiset puhuivat kokoontumisissa toisten kyläläisten näkemisestä, kyläilykulttuurin muuttumisesta ja yksinäisyyden kokemisesta. Yleisesti todettiin, että naapurissa ei kyläillä samalla tavoin kuin aikaisemmin. Ryhmissä pohdittiin, että olisi mukava, jos kävisi vieraita ilman "käskeisiä" eli moitittiin nykyajan käytäntöä, jossa ensin pitää ilmoitella tulostaan hyvissä ajoin tai odottaa kutsua kylään. Keskusteluissa nousi esille, että koettiin paineita kodin ja kahvitarjoilun järjestämisestä.

Vaikka maaseudulla vielä nykyisin tunnetaan toiset kyläläiset melko hyvin, ei iän karttuessa ja toimintakyvyn muuttuessa kuitenkaan enää liikuta tai päästä liikkumaan samalla tavoin kuin aiemmin. Kyläilykulttuurin muutos onkin luultavasti yksi vahva tekijä, mikä sai ihmiset aktiivisesti osallistumaan Virtapiiri-toimintaan. Kaikille avoin, keskeinen ja tuttu kokoontumispaikka mahdollisti mutkattoman kokoontumisen ilman suuria järjestelyä tai erillistä sopimista.

Vaikka onkin olemassa viitteitä paikallisyhteisöllisyyden murenemisestä, vaikuttaa silti siltä, että maaseudulla elää edelleen vankka omaan asuinalueeseen ja kylään kohdistuva yhteisöllisyys. Tästä esimerkkeinä olivat Tammen opinnäytetyössä esitetyt maininnat hyvistä naapuruussuhteista, toisten tukemisesta ja omasta kotikylästä elämän tärkeinä asioina. Myös iloa tuottaviksi asioiksi koettiin ystävät, naapurit, tuttavat, Virtapiiri-toiminta, oma koti ja kylätapahtumat. Naapureita autettiin paljon ja vastavuoroisesti heiltä myös saatiin paljon apua. Huolta kuitenkin tunnettiin pienten kylien ja erityisesti oman kylän tulevaisuudesta. (Tammi 2006, 82).

### 8.3 Arkea tukevat sosiaaliset verkostot ja yksinäisyyden ennaltaehkäisy

Projektin tavoitteena oli vahvistaa ja laajentaa kylien senioreiden ja ikääntyvien sosiaalisia verkostoja. Projektin alkuoletuksena oli, että riittävä sosiaalinen verkosto tarjoaa ihmiselle turvallisuutta, jatkuvuutta ja mahdollisuuden vastavuoroiseen toimintaan. Omaiset, läheiset, ystävät, tuttavat, naapurit ja ammattilaiset saattavat osaltaan kuulua tähän sosiaalisen verkoston kokonaisuuteen. Sosiaaliseen verkostoon kuuluvat ihmiset toimivat osaltaan yksilön peilinä oman identiteetin rakentumiselle sekä luovat mahdollisuuksia vuorovaikutukselle ja yhdessä toimimiselle. Ihmisen sosiaalinen tukiverkosto on järjestelmä, joka mahdollistaa avun ja tuen saamisen arkipäivässä ja erityistilanteissa. Sen avulla muodostuu sosiaalista pääomaa. Tukiverkoston toiminnalle on ominaista jonkinasteinen vastavuoroisuus. Vastavuoroisuutta voi olla konkreettisen avun lisäksi myös esimerkiksi elämäkokemuksen tai perinteen siirtäminen.

Kenen puoleen käännytään, kun tarvitaan apua ja tukea? Ketkä kuuluvat senioreiden ja ikääntyvien verkostoihin? Kaija Tammen opinnäytetyössä tarkasteltiin virtapiiriiryhmäläisten sosiaalisia voimavaroja avun saamisessa ja antamisessa. Kylien haastateltavat saivat eniten apua puolisoiltaan ja lapsiltaan. Eniten saatiin keskustelutukea, apua kodin korjaustöissä ja henkistä tukea. Tutkimustuloksia tukee esimerkiksi Tedren (2003), Seppäsen (2001) ja Erosen (2000) tutkimukset, joiden mukaan ikääntyneet saivat kaikkein eniten ja monipuolisimmin apua perheeltään. Myös näiden tutkimusten mukaan eniten saatiin emotionaalista tukea ja apua kodin korjaustöissä. Vastaajista runsas puolet koki saavansa apua naapureiltaan. (Tammi 92.)

Avun antaminen ja saaminen on vastavuoroinen prosessi. Kaikki haastateltavat antoivat apua läheisilleen tai tuttavilleen. Eniten apua annettiin omille lapsille ja lastenlapsille. Kaksi kolmasosaa antoi apua myös ystävilleen ja naapureilleen. Yleisimpiä avunantamisen muotoja olivat keskusteluapu, henkinen tuki, asiointi- ja kuljetusapu, lastenhoitoapu ja apu kotitöissä. Taloudellista apua sen sijaan kertoi antavansa vain kolme vastaajaa. Niemen (2002) tutkimukseen verrattuna naapureitaan auttavien joukko oli tässä tutkimuksessa lähes kaksinkertainen. (Tammi 2005, 93.)

Avun antaminen on myös yhteinen sosiaalinen tapahtuma, joka vahvistaa yhteenkuuluvuutta. Ryhmäläiset saattoivat yhdessä osallistua esimerkiksi kylätalon kevättalkoisiin, jonka yhteydessä ajatuksia heräsi myös siitä, että samalla voitaisiin yhdessä tarjota apua myös osallistujille, joiden pihatöiden tekeminen ei toimintakyvyn tai muun syyn takia ole helppoa tai mahdollista. Eräässä ryhmässä keskusteltiin jopa terveyskeskusten vuodeosastojen pitkäaikaispotilaista, ja siitä, miten Virtapiiri-ryhmä voisi joskus mennä auttamaan ihmisten syöttämisessä tai vastaavassa toiminnoissa.

Projekti osoitti, että Virtapiiri-toiminnan avulla ihmiset saavat mahdollisuuden luottamuksellisiin, avoimiin ja vastavuoroisiin suhteisiin. Ryhmä voi toi-

mia hyvänä väylänä verkostoitumiseen esimerkiksi ihmisten muuttaessa takaisin synnyinseudulleen tai aivan uutena asukkaana paikkakunnalle. Toisaalta omaisten muuttaminen toiselle paikkakunnalle saattaa muodostaa aukkoja yksilön arkea tukevaan verkostoon, jolloin vertaistoiminta antaa mahdollisuuden näiden aukkojen täyttämiseen. Vertaisryhmätoiminnalla ikääntyvien on mahdollisuus synnyttää ja vahvistaa vanhoja tai uusia ihmissuhteita oman arkipäivänsä tueksi. Yhteinen kohtaaminen antaa luontevan mahdollisuuden puhua arjen askareista, jolloin ihmiset voivat löytävät kontakteja esimerkiksi kimppakyytien, kauppareissujen tai muiden käytännön asioiden järjestämiseen. Nämä osaltaan tukevat kotona asumista kylillä.

Jatkossa on kiinnostavaa seurata, voiko kylille suunnattu toiminta tarjota tukiverkoston, josta voi saada tukea myös erilaisten kriisitilanteiden astuessa elämään.

## 8.4 Yksinäisyyden ehkäisy

*“...Talvisaikaan voi kulua useita päiviäkin, ettei ”näe mitään elävää olentoa”.*

Uusien ystävyysuhteiden luominen, vanhojen tuttujen tapaaminen ja osallisuus johonkin yhteiseen ovat voimavaraistaneet ryhmäläisiä. Nämä asiat heijastuvat esimerkiksi sellaisista osallistujien lausahduksista kuin *”tämä on niin hyvä juttu meille yksinäisille”* tai *”täällä näkee kyläläisiä, kun muuten ei enää näe”*. Vertaisryhmässä joku voi kokea oman roolinsa toisten tukijana ja kuuntelijana saaden sitä kautta jotakin myös itselleen. Vertaisryhmätoiminta on myös tarjonnut mahdollisuuden kokea itsensä toteuttamisen ja arvostuksen kokemuksia. Jonkun mielestä *”on tärkeää, että ryhmässä saa olla oma itsensä, ei tarvitse esittää mitään”* ja tällainen olemisen vapaus saattaa mahdollistaa uusien puolien esille tuomisen niin suhteessa muihin ryhmäläisiin kuin omaan itseensä.

Vertaisryhmä voi voimaannuttaa monella tavalla: joillekin kokoontumispäivä tuo vaihtelua arjen rutiineihin ja antaa tilaisuuden elämästä nauttimiseen, rentoutumiseen ja vapaaseen olemiseen. Ryhmätoiminnan tärkeyttä henkilökohtaisella tasolla kuvaa hyvin seuraava ryhmäläisen toteamus: *”Minä en jää yhdestäkään kokoontumisesta pois, tämä on niin tärkeä asia, että siirrän mieluummin muita töitä ja menoja, että pääsen tulemaan.”* Virtapiiri-päivästä on muodostunut joillekin viikon kohokohta ja toisille *”vapaapäivä, jolloin ei tarvitse olla koko ajan jotakin tekemässä, vaan saa nauttia olostaan vapaasti ja muiden ihmisten hyvästä seurasta”*.

Sosiaalisten suhteiden lisääntymisen ja aktivoitumisen lisäksi ryhmätoiminta on *”virtaistanut”* osallistujia, mikä on ryhmäläisten mukaan näkynyt omassa arjessa ryhmätoiminnan ulkopuolellakin. Kerran viikossa kokoontuva ryhmä auttaa jaksamaan ja *”positiivista energiaa tuntuu riittävän”*, kuten eräs ryhmä-

läinen asian kiteytti. Ryhmissä ollaan oltu sitä mieltä, että *”kyllä vanhoistakin vielä virtaa löytyy”* ja joillekin ryhmä on tuonut tukea omaan elämäntilanteeseen tarjoamalla piristyksen lisäksi lohtua. Eräs ryhmäläinen totesi työntekijän kanssa käymässään keskustelussa *”toiminnan sytyttäneen hänet uudelleen”* ja joku oli sitä mieltä, että *”ei niinkään se tekeminen, vaikka monenlaista on tehtykin ja sekin on kivaa, mutta ihmisten tapaaminen ja toisten kanssa keskustelu ovat tärkeintä”* ja *”näistä hetkistä on saatu voimia”*.

Virtapiiri-toiminnan vaikutuksista kerrottaessa ei voi ohittaa vertaisryhmän synnyttämiä merkityksiä kokonaisvaltaisesti arjen tukijana. Toiminta pitää sisällään sosiaalisen tuen lisäksi vahvasti psyykkisen ja fyysisen toimintakyvyn tukemiseen ja ylläpitämiseen liittyviä elementtejä. Vertaisryhmätoiminnan rinnalle on lähtenyt syntymään omaehtoisia ryhmittymiä ja tapaamisia, jotka ovat ulottuneet jopa ryhmätoiminnan kokoontumisaikojen ulkopuolelle, kuten kesä- ja joulutauoille. Nämä Virtapiiri-toiminnan kautta poikineet tilanteet ja sosiaaliset suhteet ovat osaltaan lisäämässä ryhmätoiminnan vaikutuksia jo kovasti hiljentyneillä kylillä.

Yhdessä toimiminen muodostaa mahdollisuuksia arkea tukevan sosiaalisen verkoston luomiselle sekä vahvistamiselle. Virtapiiri-ryhmien ihmishuhdeverkoston avoimuus ja keskinäinen avunanto osallistujien välillä on osaltaan tukenut kylien ikääntyvien hyvinvointia.

## 8.5 Yleistä pohdintaa projektista

Projektin onnistuminen ja toiminnan juurtuminen kylille on monen tekijän yhteissumma. Projektityöntekijöiden sitoutunut esimerkki sekä aktiivinen yhteistyö paikallisten ja alueellisten toimijoiden sekä ryhmäläisten kanssa auttoivat löytämään kylien omiat erityispiirteet ja voimavarat. Samalla havaittiin, että ulkoapäin tuotu, valmiiksi pureksittu toiminta ei juurru paikallisesti. Valmista palvelupakettia ei voi myydä, vaan toiminta on rakennettava kylän oman kulttuurin pohjalta. Toiminnan juurtumisen tueksi tarvitaan kylän sisältä nouseva motivaatio ja riittävä ulkopuolinen tuki eri yhteistyötahoilta. Viranomaisten muodostama tukiverkosto ja palvelut ovat myös osoituksia siitä, että kylän omaa toimintaa arvostetaan ja että kyläyhteisön sekä ryhmän toiminta tulevat nähdyiksi. Projekti osoitti että osallisuus tarvitsee arvostusta ja motivaatiota syntyäkseen. Kunnan ja kyläyhdistysten ja Virtapiiri-ryhmien nimetyt yhteyshenkilöt varmensivat yhteistyön saunattomuutta, vaikka täysin yhteistyökumppaneiden vaihtuvuudelta aiheutuvilta hidastavilta tekijöiltä ei tässäkään projektissa vältytty.

Maaseudulla väestön ikääntyminen tuo uudenlaisia haasteita ja mahdollisuuksia toimintojen rakentamiselle. Elvi-projekti osoitti, että vertaisryhmätoiminta löytää perustellun paikan osana ennaltaehkäisevää seniori- ja vanhustyötä. Kuntakohtaisten tukiryhmien kautta tarjoutuva yhteistyöfoorumi puolestaan

luo kylien ikääntyville mahdollisuuksia saada oman äänensä kuuluviin. Maaseudulla kannattaa hyödyntää jo olemassa olevia verkostoja ja paikalliskulttuuria.

Projekti vahvisti kehittämistyön haasteellisuuden: seniori- ja vanhustyön sisällön hallinta, projektijohtamisen hallinta sekä maaseutu ympäristön erityislaatuisuuden ymmärtäminen olivat tekijöitä, jotka korostuivat. Olennaista oli löytää riittävää asiantuntemusta ja jakaa osaamista. Projektin ohjaus- ja asiantuntijaryhmä autoivat projektityöntekijöitä muodostamaan suuntaa toimintamallille sekä Elvi-toiminnan juurtumiselle. Projekti osti konsultaatiopalveluita Jyväskylän ammattikorkeakoulun sosiaalialan koulutusohjelmalta. Konsultaatio sisälsi projektin sisältöjen ja johtamisen sekä arvioinnin konsultaatiota.

Kokonaisuudessaan Elvi-projekti saavutti sille asetetut tavoitteet. Kylien senioreille ja ikääntyville suunnatun vapaaehtois- ja vertaisryhmätoiminnan edelleenkehittäminen ja vakiinnuttaminen edellyttävät kuitenkin toimivia tukirakenteita, joilla turvataan ikääntyville suunnattua matalan kynnyksen yhteisöllistä toimintaa. Toiminta tarvitsee rinnalleen arvostusta ja monimuotoista toimijaverkkoa, kylien sisäistä ja ulkoista arvostusta sekä motivaatiota. Ihmisiä ei kuitenkaan voi pakottaa yhteistyöhön, eikä Virtapiiri-toiminta voi korvata muita seniori- ja vanhushpalveluita. Nyt luotu toimintamalli on kuitenkin yksi uusi toimintatapa seniori- ja vanhushpalveluiden kokonaisuudessa, jota voi jatkossa toteuttaa myös useiden kuntien yhteistoimintana. Tavoiteltavaa on, että kolmannen sektorin ja kunnan tuottama seniori- ja vanhushpalvelukokonaisuus edistäisi jatkossakin kylien senioreiden ja vanhusten kotona asumista.

*Jyväskylässä 11.1.2008*

*Projektipäällikkö (sosionomi AMK) Marika Mäntyvaara*

*Projektityöntekijä (sosionomi AMK) Henna Alanen 8/2005-1/2007*

*Projektityöntekijä (sosionomi AMK) Sanna Salminen 3/2007*

*Yliopettaja (YTT) Asta Suomi, JAMK*

# LÄHTEET

- Gothoni, R. 1990. Vanhusten sosiaaliset verkostot ja sosiaalinen tuki -tutkimus kalliolaisten ja kiteeläisten vanhusten elämäntilanteesta, sosiaalisista verkostoista ja tuesta. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö.
- Heikkinen R-L. 1998. Iäkkäiden depressiomaisema. Helsinki: Kirjayhtymä.
- Helin, S. 2002. Palvelujärjestelmä iäkkään ihmisen voimavarojen tukijana. Teoksessa Vanhuuden voimavarat. Toim. E. Heikkinen & M. Marin. Helsinki: Tammi.
- Holmila, M. 2001. Kylä kaupungistuvassa yhteiskunnassa. Helsinki: Suomen Kirjallisuuden Seura.
- Huusko, T. & Pitkälä, K. 2006. Mitä elämänlaatu on? Teoksessa Voiko ikääntyneiden elämänlaatua mitata? Geriatrisen kuntoutuksen tutkimus- ja kehittämishanke. Tutkimusraportti 12. Toim. T. Huusko, T. Strandberg & K. Pitkälä. Helsinki: Vanhustyön keskusliitto.
- Hyyppä, M. 2002. Kuorossa elämä pitenee. Sosiaalinen pääoma ja terveys. Teoksessa Sosiaalinen pääoma ja hyvinvointi. Näkökulmia sosiaali- ja terveysaloille. Toim. P. Ruuskanen. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Jokinen, K. 2002. Terve elämä tämänhetkisyiden kulttuurissa. Teoksessa Sosiaalinen pääoma ja hyvinvointi. Näkökulmia sosiaali- ja terveysaloille. Toim. P. Ruuskanen. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Jolanki, O. 2000. Toimintakyvyn monet ulottuvuudet. Teoksessa Toimintakyky, hyvinvointi ja elämänlaatu. Esityksiä työseminaarissa 2. – 3.5.2000. Toim. J. Jyrkämä, T. Parviainen, A. Sarvimäki & I. Syrén, I. 2000. Helsinki: Kuntokallio.
- Karppi, S-L. & Ollila, S. 1997. Fyysisen toimintakyvyn muutos ja suoriutuminen päivittäisistä-toimista. Teoksessa Terveiden ja toimintakyvyn muutokset terveillä 65-vuotiailla miehillä ja naisilla. Seurantatutkimus 80 vuoden ikään asti. Toim. T. Rönnemaa & S-L. Karppi. Turku: Kansaneläkelaitos.
- Kautto, M. 2004. Ikääntyneet resurssina, ikääntyminen mahdollisuutena. Valtioneuvoston tiedotusyksikön julkaisussa Ikääntyminen voimavarana. Tulevaisuusselonteon liiteraportti 5. Viitattu 21.8.2006.  
[Http://www.vnk.fi/julkaisut/toiminta-ja-talous/talous/raportti.jsp?oid=130656](http://www.vnk.fi/julkaisut/toiminta-ja-talous/talous/raportti.jsp?oid=130656).
- Koskinen, S. 2004. Ikääntyneiden voimavarat. Valtioneuvoston tiedotusyksikön julkaisussa Ikääntyminen voimavarana. Tulevaisuusselonteon liiteraportti 5. Viitattu 21.8.2006.  
[Http://www.vnk.fi/julkaisut/toiminta-ja-talous/talous/raportti.jsp?oid=130656](http://www.vnk.fi/julkaisut/toiminta-ja-talous/talous/raportti.jsp?oid=130656).
- Koskinen, S., Aalto, L., Hakonen, S. & Päivärinta, E. 1998. Vanhustyö. Helsinki: Vanhustyön keskusliitto.
- Kuronen, Marjo (2004) Valtaistumista vai voimavaraistumista – feministisiä näkökulmia empowermentiin sosiaalityön käsitteenä ja käytäntönä. Sukupuoli ja sosiaalityö. Sosiaalityön vuosikirja 2004. Jyväskylä: PS-kustannus, 277-296.
- Lehtonen, H. 1990. Yhteisö. Tampere: Vastapaino.
- Marjakangas, S. 2005. "Uusia ystäviä ja paljon uutta virtaa". Loppuraportti Elämän Virtapiirit projektista 2002–2004. Viitattu 28.6.2006.  
[Http://www.kolumbus.fi/4h.jkl/virtapiirit/raportti.pdf](http://www.kolumbus.fi/4h.jkl/virtapiirit/raportti.pdf)

- Möttönen, S. 2002. Kunnat, järjestöt ja paikalliset verkostot. Teoksessa Sosiaalinen pääoma ja hyvinvointi. Näkökulmia sosiaali- ja terveysaloille. Toim. P. Ruuskanen, P. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Marin, Marjatta (2003b) Sosiaaliset verkostot. Teoksessa Marjatta Marin & Sinikka Hakonen (toim.) Seniori- ja vanhustyö arjen kulttuurissa. Jyväskylä: PS-kustannus, 72-93.
- Marin, Marjatta & Hakonen, Sinikka (toim.) 2003. Seniori- ja vanhustyö arjen kulttuurissa. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Noppiari, E. & Leinonen, S. 2005. Vanhuksen kokonaisvaltaista terveyttä edistävä mielenterveys. Teoksessa Laatus vanhustyöhön. Toim. E. Noppiari & P. Koistinen. Helsinki: Tammi.
- Pease, Bob & Fook, Jan (Eds.) 1999. Transforming social work practice: postmodern critical perspectives. London: Routledge.
- Rantala, Kati, Sulkunen, Pekka (toim.) 2006: Projektiyhteiskunnan käänköpuolia. Helsinki: Gaudeamus.
- Saarenheimo, M. 2003. Merkityksellinen elämä. Teoksessa Seniori- ja vanhustyö arjen kulttuurissa. Toim. M. Marin & S. Hakonen. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Sarvimäki, A. 2000. Elämänlaatu palvelutaloasukkaiden kokemana. Teoksessa Toimintakyky, hyvinvointi ja elämänlaatu. Esityksiä työseminaarissa 2.–3.5.2000. Toim. J. Jyrkämä, T. Parviainen, A. Sarvimäki & I. Syrén. Helsinki: Kuntokallio
- Savikko, N., Huusko, T. & Pitkälä, K. 2006. Ikääntyneiden elämänlaadun mittaamisen ongelmia. Teoksessa Voiko ikääntyneiden elämänlaatus mitata? Geriatrisen kuntoutuksen tutkimus- ja kehittämishanke. Tutkimusraportti 12. Toim. T. Huusko, T. Strandberg & K. Pitkälä. Helsinki: Vanhustyön keskusliitto.
- Siitonen, Juha (2001) Empowerment työssä jaksamisen edistämisesssä, toimintaraportti 1-vaihe 1.8.2000-31.7.2001. Oulun yliopisto, työtieteen laboratorio. Oulu: Oulun yliopisto.
- Simonen, L. 1996. Maaseudun hoivayrittäjät. Teoksessa Välittävät verkostot. Toim. A-L. Matthies, U. Kotakari & M. Nylund. Jyväskylä: Vastapaino.
- Ruoppila, I. 2002. Psykkisen toimintakyvyn tukeminen. Teoksessa Vanhuuden voimavarat. Toim. E. Heikkinen & M. Marin, M. Helsinki: Tammi
- Ruuskanen, P. 2002. Sosiaalinen pääoma hyvinvointipoliittisessa keskustelussa. Teoksessa Sosiaalinen pääoma ja hyvinvointi. Näkökulmia sosiaali- ja terveysaloille. Toim. P. Ruuskanen. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Saarnio, T. 2001. Yhteisö, yhteisöllisyys ja yhteistyö. Teoksessa Sosiaalialan työn uudet ulottuvuudet. E. Keränen, P. Nissinen, T. Saarnio & M. Salminen. Helsinki: Tammi.
- Saarenheimo, M. 2003. Merkityksellinen elämä. Teoksessa Seniori- ja vanhustyö arjen kulttuurissa. Toim. M. Marin & S. Hakonen. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Seppänen, M. 2001. Liipolan onni. Asuinalueen sosiaalinen erilaistuminen ja merkitys asukkaille. Helsinki: Palmenia-kustannus.
- Sonkin, L., Petäkoski-Hult, T., Rönkä, K. & Södergård, H. 1999. Seniori 2000. Ikääntyvä Suomi uudelle vuosituhanalle. Helsinki: Suomen itsenäisyyden juhlarahasto Sitra.

- Takkinen, S. 2000. Elämän tarkoituksellisuus toimintakyvyn komponenttina vanhuudessa. Teoksessa Toimintakyky, hyvinvointi ja elämänlaatu. Esityksiä työseminaarissa 2.–3.5.2000. Toim. J. Jyrkämä, T. Parviainen, A. Sarvimäki & I. Syrén. Helsinki: Kuntokallio.
- Tapaninen, A., Kauppinen, T., Kivinen, K., Kotilainen, H., Kurenniemi, M. & Pajukoski, M. 2002. Ympäristö ja hyvinvointi. Helsinki: WSOY.
- Tammi, Kaija 2006. Haja-asustusalueella asuvien ikääntyneiden sosiaalinen pääoma. Elvi-hankkeen pilottiryhmien alkukartoitus. Jyväskylä. Jyväskylän ammattikorkeakoulu, sosiaali- ja terveysala. Opinnäyte.
- Tenkanen, Raija 2007. Lähteessä Vanhuus ja sosiaalityö. Sosiaalityö avuttomuuden ja toimijuuden välissä. Marjaana Seppänen, Antti Karisto & Teppo Kröger (toim.). Jyväskylä: PS-kustannus, 181-192.

# LIITTEET

## Liite 1. Virtapiiri-ryhmän lomake



**Keski-Suomen Elämän Virtapiiri (Elvi) -projekti v. 2005 -2007**

### VIRTAPIIRI-RYHMÄN LOMAKE

1. Ryhmän nimi: \_\_\_\_\_ Päivämäärä \_\_\_\_\_

2. Osallistujia paikalla yhteensä \_\_\_\_\_ hlöä  
naisia \_\_\_\_\_ hlöä miehiä \_\_\_\_\_ hlöä

3. Ryhmän vastuhenkilö tai vastuhenkilöt

\_\_\_\_\_

4. Mitä ryhmässä tehtiin? \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

5. Ryhmän fiilikset? \_\_\_\_\_

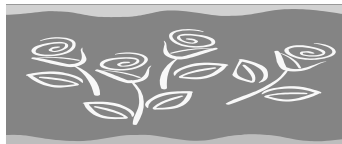
\_\_\_\_\_

6. Muuta huomioitavaa: \_\_\_\_\_

7. Seuraavan kokoontumisen aihe? \_\_\_\_\_

8. Seuraavan kokoontumisen vastuhenkilö tai vastuhenkilöt?

\_\_\_\_\_



Liite 2. Ryhmätoimintasuunnitelma –lomake

KEVÄT 2008 KANNONJÄRVEN VIRTAPIIRI

VK	PV	TOIMINTA	VASTUUHLÖT	PAIKKA	AIKA
2	7.1.2008	Toiminnan aloitus Porinapiiri "Terveiseni lomalta"		Toimela	10-12
3	14.1.	Jalkojenhoitopalvelu asiatuntijavierailu		Toimela	10-12
4	21.1.	Seurapelejä (Suomi-peli ja muita pelejä)		Toimela	10-12
5	28.1.	Keilailua Piispalassa	kimppakyyti Toimelan pihalta	Toimela	10-12
6	4.2.	Laskiaistapahtuma kylä- talolla (hernekeittoa ja ulkoilua)		Toimela	10-12
7	12.2. huom! huom!	Dementiayhdistyksestä vieraat aiheenaan muis- tiistiäisiin liittyvät asiat	huom! Vuoskoskella  Toimelan edestä kimppa- kyydein?	Vuoskoski	10-12
8	18.2.	Yhteislaulua ja jumppaa		Toimela	10-12
9	25.2.	hiihtoloma		Toimela	10-12
10	3.3	Vierailu Kannonkosken kirjastoon → opastettu tutustuminen		Toimela	10-12

11	10.3.	Kädentaitoja pääsiäiseen liittyen		Toimela	11-13
12	17.3.	Pääsiäisasihe jatkuu -juttuja / tarinoita pääsiäiseen liittyen -kädentaidot		Toimela	11-13
13	24.3.	2. pääsiäispäivä		Toimela	11-13
14	31.3.	Lukupiiri		Toimela	11-13
15	7.4.	Kuvia lapsenlapsista tai rakkaasta henkilöstä			
16	14.4.	Kuntosali (säästöpankin alakerta)	kimppakyydit Toimelan pihasta	Toimela	11-13
17	21.4.	Äitienpäiväkukkien valmistaminen kreppipaperista → äitienpäiväjuhlat kylällä		Toimela	11-13
18	28.4.	Retki lähiympäristöön		Toimela	11-13
19	5.5.	Viimeinen kokoontuminen ja talkoopäivä Kylätalon siivous, ryhmäläisten pihalla tai kotona avustaminen sekä tarjolla keittolounas ja kahvit (nyyttikestit)		Toimela	11-13

Liite 3 Esimerkki Elvi-projektin vapaaehtoisten koulutuspäivän ohjelmarungoista



ELVIN VAPAAEHTOISTEN KOULUTUSPÄIVÄ  
17.11.2006 PIISPALA



9.30-10.00 Elvin vapaaehtoistoiminnan toisen kurssipäivän avaus

10.00-11.00 "Yhdessä kohti vapaaehtoisuutta"

11.00-12.00 **Ruokailu**

12.00-12.50 "Yhdessä kohti vapaaehtoisuutta jatkuu"

12.50 -13.15 Kahvittelu

13.15. -13.30 Saliin siirtyminen

13.30 - 14.50 Toimintaa salissa

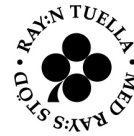
14.50 Elvin vapaaehtoisten II Koulutuspäivä päättyy

15.00 → Mahdollisuus virkistäytymiseen  
(Keilailua klo 15 - 16 välisellä ajalla)



## Liite 4 Esimerkki vapaaehtoisten koulutuksen palautelomakkeesta

### ELVIN VAPAAEHTOISTEN KOULUTUSPÄIVÄ I 10.03.2006 Piispala/ Palautelomake



1. Koulutuspäivän luento tarjosi tarvittavaa tietoa vapaaehtoisuudesta ?

1	2	3	4	5
(ei lainkaan)	(melko vähän)	(jonkin verran)	(melko paljon)	(erittäin paljon)

2. Kuinka tarpeellisia koulutuspäivän harjoitukset olivat?

1	2	3	4	5
(ei lainkaan)	(melko vähän)	(jonkin verran)	(melko paljon)	(erittäin paljon)

3. Kuinka tärkeänä pidit muiden vapaaehtoisten kanssa kokemusten vaihtoa koulutuspäivän aikana?

1	2	3	4	5
(ei lainkaan)	(melko vähän)	(jonkin verran)	(melko paljon)	(erittäin paljon)

4. Kuinka koet, että kokemusten vaihtoon oli varattu aikaa?

1	2	3	4	5
(liian vähän)	(melko vähän)	(jonkin verran)	(melko hyvin)	(erittäin hyvin)

5. Miten koet, että vapaaehtoisille suunnattu koulutuspäivä tuki oman toimintasi jäsentymistä Elvin vapaaehtoisena?

1	2	3	4	5
(ei lainkaan)	(melko vähän)	(jonkin verran)	(melko paljon)	(erittäin paljon)

6. Kerro omin sanoin mitkä asiat oli koulutuspäivän anti sinulle (ruusut ja risut)?

---

---

Liite 5 Esimerkki kohdealueen jokaiseen kotitalouteen lähetetystä kutsusta

TERVETULOA KYLÄILTAAN  
KESKIVIKKONA 6.9.2006  
KLO 19.00 KUMPULAN KOULULLE!

**Aiheena:**

**Keski-Suomen Elämän virtapiirit (Elvi) -hankkeen ryhmätoiminta arjen voimavaraksi**

Keski-Suomen Elämän virtapiirit -hanke käynnistää kohdekyllilleen varttuneemman väen Virtapiiri -ryhmiä, joissa keskitytään osallistujien voimavaroihin. Hanke tarjoaa nyt mahdollisuutta ryhmätoiminnan käynnistämiseen myös Kumpulan, Saunakylän ja niiden lähikylien asukkaille.

Illan aikana Elvi -hanke kertoo teille kyläläisille tarjolla olevasta toiminnasta. Arvostamme teidän mielipidettänne ja pyrimme yhteistyössä kanssanne luomaan toimintaa juuri teidän kylänne tarpeiden ja toiveiden mukaiseksi.

Ryhmätoimintaan mukaan lähtevien ihmisten lisäksi etsimme kyliltänne vapaaehtoisuudesta kiinnostuneita tavallisia ihmisiä! **Ryhmän käytännön toiminnasta vastaavat aluksi hankkeen projektityöntekijät ja toiminnan edetessä** vapaaehtoiset ryhmänvastaavat toimivat ryhmän kokoavana voimana ja mahdollistavat useiden ihmisten kohtaamisen, yhdessä tekemisen sekä uusien ystävyysuhteiden syntymisen.

TOIVOTAMME KAIKKI RYHMÄTOIMINTAAN OSALLISTUMISESTA TAI VAPAAEHTOISTYÖSTÄ KIINNOSTUNEET LÄMPIMÄSTI TERVETULLEEKSI TILAISUUTEEN. ILTA ALKAA KAHVITTELUN MERKEISSÄ KLO 19.00.

Tulkaahan kaikki kyläläiset ja naapurikyläläiset porukalla mukaan keskustelemaan, suunnittelemaan ja vaikuttamaan Virtapiiritoiminnan käynnistämiseen!

Kyläillan järjestävät yhteistyössä Kumpulan kyläseura, Saunakylän pienviljelijäyhdistys sekä Keski-Suomen Elämän virtapiirit -hanke.



Lisätietoja hankkeen toiminnasta tai kyläillasta:  
Projektityöntekijä Henna Alanen p. 050 438 1506  
henna.alanen@elviks.fi

## Liite 6 Esimerkki kyläkyselystä

KYSELY / Lokakylä

26.09.2005 Syksy

Seuraavalla kyselyllä haluamme selvittää, millaista kiinnostusta koette toimintaamme kohtaan. Voitte halutessanne rastittaa lomakkeesta useamman vaihtoehdon. Lisäksi voitte antaa meille yhteystietonne, joiden avulla voimme lähestyä teitä antaen tarkempaa tietoa toiminnastamme.

### Keski-Suomen Elämän virtapiirit (Elvi)-hanke

Käynnistää kylien varttuneemmalle väelle avointa ja maksutonta ryhmätoimintaa. Lisäksi Elvi etsii myös vapaaehtoistyöstä kiinnostuneita kylien asukkaita ryhmätoiminnan vetäjiksi.

**Hankkeen yhteyshenkilö:** Henna Alanen 050 438 1506

### Minua kiinnostaa

\_\_\_ Virtapiirit -ryhmätoiminta

\_\_\_ Vapaaehtoistyö

### LOMAKKEEN TÄYTTÄJÄN YHTEYSTIEDOT

Nimi: \_\_\_\_\_

Puh: \_\_\_\_\_

Sähköposti: \_\_\_\_\_

Osoite: \_\_\_\_\_

KIITOS VASTAUKSESTASI!



## ELVIN PALAUTEKYSELY

Kevät 2006

Palautteella kerätään tietoa Elvi -hankkeen toiminnasta, jonka avulla pyrimme parhaamme mukaan kehittämään ryhmätoimintaa jatkossakin. Pilottiryhmien kohdalla (Lannevesi, Lokakylä ja Kalmari) palaute koskee myös syksyn 2005 aikaista toimintaa.

### Ympyröi lomakkeesta sopiva tai sopivimmat vaihtoehdot

#### Miten sait tietoa toiminnasta?

Lehti-ilmoitus

Lehtiartikkeli

Kotiin jaetun tiedotteen avulla

Henkilökohtaisella kutsukirjeellä

Kyläillassa/ Tiedotustilaisuudessa

Tuttava kertoi

Projektityöntekijä kertoi

Kuulin joltain muulta henkilöltä

#### Millä olet päässyt kulkemaan ryhmään?

omalla autolla    toisen ryhmäläisen kyydillä    kävellen    pyörällä    linja-autolla    taksilla    jotenkin muuten

#### Vaikuttaako kyysin saanti osallistumiseesi ryhmätoimintaan?

Ei                      Kyllä

Jos vaikuttaa, niin miten?

---

## Kuinka tärkeäksi koet Virtapiiri-toiminnan?

Tärkeäksi    Yhdentekevää    Melko tärkeäksi

## Minkä vuoksi lähdit mukaan tähän toimintaan?

## Mitä ryhmän toiminta antaa henkilökohtaisesti?

## Mitä mieltä olet seuraavista virtapiiritoimintaan liittyvistä asioista?

(huono 1, kohtalainen 2, hyvä 3)

	huono 1	kohtalainen 2	hyvä 3
Kokoontumispaikka	1	2	3
Kokoontumisen ajankohta	1	2	3
Kokoontumisen tiheys	1	2	3
Kokoontumisen kesto	1	2	3
Ryhmän koko	1	2	3
Ryhmän sukupuolijakauma	1	2	3
Ryhmän ilmapiiri	1	2	3
Toiminnan sisältö	1	2	3
Toiminnasta tiedottaminen	1	2	3

**Seuraavassa on esitetty joukko väittämiä. Mikä annetuista vastausvaihtoehdoista sopii parhaiten omiin kokemuksiisi Virtapiiri -ryhmästä?**

(eri mieltä 1, en osaa sanoa 2, samaa mieltä 3)

	eri mieltä 1, en osaa sanoa 2, samaa mieltä 3		
Käyn mielelläni ryhmässä	1	2	3
Aion jatkaa ryhmässä käymistä	1	2	3
Olen saanut ryhmästä uusia ystäviä	1	2	3
Koen, että minua kuunnellaan ryhmässä	1	2	3
Minua kohdellaan tasa-arvoisesti	1	2	3
Olen saanut ryhmästä uutta sisältöä elämään	1	2	3
Ryhmässä käyminen antaa minulle voimavaroja	1	2	3
Voin vaikuttaa toiminnan sisältöön	1	2	3
Viihdyn ryhmässä	1	2	3
Toiminta on tarpeellista	1	2	3
Toiminta on monipuolista	1	2	3
Saan uutta tietoa toiminnan kautta	1	2	3

### **Kuinka usein toivot ryhmätoimintaan liittyvän seuraavia asioita?**

(harvoin 1, silloin tällöin 2, usein 3)

	harvoin 1	silloin tällöin 2	usein 3
Liikunta	1	2	3
Musiikki	1	2	3
Kirjallisuus	1	2	3
Kädentaidot	1	2	3
Muistelu	1	2	3
Keskustelu	1	2	3
Pelit, tietokilpailut	1	2	3
Retket	1	2	3
Vierailijat	1	2	3
Tietoiskut	1	2	3

### **Mitä toiveita sinulla on toiminnan jatkoa ajatellen?**

### **Voisitko suositella vastaavaa toimintaa muiden kylien ikääntyville?**

Kyllä      Ei

### **Oliko tällaiseen toimintaan helppo tulla mukaan?**

Kyllä      Ei

**Voit kirjoittaa vapaasti palautetta Elvi -hankkeen toiminnasta (esim. mikä on hyvin, mihin voisi kiinnittää huomiota, mikä mietityttää jne...)**

### **Yleisarvosana tähänastiselle Elvi -hankkeen toiminnalle (asteikolla 1 – 5)**

1            2            3            4            5

**Kiitos palautteestasi!**

## Liite 8 : Ryhmien palautelomake 2007

### ELVI-HANKKEEN PALAUTEKYSELY

Kevät 2007

Palautteella kerätään tietoa Elvi -hankkeen toiminnastaja sen vaikutuksista. Sen kautta pyrimme myös parhaamme mukaan kehittämään ryhmätoimintaa jatkossakin

Ryhmän nimi \_\_\_\_\_

Sukupuoli: \_\_\_\_\_

1. Kuinka tärkeäksi koet Virtapiiri -toiminnan?

<input type="checkbox"/>	Tärkeäksi
<input type="checkbox"/>	Melko tärkeäksi
<input type="checkbox"/>	Yhdentekevää

2. Kuinka tärkeää teille on, että toiminta on ideologialtaan sitoutumatonta?

<input type="checkbox"/>	Tärkeää
<input type="checkbox"/>	Melko tärkeää
<input type="checkbox"/>	Yhdentekevää

Kuinka kuljette ryhmään?

<input type="checkbox"/>	Kävellen
<input type="checkbox"/>	Polkupyörällä
<input type="checkbox"/>	Linja-autolla

<input type="checkbox"/>	Taksilla
<input type="checkbox"/>	Toisen ryhmäläisen kyydissä
<input type="checkbox"/>	Omalla autolla

Muuten, millä?  
\_\_\_\_\_

Seuraavassa on esitetty joukko väittämiä. Mikä annetuista vastausvaihtoehdoista sopii parhaiten omiin kokemuksiisi Virtapiiri -ryhmästä? (eri mieltä 1, en osaa sanoa 2, samaa mieltä 3) valitse yksi vaihtoehto kysymystä kohden

Käyn mielelläni ryhmässä

<b>1 eri mieltä</b>	<b>2 en osaa sanoa</b>	<b>3 samaa mieltä</b>
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Olen saanut ryhmästä uusia ystäviä

--	--	--

Olen saanut ryhmästä uuta sisältöä elämään

--	--	--

Ryhmässä käyminen antaa minulle voimavaroja

--	--	--

Voin vaikuttaa toiminnan sisältöön

--	--	--

Toiminta on monipuolista

--	--	--

Toiminta on tarpeellista

--	--	--

Onko toiminta laajentanut sosiaalista verkostoasi

	Ei
--	----

	Kyllä
--	-------

*Miten?
---------

---

---

---

---

---

Toiminnasta on tiedotettu

	Liian paljon
	Riittävästi
	Liian vähän : (ehdota tiedottamisen tapaa)

---

Haluaisitko osallistua toiminnan toteuttamiseen vapaaehtoisena ryhmäohjaajana/  
vastuuhenkilönä?

	Kyllä
	En
	En osaa sanoa

Kerro omin sanoin kokemuksistasi Virtapiiristä:

---

---

---

---

---

---

Muutosehdotuksia liittyen toimintaan:

---

---

---

---

---

---

---

---

**KIITOS VASTAUKSESTASI!!!**