

*Tervetuloa lukemaan Ikäystävällinen Pori - hankkeen uutiskirjettä. Hanke on käynnistynyt touku-
kuussa ja kohderyhmänä on Porin perusturvan alueen kotona asuvat yli 75-vuotiaat ikääntyneet.
Hankkeen tavoitteena on ikääntyneiden yksinäisyyden, turvattomuuden ja osattomuuden vähentä-
minen sekä tukea kotona asumista. Ikäystävällinen Pori- hanke rahoitetaan sosiaali- ja terveystoim-
inisteriön terveyden edistämisen määrärahoista.*



Ikäystävällinen Pori –hankkeessa tapahtunutta

Vanhustenviikolla hanke järjesti ja osallistui monenlaiseen tapahtumaan. SeniorSurf- päivänä iäk-
käiden digiopetusta järjestettiin eri kirjastoissa Kelan, Samkin geronomiopiskelijoiden ja SataDigi-
hankkeen kanssa.

Hanke osallistui Sataedun opiskelijoiden kanssa liikuntatoimen Karhuhallissa järjestettyyn Kunto-
kävelyyn, jossa hanke tapasi ikääntyneitä. Ikäystävällinen Pori- hankkeen työntekijät olivat myös
RadioPorissa kertomassa hankkeesta ja Vanhustenviikolla järjestettävistä tapahtumista.

Koronarajoitusten taas laajentuessa hanke järjesti Viikkarin Valkamassa *Ikääntyneenä täyttä elä-
mää* tapahtuman 1.12.2021. Tapahtuma oli musiikkipainotteinen messutyypinen tapahtuma, jossa
eri toimijat olivat mukana esittelypisteineen. Tapahtumaan osallistui iäkkäitä henkilöitä koronarajoi-
tusten sallima määrä ja tapahtuman jälkeen saamamme palaute on ollut positiivista. Ikääntyneenä
täyttä elämää tapahtuma toteutettiin yhteistyössä Vapaaehtoiskeskus Liisan, liikuntatoimen, seura-
kunnan, WinNovan opiskelijoiden, Varsinais-Suomen ja Satakunnan Muistiluotsin, perusturvan ra-
vitsemusterapeutin ja suuhygienistin kanssa.

Ikäystävällinen Pori – hankkeen työntekijät toivovat yhteydenottoja

Ikäystävällinen Pori- hanke on saanut eri toimijoilta ikääntyneistä yhteydenottopyyntöjä. Hanke-
työntekijät haluavat kiittää yhteydenotoista, kun olette kohdanneet työssänne iäkkäitä, joilla olette
havainneet yksinäisyyttä tai turvattomuutta. Jatkossakin toivomme, että asiakkaan suostumuksella
voitte ottaa yhteyttä hanketyöntekijöihin. Hanketyöntekijät ovat yhteydessä asiakkaaseen puheli-
mitse. Yhteydenottojen avulla pyritään löytämään ikääntyneiden kanssa keinoja ja mahdollisuuksia

osallistua eri toimijoiden järjestämään toimintaan tai palveluihin. Osallisuuden avulla pyrimme tukemaan iäkkäiden itsenäistä kotona asumista ja oman näköistä elämää. Tunne osallisuudesta vahvistaa hyvinvointia ja ehkäisee yksinäisyyttä.

Asiakasyhteydenottoja toivotaan myös terveydenhoitajien PORI75 terveystarkastuksien yhteydessä ilmenneiden huolien vuoksi, liittyen hankkeen tavoitteeseen tunnistaa iäkkäiden päihde- ja mielenterveysongelmia sekä masentuneisuutta. Hanketyöntekijöiden puhelimitse tehtyjen yhteydenottojen avulla kartoitetaan iäkkään kanssa yhdessä kokonaisvaltaisen avun ja tuen tarve ja ohjataan heitä oikeanlaisen tuen piiriin. Hanketyöntekijät seuraavat, arvioivat ja suunnittelevat asiakkaan tilannetta yhteistyössä terveydenhoitajien kanssa.

Ikäystävällinen Pori – hankkeen tulevia suunnitelmia

Iäkkäiden kansalaisraadit järjestetään maaliskuussa Merikarvialla, Ulvilassa ja Porissa. Iäkkäiden kansalaisraatien tavoitteena on lisätä iäkkäiden osallisuutta ja äänen kuuluviin saamista. Osallistujat raateihin valitaan ilmoittautumisien kautta, josta tiedotamme myöhemmin.

Hankkeen työntekijät tapaavat ikääntyneitä osallistumalla eri toimijoiden järjestämiin tapahtumiin. Hankkeen syksyllä aloittama Kiertävä Kamhari toiminta jatkuu ensi vuoden puolella, Porin perusturvan alueella. Aikataulun Kammarin paikoista löytää Ikäystävällinen Pori-hankkeen omilta Instagram ja Facebook- sivuilta.

Iäkkäille matalan kynnyksen kohtaamispaikkoja:

- Kaikille avoin kohtaamispaikka Yhteisöotalo Otava on avoinna arkisin klo 10.00–14.00. Otavankatu 5A, Pori
<https://www.yhteisokeskus.fi/otavataloviikkokalenteri/>
- Mummon Kamari on kaikenikäisten kohtaamispaikka katutasossa. Avoinna viikoittain ma ja ke klo 11.00-15.00. Itäpuisto 14, Pori.
<https://www.kirkkoporissa.fi/osallistu/vapaaehtoiset/mummun-kamari>
- Viikkarin Valkama on monipuolinen ja viihtyisä eläkeläisten palvelukeskus, avoinna ma-pe kello 8.00 - 15.30. Juhana Herttuankatu 17, Pori.
<http://www.viikkarinvalkama.fi/>
- Kohtaamispaikka Santra sijaitsee Ulvilan keskustassa ja se on tarkoitettu kaikille ikääntyville, avoinna ma-pe. Lauttaranta 7, Ulvila.

<https://www.ulvila.fi/palvelut-ja-asuminen/sosiaali-ja-terveyspalvelut/kohtaamispaikka-santra/>

- Laviassa Tämmösten tupa, avoinna perjantaina klo 9.30- 12.00. Keskustantie 3, Lavia.
<https://www.facebook.com/search/top?q=t%C3%A4mm%C3%B6sten%20tupa%20lavia>

lääkäillä maksutonta digiopetusta:

Yhteisöotalo Otavassa: Digiapua- ja neuvontaa tiistai, keskiviikko ja torstai kello 11-13 Otavan Olkkari, pohjakerros. Otavankatu 5A, Pori.

- <https://www.yhteisokeskus.fi/digiapu/?fbclid=IwAR0URIWYzCQvaUjUajQ-hxYJ6WeGZvLz3G8AUm-ieRqEu0IZskR0nLQ7wglS>

Porin pääkirjasto: Gallen-Kallelankatu 12, Pori

- Digiopastusta joka torstai kello 13 – 14:30 Seminaarihuone 2, kerros 2. Ei ilmoittautumista.
- Henkilökohtaista opastusta saa Porin pääkirjastosta tiistaisin kello 10 – 15, kesto 30min. Digiopastukseen varataan aika 044 701 5810.

Viikkarin Valkamassa: Juhana Herttuankatu 17, Pori.

Ikäpiste on avoinna ma – to 8.15 - 15.30 pe 8.15 – 15.00 Paikan päälle voi tulla aikaa varaamatta ma-pe 9 – 11 muina aikoina Ikäpiste palvelee ajanvarauksella. Puh. 044 7019 013

Yhteistyöterveisin, Marjut ja Tanja

Hankkeen yhteistiedot:

Hankevastaava Marjut Riikonen

044 7012472

marjut.riikonen@porinperusturva.fi

Hanketyöntekijä Tanja Ketola

044 7012471

tanja.ketola@porinperusturva.fi

Voit seurata meitä hankkeen sivuilla:



 @lkaystavallinen

Hanke saa sosiaali- ja terveysministeriön myöntämää valtionavustusta terveyden edistämisen määrärahasta.

