

Tervetuloa lukemaan Ikäystävällinen Pori - hankkeen uutiskirjettä. Hanke on käynnistynyt toukokuussa 2021 ja kohderyhmänä on Porin perusturvan alueen kotona asuvat yli 75-vuotiaat ikääntyneet. Hankkeen tavoitteena on ikääntyneiden yksinäisyyden, turvattomuuden ja osattomuuden vähentäminen sekä tukea kotona asumista. Ikäystävällinen Pori -hanke rahoitetaan sosiaali- ja terveystieteiden ministeriön terveyden edistämisen määrärahoista.



Kesäinen tervehdys Ikäystävällinen Pori -hankkeesta. Hanke on toiminut nyt vuoden ajan ja paljon on jo ehtinyt tapahtua.

Me Ikäystävällinen Pori -hankkeessa työskentelevät olemme saaneet eri toimijoilta yhteydenottoopyyntöjä ikääntyneistä henkilöistä. Kiitämme yhteydenotoista ja siitä, että olette kohdanneet työssänne iäkkäitä ja havainneet heidän yksinäisyytensä tai turvattomuutensa. Jatkossakin toivomme, että asiakkaan suostumuksella otatte meihin yhteyttä vastaavaa kohdatessanne. Ohjauksen, neuvonnan ja muun tiedottamisen avulla pyrimme edistämään ikääntyneiden mahdollisuutta osallistua tarjolla olevaan toimintaan, tapahtumiin ja harrastuksiin.

Alkuvuoden tapahtumia:

lääkäiden kansalaisraadit järjestettiin helmi-maaliskuun aikana Merikarvialla, Ulvilassa ja Porissa. Raadit voitiin järjestää suunnitellusti koronarajoitusten lievennyttyä. Raateihin osallistui innokkaita iäkkäitä henkilöitä ja tuloksena saatiin kirjattua julkilausumat, jotka ovat luettavissa viestin liitetiedostona. Haluamme vielä kiittää kaikkiin raateihin osallistuneita asiantuntijoita. Teidän avullanne saimme päiviin mielenkiintoista sisältöä, jota osallistujat kiittelivät. Syksyllä järjestämme iäkkäille toisen osallistumispäivän, josta tiedotamme lisää myöhemmin.

Ikäystävällinen Pori –hanke on ollut esillä **Vanhustyön lehdessä** helmikuussa 2022. Lehden helmikuun teemana oli Ikäystävällinen Suomi. Saimme artikkelissa kertoa, miten ikäystävällisessä Porissa voidaan elää täyttä elämää.

Toukokuussa hanke järjesti **Vapaaehtoistoiminta tutuksi -tapahtuman** kauppakeskus Puuvillassa. Tapahtuman tavoitteena oli kertoa vapaaehtoistoiminnan monista eri muodoista sekä osallistumismahdollisuuksista. Tapahtumassa oli liikunnallista ja musiikillista ohjelmaa sekä vapaaehtoistojen kertomuksia ja kokemuksia. Tapahtuma onnistui hienosti, sillä saimme yhteistyötahojen kanssa jaettua tietoa eri mahdollisuuksista osallistua vapaaehtoistoimintaan. Tapahtumassa olivat mukana Satakunnan yhteisökeskus, Vapaaehtoistoiminnan keskus Liisa, FinFami Satakunta ry, Länsi-Porin seurakunta, Varsinais-Suomen ja Satakunnan muistiluotsi, Eläkeliitto, Diakon ja SPR Porin osasto.

Vapaaehtoistoinnasta on suunniteltu uusi esite. Esite on luettavissa Porin kaupungin [verkkosivuilta](#). Esite on suunniteltu yhteistyössä Vapaaehtoistoiminnan keskus Liisan kanssa. Painettua esitettä on mahdollista saada myös hanketyöntekijöiltä sekä Liisasta.

Ikäystävällinen Pori –hanke on osallistunut **myös yksinäisyyden lieventymistä ja mielen hyvinvoinnin lisäämistä tavoittelevan TV-ohjelman tekemiseen.** TV-ohjelman tuottaa KotiTV. Kuvauksia ohjelmaan tehtiin mm. toukokuuisessa *Vapaaehtoistoiminta tutuksi* - tapahtumassa. TV-ohjelmasta infotaan myöhemmin lisää.

Tulevia tapahtumia:

Kesäkuussa hanke järjestää **liikunnallisen senioritapahtuman**. Tapahtumassa on tarjolla mukavaa yhdessäoloa, musiikkia, liikunnallista ohjausta ja terveysneuvontaa sekä ohjausta ja neuvontaa iäkkäiden palveluista. Tapahtumassa ovat mukana myös Vapaaehtoistoiminnan keskus Liisa, Porin kaupungin liikuntatoimi, Porin seudun diabeetikot ja Porin ehkäisevä päihde- ja mielenterveystyö.

Aika: 15.6.2022 klo 10-12

Paikka: Presidentinpuiston kuntoportaat, Pori.

Hanke on mukana **SuomiAreenan** huumassa heinäkuussa. Voit tavata hanketyöntekijöitä keskiviikkona 13.7. Porin kaupungin SuomiAreena –pisteellä.

Valtakunnallista iäkkäiden ulkoilupäivää vietetään 6.10.2022. Hanke haastaa yhteistyössä Porin liikuntatoimen kanssa kaikki mukaan ulkoilupäivään – lähde sinäkin ulkoilemaan tutun ikääntyneen kanssa!

Lokakuussa vietetään jälleen myös **vanhustenviikkoa**. Vanhustenviikko järjestetään 2.-9.10.2022. Hanke järjestää yhteistyökumppaneidensa kanssa kyseiselle viikolle erilaisia tapahtumia.

Kesäterveisin Ikäystävällinen Pori -hankkeesta
Marjut ja Tanja

Yhteistiedot:

Hankevastaava Marjut Riikonen, puh. 044 701 2472

marjut.riikonen@porinperusturva.fi

Hanketyöntekijä Tanja Ketola, puh. 044 701 2471

tanja.ketola@porinperusturva.fi

Voit seurata meitä somessa:



@Ikaystavallinen



@Ikäystävällinen Pori Hanke