

Inga-Helen Kokko, Anne Penttilä & Tiina Urpunen

TOIMINTAMALLI
IKÄÄNTYNEILLE SUUNNATUN
TAPAHTUMAN
JÄRJESTÄMISEEN

Kultainen ikä-
Ikäihmisten hyvinvointimessut

Opinnäytetyö
Vanhustyön koulutusohjelma

Helmikuu 2016



Tekijä/Tekijät	Tutkinto	Aika
Inga-Helen Kokko Anne Penttilä Tiina Urpunen	Vanhustyön koulu- tusohjelma	Helmikuu 2016
Opinnäytetyön nimi		
Toimintamalli ikääntyneille suunnatun tapahtuman järjestämi- seen: Kultainen ikä- käihmisten hyvinvointimessut		50 sivua 14 liitesivua
Toimeksiantaja		
Eläkeliiton Elimäen yhdistys ry		
Ohjaaja		
Merja Laitoniemi, lehtori		
Tiivistelmä		
<p>Tämän toiminnallisen opinnäytetyön tarkoituksena oli tarjota ikääntyneelle tietoa ja keinoja oman hyvinvoinnin ja toimintakyvyn sekä arkielämän turvallisuuden tukemiseen. Messujen tavoitteena oli informatiivisuuden lisäksi osallistaa kohderyhmä, ikääntyneet. Messujen ohjelmarunko muodostui kartoittamalla ikääntyneiden mielenkiinnon kohteita. Saadun palautteen perusteella suunniteltiin messujen sisältö ja valittiin yhteistyökumppanit. Messuilla tarjottiin ajankohtaista informaatiota terveyden, turvallisuuden, fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin tukemiseen sekä viihdekulttuuria. Alueen yrittäjiä oli paikalla esittelemässä ikääntyneitä hyödyttäviä palveluita ja tuotteita, esimerkiksi apuvälineitä. Messujen suunnittelun, toteutuksen ja arvioinnin myötä valmistui prosessoitu toimintamalli, joka on hyödynnettävissä ikääntyneille suunnattuja tapahtumia järjestettäessä.</p> <p>Opinnäytetyön tietoperusta pohjautuu ikääntyneen toimintakyvyn tukemiseen sekä sosiokulttuuriseen toimintaan. Messujen sisällön suunnittelussa ja toteutuksessa huomioitiin ikääntymismuutokset ja niiden mukanaan tuomat erityistarpeet. Ikääntyneet ovat hyvin heterogeeninen kohderyhmä ja eletty elämä vaikuttaa toimintakykyyn sekä kiinnostuksen kohteisiin myös eläkkeellä. Ikääntyneet tulee nähdä omasta hyvinvoinnistaan kiinnostuneina, yhteiskunnalle arvokkaina kuluttajina. Heidän voimavarojaan ja tietoutta tulee hyödyntää yleisötapahtuman suunnittelussa ja toteutuksessa.</p> <p>Kultainen Ikä- Ikääntyneiden hyvinvointimessut toteutettiin ystävänpäivänä 14.2.2015 Elimäellä, Kouvolan kaupunginosassa. Messut olivat yksipäiväinen tapahtuma, jonka järjestämisessä oli mukana useita yhteistyökumppaneita. Messuilla vieraili päivän aikana noin 250 kävijää. Messujen onnistumista arvioitiin palautekyselyllä, johon osallistuivat messuvieraat sekä yhteistyökumppanit. Palaute oli positiivista ja tapahtumalle toivottiin jatkoa. Messuvieraat toivat palautteessaan esiin tyytyväisyyden siitä, että ikääntyneille järjestettiin oma tapahtuma. Omalla asuinalueella järjestetty tapahtuma lisäsi myös alueen asukkaiden yhteisöllisyyttä.</p>		
Asiasanat		
ikäntyminen, toimintakyky, innostaminen, kulttuuri, osallisuus, esteettömyys, messut		

Author (authors)	Degree	Time
Inga-Helen Kokko Anne Penttilä Tiina Urpunen	Bachelor of Elderly Care Administration	February 2016
Thesis Title		
Operation model for organizing an event for the seniors: The Golden age- welfare fair for seniors		50 pages 14 pages of appendices
Commissioned by		
Retirement Union Eläkeliitto association in Elimäki		
Supervisor		
Merja Laitoniemi, Principal Lecturer		
Abstract		
<p>The purpose of this functional thesis was to increase seniors' knowledge on how to take care of their own welfare, ability to function and improve the safety of everyday life. The welfare fair's purpose was also to involve the seniors. The target group in interest was surveyed and the fair content and partners arranged. The fair offered current information about health, safety, support to function in mental, physical and social ways as well as entertainment programs. Local entrepreneurs presented their services and products for the seniors, for example, aid. After planning, executing and evaluating the welfare fair, an operation model for organizing an event for the seniors was completed. The operation model can be used for organizing similar events in the future.</p> <p>This thesis is based on supporting the functional abilities and sociocultural actions of seniors. The changes that come with aging as well as the special needs of the seniors were taken into consideration in planning and executing the fair. The seniors are a very heterogeneous group. Life experiences affect the capacity to function and the subjects of interest. The seniors should be seen as consumers that are important for the community. Their resources and knowledge should be utilized in planning and executing different events.</p> <p>Golden age – welfare fair for seniors was organized on Valentine's Day 14.2.2015 in Elimäki, a part of the city of Kouvola. The fair was a one-day event. There were many partners working together. During the day there were 250 visitors. The success was evaluated by the feedback from to the visitors and partners. The feedback revealed that both the customers and partners considered events like seniors' welfare fair really important and necessary. The continuity of similar events was requested. In the survey, visitors expressed satisfaction that the elderly had an event of their own. The event organized in their own neighborhood increased the sense of community among the residents.</p>		
Keywords		
aging, ability to function, inspiration, culture, participation, accessibility, fair		

SISÄLLYS

SISÄLLYS.....	6
1 JOHDANTO.....	6
2 IKÄÄNTYMINEN JA TOIMINTAKYKY.....	6
2.1 Ikääntymisen määrittely.....	6
2.2 Ikääntyneen hyvinvointi ja voimavarat.....	7
2.3 Ikääntyneen toimintakyvyn osatekijät.....	8
2.4 Ikääntyminen ja ympäristö.....	11
3 SOSIOKULTTUURINEN TOIMINTA.....	12
3.1 Sosiokulttuurinen innostaminen.....	12
3.2 Kulttuurin merkitys ikääntyneelle.....	14
3.3 Osallisuuden merkitys ikääntyneelle.....	16
4 IKÄÄNTYNEILLE SUUNNATUN TAPAHTUMAN JÄRJESTÄMINEN.....	19
4.1 Toimintasuunnitelma.....	19
4.2 Riskeihin varautuminen.....	21
4.3 Palautteen kerääminen.....	23
5 MESSUJEN TARKOITUS JA TAVOITTEET.....	24
6 KULTAINEN IKÄ -MESSUJEN SUUNNITTELU JA TOTEUTUS.....	25
6.1 Kohderyhmä ja sisältö.....	25
6.2 Paikan valinta ja ympäristö.....	25
6.3 Yhteistyökumppanit.....	28
6.4 Lainsäädäntö ja lupa-asiat.....	28
6.5 Budjetti ja rahoitus.....	29
6.6 Mainonta ja markkinointi.....	30
6.7 Riskit.....	30
6.8 Messupäivän kuvaus.....	32
7 TOIMINTAMALLI IKÄÄNTYNEILLE SUUNNATUN TAPAHTUMAN JÄRJESTÄMISEEN.....	33

7.1	Ideointi	33
7.2	Suunnittelu.....	33
7.3	Päättäminen	34
7.4	Toimeenpano.....	35
7.5	Toteutus ja arviointivaihe	35
8	ARVIOINTI.....	36
8.1	Palautekyselyn suunnittelu ja toteutus.....	36
8.2	Palautekyselyn tulokset	37
8.3	Hankkeen arviointi	40
8.4	Opinnäytetyön kokonaisuuden arviointi	42
9	POHDINTA	43
	LÄHTEET.....	46

LIITTEET

Liite. 1 Ohjelmajuliste

Liite 2. Kirje yhteistyökumppaneille

Liite 3. Yhteistyökumppanit

Liite 4. Artikkelit Elimäen sanomissa 4.2.2015

Liite 5. Vartin kysymykset 11.2.2015

Liite 6. Mainosjuliste

Liite 7. Artikkelit Elimäen sanomissa 18.2.2015

Liite 8. Toimintamalli

Liite 9. Palautekysely messuvieraille

Liite 10. Palautekysely yhteistyökumppaneille

1 JOHDANTO

Tässä toiminnallisessa opinnäytetyössä käsitellään ikääntyvän toimintakyvyn, kulttuurin ja osallisuuden merkitystä, ikääntyville suunnatun tapahtuman suunnittelua ja toteutusta kohderyhmän erityistarpeet huomioiden sekä arvioidaan lopputulosta. Kultainen ikä- ikäihmisten hyvinvointimessut sai alkunsa Eläkelii-ton Elimäen yhdistys ry:n tarpeesta järjestää ikääntyneille suunnattu tapahtuma Kouvolan Elimäellä, helmikuussa 2015. Tapahtuman tavoitteena oli tukea ikääntyneiden hyvinvointia, toimintakykyä ja osallisuutta. Hankkeistajan edustaja pyysi Kymenlaakson ammattikorkeakoulun opiskelijoita mukaan tapahtuman suunnitteluun ja toteutukseen. Vastaavaa tapahtumaa ei ole Elimäellä aiemmin järjestetty. Tapahtuman toteutuksen myötä kehitettiin ikääntyneille suunnatun tapahtuman järjestämisen toimintamalli.

Innostamisen käsitteet yhteisöllisyys, herkistyminen, osallistuminen, luovuus ja toimintaan sitoutuminen (Kurki 2000, 14), olivat toteutuksen keskeiset käsitteet Kultainen Ikä- hyvinvointimessuilla 14.2.2015, Elimäellä. Messut toteutuivat omalla asuinalueella järjestetyssä, sosiaalista toimintakykyä tukevassa, terveyteen, turvallisuuteen ja hyvinvointiin liittyvässä informatiivisessa tapahtumassa. Ikääntyneen oman aktiivisuuden ja osallisuuden merkitys korostui niin, että tapahtuman onnistumisesta muodostui asuinalueen ikääntyneitä, yhteistyökumppaneita ja paikallisia yrittäjiä yhdistävä tekijä, jonka toteuttamiseen he sitoutuivat yksilöinä ja yhdessä käyttäen luovuutta tuottaessaan yhteistä hyvinvointia yhteisöön. Omalla asuinalueella järjestettävä tapahtuma lisää yhteenkuuluvuuden tunnetta ja yhteisöllisyyttä.

Opinnäytetyö sisältää asiakaspalautekyselyn, joka kerättiin messuvierailta ja yhteistyökumppaneilta. Palautetta käytettiin arvioitaessa messujärjestelyjen onnistumista toiminnan toteutuksen ja sisällön osalta. Messuilla vieraili päivän aikana noin 250 henkeä.

2 IKÄÄNTYMINEN JA TOIMINTAKYKY

2.1 Ikääntymisen määrittely

Ikä ja ikääntyminen eivät ole määrittelyltään yksinkertaisia. Ikää voidaan arvioida kronologisesti eli elettyjen vuosien lisäksi myös elimistössä tapahtuvien

biologisten ja psyykkisten ikääntymismuutosten mukaan. Ikää voidaan määrittellä myös sosiaalisena, persoonallisena sekä subjektiivisena ikänä. (Rantamaa 2008, 51—52.)

Ikärakennetta laskettaessa mittauksessa käytetään kronologista ikää. Ikärakenteeseen vaikuttavat syntyvyys, kuolleisuus sekä muutto tai maahanmuutto. Ennusteen mukaan ikääntyneiden määrä Suomen väestöstä kasvaa edelleen. (Koskinen, Martelin & Sihvonen 2013, 28, 31). Ikääntyneiden terveys ja toimintakyky ovat tutkimusten mukaan parantuneet, myös koettu terveys on kohentunut. Toimintakyvyn säilyminen mahdollisimman pitkään on merkityksellinen myös yhteiskunnallisella tasolla. Ikääntyneitä ei nähdä vain passiivisena kulueränä, vaan toimintakykyisinä monet jatkavat työntekoa tai vapaaehtoistyötä eläkkeelle jäännin jälkeen. (Sainio, Koskinen, Sihvonen, Martelin & Aromaa 2013, 50, 63—64.)

Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveystalvuluista (28.12.2012/980) 3. § määrittelee ikääntyneet niin, että he ovat vanhuuseläkkeeseen oikeuttavassa iässä olevaa väestöä. Läkäs henkilö määrittellään siten, että henkilön toimintakyky on alentunut korkean iän myötä alkaneiden, lisääntyneiden tai vaikeutuneiden sairauksien, vammojen tai elimistön rappeutumisen vuoksi.

Ikääntymistä voidaan tarkastella myös sosiaalisuuden kautta. Jyrkämän mukaan vanhenemisen sosiaalisuutta on yksilön ikääntyminen jossakin yhteiskunnassa, jonakin tiettyinä aikana. Yksilö nähdään aktiivisena toimijana, joka teoillaan vaikuttaa ympäristöönsä ja vanhenemiseen. Jyrkämä toteaa kirjoituksessaan, että sosiaaligerontologian teorit ovat teorioita vanhenevasta yksilöstä ja yksilön suhteesta yhteiskuntaan ja lähiympäristöönsä. Teorioilla pyritään kuvaamaan hyvää vanhenemistä ja keinoja siihen. Hyvällä vanhenemisella tarkoitetaan sopeutumista, tyytyväisyyttä ja hyvää mielialaa. Yhteistä teorioille ovat vanhenemisprosessin päämäärät. (Jyrkämä 2008b, 273—274.)

2.2 Ikääntyneen hyvinvointi ja voimavarat

Hyvinvointi muodostuu fyysisestä, psyykkisestä, sosiaalisesta ja emotionaalista hyvästä olost ja kokonaisuudesta käsittäen yksilön, läheiset, ympäristön, palvelujärjestelmän ja yhteiskuntapolitiikan. Hyvinvointiin läheisesti liittyviä

tekijöitä ovat terveys, toimintakyky, toimijuus, asuminen ja elinympäristö, toimeentulo, ihmissuhteet, yhteisöllisyys, mielekäs tekeminen, osallisuus ja peruskulttuurin turvallisuus. Hyvinvointia voidaan mitata objektiivisesti sekä subjektiivisesti arvojen ja kokemusten kautta ja sen merkitys koetaan erilaisena, eri-ikäisenä, ihmisen elämänkaaren aikana. (Liikanen 2010, 37.)

Voimavaralähtöisyys tarkoittaa toimintatapaa, jossa ikääntymistä tarkastellaan tuomalla esiin ikääntymisen mukanaan tuomia positiivisia ominaisuuksia. Kulttuurigerontologian kehittyminen tuo esiin ikääntyneiden kulttuurisia voimavaroja, ja sillä nähdään olleen vaikutusta voimavaralähtöisen ikääntymisen ymmärtämisessä. Ikääntyneiden voimavarat voidaan jakaa neljään luokkaan: ikääntyneiden asemaan liittyvät voimavarat, sosiokulttuuriset eli vanhuuteen elämänvaiheena liittyvät voimavarat, ympäristö voimavarana sekä psyykkiset ja henkiset voimavarat. (Koskinen 2005, 194—195.)

Voimavarat ovat yksilöllisiä, kuten myös toiminnanrajoitteet ja niiden kokeminen. Voimavaroilla voidaan kompensoida toista heikompaa toimintakyvyn aluetta niin, että siitä ei muodostu ongelmaa. Kompensaatioprosessissa ikääntynyt arvioi tilannettaan sekä asettaa tavoitteita uudelleen. Toimintatapoja muuttamalla sekä mahdollisesti apuvälineiden tai avun turvin ikääntynyt löytää tasapainon. Toimintakyvyn rajoituksia ei koeta vajavuutena, vaan ne hyväksytään ja niiden kanssa tullaan toimeen. Oman motivaation merkitys toimintakyvyn säilymisessä ja ikääntymismuutosten hyväksymisessä on suuri. (Helin & von Bonsdorff 2013, 437—438.)

Aktiivinen ikääntyminen mahdollistaa hyvän vanhenemisen fyysisesti, psyykkisesti ja sosiaalisesti. Aktiivisella ikääntymisellä tarkoitetaan osallistumista yhteiskunnallisiin sosiaalisiin toimintoihin, kuten kulttuuriin. Toimintakyvyn las-
kiessa ikääntynyt tarvitsee apua osallisuuden toteuttamiseen. (Rantanen 2013, 414.)

2.3 Ikääntyneen toimintakyvyn osatekijät

Toimintakyvyllä tarkoitetaan yksilön kykyä selvittää päivittäisistä arkielämän toiminnoista omassa elinympäristössään. Toimintakykyä voidaan kuvailla elinjärjestelmien tasolla aistien toimintana, suorituksen tasolla oppimisena ja liikkumisena sekä osallistumisen tasolla harrastuksiin osallistumisena. Toiminta-

kyky muodostuu yksilön terveydentilasta, yksilöllisistä ominaisuuksista, ympäristötekijöistä ja näiden vuorovaikutuksesta. Ikääntymisen myötä toimintakyvyssä tapahtuu aina muutoksia. Sairaudet ovat yleisin syy toimintakyvyn vajaukseen. Toimintakykyä voidaan tukea sairauksien ja tapaturmien varhaisella ehkäisyllä, toteamisella ja hyvällä hoidolla, kuntoutuksella, terveysneuvonnalla sekä fyysisen, sosiaalisen ja henkisen toimeliaisuuden edistämällä. Elinympäristön elinolojen muokkaaminen sekä apuvälineet, mahdollistavat ikääntyneelle toimintakyvyn edellytyksen toimintakyvyn ollessa heikentynyt. Iäkkäiden ihmisten hyvinvoinnin perusteita ovat hyvä toimintakyky ja mahdollisuus osallistua itselleen tärkeäksi koettuihin aktiviteetteihin, toiminnanrajoitteista huolimatta. (Sainio ym. 2013, 56, 64.)

Fyysinen toimintakyvyn muutokset näkyvät lihaskunnan heikkenemisenä, liikumisen hidastumisena, liikkeiden vaikeutena ja tasapainon heikentymisenä. Fyysisen toimintakyvyn heikkeneminen kaventaa elinympäristöä pienemmäksi ja sosiaaliset kontaktit vähenevät. Toimintakyvyn ylläpitämiseksi elinympäristö tulee järjestää siten, että se tukee ulkoilua ja päivittäisten asioiden hoitamista itsenäisesti. Apuvälineet, kuten rollaattori, kävelykeppi, kävelypyörä ja sähköinen ovenavausmekanismi tukevat päivittäistä toimintakykyä. Toimintakyvyn muutoksia tapahtuu esimerkiksi näköaistissa, jolloin valon tarve kasvaa. Valaistukseen ja värien kontrasteihin tulisi kiinnittää huomiota kotona, pihalla, kaupassa, julkisissa liikennevälineissä ja julkisissa tiloissa. Kuulon heikentyessä erilaiset taustalta tulevat hälyäänet häiritsevät puheen erottumista ja vaikuttavat puheen ymmärtämiseen. Heikentynyt kuulo vaatii puhujalta selkeän puheäänän, ääntämisen ja äänentoiston. (Ikääntyminen.)

Psyykinen toimintakyky tarkoittaa kykyä ylläpitää psyykkistä hyvinvointia, sekä kykyä palauttaa hyvinvointi kriisin jälkeen. Mielenterveys muotoutuu koko elämänkaaren ajan, ja siihen vaikuttavat onnistumisen sekä epäonnistumisen kokemukset, myös geneettisillä tekijöillä on vaikutusta. Mielen hyvinvoinnin yhteydessä korostetaan fyysisen toiminnan merkitystä. Liikuntaa pidetään ikääntyneiden mielenterveyden edistämisen sekä mielenterveyden ongelmien yhtenä parhaimmista hoitokeinoista. Liikunnan kautta on mahdollista saada sosiaalisia kontakteja sekä vertaistukea. (Saarenheimo 2013, 374—375.)

Sosiaalinen toimintakyky käsittää iäkkään toimimisen ja osallistumisen yhteiskunnan ja yhteisöjen toimintaan. Kyky toimia vuorovaikutussuhteessa sosiaalisten verkostojen kanssa, yhteisöllisyyden ja osallisuuden kokemukset, taito selvittää rooleista sekä aktiivisuus ja osallisuus kertovat sosiaalisista taidoista ja ympäristön vuorovaikutuksesta. Fyysinen, psyykinen ja kognitiivinen toimintakyky vaikuttavat ikääntyneen sosiaaliseen aktiivisuuteen. Sosiaalinen vuorovaikutus muodostuu sosiaalisista taidoista yhdessä muiden ihmisten kanssa. Vuorovaikutussuhteet ovat väylä ympäristöön mahdollistaen uusia suhteita. Sosiaalinen verkosto muuttuu ikääntymisen myötä. Ihmissuhteita ei ole helppo korvata uusilla, ja sosiaalisten kontaktien väheneminen johtaa sosiaalisten taitojen heikentymiseen. Sosiaalinen kanssakäyminen on tärkeä osa arjen hyvinvointia. (Tiikkainen 2013, 286—288.)

Sosiaaliset suhteet vaikuttavat terveyteen ja hyvinvointiin tuottaen terveydellistä hyötyä. Sosiaalinen sitoutuminen lisää itsearvostusta, yhteenkuuluvuutta, kiintymystä ja erilaisten sosiaalisten roolien kautta ylläpitää itsetuntoa ja luottamusta omiin taitoihin. (Tiikkainen 2013, 290.) Ikääntyneillä yksinäisyys ja syrjäytyminen ovat keskeinen ongelma. Toimintakyvyn heikentyessä yksinäisyys ei välttämättä ole ikääntyvän vapaaehtoinen valinta, vaan olosuhteiden pakko. (Loneliness in older people 2013.)

Kognitiivisella toimintakyvyllä tarkoitetaan tiedonkäsittelyn prosessia, vastaanottoa, käsittelyä ja varastointia aivoissa. Kognitiivista toimintakykyä tarvitaan kaikissa muistitoiminnoissa, tunteiden käsittelyssä sekä toiminnanohjauksessa. Ikääntymiseen ei automaattisesti liity kognitiivista heikentymistä. Terve ikääntynyt oppii halutessaan uutta. Ikääntymismuutokset ovat yksilöllisiä, perimällä ja elämäntavoilla on vaikutusta. Aivoja aktivoimalla sekä fyysisellä aktiivisuudella voidaan vaikuttaa kognitiivisten muutosten etenemiseen. Parhaaseen tulokseen päästään, kun harjoitteluun liittyy fyysinen, sosiaalinen sekä kognitiivinen ulottuvuus. Muistisairauksia ja kognitiivista ikääntymiseen liittyvää lievää heikentymistä ei harjoittelulla voida kuitenkaan estää, vain hidastaa. (Hänninen 2013, 210—214.)

Jyrkämän mukaan onnistuneen vanhenemisen edellytys on aktiivisuuden säilyttäminen. Aktiivisuusteorian tutkimus perustuu ajatukseen hyvän elämän ja aktiivisuuden liitosta. Aktiivisuus voi olla tekemistä tai aktiviteettia, kuten huo-

neen siivoamista tai osallistumista kerhotoimintaan. Aktiivisuudessa tasapainon säilyttäminen vastaa ihmisen omia tarpeita. Pakolliset roolien menetykset vanhetessa korvataan parhaiten uusilla rooleilla. Suurin roolimuuotos ihmiselle voi olla eläköityminen. (Jyrkämä 2008b, 273—274).

Vertaisryhmät ja järjestöt edistävät osallistumisen kautta terveyttä ja pitkäikäisyyttä. Vapaaehtoistyöhön osallistuminen roolien muuttuessa tai menetysten myötä, lisää tyytyväisyyden tunnetta elämää kohtaan sekä auttaa solmimaan uusia sosiaalisia kontakteja. Aktiivinen, sosiaalinen elämäntyyli vaikuttaa fyysiseen toimintakykyyn parantavasti, edistää tyytyväisyyden ja hyvinvoinnin tunnetta elämää kohtaan, vähentää kognitiivisen toimintakyvyn heikentymistä ja kuolemanriskiä. Passiivisen harrastaminen on todettu luovan samankaltaisia vaikutuksia. (Tiikkainen 2013, 290.)

2.4 Ikääntyminen ja ympäristö

Esteettömyydellä tarkoitetaan kokonaisuutta, joka vaikuttaa ihmisen asumiinseen kotona ja mahdollistaa osallistumisen mm. kulttuuriin. Esteettömyys merkitsee palveluiden saatavuutta, välineiden käytettävyyttä, tiedon ymmärtämistä ja mahdollisuutta osallistua itseään koskevaan päätöksentekoon, luo tasa-arvoa ja on osa kestävästä kehitystä. Esteettömyys huomioi liikkumisen lisäksi näkemiseen, kuulemiseen, kommunikaatioon ja sähköiseen viestintään liittyvät asiat, se on turvallisuutta ja laatua. Esteettömyys on asenne, ajattelutapa ja erilaisuuden huomioonottamista rakennetun ympäristön suunnittelussa ja toteuttamisessa. Ympäristö tai rakennus on esteetön silloin, kun se on käyttäjälleen toimiva, turvallinen ja miellyttävä sekä rakennuksen kaikkiin tiloihin on helppo päästä. (Esteettömyys.) Esteetön ympäristö ja esteettömyys luovat ikääntyneelle henkilölle mahdollisuuden omatoimiseen selviämiseen päivittäisissä toiminnoissaan ja arkiaskareissaan (Ikääntyminen).

Suomessa laki ohjaa rakentamista ja rakennetun ympäristön esteettömyyttä. Lainsäädäntö perustuu perustuslain (11.6.1999/731) 2. luvun 6. §:n lakiin syrjimättömyydestä. Rakennetun ympäristön esteettömyyttä säätelevät maankäyttö ja rakennuslaki (5.2.1999/132) sekä täydentävä maankäyttö ja rakennuslain asetus (10.9.1999/895).

Ympäristöä on mahdollista tarkastella fyysisen ympäristön lisäksi myös sosiaalisena ja symbolisena ympäristönä. Ikääntyneen sosiaalinen ympäristö

muodostuu sosiaalisesta verkostosta ja yhteisöstä, johon hän kuuluu. Sosiaalisen pääoman käsite liittyy kiinteästi yhteisön luomaan yhteenkuuluvuuden tunteeseen ja jäsenten väliseen luottamukseen. Symbolinen ympäristö ilmentää ikääntyneen arvoja, normeja, sääntöjä ja asenteita heijastamalla ikääntyneen autonomiaan, yksityisyyteen sekä mahdollisuuksiin osallistua täysivaltaisena jäsenenä yhteisössä ja yhteiskunnassa. (Tiikkainen 2013, 286.)

3 SOSIOKULTTUURINEN TOIMINTA

3.1 Sosiokulttuurinen innostaminen

Sosiokulttuurisen innostamisen käsite ja toiminta on syntynyt Ranskassa toisen maailmansodan jälkeen. Innostamisen määritelmä on vaihdellut, mutta lähtökohdiltaan innostamisessa on ollut kysymys opettavaisesta tiedostamisen, osallistumisen ja sosiaalisen luovuuden liikkeestä. Innostamisen tehtävänä on sosiaalisen kanssakäymisen ja hyvinvoinnin lisääminen, oppimisen tukeminen ja yhteiskunnallisen kanssakäymisen hallinta. (Kurki 2000, 11.)

Sosiokulttuurinen innostaminen muodostuu kahdesta eri käsitteestä. Kulttuurinen demokratisaatio tavoittelee kulttuurisen ajattelutavan syntymistä niin, että innostajat toimivat välittäjinä taiteen ja kansan välillä. Tavoitteena on tehdä taiteesta niin saavutettavaa, että mahdollisimman moni kansalainen pääsee osalliseksi. Kulttuuri kuuluu kaikille. Kulttuurinen demokratia tarkoittaa ihmisen omaa osallistumista, jossa vaikuttajana on sosiokulttuurinen innostaja. Tavoitteena on ihmisen osallisuuden ja aktiivisuuden lisääminen, jolloin hän itse tuottaa oman arkielämänsä ja kulttuurinsa. Innostamisella pyritään saavuttamaan kulttuurinen demokratia ja muokkaamaan toiminnan kasvatuksellisuutta yhteiskunnan hyväksi. Innostamisessa on kyse asenteesta, ammatillisesta kutsumuksesta ja sitoutumisesta. (Kurki 2000, 14.)

Sosiokulttuurisen innostamisen käsite on Suomessa vielä uusi. Suomalaiseen yhteiskuntaan on kuitenkin jo pitkään kuulunut kulttuuri- ja sivistystoiminta, jonka sosiokulttuurisen innostamisen muotona voidaan nähdä kansalais- ja kylätoiminta, kotiseututyö, kirjastot, harrastuspiirit, eläkeläisjärjestöt ja Martat. (Liikanen 2010, 34.)

Sosiokulttuurisella innostamisella pyritään lisäämään ihmisen tietoisuutta oman roolinsa merkityksestä omassa yhteisössä ja elinympäristössä, yhteiskunnassa ja maailmassa. Yksilön toiminta arjessa ja lähiyhteisössä on osa laajempaa yhteisöä ja yhteiskunnallista toimintaa. Innostaminen käsittää kaikki ne toimenpiteet, joilla yksilö saadaan toimimaan ja osallistumaan. (Kurki 2000, 20.)

Kurki (2000, 24—28) käyttää teoksessaan mukailtua sosiokulttuurisen innostamisen teoreettista runkoa, jonka pääkohtien tulisi näkyä aina kaikessa innostamiseen liittyvässä toiminnassa. Teorian mukaan innostaminen on sosiaalista toimintaa, jolla pyritään saamaan ihminen itse aktiiviseksi toimijaksi ja muutoksen aikaansaajaksi. Innostaminen on kasvatuksellista toimintaa, jolla tavoitellaan asenteiden ja sosiaalisten suhteiden muutosta aktiivisin keinoin, ohjaamista välttämällä. Innostamisen tavoitteena on kulttuurisen ajattelutavan syntyminen niin, että kulttuurin mahdollisuudet, monipuolisuus sekä yksilön kulttuuriset tarpeet ymmärretään. Innostamisen tehtävänä on luoda ja edistää ammatillisia ja ryhmätyön keinoin sosiaalisten ryhmien- ja prosessien syntymistä, jolloin innostajan ammatillinen toiminta jää tarpeettomaksi. Innostaminen aikaansaa aloitteellisuutta, osallisuutta, toimintaa sekä toiminnan merkityksen pohdintaa. Apuvälineinä käytetään erilaisia sosiaalisen työn tekniikoita, joilla luodaan kommunikaatiota, ilmaisua sekä edistetään asenteiden ja toimintatapojen syntymistä. Innostaminen on voimavarojen ja keinojen etsintää, joka mahdollistaa yksilön ja ryhmän kehittymisen omassa kulttuurisessa ja sosiaalisessa ympäristössään, yhteisössään ja alueensa sisällä. Innostaminen on vuorovaikutuksen ja tietoisuuden lisäämistä yksilön ja ryhmän välillä.

Kurjen (2007, 72—73) mukaan ikääntyneiden kulttuurin tukemisessa tulee kiinnittää huomiota kulttuurin dynaamisuuteen ja kriittisyyteen. Kulttuurin tulisi olla mieluummin laadullista kuin määrällistä. Toiminnan on avattava näkökulmia ja aktivoitava mielenkiintoa kulttuuria kohtaan, sen tulee helpottaa vuorovaikutusta sekä persoonallista ja sosiaalista kiinteyttä. Menneisyyden ja nykyisyyden tasapaino on ymmärrettävä. Ikääntyneitä on tuettava kasvatuksellisesti ja poliittisesti sosiaaliseen sitoutumiseen sekä edistettävä yhteisöllisyyden ja solidaarisuuden kulttuuria. Kulttuuri ei voi olla pelkästään kulutuskeskeistä, vaan sen tulee perustua vuorovaikutukseen ja olla jatkuvasti kehittyvää.

Kaiken toiminnan lähtökohtana on arkipäivän kulttuuri ja toimiminen tässä hetkessä. Toiminta on vietävä ihmisten pariin, sinne, missä ihmiset ovat, elävät ja toimivat. Samaan aikaan on kunnioitettava toiminnan perustumista avoimuuteen ja vapaaehtoisuuteen, kulttuurin moniarvoisuuteen ja autonomiaan. Sosiokulttuurinen innostaminen on parhaillaan aina toimintatutkimusta, jolla tähdätään muutokseen, joita tutkimukseen osallistujat itse elämässään kokevat ja kuljettavat mukanaan. Tutkimukseen ja toimintaan osallistuneet ihmiset ovat mukana ongelman määrittelystä asti tavoitteiden asettamiseen, tutkimuksen ja toiminnan vaiheiden suunnitteluun ja tulosten arviointiin saakka. (Kurki 2007, 74.)

Kolmannen ikäkauden yksilöillä ja ryhmillä on omat erityispiirteensä kuten ikä, eläkkeelle siirtyminen, muutokset perheessä, sairaudet ja fysiologiset muutokset, asumiseen liittyvät muutokset ja tarpeet sekä vapaa-ajan runsaus. Tämän vuoksi tarvitaan ohjelmia, projekteja ja prosesseja, joiden tavoitteena on, että ikääntyneet kykenevät osallistumaan yhteisölliseen elämään toteuttaen itseään ja kuulumaan yhteiskuntaan myönteisellä ja osallistuvalla tavalla; heidän ääntään kuullaan ja heitä arvostetaan. (Kurki 2007, 83.)

Innostaminen on verrattavissa näkymättömään sosiaalityöhön, jolla ehkäistään syrjäytymistä ja mahdollistetaan uusien voimavarojen löytäminen. Sosiokulttuurinen vanhustyö korostaa yksilön voimavaroja yhdistettynä sosiaaliseen prosessiin, vuorovaikutukseen ja kulttuuriin. Sosiokulttuurisiin menetelmiin voidaan liittää kulttuuri- ja taidetoimintaa esteettisillä ja luovilla päämäärillä. Menetelmien tavoitteena on tukea ikääntyvän osallisuutta, aktiivisuutta, toimintakykyä ja itsenäisen, mielekkään elämän jatkamista. Sosiokulttuurin perimmäinen tavoite on ihmisen ikääntyessä mahdollistaa omaehtoinen elämänhallinta ja yhteisön jäsenenä toimiminen. Vanhustyön parissa innostajana voivat toimia gerontologian ammattilainen, kasvattaja, ohjaaja, päivätoiminnan tai lähiyöntekijä, taiteilija tai vapaaehtoistyöntekijä. (Liikanen 2011, 8—9.)

3.2 Kulttuurin merkitys ikääntyneelle

Kulttuurin hyvinvointivaikutuksilla tarkoitetaan sellaista taide- ja kulttuuritoimintaa, jonka avulla tuetaan ihmisten terveyttä ja hyvinvointia, pyritään ehkäisemään syrjäytymistä sekä vahvistamaan ihmisten osallisuutta (Jumppanen &

Suutari 2013, 7). Hyvän fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin edellytys on arkielämän kokeminen ja tekeminen mielekkääksi ja merkitykselliseksi. Elämykset, luovuus, voimavarat, osallisuus ja vuorovaikutus mahdollistavat voimaantumisen, itsensä kehittämisen ja toimintakyvyn ylläpidon. Arjen kulttuuri haastaa yhteisöt, instituution ja järjestöt verkostoitumaan yli perinteisten toimintojen ja tilojen. Ihminen ei aina tunnista omaa lähiympäristöään arvokkaaksi kulttuurin- ja rakennetun ympäristön muuttuessa. Ympäristön säilyminen aitona, arvokkaana, arkea tukevana ja mielekkäänä vaatii tavoitteellista suunnittelua ja toimintaa. Kulttuurin tavoitteena on elävä taajama-, kaupunki tai maaseutumaisema, jota ihmiset arvostavat, jossa he viihtyvät ja tuntevat olonsa turvalliseksi osana yhteisöä ja jossa on osallistumisen ja toimimisen mahdollisuuksia. (Liikkanen 2011, 26.)

Kulttuuritoiminnan yhdistäminen hyvinvointiin ja terveyteen on tarkasteltavissa ennaltaehkäisevänä työnä. Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen lähtökohdaksi on yksilön voimavarojen tunnistaminen ja tukeminen, riskitekijöiden tunnistaminen ja niiden ehkäisy. (Liikkanen 2010, 27.)

Kolmannen sektorin palveluntuottajat, kuten kansalais- ja eläkeläisjärjestöt, seurakunnat, vapaan sivistystyön toimijat, taiteilijat sekä vapaaehtoiset tekevät arvokasta työtä osallisuuden, yhteisöllisyyden ja hyvinvoinnin lisäämiseksi kulttuurin keinoin. Pienissä kunnissa kolmannen sektorin tuottajat ovat avainasemassa tuottaessaan ja tarjotessaan palveluita ikääntyvälle väestölle. Useimmat eläkeläisjärjestöt toimivat kulttuurin parissa aktiivisesti järjestäen jäsenilleen kulttuuripitoista toimintaa. (Liikkanen 2011, 40—41.)

Kulttuuri ei edellytä aina kotoa lähtemistä. Omaehtoista, luovaa toimintaa harrastaa lähes puolet 50+ kulttuuribarometriin osallistuneista. Suosituimmat muodot olivat käsityöt, laulaminen, valokuvaus sekä instrumentin soittaminen. Yli 80-vuotiaat osallistuvat enää harvemmin säännöllisesti kodin ulkopuolisiin kulttuuritapahtumiin. Ikäluokka käyttää runsaasti joukkoviestimiä kulttuurin kotiin välittämiseen, myös tietokoneen välityksellä toteutuva kulttuurin käyttö on lisääntymässä. (Pynnönen & Mitchell 2012, 159—160.)

Kulttuuritarjonta on erilaista maalla ja kaupungissa. Ikääntyneiden kulttuuritapahtumiin osallistumisen esteinä ovat järjestettyjen kuljetusten puute, heikot liikenneyhteydet, haasteet lippujen hankinnassa, tiedon riittämättömyys sekä

seuran löytäminen. Iän karttuessa terveydelliset seikat sekä henkisen vireyden ongelmat korostuvat, myös koulutustausta vaikuttaa. Ikääntyneistä osa ei ole kiinnostunut kulttuuriharrastuksista ja ikääntyneet, jotka ovat kiinnostuneet, eivät syystä tai toisesta pysty harrastamaan. (Pynnönen & Mitchell 2012, 161—162, 164.)

Kulttuuritapahtumiin on saatavilla seuraa myös oman tuttavapiirin ulkopuolelta. Kulttuurikaveri on toimintamuoto, jossa koulutetut vapaaehtoiset avustavat kulttuuririentoihin. Toimintamuoto on alkanut Helsingistä, mutta toimintaa on tällä hetkellä jo yli 20 kaupungissa. Kulttuurikaverit auttavat tarvittaessa lippujen hankinnassa, opastavat ja avustavat tapahtumapaikalle sekä lähtevät seuraksi mm. urheilutapahtumaan tai konserttiin. Kouvolassa kulttuurikavereita on koulutettu loppuvuodesta 2015. (Krautsuk 2015; Kouvolan kaupunki 2015.)

3.3 Osallisuuden merkitys ikääntyneelle

Sosiaali- ja terveysministeriön ja kuntaliiton antaman laatusuosituksen tavoitteena hyvän ikääntymisen turvaamiseksi ja palvelujen parantamiseksi (2013, 3), on turvata terve ja toimintakykyinen ikääntyminen, laadukkaat palvelut ja niiden oikein ajoitettu saanti. Kaikkia sisällön osa-alueita yhdistää ikääntyvän ihmisen oikeus osallisuuteen. Vanhuspalvelulain tapaan osa suosituksista kohdistuu väestö sekä yksilötasolle, kuten osallisuuden ja toimijuuden turvaaminen.

Jyrkämän mukaan ”gerontologinen hämmästely” voi olla tulevaisuuden ilmiö, joka tulee lisääntymään niin ikääntyneiden kuin muidenkin ikäryhmien keskuudessa. Gerontologista hämmästelyä tarvitaan edessä oleviin haasteisiin vastatessa, ja se auttaa löytämään uusia ratkaisuja antamaan ikääntyneille samat oikeudet ihmisarvoiseen elämään, kuten kaikilla muillakin ihmisillä on, ikään katsomatta. (Jyrkämä 2008c, 314.)

Osallisuus on laaja-alainen käsite. Ikääntyneen väestön osallisuudella tarkoitetaan mahdollisuutta osallistua, toimia ja vaikuttaa yhteisön jäsenenä toimintaan ja palveluihin. Yksilön näkökulmasta katsottuna osallisuudella tarkoitetaan mahdollisuutta vaikuttaa palveluiden suunnitteluun, oman asian käsitteilyyn ja palveluiden laadun arviointiin myös toimintakyvyn ollessa heikentynyt. Osallisuus on kokemuksellista, kuten yhteenkuuluvuuden tunne, mahdollisuus

osallistua, toimia ja vaikuttaa yhteisössä. Ikääntyneiden motivaatio ja osallisuus tulevat esille eri tavoin. Ikääntyneet ovat aktiivisia kansalaisia äänestäjinä, isovanhempina, kuluttajina, kulttuurin tekijöinä, harrastajina sekä toimiessaan mukana erilaisissa järjestöissä. Osattomuus on osallisuuden vastakohta, ja sillä tarkoitetaan ulkopuolelle jäämistä, ikääntyneen kokemaa yksinäisyyttä, turvattomuutta, syrjäytymistä ja osallistumismahdollisuuksien puuttumista. Osattomuuden riskissä olevat ikääntyneet tulee tunnistaa ja tilanne kartoittaa etsimällä soveltuvia palvelu- ja tukimuotoja, joka mahdollistaa osallisuuden. Järjestöt ovat tärkeässä osassa tarjotessaan ikääntyneille mahdollisuuden osallistumiseen, yhteisöllisyyteen ja mielekkääseen toimintaan. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2013, 17.)

Osallistumiseen sisältyy vanhan ihmisen hyväksyminen ja persoonallisten piirteiden tunnistaminen. Stereotypiat hylätään ja ikääntyneet elävät yhteydessä yhteiskuntaan toteuttaen vanhoja ja uusia aktiviteettejä, jotka kuuluvat normaaliin elämään ja yhdistävät ikäihmiset toisiinsa. Osallistumista ja ihmisen omia mielenkiinnon kohteita tulee tukea ja laitostumista estää. (Kurki 2007, 82.)

Osallistuminen on innostamisen perusta ja sillä pyritään luomaan osallistumisen prosesseja niin, että ihmisen aloitteellisuus ja vastuullisuus herää. Aktivoimalla sosiaalisia verkostoja liitetään ihmisiä yhteen. Osallistumisen tavoitteena on, että jokainen ihminen kykenee rakentamaan nykyhetken ja tulevaisuuden persoonallisesti sekä yhteisöllisesti. (Kurki 2007, 70.)

Eloisa ikä -hanke 2012–2017 tukee ikääntyneen hyvän arjen edellytyksiä. Hanke on Raha-automaattiyhdistyksen rahoittama ja yhteistyössä Vanhustyön keskusliiton kanssa toteuttama. Hanke kehittää paikallisia yhteistyömalleja, joiden avulla vahvistetaan hyvinvointia, osallisuutta, toimijuutta ja yhteisöllisyyttä käyttäen yksilön omia voimavaroja, vahvuuksia, elämäkokemusta ja näkemystä omasta arjestaan, tunnistetaan arkea uhkaavia ongelmia ja autetaan ongelman kohdanneita. Ohjelma luo verkostoja ja lisää yhteistyötä järjestöjen, kunnallisen ja muiden paikallisten toimijoiden välillä. Ohjelma pyrkii asennekasvatukseen ikäidentiteettiä kohtaan, tavoitteena myönteisen näkökulman aikaansaaminen. Vanhustyön keskusliitto koordinoi ohjelmaa tuemalla järjestöjen kehittämistyötä ja vahvistamalla järjestöjen välistä yhteistyötä. (Eloisa ikä 2012–2017.)

Ikääntyneiden vapaa-ajankäyttöä ja merkitystä hyvinvointiin on tutkittu useammassa tutkimuksessa. Tilastokeskuksen tekemä vapaa-aikatutkimus vuodelta 2002 (Liikkanen 2005, 11) osoittaa, että iän karttuessa harrastusten merkitys alenee vähitellen, kuitenkin 65–74-vuotiaista yli 80 % piti harrastuksia hyvin tai melko tärkeinä. Yli 75-vuotiaista samaa mieltä oli vielä yli 60 % vastanneista. Päijät-Hämeessä toteutetussa tutkimuksessa havaittiin, että sosiaalisella aktiivisuudella on yhteys koettuun terveydentilaan, niin maalla kuin kaupungissa. (Nummela 2008, 38—40). Samanlaisia tuloksia on saatu myös Markku T. Hyypiän tekemässä Mini-Suomi -terveyskyselyssä, johon Liikkanen (2010, 59) tekstissään viittaa. Tulosten mukaan ihmiset, jotka osallistuvat vapaa-aikanaan aktiivisesti yhdistysten toimintaan, vapaaehtoistyöhön, harrastuksiin, kulttuuritoimintaan ja kansalaisaktiiviteetteihin, elävät kauemmin kuin vähän tai ei lainkaan osallistuvat. Tutkimuksen mukaan vapaa-ajalla tapahtuva kodin ulkopuolinen aktiviteetti vaikuttaa terveyteen ja elinikään, etenkin keski-ikäisillä ja varsinkin miehillä. Kulttuurin harrastaminen sellaisenaan ei liity hyvinvointiin, vaan peruskulttuurin taustalla oleva sosiaalisuus, yhteisöllisyys ja yhteenkuuluvuuden tunne.

Vapaaehtoistyötä 50+ Kulttuuribarometrin tulosten mukaan teki 60–79-vuotiaista noin puolet, yli 80-vuotiaistakin vielä reilu neljännes. Aktiivisella osallistumisella muuhun yhteisötoimintaan, kuten kulttuuriharrastuksella tai järjestöjäsenyydellä, havaittiin olevan yhteys vapaaehtoistyön tekemiseen. Vapaaehtoistyötä tehtiin eniten maaseutumaisissa kunnissa. Järjestötoiminta on merkittävässä osassa ikäihmisen osallistumisen ja osallisuuden kokemusta. Ikääntyneet pääsevät käyttämään omaa osaamistaan yhteiseksi hyväksi. (Pynnönen & Mitchell 2012, 144, 150.)

Toimijuudessa on kyse ihmisen toiminnasta ja käyttäytymisestä. Toimijuuteen vaikuttavat yksilön, yhteiskunnallisten rakenteiden sekä lainalaisuuksien suhteet. Toimijuutta on määritelty myös tavoitteellisena toimintana, johon yhteiskuntarakeet eivät vaikuta. Tällöin toiminnassa korostuvat tavoitteet, vapaa tahto, moraalit sekä kyvykkyys. Toimijuuden periaatteiden mukaan ihminen rakentaa omaa elämänsä tekemällä valintoja eri vaihtoehdoista. Toimijuus muuttuu ja muotoutuu koko elämän ajan. Se on yhteydessä aina myös sen hetkiseen tilanteeseen. Ikääntyessä ikääntymismuutoksilla on vaikutusta

toimijuuteen. (Jyrkämä 2008a, 191—192.) Gerontologia-lehden pääkirjoituksessa Lumme-Sandt (2008, 129) pohtii toimijuutta toiminnan välittämisen kautta. Kun ikääntynyt ei pysty itse toimimaan, hän voi vaikuttaa muihin saadakseen päämääränsä toteutettua esimerkiksi identiteetin säilyttämisessä.

Toimijuuteen vaikuttavat monet tekijät. Rakenteet toimijuudelle muodostavat ns. toimijuuden koordinaatit. Koordinaatit ovat ikä, sukupuoli, sukupolvi, sosio-ekonominen asema, ympäristö, kulttuurinen tausta tai ryhmä, ajankohta. Toimijuuden ainesosilla eli modaliteeteilla tarkoitetaan sisältäpäin tarkasteltuja ulottuvuuksia, jotka ovat kykeneminen, täytyminen, voiminen, tunteminen, haluaminen sekä osaaminen. Modaliteetit vaikuttavat toinen toisiinsa, esim. toiminnan osaaminen ei pelkästään riitä, vaan toteutuakseen tarvitaan lisäksi muitakin ainesosia, esimerkiksi halua tai täytymistä. Ihminen kohtaa päivittäin toimijuuden modaliteetteja, esimerkiksi uuden asian opetteluun yhteydessä. (Jyrkämä 2008a, 194—195).

4 IKÄÄNTYNEILLE SUUNNATUN TAPAHTUMAN JÄRJESTÄMINEN

4.1 Toimintasuunnitelma

Hyvin suunniteltu aikataulu ja työnjako ovat onnistuneen tapahtuman edellytykset. Tapahtuman järjestäminen vaatii tehtävien suorittamista järjestyksessä, esim. mainoksia ei voida tehdä valmiiksi ennen kuin tapahtuman aikataulu ja sisältö on sovittu. (Tapahtumanjärjestäjän opas 2014, 8—9.) Tapahtuman suunnittelun pohjana käytetään toteutussuunnitelmaa, joka sisältää konkreettisia ratkaisuja ja päätöksiä projektisuunnitelmaa koskien. Toteutussuunnitelmassa määritellään toteutusvaiheet ja aikataulut, kuten tapahtuman ajankohta, paikka, organisaation ulkopuoliset palvelut sekä luvat. (Kauhanen, Juurakko & Kauhanen 2002, 50—51.)

Tilaisuuden järjestäjä asettaa itselleen sekä työryhmälleen tapahtuman tärkeimmät tavoitteet. Tavoitteiden sisäistämisen ja määrittämisen myötä mietitään käytännön toimia, joilla tavoitteet saavutetaan. Järjestäjän toiveet liittyvät usein talouteen, ja tavoitteet tuloksen suhteen asetetaan budjetoinnin yhteydessä. Taloudelliset tavoitteet ovat jaettavissa välillisiin ja välittömiin. Välittömät tavoitteet tarkoittavat taloudellista hyötymistä suoraan tilaisuudessa. Välil-

lisillä tavoitteilla mahdollistetaan pohja suuremmalle taloudelliselle menestykselle. Yritysten järjestämissä asiakastilaisuuksissa tavoitteet ovat usein välillisiä, joilla lisätään asiakastyytyvää, tuodaan tutuksi uusia palveluita tai tuotteita. Välilliset taloudelliset tavoitteet ovat pitkän aikavälin hankkeita, joiden tulos ei ole tarkasteltavissa välittömästi, mutta ovat arvioitavissa myöhemmin hyvinkin tarkasti. (Kauhanen ym. 2002, 45—46.)

Sisällölliset tavoitteet, ohjelmiston tasokkuus ja mielenkiintoisuus ovat monissa tapahtumissa taloudellisen menestyksen edellytys. Sisällölliset tavoitteet tulevat esille tapahtumissa, joissa lisätään tietoisuutta tai jaetaan tietoutta terveistä elämäntavoista. Tällaisia tilaisuuksia ovat esimerkiksi harrastusryhmien ja yleishyödyllisten yhteisöjen ja yhdistysten järjestämät tilaisuudet. Tavoitteena voi olla samoista asioista kiinnostuneiden ihmisten kerääminen yhteen. (Kauhanen ym. 2002, 46.)

Ikääntyneiden miesten ja naisten odotukset kulttuuritapahtumalle ovat kulttuuribarometrin tulosten mukaan hyvinkin samankaltaiset. Ainoa ero näkyy siinä, että naiset pitävät miehiä useammin taiteen ja kulttuurin luomaa hyvää ilmapiiriä tärkeänä. Eri ikäryhmiin kuuluvien odotukset ovat samankaltaisia, mutta joidakin eroja löytyy. 50–69-vuotiaat pitävät tärkeänä esityksen ja sisällön korkealaatuisuutta, ja odottavat saavansa uusia vaikutteita ja kokemuksia. Vanhemmat ikäryhmät kokevat tärkeänä osallistumisen lisäksi ystävien tapaamisen. (Pynnönen & Mitchell 2013, 52.)

Yleisötapahtuman paikan valinnalla on suuri merkitys tapahtuman onnistumisen kannalta. Tapahtumapaikan sijainti, tavoitettavuus, tilojen riittävyys, joustavuus ja oheispalveluiden saanti ovat kohderyhmälle ja yleisölle keskeisiä tekijöitä. Tapahtumapaikan imagon sopivuus verrattuna tapahtuman imagoon ja mielikuvaan voivat vaikuttaa kiinnostuksen määrään lisäten tai sitä vähentäen. (Kauhanen ym. 2002, 38—39.)

Yleisötapahtumaa suunniteltaessa on huomioitava yleisö, yhteistyökumppanit ja sidosryhmät. Pohdittaessa ryhmän tarpeita on asetettava aina kunkin ryhmän asemaan ja löydettävä ryhmän kannalta onnistuneen tapahtuman toteutumisen mahdollistavat seikat. Yhteistyökumppaneiden ja oman henkilöstön tarpeiden huomioiminen on erittäin tärkeää. Positiivinen asenne ja me-henki

edesauttavat onnistuneen tapahtuman toteutumisessa ja vapaaehtoistyövoiman motivoinnissa. Vuosittain toistuvaa tapahtumaa järjestettäessä eri tahojen sitouttaminen tapahtumaan saattaa saada ajan kuluessa positiivisia taloudellisia seurauksia. Tapahtuman jälkeinen palaute ja palkitseminen kuuluvat me-henkeen ja positiivisen organisaation hallintaan. Palautepalaverissa esille nousseet negatiiviset ja positiiviset palautteet auttavat arvioimaan projektin onnistumista, sekä huomioimaan tulevaisuudessa mahdolliset muutokset organisaatiossa tai sen toimintatavoissa. (Kauhanen ym. 2002, 48—49, 52.)

Useissa tapahtumissa on päätapahtuman rinnalla tapahtuvia oheistapahtumia, jotka ovat vuorovaikutus- ja riippuvuussuhteessa itse päätapahtumaan. Oheistapahtumat eivät välttämättä liity tapahtuman päämäärään, mutta toimivat välillisesti päämäärän tavoitteen saavuttamisessa. Oheistapahtumaa suunniteltaessa on tärkeää tuntea tapahtuman kohderyhmä, jotta palvelu kohtaa tarvitsijansa. (Kauhanen ym. 2002, 53—54.)

Markkinointi ja tiedottaminen ovat tärkeä osa onnistunutta tapahtumaa. Oli tapahtuma iso tai pienempi, kohderyhmä on tavoitettava. Yhteydenpito julkisiin tiedotusvälineisiin sekä yhteistyökumppaneihin tapahtuman suunnittelun ajan on markkinoinnin kannalta merkittävää. Yhteydenpitoa jatketaan ainakin siihen asti, kunnes tapahtuman onnistuminen ja tavoitteiden saavuttaminen on arvioitu. (Kauhanen ym. 2002, 113—115.)

4.2 Riskeihin varautuminen

Termillä *riski* kuvataan erilaisia asioita. Suomen kielessä riskiä kuvaillaan sanoilla vahingonvaara ja vahingonuhka. Riski sisältää kaikki ne vaaratekijät, joille ihmiset ovat alttiina tietyllä hetkellä. Riskiin sisältyy epäonnistumisen mahdollisuus siten, että päämääräksi asetettu positiivinen tavoite ei toteudukaan. Teoreettisesti riski on yhdistetty lopputulokseltaan onnistuneiden ja epäonnistuneiden tapahtumien vuoropuheluksi. Riskiin liittyy tulevien tapahtumien todennäköisyyden arviointia. (Suominen 2003, 9.)

Vahinkoriskit ovat tyypiltään hitaasti muuttuva ja niiden jaottelu on yksinkertaista ja selkeää. Useat vahinkoriskit ovat perinteisiä ja hyvin tunnistettavissa. Henkilöriski voi olla luonteeltaan liike- tai vahinkoriski. Avainhenkilöihin kohdistuva riski on suurin, koska tuolloin työpanoksen korvaaminen on kallista ja vaatii aikaa. (Suominen 2003, 14.)

Omaisuusriski aiheuttaa toteutuessaan vahinkoa aineelliselle omaisuudelle, jolloin kohteena oleva omaisuus vaurioituu, tuhoutuu tai häviää. Vakuutuskiellessä omaisuusriskien suojauksesta puhutaan esinevakuutuksena. Luonnonvoimat ovat myös riskitekijöitä. Riskien kohteena voivat olla rakennukset, kalusto, vaihto- ja käyttöomaisuus sekä kolmannen osapuolen omaisuus. Vastuuriski merkitsee korvausvelvollisuutta tai tulojen menetystä. Toiminnan vuoksi voi joutua vahingonkorvausvastuuseen yhteistyökumppaneitaan kohtaan tai korvaamaan yleisen vahingonkorvauslain tai jonkin korvausvastuuta koskevan erityislain puitteissa aiheuttamansa vahingon. Riskien taustalla vaikuttavat lainsäädännölliset normit sekä niiden tulkinnallinen näkemys. (Suominen 2003, 15.)

Yleisötapahtumaan liittyvät riskit on jaoteltavissa eri tavoin: tapahtumaa edeltäviin, tapahtuman aikaisiin ja tapahtuman jälkeisiin riskeihin. Riskit ovat jaoteltavissa myös asiaryhmittäin: ympäristö-, asiakas-, sopimus-, aikataulu-, henkilöstö ja organisointi-, taloudelliset-, tekniikka-, imago- ja turvallisuusriskeihin. Tapahtumasta riippuen on suositeltavaa käyttää molempia jaottelutapoja rinnakkain, jolloin mahdollistetaan kaikkien riskien havainnointi ja ajankohta. (Kauhanen ym. 2002, 54—55.)

Riskien hallinta tarkoittaa prosessia, jonka avulla varaudutaan vaarojen torjuntaan sekä vahinkojen minimoimiseen. Riskienhallintaan liittyy riskien tunnistaminen riskienhallinnan toteuttamiseen. Riskien hallintaa voidaan tarkastella suppeana tai laajana ajattelu- ja toimintatapana. (Suominen 2003, 27.)

Ihminen ja yritykset pyrkivät etukäteen suunnittelemaan ja ennakoimaan tulevaisuuttaan sekä parantamaan sen turvallisuutta. On olemassa useita keinoja hallita riskejä, kuten riskialttiin toiminnan välttäminen, riskin tietoinen ottaminen, riskin kanssa eläminen luottaen onnistumiseen, riskeiltä suojautuminen ja rajoittaminen sekä riskin siirto toisalle vakuuttamalla. (Kuusela & Ollikainen 1998, 15—16.)

Riskien hallinta perustuu näkemykseen, jonka mukaan pystytään vaikuttamaan erilaisten riskienhallintakeinojen avulla riskialttiuteen ja pienentämään aiheutuvia menetyksiä. Riskienhallinnan lähtökohtana voidaan pitää välttämistä ja riskien poistamista. Riskin pienentämisellä tähdätään vahinkotapahtu-

man todennäköisyyteen tai seuraamusten pienentämiseen. Riskien pienentämisen hallintakeinoja ovat riskien jakaminen ja riskien yhdistäminen. (Suominen 2003, 98, 101—103.)

Informaation hallinta ja hyväksikäyttö pienentää riskejä. Toimintaan voidaan vaikuttaa myönteisesti pienentämällä epävarmuutta, joka pienentää myös riskien mahdollisuutta. Raportointia riskeistä parannetaan, riskeistä kerrotaan, henkilöstöä koulutetaan ja riskeille asetetaan tavoitetaso. Riskienhallinnan klassinen painopiste on vahingontorjunta, jonka avulla pienennetään vahingosta aiheutuneita kustannuksia. Vahingontorjunnan toimet ovat jaettavissa ennaltaehkäiseviin, vahinkoa rajoittaviin sekä jälkivahinkojen torjuntaan. (Suominen 2003, 105, 108.)

Kaatumisen riski lisääntyy ikääntyessä ja se on yli 65-vuotiaiden yleisin kuolemaan johtanut tapaturma. Kaatumisen syyt voivat olla moninaiset, kuten myös seuraukset. Kaatumistapaturmien ehkäisemiseksi on tunnistettava kaatumisen vaaraa lisäävät tekijät mahdollisimman laajasti. Kaatumisen seuraukset voivat olla ikääntyneelle pitkäaikaisia ja voivat aiheuttaa kaatumispelkoa, fyysisen aktiivisuuden ja sosiaalisten kontaktien vähentymistä. (Pajala, Sihvonen & Era 2008, 152—153.)

4.3 Palautteen kerääminen

Tapahtuman palaute kerätään osallistujilta sekä järjestäjiltä. Palaute auttaa organisaatioita kehittämään toimintaansa. Palautta analysoidaan ja verrataan asetettuihin tavoitteisiin. Palautteen avulla opitaan ja sitä hyödynnetään jatkossa tapahtumien järjestämisessä. (Vallo & Häyrinen 2014, 188—189, 191.)

Kysely on tehokas aineistonkeruumenetelmä, ja siitä aiheutuvat kulut ovat arvioitavissa etukäteen. Kyselyssä on kuitenkin tekijöitä, jotka heikentävät luotettavuutta, kuten vastaajan rehellisyys ja annettujen vastausvaihtoehtojen sopivuus vastaajalle. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 195.) Kyselylomake testataan muutamalla kohderyhmään kuuluvalla henkilöllä virheiden ja epäselvästi asetettujen kysymyksen karsimiseksi. Tiedon keräämisen jälkeen kootaan aineisto tarkempaa analysointia varten. Aineiston perustaminen tehdään huolellisesti virheellisyyden välttämiseksi. (Vehkalahti 2014, 48—50.)

Ikääntymiseen liittyvä näkötoimintojen muutos muuttaa näön laatua hitaasti tai dramaattisesti. Pienen tekstin ja haaleiden kuvioiden näkeminen vaikeutuu. Ikääntyneen näkökykyyn voivat vaikuttaa myös sairaudet. Riittävällä valaistuksen määrällä voidaan tukea heikentyntä näköä. (Hyvärinen 2013, 198.)

5 MESSUJEN TARKOITUS JA TAVOITTEET

Elimäellä toimiva aktiivinen eläkeläisyhdistys tuottaa useita kerhotoimintoja ja järjestää tapahtumia sekä retkiä alueen ikääntyneille (Eläkeliiton Elimäen yhdistys ry). Vuoden 2015 toimintasuunnitelma käsitti hyvinvointiin liittyvän tapahtuman järjestämisen helmikuussa, ja sen toteuttamiseen tarvittiin yhdistyksen ulkopuolista apua. Hankkeistaja otti yhteyttä Kymenlaakson ammattikorkeakoulun geronomiopiskelijoihin pyytäen mukaa yhteistyöhön suunnittelemaan, tuottamaan ja toteuttamaan hyvinvointia, toimintakykyä ja osallisuutta tukeva informatiivinen tapahtuma ikääntyneille. Hankkeistaja oli suunnitellut tapahtumaa ajankohdan ja teeman verran.

Hankkeistajan tavoitteena oli yhteistyön ja tapahtuman myötä kehittää yhdistystoimintaa, tuoda esille yhdistyksen monipuolista toimintaa sekä lisätä yhdistyksen tietoisuutta ikääntyneiden mielenkiinnon kohteista.

Lyhyen aikavälin tavoitteet:

1. Yhdistystoiminnan tunnetuksi tekeminen
2. Ikääntyneen kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin, toimintakyvyn ja voimavarojen tukeminen
3. Ikääntyneen osallisuuden lisääminen
4. Itsearvostuksen ja ikääntyneisiin kohdistuvan arvostuksen lisääminen
5. Tapahtuman viihteellisyys

Pitkän aikavälin tavoitteet:

1. Toimintamallin kehittäminen ja hyödyntäminen suunniteltaessa ikäihmisille suunnattua tapahtumaa
2. Solmittujen kontaktien ja yhteistyön jatkuvuus
3. Alueen lähipalveluiden säilyminen

6 KULTAINEN IKÄ -MESSUJEN SUUNNITTELU JA TOTEUTUS

6.1 Kohderyhmä ja sisältö

Ikäihmisten hyvinvointimessujen kohderyhmä oli paikkakunnalla, omassa kodissaan asuvat, yli 65-vuotiaat. Kohderyhmään kuului elämäntilanteeltaan, toimintakyvyltään ja kiinnostuksen kohteiltaan erilaisia ikääntyneitä. Yhdistäviä tekijöitä olivat eläkkeellä olo, aktiivinen toimintaan osallistuminen, yhteinen mielenkiinnon kohde, toimintakyvyn ylläpitämisen tärkeys sekä asuinpaikkakunta.

Messujen sisällön lähtökohtana oli ikääntyvän hyvinvointi ja toimintakyky. Karitoimme hankkeistajan edustajan kanssa ikääntyneiden kiinnostuksen kohteita, odotuksia, toiveita sekä tarpeita ikääntymiseen ja sen hetkiseen elämäntilanteeseen liittyen. Sisällön suunnittelussa huomioitiin ikääntyneen hyvinvointi kokonaisuutena. Esiin nousivat teemat turvallisesta asumisesta, toimintakyvyn ylläpitämisestä, terveydestä, ravitsemuksesta ja hyvinvoinnista. Kohderyhmän ikä, toimintakyky ja voimavarat vaikuttivat tapahtuman esiintyjien, luennoitsijoiden ja näytteilleasettajien valintaan sekä esteettömyystekijät huomioiden neliöiltään riittävän suuren messupaikan valintaan.

Messut rakentuivat pää- ja oheistapahtumasta. Päätapahumalla tarkoitetaan luentoja. Luentojen aiheet liittyivät toimintakyvyn, hyvinvoinnin ja terveyden tukemiseen. Oheistapahtumalla tarkoitetaan hyvinvointialuetta, jossa eri toimijat tarjosivat palveluitaan. Oheistapahtuman tuottajat valikoitiin päätapahumaa tukeviksi. Kahvilatoiminnasta vastasi Eläkeliiton Elimäen yhdistyksen kokikerho. Tarjolla oli kahvia, teetä ja pullaa sekä keittolounas.

6.2 Paikan valinta ja ympäristö

Messujen pitopaikaksi valittiin Elimäen seurakuntakeskus, joka sijaitsee keskellä Elimäen taajamaa. Tilat varattiin käyttöön marraskuussa 2014. Tilasta ei peritty vuokraa. Tiloihin kävimme tutustumassa kahdesti, toisella kertaa mukana oli myös yhteistyökumppaneita.

Paikan valinnassa kiinnitettiin huomiota tilojen sijaintiin, saavutettavuuteen, esteettömyyteen ja toimivuuteen. Tilassa on valmiina äänentoistojärjestelmä

sekä induktiosilmukka. Esitysvälineistöä ovat langattomat ja langalliset mikrofonit, videotykki, puhujanpöytä sekä esiintymislava. Langatonta internetyhteyttä ei tiloissa ole. Seurakuntakeskus on alueen ikäihmisille entuudestaan tuttu monipuolisten kulttuuritapahtumien näyttämönä. Paikkana seurakuntakeskus ja tapahtumamuotona messut voivat antaa virheellisesti mielikuvan uskonnollisesta tapahtumasta. Toimitilat ovat yhdessä tasossa ja pääosin esteettömät liikkua. Tilan suurin sallittu kokonaisihmismäärä on 450 henkilöä, ja tila on suunniteltu kokoontumistilaksi, eivätkä messut poikkea merkittävästi tilan normaalista käytöstä.

Palveluista kauppa, pankki, kukkakauppa, kampaamo ja apteekki sijaitsevat kävelymatkan päässä. Seurakuntakeskuksen saavutettavuus on ihanteellinen, sillä lähin julkisten kulkuvälineiden pysäkki sekä taksiasema sijaitsevat n. 100 metrin kävelymatkan päässä.

Piha-alueella on asiakasopastukseen tarkoitettu seurakuntakeskuksen pohjapiirustuksella varustettu opastetaulu, jossa näkyvät rakennuksessa sijaitsevat sisäänkäynnit sekä seurakunnan tarjoamat palvelut ja sijainti. Rakennuksen käyttötarkoituksesta kertoo rakennuksen päädyssä suurikokoinen, symbolinen risti. Piha-alue on esteetön liikkua ja pääsisäänkäynnille johdattaa hiekkapohjainen kävelykatu. Kävelytie on talvisin aurattu ja hiekoitettu. Henkilöautolla on mahdollisuus pysähtyä hetkellisesti pääovelle, pitempiaikainen pysäköintimahdollisuus on järjestetty siihen varatulla paikoitusalueella.

Seurakuntakeskuksen pääsisäänkäynti on kynnyksetön ja portaaton. Lattiamateriaalina on liukastamaton laatta. Pääsisäänkäynnin turvallisuutta lisää talviaikaan lumikatos. Katoksen alla on tilaa apuvälineiden säilytykseen ja katoksen alta poistuttaessa näkyvyys on esteetön. Tuulikaapin turvallisuutta lisää raskas kumimatto. Ovien ollessa suljettuina, on fyysiseltä toimintakyvyltään heikon, pyörätuolia tai muuta apuvälinettä käyttävän henkilön vaikeuksia avata ovia tilan ahtauden ja kapeuden vuoksi.

Aula on tilava ja suuret ikkunat tuovat lisävaloa. Tilaan on sijoitettu tuoleja ja matala sohva pukeutumista, lepoa ja seurustelua varten. Aula on portaaton, eikä tilassa esiinny tasoeroja. Naulakot ovat sijoitettuina samalle korkeudelle sekä niiden etäisyys toisistaan on suunniteltu niin, että väliin jäävässä

tilassa mahtuu liikkumaan apuvälineen kanssa. Naulakot sijoitettiin tilaan poikittain paloturvallisuuden edistämiseksi.

Ison ja pienen salin leveä, kynnyksetön, liukuovilla varustettu oviaukko mahdollistaa esteettömän liikkumisen. Kulkusuunta pienessä salissa järjestettiin myötöpäivään. Myyntipöydät sijoitettiin tilan keskelle ja salin ulkoreunaa kiertämään mahdollistaen näytteilleasettajien tuotteiden tarkastelemisen parhaalla mahdollisella tavalla. Alue jaettiin elintarvikkeiden, tuotemyynnin, yleishyödyllisen tiedon ja hyvinvointiin liittyvien palveluiden pisteisiin.

Kahvio ja ruokailutila sijaitsevat ison salin sivustalla. Lapsille on tilassa syöttötuoleja. Salin takaosassa sijaitsee museoparvi, jonne kulkeminen tapahtuu jyrkkiä portaita pitkin. Kaide turvaa kulkijaa yläkertaan mennessä ja vastavasti alas tullessa vain yhdellä puolella.

Wc-tilat sekä inva-wc sijaitsevat aulassa, pääsisäänkäynnin vieressä. Ovi tilaan aukeaa ulospäin ja ovesa on tavallinen kahva. Wc:ssä on runsaasti liikkumistilaa asiakkaan avustamiseen tarvittaessa. Valokatkaisijan havainnointi ja sijainti on vaikea.

Tilan kalustusratkaisun suunnittelussa kiinnitettiin huomiota esteettömyyteen, näkyvyyteen, kuuluvuuteen ja turvallisuuteen. Tila järjestettiin kalustuksen suhteen edellisenä päivänä. Istumapaikat sijoitettiin niin, että pyörätuolin käyttäjille jäi asianmukainen tila rivien päähän. Kahvilan tilan ja suuren salin jakamiseen käytettiin seurakuntakeskuksen suuria kasveja. Kahvilan pöydät sijoitettiin niin, että apuvälinettä käyttävän henkilön liikkuminen olisi esteetöntä. Johdot kiinnitettiin turvallisuuden vuoksi lattiaan huomioteipillä.

Ohjelmajulisteisiin valikoitui väreiksi vaaleanpunainen ja valkoinen, joilla luotiin tilaan iloa, valoa ja lämpöä. Ohjelmajulisteita tulostettiin (liite 1) ja laitettiin sisääntulon yhteyteen sekä salien ja aulan seinille. Somistuksessa huomioitiin ystävänäpäivä-teema tulostamalla ystävyyteen liittyviä sananlaskuja sekä runoja punaisille kartonkisydämille ja niitä sijoitettiin seurakuntakeskuksen seiiniin. Messuilla asiakkaiden palvelupisteinä olleet pöydät somistettiin valkoisilla pöytäliinoilla ja elävillä kukilla.

6.3 Yhteistyökumppanit

Yhteistyökumppanit valikoitiin alustavan ohjelmaringon teemojen kautta. Alueen omat toimijat olivat ensisijaisia yhteistyökumppaneita. Suunniteltuja yhteistyökumppaneita lähestyttiin sähköpostilla, puhelimitse tai tapaamisella.

Yhteistyökumppaneille esiteltiin messuidea, tavoitteet, messujen tarjoama potentiaalinen mahdollisuus tavoittaa suuri kohderyhmä sekä verkostojen luominen alueen yrittäjien ja palveluntuottajien kesken. Päätapahtuman esiintyjien varmistuttua, otettiin yhteyttä oheistapahtuman tuottajiin. Yhteistyökumppaneille toimitettiin yhteistyökirje (liite 2) jonka tarkoituksena oli tiedottaa messujen tavoitteista, tarkoituksesta ja sisällöstä sekä käytettävissä olevasta esitystekniikasta. Yhteistyökumppanit ovat lueteltu liitteessä 3.

6.4 Lainsäädäntö ja lupa-asiat

Tapahtuman järjestämistä ohjaavia lakeja ovat kokoontumislaki (22.4.1999/530), pelastuslaki (29.4.2003/468), tekijänoikeuslaki (8.7.1961/404) ja elintarvikelaki (13.1.2006/23.) Kokoontumislain 14. § mukaan vaaditaan kirjallista ilmoitusta poliisille viisi vuorokautta ennen tapahtumaa, mikäli tapahtuma on suuri tai tapahtuman luonne edellyttää toimenpiteitä turvallisuuden saralla. Tapahtuman odotettu kävijämäärä oli 100 vierasta sekä 40 tapahtuman järjestämiseen osallistuvaa. Tapahtumatila oli suunniteltu kokoontumispaikaksi ja pysäköintitilat olivat riittävät, liikenteenohjaukselle ei ollut tarvetta. Tapahtuma ei edellyttänyt ilmoitusta yleisötilaisuuden järjestämisestä.

Pelastuslain 16. § mukaan suuren tai riskialttiin tapahtuman järjestäminen edellyttää pelastussuunnitelman laatimista, joka toimitetaan pelastusviranomaiselle viimeistään kaksi viikkoa ennen tapahtumaa. Ensiapuvalmiudesta yleisötapahtumassa laki ei määritä selviä rajoja. Kymenlaakson pelastuslaitoksen (2014, 2) julkaiseman oppaan mukaan yleisötilaisuuden järjestäjältä odotetaan ensiapuvalmiutta henkilömäärän ylittäessä yli 500 henkilöä.

Elintarvikelain 13. §:n mukaan tilapäisesti myytävistä elintarvikkeista täytyy tehdä kirjallinen ilmoitus kunnan terveystoimikunnalle. Messuilla elintarvikkeita myyviä yrittäjiä oli kolme ja heidän kanssaan laadimme ilmoituksen myyntiartikkeleista Kouvolan kaupungin terveystoimikuntaan.

Tekijänoikeuslain (8.7.1961/404) 2. §:n mukaan tekijänoikeus tuottaa yksinomaisten oikeuden määrätä teoksesta ja saattaa se yleisön saataville. Teos on saatettu yleisön saataviin silloin, kun se esitetään julkisesti tapahtumassa olevalle yleisölle. Tekijänoikeuslain 47. §:n mukaan tekijälle on suoritettava käyttökorvaus taiteilijoita ja äänitteiden tuottajia edustavan järjestön välityksellä, kun äänitallennetta käytetään julkisessa esityksessä. Musiikin käyttämiseen tarvitaan lupa alkuperäisiltä tekijöiltä ja luvan myöntää musiikintekijöitä edustava Teosto, joka myös laskuttaa korvauksen musiikin käytöstä ja maksaa edelleen musiikintekijöille (Teosto). Hankkeistajalla oli musiikin käyttötarpeisiin Teoston toistaiseksi voimassa oleva musiikinkäyttölupa, jonka mukaan tapahtumanjärjestäjän on mahdollista järjestää vuodessa 1–10 elävän musiikin tapahtumaa. Musiikinkäyttöluvalla järjestettyjen tapahtumien tietoja ei tarvinnut ilmoittaa Teostolle.

6.5 Budjetti ja rahoitus

Messujen suunnittelun alkuvaiheessa kartoitettiin käytettävissä olevat resurssit. Tapahtuman budjetti oli 0 €. Budjetin puuttuessa aloitettiin sponsoreiden hankinta sekä avustusten hakeminen. Elimäki-säätiö myönsi tapahtuman järjestelyihin avustuksen 500 €, joka kattoi merkittävästi järjestämisestä syntyneitä kuluja. Alueen yrittäjät ja yhdistykset osallistuivat omalla panoksellaan tapahtuman toteuttamiseen. Kukkakauppa Holopainen lahjoitti ruusut luennoitsijoille, paikallislehti Elimäen sanomat antoi alennusta lehtimainoksen hinnasta sekä Elimäen liikenne tarjosi messuvieraille ilmaisen meno-paluu kuljetuksen Kouvolasta. Kaikki esiintyjät ja esittelijät osallistuivat ilman korvausta. Miesten kokkikerhon ylläpitämä kahvila toiminta oli varainhankintakeino, jonka tuotosta osa siirtyi Seurakunnan Yhteisvastuu-keräykseen ja osa kerhotoiminnan kulujen kattamiseen.

Messujen järjestämiseen liittyviä kuluja syntyi lehtimainoksesta, laulajien matkakuluista ja yhteistyökumppaneiden kiittämisestä lehti-ilmoituksella messujen jälkeen. Välillisiä kuluja olivat kopiokoneen käytöstä aiheutuneet muste- ja paperikulut, kahvion tarvike ja raaka-aine hankinnat, puhelin ja matkakulut. Musiikin esittäminen kulutti käyttökerran yhdistyksen valmiina olleesta esitysluvasta.

Arpajaiset olivat suunniteltu varainhankintakeino, joka jäi ajanpuutteen vuoksi toteuttamatta. Rahoituksen järjestämistä pohdittiin pääsylipputulosten sekä esittelijöiden paikkamaksun kautta. Suunnitelmasta luovuttiin, jotta siitä ei muodostuisi esteitä osallistumiselle.

6.6 Mainonta ja markkinointi

Kohderyhmän tavoittaminen, kiinnostuksen herättäminen ja osallistuminen tapahtumaan kertovat mainonnan onnistumisesta. Paikallislehtien toimittajiin ja Kymenlaakson radioon otettiin yhteyttä ja esiteltiin tulevaa tapahtumaa. Messutapahtuman esille tuonti lehdistön kautta oli ensisijaista ennakkomainontaa tapahtumalle.

Paikallislehti Elimäen sanomissa ilmestyi kuvallinen artikkeli messuista 4.2.2015 (liite 4) ja lehtimainos 11.2.2015 sekä alueellisesti ilmestyvässä Vartti-lehdessä 11.2.2015 (liite 5). Messuja esiteltiin hankkeistajan kuukausikerhossa 13.1.2015, jolla tavoitettiin noin 50 henkilöä. Messuja mainostettiin hankkeistajan internet-sivuilla sekä painetussa toimintasuunnitelmassa 2015. Facebook - Super -ammattiosaston sivulla tapahtumasta ilmoitettiin 30.1.2015 sekä yksityisen henkilön Facebook-sivuston kautta 29.1.2015 lähtien. Tavoitimme noin 100 palvelun käyttäjää. Mainosjulisteesta (liite 6) tehtiin selkeä, informatiivinen ja kiinnostava. A4- ja A3- kokoiset mainokset toimitettiin jaettavaksi Elimäen ja Korian kotihoidon asiakkaille sekä Ikäasemalle Kauppakeskus Hansaan. Mainoksia kiinnitettiin huoltoasemien, kauppojen, apteekkien, yhdistysten ja terveyskeskusten ilmoitustauluille n. 50 kilometrin säteelle Kouvolan Elimäeltä.

6.7 Riskit

Toimintaan liittyy aina riskejä. Riskikartoituksen apuna käytimme kartoitustaulukkoa Kauhanen ym. (2002, 150—151.)

Turvallisuusriskit liittyivät mahdolliseen tapaturmaan tai onnettomuuteen. Pelastusviranomaisen edellyttää poistumisteiden olevan esteettömiä. Tilassa suoritettiin sisäinen turvallisuuskävely messuja edeltävänä päivänä, jolla kartoitettiin sammutusvälineistön saatavuus sekä poistumisteiden esteettömyys. Seurakuntakeskuksessa on pelastussuunnitelma, jonka toimintaohjeita tulee

noudattaa hätätilanteen aikana. Rakennuksen pohjapiirros sekä turvallisuusohje löytyvät seurakuntakeskuksen eteisaulan seinältä. Tiloissa on automaattinen palonilmoituslaitteisto ja poistumistiet on merkitty selkeästi opasteilla. Työnjako poikkeustilanteiden varalta tehtiin sekä ensiapulaukku ja sammutuspeite sijoitettiin aulassa sijaitsevaan asiakaspalautepisteeseen. Tietoomme ei tullut yhtään ensiapua vaativaa tilannetta messujen aikana tai sen jälkeen.

Sääolosuhteisiin varauduttiin varmistamalla seurakuntakeskuksen vahtimestarin olevan hälytysvalmiudessa, mikäli runsas lumisade tai liukkaus vaikuttaisi yleisötapahtuman onnistumiseen. Sisätilan ilmanlaatuun ja sen tehostamiseen kiinnitettiin huomiota.

Asiakasriskeihin varauduttiin valitsemalla asiakkaiden määrään ja toimintakykyyn nähden riittävän suuri, muunneltava ja esteetön tila. Messujen sisällöllä, aikataulutuksella sekä mainonnalla vaikutettiin osallistujien mielenkiintoon ja sen ylläpitoon. Kuljetus messuille järjestettiin porrastetusti. Ohjelma jaettiin tasaisesti koko tapahtuman ajalle.

Sopimusriskejä olivat muutokset yhteistyökumppaneissa ja sopimuksen sisällössä. Sopimusriskeihin varauduttiin tekemällä muistiinpanot sovitusta asioista, aikatauluista, sopimuksen sisällöstä ja asiaa hoitavista yhteyshenkilöistä. Sopimusriskeihin varautumisesta huolimatta, huomattiin sopimukseen liittyvän erilaisia mielikuvia, väärinymmärryksiä ja jälkikäteen esitettyjä päätelmiä, joihin ei varauduttu. Sopimukseen liittyvissä muutoksissa korostuivat sukupolvien väliset näkemuserot ja niitä muodostui lähinnä tiedonkulkuun liittyen hankkeistajan edustajan vaihtumisen yhteydessä.

Aikatauluriskin muodosti mainonnan toteutus, luennoitsijoiden ja näytteilleasettajien varaaminen, tilojen tarkastaminen ja viranomaisten hyväksyntä. Esiintyjän viime hetken peruutus tai mahdollinen aikataulun muutos oli riski, johon varauduttiin suunnittelemalla soveltuva taukojumppa.

Vakuutusriski oli olemassa. Vakuutuksen ottamista käsiteltiin hankkeistajan kanssa. Vastuuvakuutusta ei tapahtumalle otettu riskien pienuuden ja vakuutuksen korkean hinnan vuoksi. Käytössä olevat yhdistyksen ja seurakunnan laitteet olivat vakuutettuja heidän omissa vakuutuksissaan. Seurakunnan va-

kuutus kattaa lisäksi työntekijät ja seurakunnan toiminnan seurauksena tapahtuneet vahingot. Oppilaitoksen tapaturmavakuutus kattaa opiskelijoille tapahtuvat vahingot.

Tekniikkariskeihin sisältyi tekniikan saatavuus, käytettävyys sekä lainatun tekniikan turvallinen kuljettaminen messupaikalle. Tekniikan toiminta testattiin edellisenä päivänä. Tapahtuma-aikaan paikalla oli laitteiden toiminnasta vastaavat henkilöt.

Imagoriskiin vaikutettiin tarkistamalla etukäteen lehdistön messuihin liittyvät artikkelit sekä innostamalla positiivisuuteen. Eri osapuolten toivomuksia, arvoja ja odotuksia tapahtuman toteuttamisessa kunnioitettiin.

6.8 Messupäivän kuvaus

Päätapahtuma sisälsi luentoja sekä viihdekulttuuria. Testamentin teko oli yleisömäärän perusteella kiinnostavin aihe. Lähetystorin muotinäytös oli viihteellinen. Esitystekniikka toimi hyvin. Esiintyjien kuuluvuus oli haaste salin ihmismäärän tuottaman puheen vuoksi.

Hyvinvointialueen näytteilleasettajat muodostuivat Elimäen yrittäjistä ja yhdistyksistä sekä Kouvolan keskustan ja Kuusankosken alueelta. Kouvolan seudun ammattiopiston lähihoitajaopiskelijaryhmä toteutti messuvieraille hierontaa, rentoutusta sekä tietovisailua. Kymenlaakson ammattikorkeakoulun geronomiopiskelijat tekivät halukkaille osia Bergin tasapainotestistä sekä jakoivat ohjeita tasapainon harjoittamiseen.

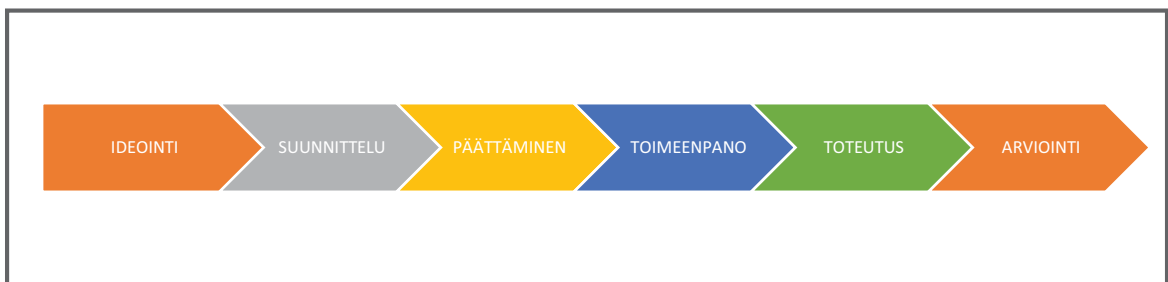
Hyvinvointialueella oli myynnissä elintarvikkeita ja säilykkeitä, eri yhdistysten toiminnan esittelyä, pienapuvälineiden myyntiä, kodin turvallisuuteen liittyviä tuotteita, yleishyödyllisen tiedon tuottajia, hyvinvointiin, terveyteen ja ravitsemukseen liittyvää tietoa sekä kolesterolin- ja verenpaineen mittausta. Pisteet olivat avoinna koko tapahtuman ajan, ja kiinnostuneita oli paikalla runsaasti.

Messupaikan purkaminen sujui nopeasti. Esittelijät vastasivat kukin oman materiaaliansa poisviennistä ja järjestäjien vastuulla oli kalusteiden paikoilleen laittaminen, julisteiden ja somisteiden poistaminen sekä roskisten tyhjennys. Paikallislehti Elimäen sanomat julkaisi messuista sivun kokoisen jutun 18.2.2015 (liite 7).

Messujen jälkeen 19.2.2015, messujen toteuttamiseen osallistuneet kokoontuivat palautepalaveriin hankkeistajan kerhotupaan. Osallistujamääräksi arvioitiin 250 messuvierasta. Tulot ja menot, saatu palaute, onnistumiset ja kehitysehdotukset läpi käytiin.

7 TOIMINTAMALLI IKÄÄNTYNEILLE SUUNNATUN TAPAHTUMAN JÄRJESTÄMISEEN

Toimintamalli (liite 8) etenee kronologisessa järjestyksessä. Mallissa käydään läpi tapahtuman järjestämiseen liittyviä vaiheita sekä huomioitavia asioita kohderyhmän ollessa ikääntyneet. Toimintamallin otsikot on kuvattu kuvassa 1.



Kuva 1. Toimintamallin pääotsikot

7.1 Ideointi

Lähtökohtana tapahtuman suunnittelussa on tarve ja idea sekä näiden kohtaaminen. Ideointi-vaiheessa luodaan erilaisia mielikuvia tapahtumalle, joista valitaan toteuttamiskelpoisimmat. Kohderyhmää, kohderyhmän erityispiirteitä, tapahtuman tarkoitusta ja tavoitteita, teeman valintaa, alustavaa aikataulua, ajankohdan valintaa, paikan valintaa ja sisältöä pohditaan. Idea saa tavoitteet, teeman ja kohderyhmän, tapahtuman suunnittelu voi alkaa.

Kohderyhmään kuuluvia on hyvä olla mukana tapahtuman ideoinnissa, suunnittelussa ja toteutuksessa, jotta lopputulos vastaa tarpeita. Ikäihmisistä monet tekevät vapaaehtoistyötä (ks. Pynnönen & Mitchell 2013, 150), joka kannattaa hyödyntää voimavarana tapahtumaa järjestettäessä.

7.2 Suunnittelu

Suunnitteluvaihe käsittää toimintasuunnitelman (ks. Kauhanen ym. 2002, 50—51), jonka avulla selvitetään tapahtuman osatekijät ja seikat, jotka vaikuttavat tapahtuman kokonaisuuteen. Tapahtuman suunnittelun vastuuhenkilöiden nimeäminen ja tapahtuman aikataulutukset ovat tärkeitä tekijöitä tapahtuman

onnistumisen kannalta. Tässä vaiheessa pohditaan käytettävissä olevia resursseja; talkootyön mahdollisuutta, vapaaehtoisia, erityisosaamista. Tapahtumapaikkaa, saavutettavuutta, esteettömyyttä, muunneltavuutta, varustetasoa ja liikenneyhteyksiä pohditaan kohderyhmän erityispiirteiden mukaan. Sisällön ja yhteistyökumppaneiden suunnittelu, lainsäädäntöön ja asetuksiin tutustuminen, budjetin ja rahoituksen suunnittelu, mainonta ja markkinointi, tapahtuman turvallisuus ja vakuutuksen tarve, riskikartoitus (ks. Kauhanen ym. 2002, 54—55) sekä riskeihin varautuminen ovat edellytykset onnistuneen tapahtuman luomiselle.

Ikääntymisen myötä toimintakyky heikkenee, joten tapahtumapaikan saavutettavuuteen on kiinnitettävä huomiota. Esteettömyyskartoituksessa kiinnitetään huomioita liikkumisen esteisiin, kuten rappuset ja ahtaat oviaukot sekä sosiaaliseen ja henkiseen esteettömyyteen (ks. Esteettömyys). Paikan valinnassa kiinnitetään huomiota tilojen muunneltavuuteen sekä varusteluun. Esitystekniikan saatavuus ja käytettävyys selvitetään. Istuimia tulee olla riittävästi ja niitä tulee sijoittaa tapahtumapaikalla eri alueille mm. naulakon läheisyyteen. Ikääntyessä tapahtuva aistitoimintojen heikentyminen huomioidaan varmistamalla riittävä valaistus ja minimoimalla taustahäly. Useissa julkisissa rakennuksissa on induktiosilmukka, joka helpottaa kuulolaitteen käyttäjää.

Tapahtuman tavoitteet tarkentuvat. Varmistetaan suunnitelmien yhteneväisyys, tavoitteellisuus ja toteuttamiskelpoisuus. Tapahtuman teemaa tukevia yhteistyökumppaneita kartoitetaan.

7.3 Päätäminen

Päätösvaiheessa työryhmä tekee päätökset aiemman suunnitelman pohjalta. Päätetään tapahtuman sisältö, aikataulu, vastuualueet ja yhteyshenkilöt, tapahtumapaikka, ajankohta ja kesto. Tapahtumapaikka valitaan kohderyhmän erityistarpeiden mukaan. Päätetään yhteistyökumppanit ja oheistapahtuman tuottajat. Määritellään budjetti, haetaan mahdollinen rahoitus esim. sponsorointi ja avustukset sekä huomioidaan muut mahdolliset tulonhankkimiskeinot esim. tapahtuman sisäänpääsymaksu. Tapahtuma nimetään. Tapahtuman järjestämiseen liittyvät lait ja asetukset selvitetään. Rajataan mahdolliset riskit sekä selvitetään vakuutuksen tarve. Perehdytään ja selvitetään turvallisuussuunnitelma sekä ensiapu.

Päätetään, toteutetaanko tapahtuma talkootyönä, käytetäänkö vapaaehtoisia ja määritellään heidän toimenkuvansa. Kartoitetaan mahdollisuus palkata henkilökuntaa tai yhteistyökumppaneita. Päätetään mainonnan toteutuksesta. Sovitaan, kerätäänkö tapahtumasta erillinen palaute.

7.4 Toimeenpano

Tapahtuman toimeenpano on vaihe, jossa toimitaan sovittujen tavoitteiden, vastuualueiden ja aikataulun mukaisesti. Sovitaan tapahtumapaikan käytön pelisäännöt tilanomistajan kanssa. Varmistetaan yhteistyökumppaneiden kanssa sopimukset ja ohjelman sisältö. Hankitaan tarvittava esitystekniikka. Minimoidaan riskit ja tehdään toimintasuunnitelma riskien toteutumisen varalle. Haetaan tarvittavat luvat ja tehdään viralliset ilmoitukset tapahtumasta. Suunnitellaan palautteen keräämisen tapa osallistujilta, yhteistyökumppaneilta sekä järjestäjiltä. Päätetään toiminta poikkeustilanteessa esim. ensiapua vaativa tilanne tai tulipalo.

Mainonta on tärkeä osa tapahtuman järjestämistä. Ilman hyvin toteutettua mainontaa ei kohderyhmä löydä tapahtumaan. Yleisiä mainontakanavia käyttäen tavoitetaan suuri yleisö, mutta kohderyhmään kuuluvat voivat jäädä ulkopuolelle. Tämän vuoksi on tärkeää, että mainontaa suunnitellaan ja toteutetaan kohderyhmän tavoittaen. Ikäihmisille suunnatussa mainonnassa on tärkeä huomioida mainoksen selkeys, ymmärrettävyys ja kiinnostavuus. Aktivoitaessa ikääntynyttä osallistumaan, on sosiaalisella verkostolla merkittävä osa.

7.5 Toteutus ja arviointivaihe

Toteutusvaihe perustuu suunnitelmaan ja aikatauluun. Me-hengen luominen ja tavoitteelliseen toimintaan kannustaminen on tärkeää. Toimitaan vastuualueiden mukaisesti, ja reagoidaan mahdollisiin muutoksiin riskeistä tehdyn kartoitussuunnitelman mukaisesti. Huomioidaan, että tapahtumaan osallistujat kokevat itsensä tervetulleiksi. Kerätään palaute osallistujilta ja yhteistyökumppaneilta. Tapahtuman päätyttyä huolehditaan tapahtumapaikan siisteydestä.

Arviointivaiheessa analysoidaan saatu palaute. Tapahtuman jälkeen pidetään palautekeskustelu tapahtuman järjestämiseen osallistuneiden kesken, jossa

arvioidaan tavoitteiden saavuttamista ja toimintaa. Palautteen pohjalta kehitetään toimintaa. Arvioidaan budjetti sekä muut mahdolliset resurssit. Kiitetään yhteistyökumppaneita.

8 ARVIOINTI

8.1 Palautekyselyn suunnittelu ja toteutus

Palautekysely toteutettiin strukturoidulla kyselylomakkeella. Kyselylomakkeella vastaajien anonyymiys säilyy ja siten rehellistä palautetta voi olla helpompi antaa. Kyselyn laadinnan apuna käytimme oppaita ja tutustuimme erilaisiin valmiisiin kyselyihin. Lomakkeiden pohjana käytimme Word-ohjelman mallipohjaa, jonka muokkasimme tarkoitusta vastaavaksi. Kartoitimme erilaisia mitausmenetelmiä ja kysymysten esitystapoja ennen varsinaisten lomakkeiden muotoilua. Pohdimme myös tulosten tulkinnan mahdollisuuksia tässä vaiheessa. Muotoilussa panostimme lomakkeiden helppolukuisuuteen sekä asetelimme kysymykset helposti ymmärrettävään muotoon. Lomakkeen muotoilussa huomioimme ikääntymiseen liittyvän näkökyvyn heikkenemisen. Messuvieraiden kyselylomaketta testattiin etukäteen kolmella henkilöllä. Testauksen tuloksena lomake hiottiin lopulliseen muotoonsa. Messuvieraille (liite 9) ja yhteistyökumppaneille (liite 10) oli omat palautekyselylomakkeet.

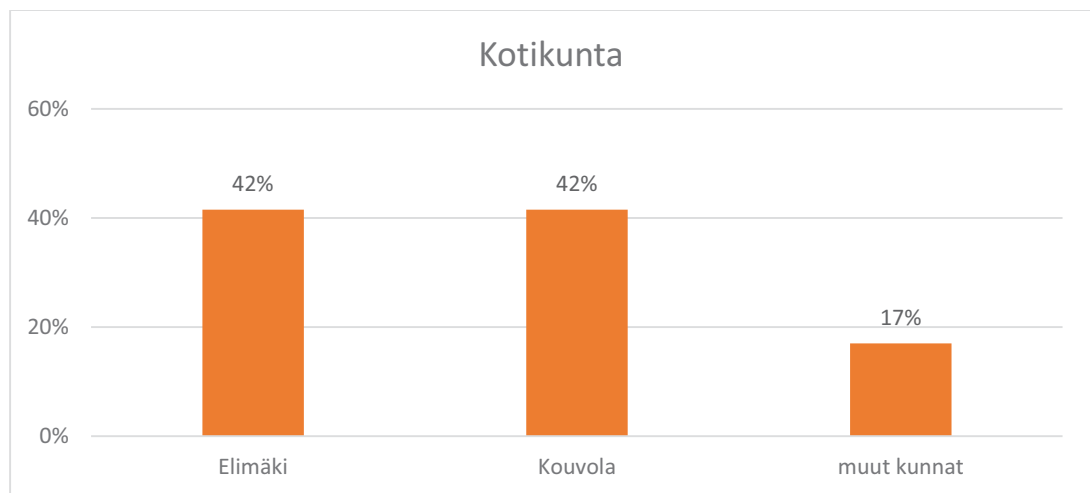
Kysely toteutettiin asiakaspalvelupisteessä. Pisteessä toimi kaksi geronomiopiskelijaa, joiden tehtävänä oli ohjata messuvieraita täyttämään kyselylomake sekä osallistumaan arvontaan. Palautettua lomaketta vastaan vastaaja sai arvontakupongin, johon hän täytti yhteystietonsa. Yhteistyökumppaneiden palautekyselyt jaettiin ennakkoon valmiiksi hyvinvointialueen esittelypisteisiin, sekä luennoitsijoille ja esiintyjille ne annettiin henkilökohtaisesti. Kyniä lahjoitti Kymenlaakson sähkö ja Suomen lähi- ja perushoitajaliitto Super. Messujen päätyttyä, arvottiin kaksi Kouvolan Lääkärikeskuksen lahjoittamaa 60 € arvoista lahjakorttia. Lahjakortit postitettiin voittajille saatekirjeen kanssa.

Kerätty aineisto käsiteltiin PSPP-ohjelmalla. Ohjelmaan syötettiin kyselylomakkeilla saadut vastaukset. Avoimia vastauksia tarkasteltiin kirjaamalla ne lomakekohtaisesti Word-tiedostoon. Raporttiin liitetyt kuviot on tehty Excel-ohjelmalla. Messuvieraan lomakkeita palautui 60 kappaletta. Vastaajista 88 %

vastasi kysymyksiin myös lomakkeen kääntöpuolella. Yhteistyökumppaneiden palautteita palautui 20 kappaletta.

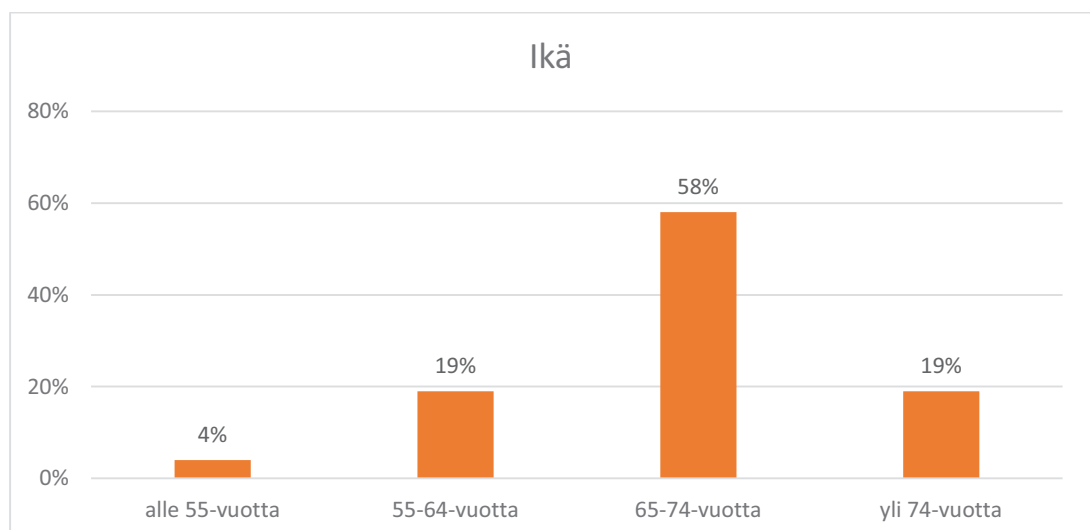
8.2 Palautekyselyn tulokset

Messuvieraat saapuivat Kouvolan alueelta sekä lähikunnista (Loviisa, Lahti, Iitti ja Orimattila). Vastanneista vajaa puolet ilmoitti asuinkunnakseen Elimäki. Kuntaliitoksesta on kulunut kuusi vuotta, mutta identiteettiä elimäkeläisenä elää edelleen vahvana (kuva 2).



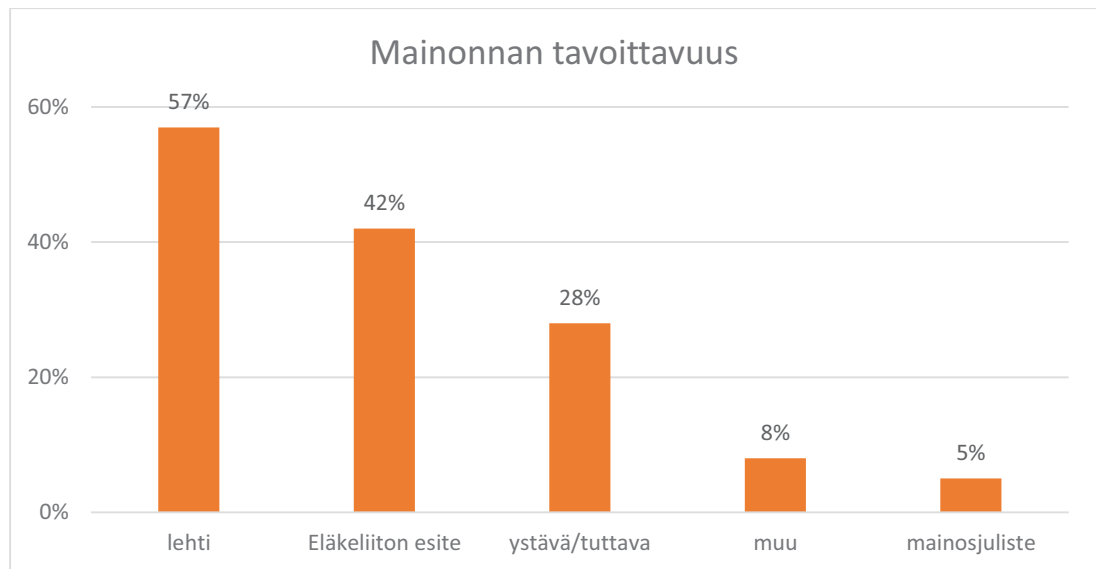
Kuva 2. Vastaajien asuinkunta (n = 53)

Vastaajista naisia oli 46 ja miehiä 7. Messujen kohderyhmänä oli yli 65-vuotiaat. Ikää mittarina käyttäen, kohderyhmä tavoitettiin hyvin, sillä vastaajista 77 % oli vuonna 1949 ja sitä ennen syntyneitä (kuva 3).



Kuva 3. Vastaajien ikäluokat (n = 53)

Messuvieraat olivat saaneet eniten etukäteistietoa lehden kautta, myös hankkeistajan oma toimintaesite oli tavoittanut useita ikääntyneitä. Vastaajista vajaa puolet ilmoitti kuuluvansa Eläkeliiton Elimäen yhdistykseen. Ystävien ja tuttavien kautta saatu tieto tapahtumasta oli merkittävä. Mainosjuliste oli tavoittanut murto-osan vastaajista. Paikallislehdissä olleet etukäteisjutut olivat mainonnan kannalta parhaiten messuyleisöä tavoittanut väylä (kuva 4).



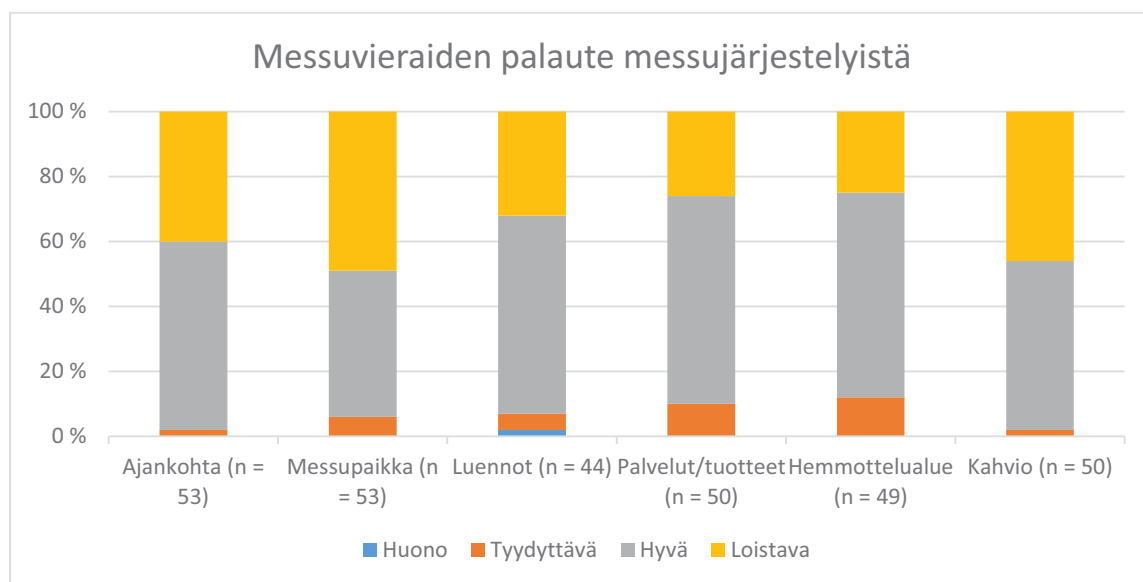
Kuva 4. Mainonnan ja messuvieraiden kohtaaminen (n = 60)

Messuvieraiden kokemukset olivat positiivisia ja tapahtuma tuotti hyvää mieltä ikäihmisten huomioimisen kautta. Ohjelmasisältö koettiin hyväksi. Kaikki vastaajat saivat messuilta yleishyödyllistä tietoa, sekä tietoa ikääntymisestä ja terveydestä. Yleinen ilmapiiri, palvelu ja viihteellisyys, mm. musiikkiesitykset ja muotinäytös saivat kiitosta. Palautteen mukaan messuilla vallitsi iloinen ilme ja myönteinen tunnelma. Tapahtumaa pidettiin sosiaalisesti merkittävänä ja tuttujen tapaaminen oli tuotu esille.

Yhteistyökumppaneista suurin osa koki, että heidän tuote tai palvelu sopi yhteen ikäihmisten kiinnostuksen kohteiden kanssa. Voimme päätellä, että yhteistyökumppaneiden tarjoama tuote tai palvelu oli saanut kiinnostusta messuvierailta. Yrittäjät kokivat kuitenkin, että uusia kontakteja ei muodostunut odotusten mukaisesti. Alueen yrittäjien palveluista uutta tietoa sai valtaosa vastaajista (n = 59). Toteamme, että vastaajien kokemus tuotteen tai palvelun

kohtaamisesta messujen kohderyhmän kanssa oli positiivinen. Uusien asiakontaktien luonti jäi messuilla vähäiseksi.

Samankaltaiseen tapahtumaan ensi vuonna aikoo osallistua kaikki vastanneet. Tapahtumalle toivottiin jatkumoa ajankohtaisten aiheiden parissa. Toteamme, että ilmapiiri messuilla on ollut hyvä ja vastaaville tapahtumille on tarvetta. Vapaa-ajan toimintana toivottiin esimerkiksi ikäihmisille suunnattuja liikunta- ja kulttuuritapahtumia, kotiin suunnattua toimintaa, tanssijumppaa, lihaskunnon ylläpitoa ja elokuvia. Vastaajista kaksi kertoi Elimäellä olevan jo useiden järjestöjen tarjoamaa vapaa-ajantoimintaa. Ikäänntyvien kokemukset tapahtuman järjestelyistä olivat pääasiassa positiivisia (kuva 5).

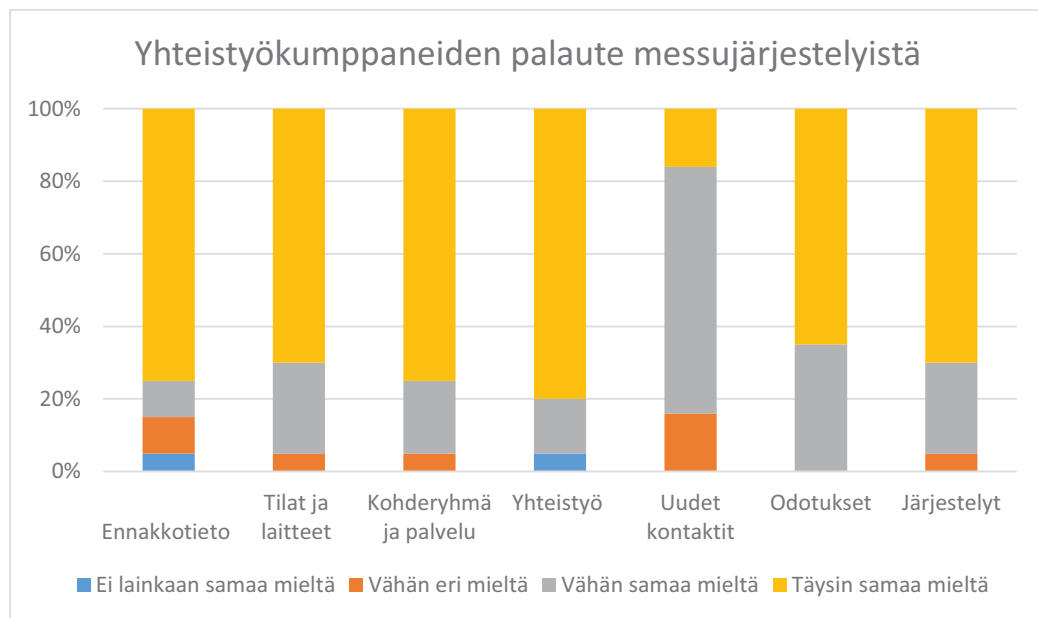


Kuva 5. Messuvieraiden palaute messujärjestelyistä

Tapahtuman ajankohta ja kesto koettiin hyviksi. Hankkeistajan ajatus helmikuusta, jolloin muita tapahtumia on niukasti, piti paikkansa. Viikonpäivänä lauantaita ei pidetty parhaana mahdollisena. Palautteesta ei ole havaittavissa, että lähitöillä alkoi toinen tapahtuma messujen viimeisten tuntien aikana. Messupaikkaa pidettiin hyvänä ja toimivana. Luennot koettiin pääosin hyviksi. Vapaassa palautteessa nousi esiin tapahtuman aikainen taustamelu, joka vaikeutti luentojen seuraamista. Ehdotettiin, että jatkossa luennot olisivat omassa tilassa, ja luentoja tauotettaisiin kahvia ja ruokailua varten. Palvelut ja tuotteet koettiin hyviksi, mutta osiosta on havaittavissa, että jotain jäi puuttumaan. Hengellistä ohjelmaa kaivattiin. Hemmottelualue sai hyvän arvosanan. Kahvio

oli vastaajien mieleen ja sai hyvää palautetta myös vapaan palautteen osiossa. Ilmaiset kuljetusjärjestelyt Kouvolasta oli myös huomioitu ja niitä kiitettiin.

Messuja järjestäessä annoimme yhteistyökumppaneille toiminnasta ammattimaisen kuvan. Panostimme ennakkotiedostamiseen sekä yhteydenpitoon yhteistyökumppaneiden kanssa. Yhteistyö järjestäjien kanssa koettiin pääasiassa sujuvaksi. Yhteistyökumppanit kokivat saaneensa riittävästi ennakkotietoa messuista, ennakkoon muodostunut mielikuva vastasi pääasiassa messuja. Eräs vastaaja koki, että yhteistyö sekä saatu ennakkotieto olivat olleet puutteellisia. Messujen järjestelyt saivat kokonaisuudessa erittäin hyvää palautetta. Kokonaiskestoajaa pidettiin kuitenkin liian pitkänä (kuva 6).



Kuva 6. Yhteistyökumppaneiden palaute messujärjestelyistä (n = 20)

Käytettävissä olevat tilat ja laitteet koettiin hyviksi. Tilat ja laitteet olivat sopivat messujen järjestämiseen. Yhteistyökumppanit antoivat palautetta isossa salissa olleesta hälinästä, joka luentojen aikaan koettiin häiritseväksi. Pienessä salissa ahtaus ja kaikuvuus olivat haittatekijä.

8.3 Hankkeen arviointi

Tapahtuman kokonaisuuden suunnittelua helpotti hankkeistajan selkeä kohderyhmän rajaaminen sekä tapahtuman tavoitteet. Tapahtuman muodoksi valitsimme messut, sillä halusimme herättää huomiota, kiinnostusta ja saavuttaa suuren

kohderyhmän kerralla. Tällä valinnalla toteutimme hankkeistajan tavoitteen, toiminnan tutuksi tuomisen suurelle yleisölle, sekä pystyimme keräämään samanaikaisesti tietoa yhdistyksen toiminnan kehittämiseen.

Paikan valintaan vaikutti ensisijaisesti koko, esteettömyys ja keskeinen sijainti kohderyhmän saavutettavuuden kannalta. Haasteelliseksi koettiin asettuminen kohderyhmän asemaan, joten sisällön suunnittelussa hyödynsimme ikääntyneiden kokemuksia siitä, millaista tietoa he ovat aktiivisen yhdistystoiminnan kautta aikaisemmin saaneet, mitkä ovat heidän mielenkiintonsa kohteet ja mitä he tapahtumalta toivovat. Yhteistyökumppaneiden valinta tapahtui heidän toivomuksien pohjalta. Asiapitoisten luentojen avulla ikääntyneet saivat informaatiota siitä, kuinka vaikuttaa turvalliseen ikääntymiseen, sekä hyvinvointialueella jaettavien esitteiden ja myytävien tuotteiden kautta keinoja vaikuttaa hyvinvointiin, terveyteen ja toimintakyvyn ylläpitämiseen. Messujen informatiivisuuden lisäksi tavoitteena oli tukea ikääntyneiden osallisuutta, lisätä ikääntyneiden itsearvostusta sekä ympäröivän yhteisön arvostusta ikääntyneitä kohtaan. Tavoitteessa onnistuttiin suunnitelmallisen mainonnan ja markkinoinnin avulla.

Messutoimintojen toteutumista ja onnistumista arvioitiin kahdella erillisellä palautelomakkeella, jotka olivat suunnattu messuvieraille sekä yhteistyökumppaneille. Lyhyen aikavälin tavoitteet olivat arvioitavissa ja toteutuivat. Pitkän aikavälin tavoitteiden toteutumista ei voida luotettavasti arvioida. Messut toivat hyvää mieltä ja puhalsivat uutta henkeä alueen toimintaan niin, että vastaavanlaisia yleisötapahtumia, kohderyhmä vaihtuen, järjestettiin alueella muitakin. Ikäihmisille suunnattujen tapahtumien määrässä tai muodossa emme ole havainneet muutosta. Alueella toimii useita aktiivisia yhdistyksiä, yhteisöjä ja seuroja, joilla on mahdollisuus järjestää monipuolisia tapahtumia. Lähipalveluiden säilymiseen vaikuttavat kannattavuus ja ikärakenne. Messuilla alueella toimiva yrittäjä sai palveluitaan esille, tosin uusia asiakaskontakteja ei syntynyt.

Suuren tapahtuman suunnittelussa ja toteutuksessa yllättävää oli päätöksen teon hektisyys, informaation kulku ja aikataulussa pysyminen sekä tapahtumasta tiedottaminen yleisölle. Ikääntyneille suunnattu tapahtuma oli alueella ensimmäinen laatuaan. Tavoitimme messujen kautta noin 250 kävijää, joka

ylitti alun odotukset, 100 henkilöä. Järjestimme yleisötapahtuman maksuttomana, ettei pääsymaksu olisi toiminut esteellisenä vaikuttajana osallistumiseen. Tapahtuman vaikutus alueellisesti oli positiivinen, ihmiset kokivat tapahtuman yhdistävänä tekijänä ja tapahtumalle toivottiin jatkoa.

Ikääntyville suunnatun tapahtuman järjestämisen toimintamallin laadintaan sisältyi tapahtuman järjestämisen vaiheiden läpikäynti uudelleen. Tapahtuman järjestämiseen liittyvät seikat löytyivät monesta oppaasta, mallissa halusimme kuitenkin korostaa ikääntyneiden erityistarpeita kohderyhmänä sekä seikkoja, joihin kiinnittää huomiota, kuten toimintakyky ja esteettömyys. Mallia työstäessä tuli osata erottaa ikääntyneet omaksi ryhmäkseen. Haasteena oli ikääntyvien ihmisten moninaisuus, esimerkiksi kiinnostuksen kohteet ja toimintakyvyn vaihtelevuus. Ikääntyneille suunnatun tapahtumanjärjestämisen mallin muotoilussa haastavaa oli informaation esilletuonti. Toimintamallin ymmärrettävyys kärsii liiasta tai liian vähäisestä informaatiosta.

8.4 Opinnäytetyön kokonaisuuden arviointi

Opinnäytetyön aiheen varmistuttua tutkimme, mitä tarkoittaa toiminnallinen opinnäytetyö ja kuinka se eroaa tutkimuksellisesta opinnäytetyöstä. Aloitimme tutustumalla toiminnallisten opinnäytetöiden raportteihin sekä kirjallisuuteen.

Prosessissa aika oli haastavin tekijä. Hankkeistajalla oli ajankohta, johon tapahtuma oli suunniteltu toteutettavaksi, joten opinnäytetyön toiminnallinen osuus oli oltava valmis kolmessa kuukaudessa. Aluksi teimme tavoitteiden selkiintyessä selkeän aikataulun, vastuun- ja työnjaon, jonka mukaan työssä etenimme. Aikataulussa pysyttiin ja opinnäytetyön toiminnallinen osuus, messut, olivat valmiit hankkeistajan toivomuksen mukaan helmikuussa 2015.

Haastetta opinnäytetyön toiminnallisen osuuden perusteluun toi löytää teoreettinen viitekehys, johon tekemämme valinnat pohjautuisivat. Mietittäessä omaa osuuttamme tapahtuman järjestäjinä ja tapahtuman merkitystä ikääntyneelle sekä yhteisölle avautui teoreettinen viitekehys ja se, mitä toiminnalla tavoittelimme. Opinnäytetyön kirjoittamisen osuudessa haasteellista oli toiminnalliseen osuuteen rinnastettavan teorian rajaaminen, aiheessa pysyminen ja aiheita tukevan teorian sopivuus työhön.

Tiedon hankkiminen tapahtui tutkimuksista, kirjallisuudesta, alan ammatillisista lehdistä, sähköisistä tietolähteistä ja oppaista. Tiedon hankkiminen opetti meitä tarkastelemaan ja ajattelemaan kriittisesti tiedon luotettavuutta ja rinnastettavuutta omaan työhömmme. Havainnoinnin ja oppimisen apuvälineinä käytimme muistiinpanoja, pidimme päiväkirjaa sekä opimme aiheesta kokemusasiantuntijoilta, ikääntyneiltä itseltään. Tallensimme toiminnallisesta osuudesta syntyneen materiaalin, valokuvat ja lehtileikkeet, kirjoittamisen tueksi. Opin näytetyön kirjallista osuutta kirjoitimme vuorotellen. Jaoimme osa-alueet ja kirjoittamisen apuna käytimme värillisiä fontteja. Vaikeiksi koettuja sisällön osa-alueita avasimme, pohdimme ja työstimme yhdessä. Ohjaavan opettajan kanssa käydyt ohjauskeskustelut antoivat työhön uutta näkökulmaa sekä selkeyttivät koulutusohjelmassa opitun osaamisen esilletuontia sekä toiminnallisen että kirjallisen osuuden yhteydessä.

Saadaksemme selville ikääntyneiden mielenkiinnon kohteet hankkeistajan toiminnan kehittämistä varten, suunnittelimme palautekyselyn kohderyhmälle ja yhteistyökumppaneille. Olimme tutustuneet koulutusohjelmassa tilastointi ja tutkimusmenetelmiin, joten saimme käytännön kokemusta kysymyslomakkeiden laadinnasta, kyselyn toteutuksesta, tulosten analysoinnista ja johtopäätösten tekemisestä. Tutustuimme tapahtuman järjestämisen myötä tapahtuman järjestämistä koskeviin teoksiin. Opasta, jossa tapahtuman järjestämisessä huomioitaisiin ikäihmiset omana ryhmänään, ei löytynyt.

9 POHDINTA

Messujen suunnittelun ja toteutuksen lähtökohtana oli sosiokulttuurinen toimintatapa ja näkökulma (ks. Kurki 2000, 11). Ikääntyville suunnatun tapahtuman tavoitteena oli toteuttaa muodoltaan ja sisällöltään kohderyhmän toiveiden, tarpeiden ja tavoitteiden mukainen, informatiivinen ja ikääntyviä kiinnostava tapahtuma. Hyvinvointitapahtuma vastasi näihin tavoitteisiin. Ikääntyneille suunnattu tapahtuma oli helposti lähestyttävä, voimavaralähtöinen, sosiaalista kanssakäymistä tukeva, aktiivisuutta ja toimintakykyä lisäävä, ikääntyneitä yhdistävä ja osallisuutta vahvistava. Ikääntyneen hyvinvoinnin tukemisessa huomioitiin koko yhteisön merkitys yksilön hyvinvoinnin kannalta. Ikääntyneille suunnattu hyvinvointitapahtuma oli prosessi, joka edellytti kaikilta osapuolilta aloitteellisuutta, yhteistyötaitoja, tavoitteellisuutta ja sitoutumista. Tapahtuma antoi yhteisölle uuden tavan toimia ja lisätä yhteenkuuluvuuden tunnetta.

Messut aktivoivat esiin ikääntyneiden voimavaroja vaikuttaa omaan hyvinvointiinsa. Ikääntyessä sosiaaliset kontaktit muuttuvat ja niitä voi olla vaikea korvata uusilla ihmissuhteilla (Tiikkainen 2013, 286—288). Ikääntyneille suunnatut tapahtumat lisäävät fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista hyvinvointia, ikääntyneisiin kohdistuvaa arvostusta, ikääntyneen osallisuutta sekä mahdollisuutta vaikuttaa ympäristöön ja yhteiskuntaan.

Hanke aktivoi erilaisin keinoin ikääntyneitä osallisuuteen ja toimijuuteen. Tapahtuman järjestämiseen osallistui useita, ikääntyneitä vapaaehtoisia, eri tehtävissä. Vapaaehtoistoiminnalla on tutkitusti positiivinen vaikutus hyvinvointiin (Liikanen 2010, 59). Ikääntyneen hyvinvoinnin tukemisessa huomioitiin koko yhteisön merkitys yksilön hyvinvoinnin kannalta. Tapahtuma oli ikääntyvän aktiivisuutta lisäävä ja hyvää vanhenemista tukeva (ks. Jyrkämä 2008b, 274).

Messujen kehittämiskohteena koettiin olevan miesten osallisuuteen vaikuttavat tekijät. Suunnitteluvaiheessa tulisi kartoittaa ikääntyneiden miesten mielenkiinnon kohteita ja tuoda niitä esille ohjelman sisällön kiinnostavuudessa ja monimuotoisuudessa. Tapahtumassa havaitsimme pariskuntia, joista toinen osapuoli nautti hyvinvointialueen palveluista ja toinen seurasi asiantuntijaluentoja. Kaikkia kohderyhmään kuuluvia ei ole mahdollista saada osallistumaan ja olisi ammatillisesti kehittävää oppia tunnistamaan osallistumattomuuden syyt ja vastaamaan niihin.

Geronomi toimii laajalla vanhustyön kentällä suunnitellen, tuottaen ja kehittäen ikääntyneille suunnattuja palveluita. Ikääntyneille suunnatun tapahtuman järjestämisen toimintamalli on hyvä esimerkki vanhustyön kehittämisestä. Toimintamalli muodostui ikääntymiseen liittyvästä teoriasta sekä ikääntymisen vaikutuksista toimintakykyyn. Malli edesauttaa ikääntyville suunnatun tapahtuman järjestämisessä ja kohderyhmän tarpeita vastaavan verkoston kartoittamisessa, oli kyseessä tapahtuma, messut, markkinat tai myyjäiset. Toimintamalli tuo esiin yleiset tapahtumanjärjestämiseen liittyvät seikat, huomioiden ikääntyneet omana heterogeenisenä ryhmänä. Geronomilta edellytetään yhteistyötaitoja ja niiden merkitys korostuu asiakastyytyväisyydessä, laadussa ja ikääntyneiden tasavertaisessa, arvostavassa kohtaamisessa. Ikääntyneet nähdään aktiivisina toimijoina, oman elämänsä vahvoina asiantuntijoina. Geronomin on mahdollista työskennellä vapaaehtoistoiminnan ja vanhuspalveluiden yhteistyön koordinaattorina, jota opinnäytetyön toiminnallinen osuus vaati.

Geronomi kohtaa työssään erilaisia tilastoja ja palautekyselyjä, joihin tapahtuman yhteydessä toteutettu palautekyselyprosessi meitä valmisti.

Ikääntyneille suunnatut hyvinvointimessut eivät ole saaneet alueella jatkuvuutta. Tulevaisuudessa, ikääntyneille suunnattujen tapahtumien kehittämiskohteena, näemme tapahtumien toteuttajina alueen eri yhdistykset tai seurakunnan. Kolmannen sektorin voimavarojen yhdistäminen ja tavoitteellinen yhteistyö nähdään alueellisesti resursseja säästävänä ja toiminnallisesti kehittäväenä. Eläkeläisyhdistyksen verkoston hyödyntäminen mahdollistaa kohderyhmän laajan tavoitettavuuden. On suositeltavaa toteuttaa asiakas- ja yhteistyökumppaneille palautekysely toiminnan sisällön kehittämiseksi.

LÄHTEET

Elintarvikelaki 13.1.2006/23.

Eloisa ikä 2012–2017. Eloisa ikä-vuosista viisi! Saatavissa:

<http://www.eloisaika.fi/eloisa-ika/> [viitattu 21.11.2015].

Eläkeliiton Elimäen yhdistys ry. Saatavissa: <http://kymenlaakso.elakeliitto.fi/yhdistykset/elimaki/etusivu/> [viitattu 27.12.2015].

Esteettömyys. Esteettömyystiedon keskus. Saatavissa: <http://www.esteeton.fi/portal/fi/esteettomyys/> [viitattu 4.6.2015].

Helin, S. & von Bonsdorff, M. 2013. Palvelujärjestelmä terveyden, toimintakykyisyyden ja selviytymisen edistäjänä. Teoksessa Gerontologia, 3., uudistettu painos, toim. Heikkinen, E., Jyrkämä, J. & Rantanen, T., 426–443.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. 15., uudistettu painos. Helsinki: Tammi.

Hyvärinen, L. 2013. Näkö. Teoksessa Gerontologia, 3., uudistettu painos, toim. Heikkinen, E., Jyrkämä, J. & Rantanen, T., 198–209.

Hänninen, T. 2013. Kognitiiviset toiminnot. Teoksessa Gerontologia, 3., uudistettu painos, toim. Heikkinen, E., Jyrkämä, J. & Rantanen, T., 210–215.

Ikääntyminen. Esteettömyystiedon keskus. Saatavissa: http://www.esteeton.fi/portal/fi/esteettomyys/ihmisten_moninaisuus/ikaantyminen/ [viitattu 20.7.2015].

Jumppanen, A. & Suutari, T. 2013. Hyvinvointia kulttuurista. Esimerkkejä kulttuuritoimijoiden sekä sosiaali- ja terveystoimijoiden yhteistyöstä Etelä-Pohjanmaalla. Raportteja 100. Helsingin Yliopisto. Ruralia-instituutti: Helsinki. Saatavissa: <http://www.helsinki.fi/ruralia/julkaisut/pdf/Raportteja100.pdf> [viitattu 11.11.2015].

Jyrkämä, J. 2008a. Toimijuus, ikääntyminen ja arkielämä - hahmottelua teoreettis-metodologiseksi viitekehikseksi. Gerontologia-lehti 4/2008, 190–230.

Jyrkämä, J. 2008b. Vanheneva yksilö, toimijuus ja toimintatilanteet. Teoksessa *Gerontologia*, 2., uudistettu painos, toim. Heikkinen, E. & Rantanen, T., 273–278.

Jyrkämä, J. 2008c. Vanheneminen ja vanhuus. Teoksessa *Lapsuudesta vanhuuteen- iän sosiologiaa*, 2. painos, toim. Sankari, A. & Jyrkämä, J., 267–323.

Kauhanen, J., Juurakko, A. & Kauhanen, V. 2002. Yleisötapahtuman suunnittelu ja toteutus. Vantaa: Dark Oy.

Kokoontumislaki 22.4.1999/530.

Koskinen, S. 2005. Ikääntymisen voimavarat gerontologisen sosiaalityön taustalla. *Gerontologia*. 4/2005. Saatavissa: <http://elektra.helsinki.fi.xhalax-ng.kyamk.fi:2048/se/g/0784-0039/19/4/ikaantym.pdf> [viitattu 27.12.2015].

Koskinen, S., Martelin T. & Sihvonen, A.-P. 2013. Väestön määrän ja rakenteen kehitys. Teoksessa *Gerontologia*. 3., uudistettu painos, toim. Heikkinen, E., Jyrkämä, J. & Rantanen, T., 28–35.

Kouvola kaupunki. 2015. Kulttuurikaveri. Päivitetty 9.12.2015. Saatavissa: <http://www.kouvola.fi/index/kulttuurijavapaa-aika/kulttuuri/kulttuurikaveri.html> [viitattu 27.12.2015].

Krautsuk, S. 2015. Kaupunki koulutti tukun kavereita – ongelma: Eivät kelpaa kenellekään. *Kouvolan sanomat*. 24.11.2015. Saatavissa: http://yle.fi/uutiset/kaupunki_koulutti_tukun_kavereita__ongelma_eivat_kelpaa_kenellekaan/8477578 [viitattu 27.12.2015].

Kurki, L. 2000. Sosiokulttuurinen innostaminen: muutoksen pedagogiikka. Tampere: Vastapaino.

Kurki, L. 2007. Innostava vanhuus. Helsinki: Oy Finn Lectura Ab

Kuusela, H. & Ollikainen, R. 1998. Riskit ja riskienhallinta. Tampere: Tampere University Press.

Kymenlaakson pelastuslaitos. 2014. Yleisötilaisuuden pelastussuunnitelman laatiminen. 25.6.2014. Saatavissa: http://www.kympe.fi/images/stories/PDF/Yleis%C3%B6tapahtuman_Pelsu_2013_p%C3%A4iv_06_2014.pdf [viitattu 3.8.2015].

Laki ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveystalvveluista 28.12.2012/980.

Liikanen, H.-L. 2010. Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia-ehdotus toimintaohjelmaksi 2010–2014. Sosiokulttuurinen innostaminen. Opetusministeriön julkaisuja 2010:1. Saatavissa: http://www.kulttuuriakaikille.fi/doc/ohjelmat_ja_strategiat/taiteesta_ja_kulttuurista_hyvinvointia_ehdotus_toimintaohjelmaksi.pdf [viitattu 9.11.2015].

Liikanen, H.-L. 2011. Ikääntyminen ja kulttuuri. Kohti seniorikulttuuria. Ikäinstituutin julkaisuja 1/2011. Saatavissa: <http://www.ikainstituutti.fi/binary/file/-/id/1/fid/333> [viitattu 9.11.2015].

Liikkanen, M. 2005. Yksilöllisiä valintoja, kulttuurien pysyvyyttä. Vapaa-ajanmuutokset 1981–2002. Keskeisiä tuloksia. 26.1.2005. Saatavissa: http://www.tilastokeskus.fi/ajk/tapahtumia/2005-01-26_vapaa-aikatutkimus_liikkanen.pdf [viitattu 24.9.2015].

Loneliness in older people. 2013. NHS choices. Saatavissa: <http://www.nhs.uk/livewell/women60-plus/pages/loneliness-in-older-people.aspx> [viitattu 24.9.2015].

Lumme-Sandt, K. 2008. Toimijuuden mahdollisuudet. Gerontologia-lehti 3/2008, 129.

Maankäyttö- ja rakennusasetus 10.9.1999/895.

Maankäyttö ja rakennuslaki 5.2.1999/132.

Nummela, O. 2008. Trust, Participation, and Health among Ageing People A Cross-Sectional Cohort Study of Men and Woman Born in 1926–30, 1936–40, and 1946–50 in the Lahti Region, Southern Finland. Publications of the National Public Health Institute 26/2008. Saatavissa: <http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/78363/2008a26.pdf?sequence=1> [viitattu 24.9.2015].

Pajala, S. Sihvonen, S & Era, P. 2008. Asennonhallinta ja havaintomotorinen kyvykkyys. Teoksessa Gerontologia, 2., uudistettu painos. toim. Heikkinen, E. & Rantanen, T., 136—157.

Pelastuslaki 29.4.2011/379.

Perustuslaki 11.6.1999/731.

Pynnönen, K. & Mitchell, R. 2013. Ikääntyvät ja ikääntyneet taiteen ja kulttuurin kentillä: 50+ Kulttuuribarometrin tuloksia. Helsinki: Kulttuuripoliittisen tutkimuksen edistämissätiö.

Rantamaa, P. 2008. Ikä ja sen merkitykset. Teoksessa Lapsuudesta vanhuuteen- iän sosiologiaa, 3. painos. toim. Sankari, A. & Jyrkämä, J., 49–95.

Rantanen, T. 2013. Gerontologisen tutkimustiedon soveltaminen ikääntyvän väestön toimintakyvyn edistämisessä. Teoksessa Gerontologia, 3., uudistettu painos. toim. Heikkinen, E., Jyrkämä, J. & Rantanen, T., 414–420.

Saarenheimo, M. 2013. Mielenterveys. Teoksessa Gerontologia, 3., uudistettu painos. toim. Heikkinen, E., Jyrkämä, J. & Rantanen, T., 373–380.

Sainio, P., Koskinen, S., Sihvonen, S., Martelin, T. & Aromaa, A. 2013. Iäkään väestön terveyden ja toimintakyvyn kehitys. Teoksessa Gerontologia, 3., uudistettu painos. toim. Heikkinen, E., Jyrkämä, J. & Rantanen, T., 50–65.

Sosiaali- ja terveysministeriö. 2013. Laatusuositus hyvän ikääntymisen ja palvelujen parantamiseksi. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2013:11. Tampere: Sosiaali ja terveysministeriö. Saatavissa: https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/110355/ISBN_978-952-00-3415-3.pdf?sequence=1 [viitattu 9.11.2015].

Suominen, A. 2003. Riskienhallinta. 3. uudistettu painos. Vantaa: Dark Oy.

Tapahtumanjärjestäjän opas. Etelä-Pohjanmaan liitto. Julkaisu C:57. Saatavissa: http://www.epliitto.fi/images/C_57_Tapahtumajarjestajan_opas.pdf [viitattu 28.7.2015].

Tekijänoikeuslaki 8.7.1961/404.

Teosto. Musiikin käyttäjille. Saatavissa: <https://www.teosto.fi/kayttajat> [viitattu 14.2.2016].

Tiikkainen, P. 2013. Sosiaalinen toimintakyky. Teoksessa Gerontologia, 3., uudistettu painos. toim. Heikkinen, E., Jyrkämä, J. & Rantanen, T., 284–290.

Vallo, H. & Häyrynen, E. 2014. Tapahtuma on tilaisuus: tapahtumanmarkkinointi ja tapahtuman järjestäminen. 4., uudistettu laitos. Helsinki: Tietosanomama.

Vehkalahti, K. 2014. Kyselytutkimuksen mittarit ja menetelmät. Helsinki: Finn Lectura.

TERVETULOAA VIIHTYMÄÄN IKÄIHMISTEN MESSUILLE -KULTAINEN IKÄ-

OHJELMA ISOSSA SALISSA:

10:00 Tapahtuman avaus

- Elimäen seurakunta

- Eläkeliitto Elimäen yhdistys ry

10:30 Lauluyhtye Jututtaret

11:00 Testamentin teko - Länsi-Kymen osuuspankki

11:30 Ikääntyvän ihonhoito - Elimäen apteekki

12:00 Ekologinen muotinäytös - Elimäen Lähetystori

12:30 Elsat ja Eemelit

13:00 Muistin hyvinvointi - Kouvolan seudun Muisti ry

13:30 Herkuttelu ja hyvinvointi - Maria Tigerstedt

14:00 Kodin paloturvallisuus - Elimäen VPK

14:30 Arjen apuvälineet - Toimintaterapia Aivoitus Oy

15:00 Tapahtuman päätöspuhe

PIENESSÄ SALISSA ESILLÄ:

- ◆ Elimäen Puustellin fysioterapia
- ◆ Elimäen sydänyhdistys
- ◆ Elimäen sähkö ja radio
- ◆ Eläkeliiton Elimäen yhdistys ry
- ◆ Kouvolan lääkärikeskus
- ◆ Kouvolan mielenterveysseura
- ◆ Kouvolan seudun ammattiopiston lähihoitajaopiskelijat
- ◆ Kouvolan seudun muisti ry.
- ◆ Kymenlaakson ammattikorkeakoulun geronomiopiskelijat
- ◆ Mustilan Viini
- ◆ Paavolan kotijuustola
- ◆ Pohjois-Kymen Allergia- ja astmayhdistys

Tapahtuman toteuttamiseen osallistui myös Parturi-Kampaamo Nipsu.

Kahvio

Löytyy ison salin takaosasta. Osa kahvilan tuotosta menee yhteisvastuu-keräykseen. Kahviota pitää Eläkeliiton Elimäen yhdistyksen Kokkikerho.

Ilmainen linja-autokuljetus

Elimäen liikenne tarjoaa tapahtumaan ilmaisen kuljetuksen reittivuoroilla:
Kouvola-Elimäki klo 10:45
Elimäki-Kouvola klo 14:40

TAPAHTUMAN TUOTTAVAT GERONOMIOPISKELIJAT ANNE PENTTILÄ, INGA KOKKO JA TIINA URPUNEN OPINNÄYTETYÖNÄÄN YHTEISTYÖSSÄ ELÄKELIITON ELIMÄEN YHDISTYS RY:N KANSSA.

HALUAMME TARJOTA MESSUVIERAILLE YLEISHYÖDYLLISTÄ TIETOA TURVALLISESTA IKÄÄNTYMISESTÄ, LISÄTÄ YHTEISÖLLISYYTTÄ JA YHTEENKUULUVUUTTA SEKÄ TEHDÄ TUNNETUKSI PAIKALLISTEN YRITTÄJIEN PALVELUITA.

PALAUTEKYSELYYN VOITTE VASTATA SISÄTULOAULOSSA.

VASTAAMALLA SAATTE ARVONTALIPUKKEEN , JOLLA OSALLISTUTTE KOUVOLAN LÄÄKÄRITALON 60€ ARVOISEN LAHJAKORTIN ARVONTAAN.

PALKINTOJA ARVOTAAN KAKSI KAPPALETTA.

LAHJAKORTIT POSTITETAAN VOITTAJILLE.





Ikäihmisten messut Elimäellä 14.2.2015

Yhteiskirje

14/1/2015

Hyvä yhteistyökumppani!

Ikäihmisten hyvinvointitapahtuma järjestetään Elimäen seurakuntakeskuksessa (Vanhamaantie15). Tapahtumapäivänä vietetään myös ystävänpäivää, toivomme tämän näkyvän myös pisteiden somistuksessa. Myyntipöytiä ja tuoleja on valmiiksi varattuna seurakuntakeskuksella. Pisteiden purkamisen tulee tapahtua myös saman päivän aikana.

Tapahtumassa on kuusi luentoa. Luennoitsijoille on käytettävissä videotykki, tietokone, sekä äänentoistovälineet. Luennot ja esitykset pidetään seurakuntakeskuksen isossa salissa. Pienemmässä salissa on myyntipöytiä sekä hyvinvointipiste jossa on tarjolla esim. intialaista pähierontaa sekä parafiinihoitoa käsille (Elimäen Puustellin fysioterapia), tasapainon testausta ja ohjausta (KYAMK geronomiopiskelijat). Tapahtumassa on myös kahvio. Elimäen liikenne kuljettaa tapahtumaan osallistujat maksutta Kouvolasta Elimäelle ja takaisin, tietyillä vuoroilla.

Tapahtuman tavoitteena on lisätä yhteisöllisyyttä ja yhteenkuuluvuutta, tuoda ikäihmisille tutuksi paikallisten yrittäjien palveluita sekä antaa yleishyödyllistä tietoa turvalliseen ikääntymiseen liittyen. Tapahtuma toteutetaan yhteistyössä Eläkeliiton Elimäen yhdistys ry:n kanssa.



Tapahtuman aikataulu

8:00 Ovet aukeavat tapahtuman järjestäjille

9:45 Ovet avautuvat yleisölle

10:00-10:30 Tapahtuman avaus (Elimäen seurakunta, Eläkeliiton Elimäen yhdistys ry.)

10:30-11:00 Lauluyhtye Jututtaret

11:00-11:30 Testamentin teko (Länsi-Kymen osuuspankki)

11:30-12:00 Ikääntyvän ihonhoito (Elimäen apteekki)

12:00-12:30 Ekologinen muotinäytös (Elimäen Helluntaiseurakunta). Juhlakampauksen toteuttaa Parturi-kampaamo Nipsu.

12:30-13:00 Elsat ja Eemelit

13:00-13:30 Muistin hyvinvointi (Kouvolan seudun Muisti ry.)

13:30-14:00 Herkuttelu ja hyvinvointi (Maria Tigerstedt)

14:00-14:30 Kodin paloturvallisuus (Elimäen VPK)

14:30-15:00 Arjen apuvälineet (Toimintaterapia Aivoitus Oy.)

15:00 Tapahtuman lopetus (Tapahtuman järjestäjät)

Jos teillä on kysyttävää tapahtumaan liittyen, esim. toiveita pöydälle, esitysvälineistä tai suunniteltu aikataulu ei sovi teille, niin ottakaa yhteyttä puhelimitse tai sähköpostilla Anne puh. 123 456 7890. tai Tiina puh. 123 456 7890. Sähköpostit ovat muotoa etunimi.sukunimi@student.kyamk.fi

Yhteistyö terveisin geronomiopiskelijat (KYAMK)

Anne Penttilä, Inga-Helen Kokko ja Tiina Urpunen
Ikäihmisten messut Elimäellä 14.2.2015



Yhteistyökumppanit

- Elimäen Apteekki, Merja Poikala
- Elimäen Liikenne
- Elimäen Lähetystori, Arto Niemi
- Elimäen Puustelli ry, Sirpa Pulkki
- Elimäen Sanomien toimitus, Raija Anttila
- Elimäen seurakunta
- Elimäen Sydänyhdistys, Arja Hinkkanen
- Elimäen Sähkö- ja radio, Tuomo Jokivirta
- Elimäen VPK, Juha Ari
- Elimäki-Säätiö
- Eläkeliiton Elimäen yhdistys ry
- Eläkeliiton Elimäen yhdistys ry:n kuoro Elsat ja Eemelit sekä Kokkikerho
- Kouvolan Lääkärikeskus
- Kouvolan mielenterveysseura
- Kouvolan seudun ammattiopisto, lähihoitajaopiskelijat
- Kouvolan Seudun Muisti ry, Tarja Levonen
- Kukkakauppa Holopainen
- Kymenlaakson Osuuspankki, Saila Rosas
- Kymenlaakson sähkö
- Lauluhytye Jututtaret, Kuusankoski
- Lions Club Elimäki
- Markku Lumitsalo, valokuvaus ja videointi
- Mustila Viini Oy Ab, Maria Tigerstedt
- Paavolan kotijuustola
- Parturi-kampaamo Nipsu, Niina Seppälä
- Suomen lähi- ja perushoitajaliitto Super
- Toimintaterapia Aivoitus Oy, Maaret Karvonen

Artikkeli Elimäen sanomissa 4.2.2015

Elimäellä ikäihmisille hyvinvointimessut

Geronomiopiskelijät Anne Penttilä, Tiina Urpunen ja Inga Kokko sekä Eläkeliiiton Elimäen yhdistys järjestävät Ikäihmisten hyvinvointimessut Elimäen seurakuntakeskuksessa.

RAUJA ANTTILA

–Idea ikäihmisille suunnattua tapahtumasta sai alkunsa, kun **Pirkko Seppälä** Eläkeliiiton Elimäen yhdistyksestä otti yhteyttä Kymenlaakson ammattikorkeakouluun ja pyysi opiskelijoita ideoimaan eläkeläisille suunnattua tapahtumaa Elimäelle, **Inga Kokko** kertoo.

Kokko, **Anne Penttilä** ja **Tiina Urpunen** ovat eläkeläisiä, nappasivat he heti kiinni ideasta ja päättivät toteuttaa Elimäellä Ikäihmisten hyvinvointimessut opin- näytetyönään.

–Halusimme ideoida Elimäelle tapahtuman, josta olisi iloa kaikille mukana oleville. Lisäksi tavoitteena on yhteisöllisyyden ja yhteenluku- luvuuden lisääminen ja se, että paikallisten yrittäjien palvelut tulisivat tutuiksi ja messuvieraat saisivat ikäänantamiseen liittyvää hyödyllistä asiantietoa, naiset kertovat.

He ovat todella kiitollisia siitä,

että paikalliset toimijat ja yritykset ovat lähteneet innolla mukaan toteuttamaan tapahtumaa ja tuomaan sinne ohjelmaa.

–Kukaan ei ole vastannut kieltävästi, kun olemme pyytäneet heitä mukaan, naiset iloitsevat ja muistuttavat, että Elimäen Liikenne tarjoaa tapahtumaan ja sieltä pois il- maisen kuljetuksen. Kouvolasta kello 10.45 ja Elimäeltä kello 14.40 lähtevillä seiniävuoroilla.

Asiaa ja viihdykettä

Ikäihmisten hyvinvointimessut järjestetään Elimäen seurakuntakeskuksessa ystävänpäivänä 14. helmikuuta kello 10-15. Iloissa salissa on puolen tunnin välein asiapitoisia tietoisuuksia ja viihteellistä ohjelmaa.

Tapahtuman avaavat kello 10.00 Eläkeliiiton Elimäen yhdistyksen ja Elimäen seurakunnan edustajat. Kello 10.30 esiintyy lauluyhtye Juttaret. Siinä eteenpäin puolen tunnin välein ohjelmassa on asiaa testamentin tekemisestä, ikäänntyvien ihonhoidosta, ekologinen muuti- näytös, Elsa:n ja Bemeleiden es- tyksiä, muistin hyvinvointia, her- kuttelua ja hyvinvointia, asiaa ke- din paloturvallisuudesta sekä arjen apuvälineiden esittelyä. Ohjelman juontaa **Urpo Hilkola** Eläkeliiiton Elimäen yhdistyksestä.

Pikkusalissa on hyvinvointialue, jossa muun muassa paikalliset yh- distykset ja yrittäjät esittelevät ja myyvät omia tuotteitaan.

–Hyvinvointialueella voi esimer- kiksi mitrataa verenpaineensa tai kolesterolinsa, kokeilla intialaista päähierontaa tai ottaa parafinikäsii- hoidon. Alueella on sekä esittely- että myyntipöytiä, ja osa palveluis- ta on maksullisia. Myynissä on muun muassa kotijuustoa ja ruis- leipää, naiset paljastavat.

Messuilla ovat esittelemässä omaa toimintaansa tai tuotteitaan muun muassa Eläkeliiiton Elimäen yhdistys, Elimäen Puusteli, Elimäen Sähkö ja Racio, Elimäen Sydän- yhdistys, Paavolan kotijuustola, Kouvolan mielenterveysseura ry, Kouvolan seudun ammattiopisto ja Kouvolan lääkärikeskus.

Tapahtumassa on kahvio sekä mahdollisuus nauttia keittolounas. Puffetin antimista vastaavat Eläke- liiton Elimäen yhdistyksen kokki- kerholaiset.

–Tavoitteena on, että ihmiset tulisivat ystävänpäivänä hyvin- vointimessuille viihtymään, syö- mään, rapsamaan toisia ihmisiä se- kä nauttimaan ohjelmasta, jonka tavoitteena on tarjota fyysistä, psyykkistä, henkistä ja sosiaalista hyvinvointia. Toivomme, että pai- kalle saapuu runsaasti vikeä.



Eläkeliiiton Elimäen yhdistyksen puheenjohtaja Tuovi Koivusaari (vas.) ja geronomiopiskelijät Anne Penttilä, Inga Kokko ja Tiina Urpunen toivovat, että ystävänpäivänä järjestettävät Ikäihmisten hyvinvointimessut kokoavat runsaasti vikeä Elimäen seurakuntakeskukseseen.

Vartti II. helmikuuta 2015

VARTIN KYSYMYKSET

Tapakassa järjestäjä



Eläkeläisten Elimien yhdistyksen puheenjohtaja Tuovi Koivusaari esittelee tapahtuman julistetta. Inga Kokko on mukana järjestämässä messuja. Pirkko Seppälä Eläkeläisten Elimien yhdistyksestä on ollut ideoimassa messutapahtumaa. Paula Koski vastaa kokkeikerhon kanssa tapahtuman kahvilasta.

Messut ikäihmisille

VARTIN KYSYMYKSET Kultainen Ikä -messujen järjestäjille.

Mitä tapahtuu Elimien seurakuntakeskuksessa ystäväpäivänä?

- Silloin vietetään ikäihmisille suunnattuja Kultainen ikä -messuja. Idea ikäihmisille suunnatusta, ilmaisesta tapahtumasta, lähti liikkeelle, kun Pirkko Seppälä Eläkeläisten Elimien yhdistyksestä otti yhteyttä Kymenlaakson ammattikorkeakouluun ja pyysi opiskelijoita toteuttamaan ikäihmisille suunnatun tapahtuman Elimäellä. Elimäkeläiset geronomiopiskelijat tarttuivat haasteeseen ja päättivät toteuttaa ikäihmisten messut opinnäytetyönään.

Miksi messut järjestetään?

- Messujen tavoitteena on lisätä yhteisöllisyyttä ja yhteenkuuluvuutta, tuoda tutuksi ikäihmisille paikalliston yrittäjien palveluita sekä antaa yleisohjedyllistä

tietoa turvalliseen ikääntymiseen liittyen. Tavoitteena oli ideoida tapahtuma, joka tuottaisi fyysisiä, psyykkisiä ja sosiaalisia hyötyjä ikääntyville.

Millaista tietoa kävijöille on tarjolla esittelypisteissä?

- Seurakuntakeskuksen Isossa salissa tapahtuu puolen tunnin välein; aiheet vaihtelevat asiapitoisista luennoista viihteelliseen kulttuuriin. Esitelmässä ovat jututtaret, pankin, apteekin ja viinitilan edustajat, toimintaterapiayrityksen edustaja, Elimien lähetystori, Elsat ja Eemelit, Kouvolan seudun muisti ry, Elimien VPE. Pienessä salissa, hyvinvointialueella, paikalla ovat esittelemässä tuotteitaan ja palveluitaan muun muassa Elimien Sydänyhdistys, Kouvolan Mie-

lenterveysseura ry, Allergia- ja astmayhdistys, Kouvolan seudun muisti ry, Kouvolan lääkärikeskus, KSAO:n lähihoitajaopiskelijoita sekä useita yrityksiä. Messuilla on kahvio sekä mahdollisuus nauttia keittolounas; kahvion toiminnasta vastaa Elimien eläkeläisten kokkeikerho. Osa kahvilan tuotosta menee yhteisvastuukeräykseen.

Milainen työryhmä on ollut järjestämässä messuja?

- Messut on opinnäytetyömme, jonka Eläkeläisten Elimien yhdistys ry on meitä tilannut. Messut on suunnitellut ja toteuttanut kolme geronomiopiskelijää, joita ovat Anne Penttilä, Tiina Urpunen ja Inga Kokko.

Miten mielellään eri tahot lähtevät messuille?

- Olemme kiitollisia siitä, että messuilla esiintyvät yritykset, kolmas sektori sekä vapaaehtoiset ovat lähteneet kaikki innolla mukaan messujen järjestämiseen.

Mitä messuilla ehtii tehdä vartissa?

- Messuilla on paljon tekemistä. Messuille voi tulla viihtymään, tapaamaan ystäviä ja tuttavii, lounastamaan ja saamaan itseään hyödyttävää, hyvinvointia lisäävää tietoa. Elimien liikenne tarjoaa messuille ilmaisen linja-autokuljetuksen reittivuoroilla. Bussi lähtee Kouvolasta klo 10.45 ja takaisin Elimäeltä klo 14.40. Matka kestää yhteen suuntaan noin puoli tuntia.

Marjo Latvanen

Kultainen Ikä -messut Elimien seurakuntakeskuksessa la 14.2. klo 10-15.

~ KULTAINEN IKÄ ~
IKÄIHMISTEN HYVINVOINTI MESSUT
14.2.2015 lauantaina klo 10:00-15:00

Tervetuloa viihtymään ilmaiseen ikäihmisille suunnattuun messutapahtumaan!

Ohjelma:

- 10:00** Tapahtuman avaus - Elimäen seurakunta
 - Eläkeliitto Elimäen yhdistys ry
- 10:30** Lauluyhtye Jututtaret.
- 11:00** Testamentin teko - Länsi-Kymen osuuspankki.
- 11:30** Ikääntyvän ihonhoito - Elimäen apteekki.
- 12:00** Ekologinen muotinäytös - Elimäen Lähetystori.
- 12:30** Elsat ja Eemelit
- 13:00** Muistin hyvinvointi - Kouvolan seudun Muisti ry.
- 13:30** Herkuttelu ja hyvinvointi - Maria Tigerstedt.
- 14:00** Kodin paloturvallisuus - Elimäen VPK.
- 14:30** Arjen apuvälineet - Toimintaterapia Aivoitus Oy.
- 15:00** Tapahtuman päätöspuhe

Messupaikka

Seurakuntakeskus
 Vanhamaantie 15
 47200 Elimäki

Hyvinvointia

Messupaikalla pienessä salissa Hyvinvointialue, jossa tasapainon testausta, verenpaineen ja kolesterolin mittausta, hemmottelua sekä myynti- ja näyttelypöytiä. Osa palveluista on maksullisia.

Kahvio avoinna tilaisuuden aikana.

Ilmainen linja-autokuljetus

Elimäen liikenne tarjoaa tapahtumaan ilmaisen kuljetuksen reittivuoroilla:
 Kouvola-Elimäki klo 10:45
 Elimäki-Kouvola klo 14:40

Messuilla mukana mm: Elimäen Puustelli, Elimäen sähkö ja radio, Elimäen Sydänyhdistys ry, Paavolan kotijuustola, Kouvolan mielenterveysseura ry, Kouvolan seudun ammattiopisto, Kouvolan lääkärikeskus ja monia muita mielenkiintoisia esittelijöitä.

Messut järjestetään yhteistyössä Eläkeliiton Elimäen yhdistys ry ja KYAMK / Geronomiopiskelijat.





Ikäihmisten hyvinvointimessut keräsi Elimäen seurakuntakeskukseen runsaasti yleisöä kuulemaan asiaa ja viihtymään.

Päivä täynnä asiaa ja viihdykettä

Ikäihmisten hyvinvointimessuilla Elimäen seurakuntakeskuksessa tarjottiin runsaslukuiselle yleisölle asiapitoista ohjelmaa ja hauskaa viihdykettä. Pankinjohtaja ja Salla Rosas kertoi testamentin tekemisestä.

RAIJA ANTILTA

Elimäkeläiset geronomiopiskelijat Anne Penttilä, Tiina Urpunen ja Inga Kokko järjestivät osana opinäyteryötään ikäihmisille suunnatut hyvinvointimessut Elimäellä. Asiaa ja viihdykettä tarjoaville messuille oli selvästi tilausta, sillä seurakuntakeskus oli täynnä tapahtumasta nauttivaa yleisöä.

Pankinjohtaja Salla Rosas Länsi-Kymen Osuuspankista kertoi tapahtumassa testamentin tekemisestä. Rosas muistutti, että testamentti kannattaa tehdä varsinkin siinä tapauksessa, että haluaa testamentata omaisuuttaan lakisääteisestä perimyssjärjestelmästä poikkeavalla tavalla.

–Testamentti eli jälkisaädös on tahdonilmaisu, jolla määrätään miten testamentintekijän omaisuus jaetaan ja kuka sen saa. Testamentin tekeminen ei ole vaikeaa. On kuitenkin tärkeää, että testamentti täyttää tietyt muotoseikat, jotta se on pätevä, Rosas kertoi.

Testamentin tarkoitus on antaa määräykset siitä, miten omaisuus jaetaan perillisten tai muiden henkilöiden kesken. Sillä voi esimerkiksi turvata testamentintekijän avio- tai avopuolison taloudellista asemaa. Rintaperillisillä on kuitenkin aina oikeus lakiosansa eli puolisen perintöosastaan niin halutessaan. Testamentilla voi myös poistaa perillisten avioapuolisoitten avio-oikeuden perinnöksi saatun omaisuuteen.

–Testamentilla voi myös antaa määräyksiä testamentatuun omaisuuden hoidosta tai oman hautaus- tai hoidosta. Sillä voi määrätä säätiön perustamisesta, testamentin toimeenpanijasta tai alaikäisen perillisen edunvalvojasta.

Testamentin voi tehdä 18 vuotta

täyttäneen henkilö yksin tai yhdessä puolison kanssa. Myös 15-vuotias voi tehdä testamentin omalla työllään ansaitsemastaan omaisuudesta. Testamentin voi tehdä itse tai lakimiehen avustuksella. Rosas muistutti, että psyykkisen sairauden tai muistisairauman vaikutus testamentintekokelpoisuuteen määräytyy tapauskohtaisesti.

–Ratkaisuvaa on se, onko testamentin tekijä testamentin tekohetkellä ymmärtänyt testamentin sisällön ja vastaako se hänen vakaasti harkittua tahtoaan. Edunvalvojan sijaan ei voi tehdä testamenttia päämiehensä omaisuudesta.

Määrämuotoinen asiakirja

Salla Rosas muistutti kuulijoilleen, että testamentti on tehtävä lain mukaisessa määrämuodossa. Se tulee laatia kirjalliseen muotoon, ja kahden todistajan on oltava yhtä aikaa läsnä todistamassa testamentintekijän allekirjoitusta.

–Todistajiksi kelpaavat kaksi esteetöntä, vähintään 15-vuotiasta todistajaa. He eivät saa olla testamentin tekijöiden sukulaisia tai edunsaajia. Todistajien tulee tietää, että kyseessä on testamentti, mutta heidän ei tarvitse tietää testamentin sisältöä. On myös tärkeää, että testamentissa on päiväys, koska testamenttia voi halutessaan muuttaa tekemällä uusi testamentti aikaisemmin tehdyn tilalle, Rosas kertoi.

Testamentin voi muuttaa milloin vain. Uusi testamentti tehdään samassa muodossa kuin aikaisempi testamentti ja siihen tarvitaan kaksi todistajaa.

–Selvyyden vuoksi kannattaa hävittää aikaisemmin tehty testamentti tai muuten selvästi ilmaista, ettei tehty testamentti enää vastaa viimeistä tahtoa.

Poikkeustilanteissa, esimerkiksi sairauden tai muun pakottavan syyn vuoksi voi tehdä hätätilatestamentin suullisesti. Myös sen tekemiseen tarvitaan kaksi yhtä aikaa läsnä olevaa todistajaa tai mikäli siihen ei ole mahdollisuutta, tarvitaan omakätisesti kirjoitettu ja allekirjoitettu asiakirja. Hätätilatestamentti on voimassa kolme kuukautta.

Erlaisia testamenttityyppejä

Rosas esitteli kuulijoilleen myös erilaiset testamenttityypit.

–Omistusoikeustestamentilla omistus- ja käyttöoikeus siirtyvät henkilölle, jolle määrätään myös perintöverot. Se antaa saajalleen kaikki omistajan oikeudet, Rosas selvitti.

Testamentti voi olla myös rajoitettu omistusoikeustestamentti, jossa omistusoikeutta rajataan esimerkiksi sillä, ettei testamentin saaja saa lahjoittaa tai testamentata saamaansa omaisuutta. Lisäksi omistusoikeustestamentin edunsaaja voi halutessaan ottaa omaisuuteen pelkästään käyttöoikeuden.

Käyttöoikeustestamentin saaja saa käyttää omaisuutta ja siitä saavaa tuottoa, mutta omistusoikeus jää jollekin toiselle. Tässä tapauksessa käyttöoikeuden haltija ei voi myydä omaisuutta eikä käyttää sitä velan vakuutena.

–Käyttöoikeustestamentti on verotuksellisesti edullinen. Perintöveron maksaa se, jolla on omistusoikeus. Veron määrää kuitenkin pienentää käyttöoikeus. Käyttöoikeuden saaja ei maksa lainkaan perin-

töveroä.

Rosaksen mukaan yksi tyypillisimmistä testamenttityypeistä on keskinäinen testamentti. Sillä tarkoitetaan samalle asiakirjalle laadittua kahden tai useamman henkilön, esimerkiksi avio- tai avopuolisoitten testamenttia.

Testamentilla voidaan vaikuttaa perintöverotukseen myös muilla tavoilla kuin määräämällä testamentattuun omaisuuteen käyttöoikeus ja omistusoikeus eri henkilöille.

–Esimerkiksi alle 19 999 euron suuruisia summia voi määrätä perintöverotta haluamilleen edunsaajille tai määrätä, että omaisuutta eivät saakaan ensisijaiset perilliset vaan heidän lapsensa tai lapsenlapsensa, kunhan muistaa huomioida lapsen oikeuden lakiosansa.

Myös haudanhoidokustannukset voidaan vähentää pesän varoista, jos niistä on määrätty testamentissa.

Rosas muistuttaa, että vaikka testamentin voi laatia itse, kannattaa se ainakin tarkistuttaa asiantuntijoilla. Länsi-Kymen Osuuspankissa testamentteja laativat Esa Hytti ja Timo Ukkola.

–Testamentti kannattaa säilyttää turvallisessa paikassa, esimerkiksi pankin tallelokerossa.



Pankinjohtaja Salla Rosaksen mukaan testamentin voi tehdä itse, mutta se kannattaa tarkistuttaa asiantuntijoilla.

Vapaaehtoisille ystäville on kova kysyntä

Erityisesti nuorille vapaaehtoisille on tarvetta. Punaisen Ristin vapaaehtoiset järjestävät Iloa ystävyystyö -tapahtumia eri puolilla Suomea.

Noin viidennes nuorista tuntee itsensä ainakin joskus yksinäiseksi. On arvioitu, että aiempaa suurempaa osuutta yksinäisistä voi pitää syrjäytymisvaarassa olevina nuorina.

Perinteisesti nuorten syrjäytymistä on ehkäisty varmistamalla ensisijaisesti nuorten työllistymisen ja toimeentulo. Yksinäisyyteen ja terveysongelmiin ei ole kiinnitetty riittävästi huomiota, vaikka ne lisäävät nuoren hyvinvointieroja ja riskkejä syrjäytymiselle.

Punainen Risti järjestää ystävätoimintaa eri-ikäisille seura kaipaaville. Nuori nuorelle -ystävätoiminta lisää sosiaalisten kontaktien mahdollisuuksia yksinäisille 13–29-vuotiaille nuorille ja nuorille aikuisille. Parhaimmillaan toiminta synnyttää aitoja ja kestäviä ystäväsuhteita.

–Tarve nuorille vapaaehtoisille on suuri. Etenkin pojille ja nuorille miehille on hyvin vaikeaa löytää miespuolista vapaaehtoista kaveria. Vapaaehtoisiksi voi ryhtyä kuka tahansa 18–29-vuotias ja halukkaat saavat koulutuksen tehtävänsä. Tärkeintä on halu auttaa ja olla oma itsensä. Vapaaehtoistoiminnan kautta voi saada elinikäisiä ystäviä, sanoo sosiaalisen hyvinvoinnin ja seniorityön asiantuntija Anita Hartikka Suomen Punaisesta Rististä.

Nuori nuorelle -ystävätoiminta voi olla kahdenkeskistä tai ryhmätoimintaa. Punaisen Ristin osastot ja Nuorten turvatilat tarjoavat toimintaa tällä hetkellä 11 paikkakunnalla: Oulussa, Kuopiossa, Paraisilla, Tampereella, Joensuussa, Turussa, Rovaniemellä, Kouvolassa ja pääkaupunkiseudulla.

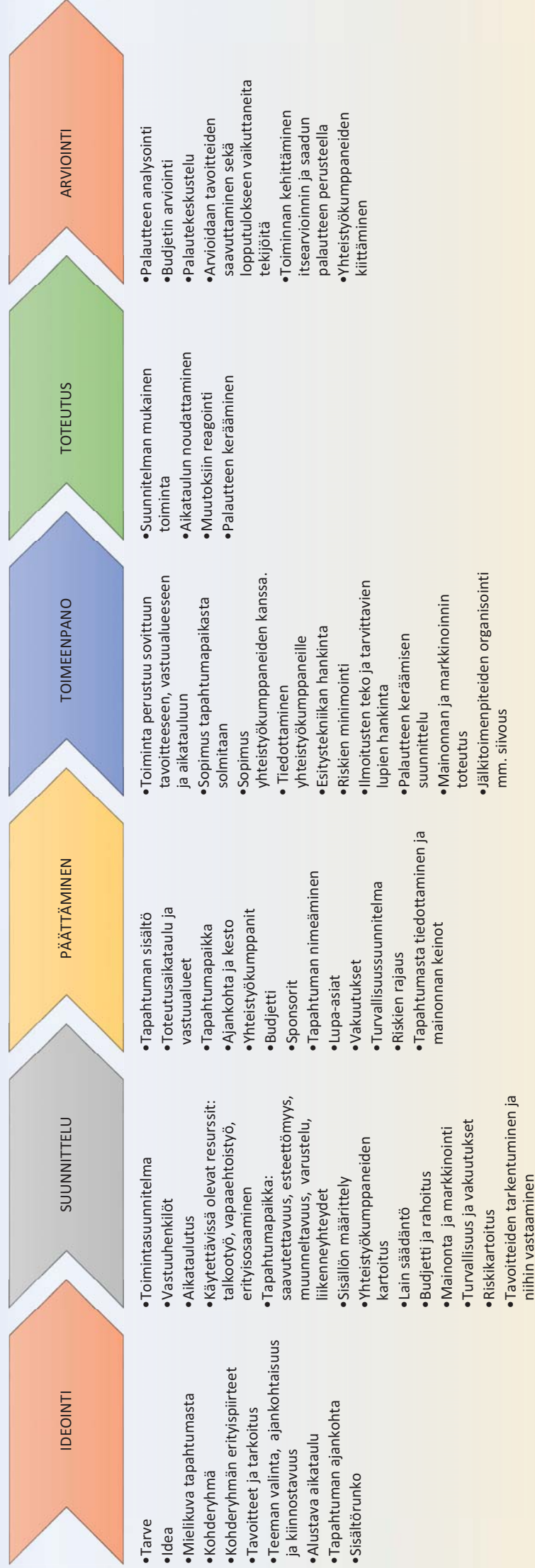
Toiminnassa on mukana 350 nuorta.

Elämyspäivät 16. kerran

Repoveden ulkoilu- ja elämyspäivät järjestetään tänä vuonna jo 16. kertaa. Tapahtuman ajankohta on totuttuun tapaan maaliskuussa, 6.–8.3.

Perjantai on suunnattu yrityksille ja yhteisöille.

Toimintamalli: Ikääntyneille suunnatun tapahtuman järjestäminen



Palautteet kerätään nimettömänä ja niistä saatua tietoa käytetään opinnäytetyössä sekä toiminnan kehittämisessä.

Asuinkunta:

Sukupuoli:

Syntymävuosi:

Palaute kysely. Rastittakaa sopivin vaihtoehto:

1. Mitä kautta saitte tiedon messuista?

1. lehdestä
2. mainosjulisteesta
3. radiosta
4. Eläkeliiton esitteestä
5. ystävältä/tuttavalta
6. muualta, mistä _____

2. Saitteko messuilta yleishyödyllistä tietoa?

1. kyllä
2. en, jäin kaipaamaan _____

3. Saitteko messuilta ikääntymisestä ja terveydestä tietoa?

1. kyllä
2. en, jäin kaipaamaan _____

4. Saitteko lisätietoa alueen yrittäjien palvelutarjonnasta?

1. kyllä
2. en, jäin kaipaamaan _____

5. Tuottiko tapahtuma teille hyvää mieltä?

1. kyllä, koska _____
2. ei, koska _____

6. Minkä arvosanan annatte tapahtuman järjestelyille? Rastittakaa arvosana.

Arvosana tapahtumalle	Huono	Tyydyttävä	Hyvä	Loistava
	Messujen ajankohta ja kesto	1	2	3
Messupaikka	1	2	3	4
Luennot	1	2	3	4
Palvelut ja tuotteet	1	2	3	4
Hemmottelualue	1	2	3	4
Kahvio	1	2	3	4

7. Aiotteko osallistua vastaavaan tapahtumaan myös ensi vuonna?

1. kyllä

2. en, koska _____

8. Minkälaista vapaa-ajan toimintaa haluaisitte jatkossa Elimäellä järjestettävän?

9. Kuulutteko Eläkeliiton Elimäen yhdistykseen?

1. kyllä

2. en

Vapaa palaute messuista: _____

Kiitos vastauksistanne!

Palautet kerätään nimettömänä ja niistä saatua tietoa käytetään opinnäytetyössä sekä toiminnan kehittämisessä.

	Ei lainkaan samaa mieltä	Vähän eri mieltä	Vähän samaa mieltä	Täysin samaa mieltä
Sain riittävästi ennakotietoa messuista.	1	2	3	4
Käytettävissä olevat tilat ja laitteet olivat hyvät.	1	2	3	4
Messujen kohderyhmä ja tarjoamani tuote/palvelu kohtasivat.	1	2	3	4
Yhteistyö messujen järjestäjien kanssa oli sujuvaa.	1	2	3	4
Sain luotua uusia kontakteja.	1	2	3	4
Messut vastasivat odotuksiani.	1	2	3	4
Messut olivat hyvin järjestetty.	1	2	3	4

Vapaa palaute messuista:

Kiitos vastauksistanne!