

VUOSIKERTOMUS 2012

SISÄLTÖ

Johtajan katsaus	2
Huippuhetket ja menestystarinat	3
Toimialat	5
Ikäihmisten liikunta, toimintakyky ja terveys	5
Kohtaaminen, osallisuus ja mielen hyvinvointi	7
Henkilöstö, hallinto ja talous	9
Sammanfattning	12
Summary	12
Liitteet	13
Tutkimus- ja kehittämisprojektit	13
Julkaisut	15
Yhteistyö ja asiantuntijatehtävät	17





Vuosi 2012 oli Ikäinstituutissa sekä päätepiste että uusi alku. Se oli päätepiste siinä mielessä, että se oli kuusivuotisen strategiakauden viimeinen vuosi. Vuoden aikana ja lopussa ei siis summattu pelkästään kulunutta vuotta vaan myös koko strategiakautta. Itsearviointia suoritettiin sekä yhteisissä seminaareissa ja kokouksissa että pienryhmissä. Itsearvioinnin tueksi otettiin niitä lukuisia selvityksiä, arviointeja ja tarkastuksia, joita Raha-automaattiyhdistys oli teettänyt vuosina 2009 – 2012. Itsearvioinnin johtopäätöksenä todettiin, että strategiaan kirjattu visio oli suurelta osin toteutunut. Ikäinstituutti on etenkin Voimaa vanhuuteen – ikäihmisten terveystoimintakauden ansiosta kehittynyt ikäihmisten terveystoiminnan johtavaksi osaajaksi. Ikäinstituutti on kehittynyt myös ikäihmisten haavoittuvuuden, ikäetiikan ja ikäihmisten toimintakyvyn keskeiseksi asiantuntijaksi. Tästä kertovat kasvava määrä aiheeseen liittyviä julkaisuja, asiantuntijaluentoja ja muita

asiantuntijatehtäviä. Kaiken kaikkiaan todettiin, että Ikäinstituutti on kehittynyt varteenotettavaksi asiantuntijaorganisaatioksi, joka on verkostoitunut kansainvälisesti, kansallisesti, alueellisesti ja paikallisesti.

Vuosi 2012 oli osoitus tästä myönteisestä kehityksestä. Ikäihmisten liikunta-alan asiantuntijuus vahvistui entisestään, kun Ikäinstituutti sai Ikäihmisten liikunnan kansallisen toimenpideohjelman koordinoitavaksi. Vie vanhus ulos -nettikampanjalle myönnetty ensimmäinen Innopalkinto oli tun-

nustus sille ikäihmisten ulkoilua tukevalle työlle, jota instituutissa on tehty vuosikymmenten aikana. Ihmisarvoon ja elämän tarkoituksellisuuteen perustuva logoterapeuttinen ajattelutapa vakiinnutti asemansa Ikäinstituutin keskeisenä osaamisalueena. Mainio Vire Oy:n kanssa solmittiin pitkäkestoinen yhteistyösopimus, jonka puitteissa ajattelutapaa levitetään ja juurrutetaan kymmeniin hoitoyksikköihin ympäri maata.

Muutenkin asiantuntija- ja verkostotyö oli vilkasta. Ikäinstituutin asiantuntijat vaikuttivat aktiivisesti yli 10 järjestön toimielimissä ja hankkeiden seurantarhmissä, useassa kolmannen sektorin ja julkisen sektorin kehittämishankkeessa sekä ministeriöiden työryhmissä. Yhteistyö konkretisoitui mm. Valtaa vanhuus -kampanjassa, jossa Ikäinstituutti teki yhteistyötä seitsemän muun järjestön kanssa. Ikäinstituutti osallistui niin ikään Vanhustyön keskusliiton Elämänkulku ja ikäpolvet -hankkeeseen, jonka Neljän polven treffit -kampanja sai Euroopan parlamentin Euroopan kansalaisen palkinnon. Tutkimusyhteistyötä tehtiin Karolinska Institutetin kanssa, josta on tulossa vieraileva tutkija Ikäinstituuttiin seuraavan kolmen vuoden aikana.

Ikäinstituutin tilauskoulutuksessa oli enemmän osanottajia kuin koskaan aikaisemmin – yli 6 500. Kasvua vuoteen 2010 verrattuna oli yli 2 000 osallistujaa. Keskitetty koulutus keräsi huomattavasti vähemmän osallistujia, muutamia satoja, mutta siinäkin oli tapahtunut pientä kasvua. Julkaisujen määrä on kolmen viime vuoden aikana pysynyt tasaisen korkealla, 50 – 60 julkaisua vuodessa. Kongressi- ja konferenssiesityksiä on vuosittain ollut noin 20 vuodessa.

Strategiakauden päättymisen yhteydessä Ikäinstituutin johtaja Anneli Sarvimäki ilmoitti jäävänsä eläkkeelle. Hänen liki 10-vuotinen johtajakautensa päättyi 28.2.2013. Uudeksi johtajaksi hallitus valitsi syksyllä 2012 dosentti Päivi Topon. Vuosi 2012 oli siis siinä mielessä uuden alku, että valittiin uusi johtaja ja hyväksyttiin uusi strategia vuosille 2013 – 2018.

Anneli Sarvimäki, johtaja





Valtaa vanhuus kampanja

Ikäinstituutti osallistui ikäkeskusteluun toteuttamalla yhdessä seitsemän muun järjestön kanssa Valtaa vanhuus -kampanjan. Kampanjassa tuotiin esiin ikääntyvä väestö voimavarana ja nostettiin sukupolvien väliset suhteet keskusteluun. Kampanjan kohokohta oli Helsingin Senaatintorin suur-tapahtuma, johon osallistui noin 3 000 ihmistä. Kampanjan tiimoilta toteutettiin seminaareja, tehtiin kyselyjä, julkaistiin kampanjalehti sekä haastettiin kuntavaaliehdokkaat ja kansalaiset antamaan lupauksia hyvän vanhenemisen puolesta.

Voimaa ja virkistystä verkostopäiville

Voimaa vanhuuteen -ohjelma kokosi ohjelmaan kuuluvien kuntien edustajia, hankekummeja ja valtakunnallisia järjestökumppaneita verkostopäiville 23.–24.1.2013 Glo Hotel Artiin Helsinkiin. Osallistujia oli yli 100. Tunnelma oli innostuneen välitön!

Ensimmäisenä verkostopäivänä kuultiin ajankohtaista asiaa Voimaa vanhuuteen -ohjelmasta ja hankekummin esitys muistisairaiden liikuntaharjoittelusta. Ohjelman kuntaedustajien puheenvuoroissa nousi esiin liikuntaneuvonnan, voima- ja tasapainoharjoittelun sekä ulkoilun hyvien toimintatapojen soveltaminen paikallisesti eri toimijatahojen yhteistyönä. Osallistujilla oli mahdollisuus tuoda viestiseinän välityksellä esiin omia näkemyksiään. Iltaohjelmassa kuultiin kitaristi Patrick Venaa ja Ulla Tapanisen Lava-ammuntaa. Toisena verkostopäivänä oli tarjolla tietoa kehittämistyön tulosten tuoteistamisesta ja viestinnästä.

Verkostopäivien palautteet osoittivat tilaisuuden onnistuneen ja tarjonnan kiinnostavalla tavalla käytännön esimerkkejä ja uusia ideoita. Yhteiset tilaisuudet nähtiin merkityksellisiksi verkostoitumisen paikoiksi myös tulevaisuudessa.



HUIPPUHETKET JA MENESTYSTARINAT

Vie vanhus ulos -haastekampanjalle vuoden 2012 Innopalkinto

Ikäinstituutin toteuttama Vie vanhus ulos -haastekampanja sai Innokylän myöntämän ensimmäisen Innopalkinnon. Palkinnon luovutti sosiaali- ja terveysministeri Paula Risikko Innomarkkinoilla 28.11.2012 Ikäinstituutin toimialapäällikkö Elina Karviselle ja kampanjatiimille.

Palkitsemisen perusteluissa todettiin kampanjan olevan terveyttä ja hyvinvointia edistävä, organisaatioriippumaton, testattu ja prototypoitu toimintatapa, jolla edistetään apua tarvitsevien ikäihmisten turvallista ulkoilua. Toimintamalli täydentää julkisia palveluita tarjoamalla vertaistukea ja aktivoimalla kansalaisia tuottaen samalla hyvää mieltä. Vie vanhus ulos -haastekampanja kuului EU:n Aktiivisen ikääntymisen ja sukupolvien välisen solidaarisuuden teemavuoden ohjelmaan.

Kampanja toteutettiin toisen kerran syys-talvikaudella 2012 ja käynnistyy jälleen vuoden 2013 syksyllä.



Uusia askelia logoterapeuttisen ajattelun soveltamisessa

Logoterapeuttisen ajattelun soveltaminen vanhustyöhön nostaa esiin ihmisarvon, arjen tarkoituksellisuuden, kohtaamisen keskeisyyden ja hoitajan valinnat. Ikäihmisten kohtaaminen, osallisuus ja mielen hyvinvointi – toimiala painottaa kaikessa toiminnassaan näitä asioita ja logoterapeuttinen ajattelu muodostaa yhteisen pohjan näiden teemojen käsittelylle. Vanhustyössä ollaan entistä kiinnostuneempia logoterapeuttisesta ajattelusta ja Ikäinstituutti on vastannut tähän kiinnostukseen. Vanhuuden Mieli – tutkimus- ja kehittämishankkeessa (RAY 2011 - 2014) kuultiin keskustelutilaisuuksissa ikäihmisten näkemyksiä mielen hyvinvoinnista ja tarkoituksellisuudesta sekä niiden vahvistamisesta. Hankkeessa toteutettiin ensimmäinen Mahdollisuuksien Matka – pilottikoulutus, jossa osallistujat perehtyivät logoterapeuttisen ajattelun soveltamiseen muistisairaiden ihmisten hoidossa. Logoterapeuttinen ajattelu oli paljon esillä myös yksittäisissä luennoissa ja prosessikoulutuksissa. Tilaisuuksia oli noin 20 ja niihin osallistui noin 1500 henkilöä.

Suurin yksittäinen askel oli toimialan mittavan ja useiden vuosien pituisen yhteistyösopimuksen tekeminen Mainio Vire Oy:n kanssa pitkäkestoisesta koulutus- ja kehittämisprosessista, jossa logoterapeuttista ajattelua juurrutetaan heidän yrityksensä palvelufilosofiaan. Vuoden loppupuolella otettiin koulutus- ja kehittämisprosessin ensimmäiset askeleet innostuneissa tunnelmissa.





Elina Karvinen
Toimialapäällikkö

Ikäihmisten liikunta, toimintakyky ja terveys -toimiala

Toimialan tehtävänä on tuottaa ja välittää tietoa ikäihmisten toimintakyvystä, terveystoiminnasta, liikuntaneuvonnasta ja lähiliikuntapaikoista sekä viherympäristöistä tavalla, joka edistää laajasti ikäihmisten osallistumista ja toimintakykyä sekä matalan kynnyksen toimintojen ja hyvien toimintatapojen kehittymistä seniori- ja vanhustyöhön. Laajan levittämistyön takeena erityisesti terveystoimintateemoissa on toimialan kouluttama kouluttajaverkosto, koulutusohjelmat sekä intensiivinen mentorointimalli, jotka kaikki yhdessä kannustavat juurruttamaan hyviä toimintatapoja monisektorisella yhteistyöllä.

Toteutus

- Tietoa ikäihmisten toimintakyvystä, sen arvioinnista ja tukemisesta tuotettiin neljässä hankkeessa. Yksi näistä oli toimintavuonna alkanut Raha-automaattiyhdistyksen rahoittama Läheisestä omaishoitajaksi – tukea hyvinvointiin, toimintakykyyn ja arkielviytymiseen. Hankkeessa

hyödynnettiin aikaisemmin päättyneen Vanhuksen koti keskellä kaupunkia -hankkeen tuloksia ja seurantatutkimusta sekä aloitettiin haastattelututkimuksen aineiston keruu haastattelemalla 19 epävirallista omaishoitajaa. Haastattelut toivat esiin ilman virallista omaishoidon tukea toimivien omaishoitajien kokemuksia ja elämäntilanteita, heidän voimälähteitään samoin kuin hyvinvointia heikentäviä tekijöitä. Haastattelujen perusteella aloitettiin osallistujien tarpeista lähteviä matalan kynnyksen toimintamuotoja, jotka sopivat heidän elämäntilanteeseensa.

- Toinen hanke oli Folkhälsanin Idefix-projekti (Identifying Early Factors In syndrom X). Hankkeessa mitattiin 1934 – 44 syntyneiden lähes tuhannen helsinkiläisen fyysistä toimintakykyä, lähinnä nivelliikkuvuutta, lihasvoimaa, tasapainoa, reaktioaikaa, kävelynopeutta. Toimintakykymitausten lisäksi selvitetään hauraus – raihnaisuus -oireyhtymän (frailty) esiintyvyyttä.
- Helsingin yliopiston kanssa toteutettavassa hankkeessa tarkastellaan sosiaalisen toimintakyvyn arvioinnin toteutumista haastatteluissa. Hanke on väitöstutkimus, jossa käytetään Ikäinstituutin aiemmissa projekteissa kerättyjä aineistoja. Hanke oli vuonna 2012 analyysi- ja raportointivaiheessa. Hämeenkyrön kanssa toteutetussa Tarmoa arkeen -hankkeessa selvitettiin mahdollisuuksia vaikuttaa kotipalvelun asiakkaiden fyysiseen ja psyykkiseen toimintakykyyn pitkäkestoisella ja intensiivisellä kuntoutuksella. Hanke oli analyysi- ja raportointivaiheessa. Tietoa toimintakyvyn arvioinnista ja tukemisesta levitettiin ja juurrutettiin kahdella kurssilla. Aiheesta julkaistiin viisi artikkelia ja pidettiin kaksi kongressiesitystä.
- Tietoa ikäihmisten terveystoiminnasta, liikuntaympäristöistä ja elintapamuutoksista tuotettiin, levitettiin ja juurrutettiin kolmessa hankkeessa, joista laajin oli Voimaa vanhuuteen – kohti toimintakykyä edistäviä toimintatapoja. Voimaa vanhuuteen ohjelma oli intensiivisessä vaiheessa, kun toimintatapoja levitettiin ja juurrutettiin 38 kuntaan/kuntayhtymään monisektorisen yhteistyön ja Ikäinstituutin mentoroinnin avulla. Ikäihmiset otettiin entistä tiiviimmin kehitystyöhön mukaan aloittamalla Ikäihmisten liikuntaraati -toiminta, joissa ikäihmisten mielipiteitä kerättiin ja välitettiin päättäjien ja toiminnan järjestäjien tietoon. Edellisen vuoden tulokset kiteytettiin kussakin kunnassa päättäjäkirjeisiin, joilla kannustettiin päätöksentekijöitä ottamaan huomioon ikäihmisten liikuntatarpeet. Monisektoriset yhteistyöryhmät tuottivat tietoa toimintatapojen käyttöön ottoprosessin sujumisesta toteuttamalla itsearviointin SWOT –menetelmää hyödyntäen.



Voimaa vanhuuteen -ohjelman monisektorisen yhteistyön edistyminen 38 kohdekunnassa

- Kuntiin koulutettiin 82 uutta Voima- ja tasapaino- ulkoiluystävä- ja senioritanssikouluttajaa
- Kouluttajat järjestivät yhteensä 109 paikalliskoulutusta
- Kouluttajien järjestämät paikalliskoulutukset tuottivat yhteensä 1082 vertaisohjaajaa: 559 Kunnon Hoitajaa, 270 Vertaisveturia ja 253 Ulkoiluystävää
- Liikuntaneuvontatoimintaa lisättiin 31:stä 49:ään (1. ja 2. kuntaryhmä)
- Liikuntaryhmien ja osallistujien määrä lähes kaksinkertaistui alkutilanteeseen 2010 nähden: 2012 ryhmiä oli 686 ja niissä osallistujia 9197
- Liikuntakyvyn testaus eteni suosituksen suuntaan: alku- ja lopputestaus tehtiin 158 ryhmässä
- Testatuista 68 % :lla voima- ja tasapaino parani, 31% pysyi ennallaan
- Ohjattujen ulkoliikuntaryhmien määrä lisääntyi alkutilanteen kahdesta 14:ään vuonna 2010
- Kunnissa järjestettiin yhteensä 165 ikäihmisten liikuntaan liittyvää tapahtumaa, joihin osallistui yhteensä 12 000 ihmistä
- Voimaa vanhuuteen -ohjelman koulutuksiin ja seminaareihin osallistui lähes 4000 ihmistä
- Voimaa vanhuuteen -työstä kirjoitettiin yli 200 artikkelissa
- Ohjelmaa esiteltiin kahdessa kansainvälisessä kongressissa.

Varttuneiden lähiliikuntapaikat -hankkeessa jatkettiin edellisenä vuonna pilotoitujen varttuneiden lähiliikuntapaikat.fi -sivustojen kehittämistä. Sivustolle koottiin viisi uutta esimerkkiä iäkkäille ja liikumisrajoitteisille toteutetuista liikuntapaikoista, puistoista ja reiteistä. Lisäksi sivustoja täydennettiin ulkomailta kerätyin esimerkein. Sivustoja markkinoitiin siitä hyötyville tahoille.

Ikäinstituutti oli mukana Helsingin yliopiston tutkimuksessa Elintavat ja toimintakyvyn moniulotteisuus ikääntyvien ihmisten terveyden ennustajina. Tutkimuksessa tarkasteltiin yhteensä 1889 ikääntyvän päijäthämäläisen elintapojen muutoksia, toimintakyvyn eri ulottuvuuksien yhteyttä terveydentilaan sekä valmisteltiin suositusraporttia interventioille ja tukiohjelmille.

Ikäinstituutti valmisteli Suomen Kansainvälisen Senioritanssin Liiton ja Finlands Seniordansförbundet ry kanssa Kansainvälistä Senioritanssikongressia, joka toteutuu 27.5.- 1.6.2013 Tampereella. Kongressiin osallistuu 250 senioritanssikouluttajaa 14 maasta. Kongressiviikolla paikallistoimijoita kannustetaan järjestämään alueellisia ja paikallisia senioritanssitapahtumia 'avoimet ovet' periaatteella.

Tietoa välitettiin monipuolisesti. Voimaa vanhuuteen -sivustolla oli käyntejä yhteensä 23 378 ja voit -sivustolla 9 800. Varttuneiden lähiliikuntapaikat -sivusto keräsi 3882 käyntiä. Lisäksi tietoa välitettiin Voima Sanomissa, kahdessa uutiskirjeessä sekä neljällä STT -tiedotteella. Tieteellisiä julkaisuja tuotettiin yhteensä viisi (5) ja yleistajuisia viisi (5) sekä yksi Helsingin Sanomien mielipidekirjoitus. Toimialan teemoista oli kaikkiaan seitsemän (7) kongressiesitystä. Oppimateriaalia julkaistiin kotivoimisteluun ja liikuntaneuvontaan. Lisäksi tuotettiin Liikuntaneuvontaa ikäihmisille -koulutusohjelma, liikkumiskyvyn testaus suositukset ja päivitetty liikkumissuunnitelma.

Viestintää tuki myös 17 valtakunnallista järjestöä, joiden kanssa Voimaa vanhuuteen -ohjelmalla on viestintäsopimus. Uusia sopimuksia tehtiin toimintavuonna viisi. Voimaa vanhuuteen -ohjelman toteuttama Vie vanhus ulos -kampanja sai Innokylän ensimmäisen Innopalkinnon, jonka ministeri Paula Risikko luovutti Innomarkkinoilla. Talviajan verkkokampanja keräsi 5710 ulkoilukertaa, mikä osoitti edelliseen kampanjaan verrattuna talviajan haasteellisuuden niin toimintakyvyltään heikentyneille ikäihmisille kuin heidän ulkoiluystävilleenkin. Iäkkäiden valtakunnallinen ulkoilupäivä tuki verkkokampanjaa ja ikäihmisten ulkoilu sai yhteydenottojen ja julkisuusseurannan perusteella runsaasti huomiota.

Vanhus- ja seniorityöntekijöiden osaamista vahvistettiin toimialan koulutuksilla, joista tiedon levittämisen näkökulmasta keskeisiä olivat terveysliikunnan kouluttajakoulutukset. Muut koulutukset liittyivät toimintakyvyn arviointiin, ohjaajakoulutukseen terveysliikuntateemoista ja ulkoilusta sekä toisen toimialan kanssa yhteinen Muistisairaudet ja liikunta. Kurseja järjestettiin yhteensä 27 ja niihin osallistui 333 maksavaa ihmisistä. Tilausluentoja järjestettiin yhteensä 16 (1-2 t) ja tilauskoulutuspäiviä 39 (puoli päivää - 4 pv). Toimialan maksullisilla koulutuksilla tavoitettiin kaikkiaan 1264 ihmistä. Projektikoulutukset mukaan laskien toimialan koulutuksiin osallistui noin 5200 henkilöä.

Toimialalla työskenteli 11 henkilöä: toimialapäällikkö, kolme tutkijaa, ohjelmakoordinaattori, kuusi suunnittelijaa, ohjelma-assistentti ja toimistoapulainen. Toimialan taloudellinen tulos oli positiivinen.





Sirkkaliisa Heimonen
toimialapäällikkö

Ikäihmisten kohtaaminen, osallisuus ja mielen hyvinvointi -toimiala

Toimialan tavoitteina on tuottaa tietoa ikäihmisten mielen hyvinvoinnista ja sen tukemisen mahdollisuuksista, levittää tietoa ikäihmisten alkoholinkäyttöön liittyvästä suhtautumisesta sekä osallistamisen keinoista kehittämistyön välineenä, levittää ja juurruttaa logoterapeuttista ajattelua muistisairaiden ihmisten hoitoon. Toimialalla välitetään tietoa haavoittuvuudesta ja ikäetiikasta sekä osallistutaan ikäkeskusteluun voimavaranäkökulmasta.

Ikäihmisten kohtaamisen etiikka, haavoittuvuus ja mielen hyvinvointi sekä osallisuuden tukemisen haasteet ja osallistuvan arjen teemat olivat toimialan toiminnassa monipuolisesti tarkasteltavina. Kokemuksellinen vanheneminen, muistisairaiden ihmisten ja heidän omaistensa arjen haasteet sekä taide, kulttuuri ja luovat menetelmät olivat myös esillä.

- Vanhuuden Mieli – hankkeessa (2011–2014) tuotettiin tietoa vanhusten mielen hyvinvoinnista, sovellettiin logoterapeuttista ajattelua vanhuuden tarkasteluun ja vanhustyöhön, kehitettiin keinoja ikäihmisten mielen hyvinvoinnin vahvistamiseksi sekä juurrutettiin logoterapeuttista ajattelua muistisairaiden ihmisten hoitoon. Hankkeessa jatkettiin Voimavaroja Voimapajoista – keskustelutilaisuuksien sarjaa, joiden avulla saatiin esiin ikäihmisten omaa näkökulmaa mielen hyvinvoinnin ja siihen vaikuttavien tekijöiden tarkasteluun. Samoin iäkkäiden ihmisten haastattelut valottivat

mielen hyvinvoinnin maisemaa. Toimintavuoden alussa käynnistettiin Helsingissä ensimmäinen pitkäkestoinen pilottikoulutus Mahdollisuuksien Matka (15 op), jossa juurrutettiin logoterapeuttista ajattelua muistisairaiden ihmisten hoitoon. Hyvät koulutuspalautteet sekä osallistujien omaan toimintaympäristöönsä tekemien kehittämistehtävien tulokset valottivat ajattelun voimaa muistisairaiden ihmisten hoidossa. Ihmisarvon, tarkoituksellisen arjen ja hoitajien valintojen tarkastelu on ajankohtaista ja vankka pohja hoidon tarkastelulle ja kehittämiselle. Tietoa hankkeesta välitettiin koulutuksissa, lehtiartikkelein ja konferenssiesityksillä.

- Päihdepelissäännöt palvelutaloihin – hankkeessa on tuotettu tietoa ikääntyneiden suhtautumistavoista alkoholiin, hoitajien näkökulmista sekä osallistavista keinoista palvelutalojen kehittämistyössä valtakunnallisesti hyödynnettäväksi. Hankkeessa julkaistiin loppuraportti sekä opas Yhteinen asia, yhdessä oivaltaen, jossa valotettiin osallistamisen keinoja käytännön esimerkein ja kysymyksiin. Tietoa hankkeesta levitettiin erillisliitteellä Vanhustenhuollon Uudet Tuulet – lehden välityksellä sekä tuloksia esiteltiin ammattihenkilöstölle ja opiskelijoille.
- Toimintavuonna käynnistettiin uusi, yhdessä toisen toimialan kanssa toteutettava hanke Läheisestä omaishoitajaksi – tukea hyvinvointiin, toimintakykyyn ja arkiselviytymiseen (RAY 2012–2014). Hankkeessa toteutettiin keskustelutilaisuuksia suunnattuna omaishoitajille, jotka hoitavat läheistään ilman virallista omaishoidon tukea. Samoin haettiin osallistujia haastatteluihin, joilla selvitetään omaishoitajien kokemuksia, elämäntilanteita sekä heidän hyvinvointiaan heikentäviä että heitä voimaannuttavia tekijöitä. Hankkeen alkuvaiheessa kartoitettiin aiheeseen liittyviä tutkimuksia sekä muita vastaavia hankkeita valtakunnallisesti ja rakennettiin yhteistyöverkostoja omaishoidon toimijoihin.
- Toimialan yhteistyöhankkeissa keskityttiin ikääntymisen myötä parisuhteissa tapahtuviin muutoksiin (60 + parisuhdeprojekti, Kataja-Parisuhdekeskus ry) ja muistisairaiden ihmisten hyvän arjen edellytysten vahvistamiseen (RinnallaKulkija –projekti, Keski-Uudenmaan Muistiyhdistys ry). RinnallaKulkija –projektissa toimialan henkilöstö vastasi vapaaehtoisten koulutuksesta.
- Toimiala on osallistunut Kansallisteatterin Kiertuenäyttämön ikäihmisten Neuvostoliittoon liittyviä muistoja, mielikuvia ja kokemuksia tutkivaan projektiin. Toimiala on osallistunut Kansallisteatterin Kiertuenäyttämön teatteriprojektiin, jossa palvelutalojen ikäihmisiltä kerättiin tietoa



Neuvostoliittoon liittyvistä muistoista, mielikuvista ja kokemuksista. Toimiala oli mukana tiedonkeruun suunnittelussa, kerätyn haastattelumateriaalin litteroinnissa ja aineiston tarkastelussa ikäkysymysten näkökulmasta.

- Toimialalla on tekeillä väitöskirja, joka liittyy yksinasuvan muistisairaahan ihmisen toimijuuteen arjessa.

Toimialan koulutustoiminta oli aktiivista. Kahdessa seminaarissa tarkasteltiin vanhustyön arvoja ja etiikkaa. Laivaseminaari Mahdollisuuksien matka osoittautui suosituksi ja Arvoista arkea – seminaarissa nostettiin esiin toimintakulttuurin muuttamisen mahdollisuuksia ja haasteita. Toimintavuoden aikana toteutettiin kaksi prosessikoulutusta, jotka liittyivät vanhusten psykososiaalisten voimavarojen tukemiseen ja haavoittuvuuden tunnistamiseen sekä taiteen ja luovien menetelmien hyödyntämiseen vanhustyössä. Yksittäisiä kurssipäiviä toteutettiin itsemääräämisoikeuteen sekä arkeen ja vapaaehtoistoimintaan liittyen. Toimiala toteutti yhteistyössä Liikkuen voimaa vanhuuteen -toimialan kanssa Muistisairaudet ja liikunta koulutuskokonaisuuden, joka osoittautui erittäin suosituksi.

Toimialalla tilauskoulutusten määrä on kasvanut, mikä osaltaan todentaa toimialan tunnettuuden vahvistumista, sisältöalueiden ajankohtaisuutta sekä niiden puhuttelevuutta. Tilauskoulutuksen saralla Mainio Vire Oy:n kanssa tehty vuosien mittainen ja laaja aiesopimus mittavasta koulutus- ja kehittämisprosessista oli merkittävä menestysaskel toimialalla. Toimintavuonna kokonaisuutta suunniteltiin sekä järjestettiin käynnistysseminaarit. Kokonaisuuden tavoitteena on juurruttaa logoterapeuttista ajattelua koko yrityksen palvelufilosofiaan.

Räätälöityjä tilauskoulutuksia toteutettiin lukuisia erityisesti logoterapeuttiseen ajatteluun muistisairaiden ihmisten hoidossa liittyen sekä laajemmin vanhustyöhön soveltaen. Muina teemoina ovat olleet eettisyys, muistisairaahan ihmisen kohtaaminen, luovuus, taide ja kulttuuri vanhustyössä, vapaaehtoistoiminta, aktiivinen ikääntyminen, omaisyhteistyön haasteet sekä hoitajan voimavarat ja työyhteisön toimivuus. Koulutus tavoitti yhteensä yli 5800 henkilöä. Enemmistö heistä oli vanhustyön ammattihenkilöitä, mutta myös vanhustyön opiskelijoita, opettajia ja tutkijoita sekä ikäihmisiä/eläkeläisiä ja heidän läheisiään.

Toimialan julkaisutoiminta oli vilkasta. Maaliskuussa ilmestyi Mielen terveys vanhuudessa –kirja, jossa toimialan edustaja oli toisena toimittajana. Toimintavuoden aikana julkaistiin yksi projektiraportti ja opas. Toimialan edustajat olivat kirjoittamassa erillisartikkeleita Ikäinstituutin juhlavuoden julkaisuun. Tutkimusraportteja ja –julkaisuja oli yhteensä yhdeksän ja asiantuntijajulkaisuja kolme. Kirjoja ja kirja-artikkeleita julkaistiin yhteensä neljä. Yleistajuisia artikkeleita julkaistiin yhteensä kahdeksan. Esityksiä tieteellisissä kongresseissa oli yhteensä kahdeksan.

Toimialan henkilöstö toimii monissa asiantuntijatehtävissä ja sillä on hyvät yhteistyöverkostot alan keskeisten toimijoiden kanssa, mikä edesauttaa uusien kehittämissävelöiden tekemistä, kehitettyjen toimintamallien juurruttamista ja tiedon levittämistä. Toimialan edustajia oli mukana mm. Suomen Psykologiliiton geropsykologian toimikunnassa, IKÄKASTE II – ohjelman seurantaryhmässä sekä eri yhteistyökumppaneiden toteuttamien projektien seuranta- ja ohjausryhmissä.

Toimialan teemat ja osaaminen ovat tulleet tunnetuiksi ja tunnistetuiksi. Henkilöstön asiantuntijatehtävät ja tilauskoulutusten määrä on kasvanut ja yhteistyöverkostot ovat laajentuneet ja tiivistyneet. Erityisesti vanhuuden haavoittuvuuteen ja vanhustyön eettisiin teemoihin sekä muistisairaiden ihmisten hoitoon liittyvä asiantuntijuus on toimialalla vankkaa ja logoterapeuttisen ajattelun soveltamisen mahdollisuudet ovat tuoneet toimialan sisältöteemoihin uutta vahvuutta. Henkilöstön monipuoliset ja toimivat verkostot ovat avanneet väyliä toimialan kehittämis- ja tutkimustyön tulosten soveltamiseen vanhustyön käytäntöihin. Positiivista on toimialan kehittämistoiminnan aktiivisuus ja uusia teemoja avaava ote sekä tilauskoulutusten vilkas kysyntä. Erityisesti logoterapeuttinen ajattelu on herättänyt vahvaa mielenkiintoa kentällä ja tehnyt osaltaan Ikäinstituuttia ja toimialaa tunnetuksi.

Toimialalla työskenteli yhteensä kahdeksan henkilöä: toimialapäällikkö, kaksi tutkijaa, erikoissuunnittelija, kolme suunnittelijaa ja projektikoordinaattori. Lisäksi yksi väitöskirjantekijä toimi stipenditutkijana yhteydessä toimialaan. Toimialan taloudellinen tulos oli positiivinen.



YHTEENVETOJA JA AVAINLUKUJA

Hankkeet

Omia tutkimus- ja kehittämishankkeita toteutettiin yhteensä kuusi. Kaksi jäi toteutumatta rahoituksen puutteen takia. Yhteishankkeita oli 10, eli saman verran kuin mitä oli suunniteltu. (Liite 3. Projektiluettelo.)

Koulutus

Eri koulutusten osallistujamäärät ovat olleet kasvussa viimeisten kolmen vuoden aikana. Vuonna 2012 tavoiteltiin 5 000 osallistujaa. Tavoite ylittyi sadalla prosentilla (10 490 osallistujaa). Maksullinen tilauskoulutus ja hankkeissa toteutettu ilmainen koulutus ovat tavoittaneet huomattavasti enemmän koulutettavia kuin keskitetty koulutus. Tilauskoulutuksen määrään vaikutti ennen kaikkea ikäihmisten kohtaaminen, osallisuus ja mielen hyvinvointi -toimialan tilausten kasvu, kun taas projektikoulutusten osallistujamäärät perustuvat suurelta osin Voimaa vanhuuteen -ohjelman tilaisuuksiin. Osallistujamäärät eivät kuitenkaan kerro vaikuttavuudesta; 20 osallistujan pitkäkestoinen koulutus voi olla käytännössä vaikuttavampi kuin 30 minuutin luento viidellesadalle, joka taas tuo Ikäinstituutille näkyvyyttä.

Julkaisut ja kotisivut

Julkaisujen ja kongressiesitysten määrät ovat pysyneet suhteellisen vakaana kolmen vuoden aikana. Tosin määrät ovat joka vuosi ylittäneet tavoitteet. Vuonna 2012 syntyi 52 julkaisua, kun tavoite oli 25. (Liite 4. Julkaisuluettelo.)

Ikäinstituutti ylläpitää viittä kotisivua, joilla vierailtiin vuoden aikana yli 70 000 kertaa. Kuvio.

Ikäinstituutin ylläpitämät kotisivut ovat:

<http://www.ikainstituutti.fi/etusivu/>

<http://www.vapaaehtoiseksiseniorina.fi/etusivu/>

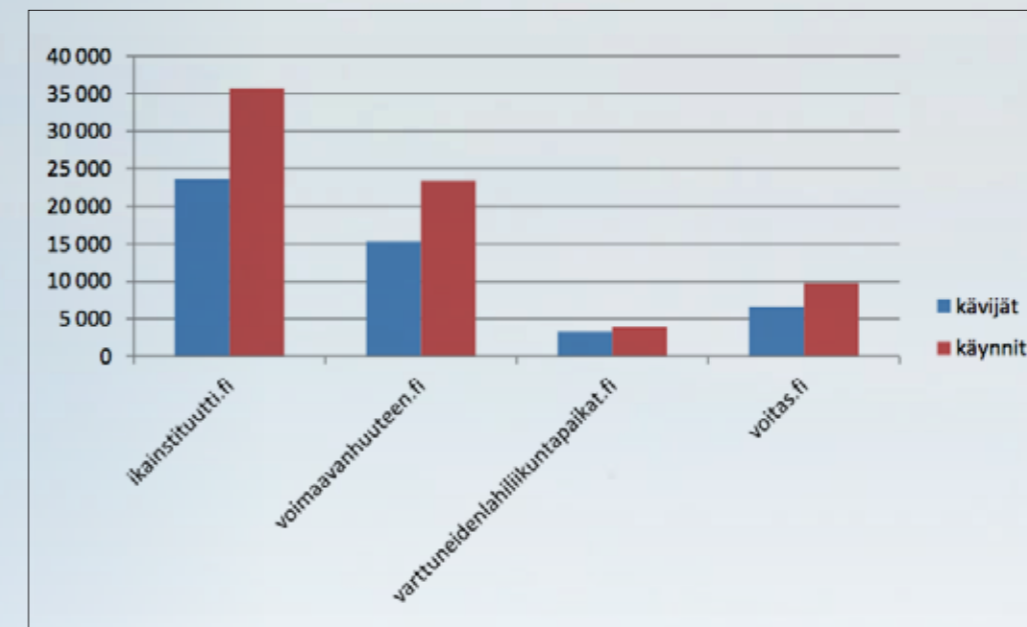
<http://www.voimaavanhuuteen.fi/fi/etusivu/>

<http://www.voitas.fi/etusivu/>

<http://www.varttuneidenlahiliikuntapaikat.fi/etusivu/>

Nettisivujen käyntimäärät

Vapaaehtoiseksiseniorina -sivuston kävijämääriä ei kuluneena vuonna laskettu. Voitas.fi -sivustosta puuttuvat kävijämäärät marraskuun puolestavälistä vuoden loppuun, mikä johtuu siitä, että sivusto siirrettiin toiselle palvelimelle.



Kuvio. Ikäinstituutin kotisivujen käyntimäärät vuonna 2012





Ikäinstituutissa työskenteli toimintavuonna 2012 yhteensä 30 henkilöä, joista 12 osan vuotta tai osa-aikaisina. Henkilöstön osaamista ja työssä jaksamista tuetaan kehityskeskusteluilla, koulutuksella ja virkistyspäivillä sekä liikunta- ja kulttuuriseteleillä. Etelä-Suomen aluehallintovirasto teki työsuojelutarkastuksen Ikäinstituuttiin elokuussa. Tarkastusraportin mukaan työsuojelun eri osa-alueet olivat paremmalla tasolla kuin muissa vastaavissa työpaikoissa. Ikäinstituutti sai kuitenkin huomautuksen puuttuvasta työaikakirjanpidosta. Syksyllä otettiin käyttöön kirjallinen työaikakirjanpito.

Ikäinstituutin säätiön hallintohenkilöstöön ovat kuuluneet osa-aikainen talouspäällikkö, taloushallinnon assistentti, toimistoassistentti ja toimistoapulainen.

Toiminnan rahoitusperustan muodostaa Raha-automaattiyhdistyksen vuosittainen toiminta-avustus. Toiminta-avustus jakautuu säätiön toimintaa varten myönnettyyn yleisavustukseen (Ay) sekä tutkimus- ja kehittämistoimintaa varten myönnettyyn kohdennettuun toiminta-avustukseen (Ak). Avustukset eivät kata perushenkilöstön palkkakustannuksia, ja siksi osa palkoista ja toimintakulut kokonaisuudessaan on rahoitettava asiantuntijatyön laskutuksella.

Säätiön taloudessa ei ole tapahtunut merkittäviä muutoksia. Johtoryhmä seuraa taloutta tiiviisti, jotta mahdollisiin poikkeamiin voidaan reagoida välittömästi. Poistojen jälkeen kertomusvuoden tulos oli 8.723,09 euroa.

Hallitus

Säätiön hallituksessa toimivat seuraavat henkilöt (nelivuotiskausi 1.4.2010-31.3.2014):

ylisosaalineuvos, YTM Aulikki Kananoja (puheenjohtaja, hallituksen valitsema jäsen), professori Jyrki Jyrkämä (varapuheenjohtaja, Jyväskylän yliopisto), VTM Anna Ehrnrooth (Samfundet Folkhälsan rf), professori Antti Karisto (Helsingin yliopisto), toiminnanjohtaja Marja-Liisa Kunnas 30.9.2012 saakka, 1.10.2012 lukien toiminnanjohtaja YTM Virpi Dufva (Vanhus- ja lähimmäispalvelun liitto ry), apulaisylilääkäri, LKT Otto Lindberg 30.4.2012 saakka, 1.5.2012 lukien LKT Mikko Björkman (Societas Gerontologica Fennica ry), dosentti, VTT Anni Vilkkö (Kasvun ja vanhenemisen tutkijat ry), erikoistutkija, PsT Minna-Liisa Luoma (THL) dosentti Markku T. Hyyppä (hallituksen valitsema jäsen) ja LKT Ilkka Vuori (hallituksen valitsema jäsen).

Hallituksen työvaliokunnan muodostivat Aulikki Kananoja, Jyrki Jyrkämä, Anna Ehrnrooth ja Anneli Sarvimäki. Hallituksen sihteerinä oli talouspäällikkö Jyrki Pinomaa.

Tilintarkastajina ovat toimineet HTM, JHTT Kari Roine (varalla HTM, JHTT Vesa Ikäheimo) ja valvontatilintarkastajana JHTT Jari Ritari.

Jyrki Pinomaa, talouspäällikkö

TULOSLASKELMA JA TASE

Ikäinstituutin säätiö

TULOSLASKELMA AJALTA 1.1.2012 - 31.12.2012 -> AJALTA 1.1.2011 - 31.12.2011

Tilikausi: 1.1.2012 - 31.12.2012

	2012	Ed. vuosi	Ero	Ero %
TUOTOT				
* Laskutus yhteensä	305 320,09	289 854,34	15 465,75	5,34 %
* Toiminnan muut tuotot yhteensä	881 654,18	849 152,46	32 501,72	3,83 %
* Toiminta-avustukset yhteensä	306 999,00	307 000,00	1,00-	0,00 %
**** TUOTOT YHTEENSÄ	1 493 973,27	1 446 006,80	47 966,47	3,32 %
KULUT				
Henkilöstökulut				
** Palkat ja palkkiot yhteensä	1 160 419,79-	1 083 981,77-	76 438,02-	7,05 %
** Eläkekulut yhteensä	188 754,83-	199 335,84-	10 581,01	5,31-%
** Muut henkilöstökulut yhteensä	83 733,48-	75 047,83-	8 685,65-	11,57 %
*** Henkilöstökulut yhteensä	1 432 908,10-	1 358 365,44-	74 542,66-	5,49 %
** Poistot yhteensä	3 646,81-	3 395,79-	251,02-	7,39 %
Muut kulut				
** Toimintakulut	376 791,04-	374 675,30-	2 115,74-	0,56 %
** Hallinto- ja ylläpitokulut	144 427,72-	175 610,96-	31 183,24	17,76-%
*** Muut kulut yhteensä	521 218,76-	550 286,26-	29 067,50	5,28-%
**** KULUT YHTEENSÄ	1 957 773,67-	1 912 047,49-	45 726,18-	2,39 %
***** Tuotto- /kulujäämä	463 800,40-	466 040,69-	2 240,29	0,48-%
Varainhankinta				
** Varainhankinnan tuotot	0,00	0,00	0,00	
** Varainhankinnan kulut	0,00	0,00	0,00	
*** Varainhankinta yhteensä	0,00	0,00	0,00	
***** Tuotto- /kulujäämä	463 800,40-	466 040,69-	2 240,29	0,48-%
Sijoitus- ja rahoitustoiminta				
** Tuotot	1 267,22	1 616,91	349,69-	21,63-%
** Kulut	743,73-	1 135,85-	392,12	34,52-%
*** Sijoitus- ja rahoitustoiminta yhteensä	523,49	481,06	42,43	8,82 %
Satunnaiset erät				
** Satunnaiset tuotot	0,00	67 275,17	67 275,17-	100,00-%
Yleisavustukset				
** Yleisavustukset yhteensä	472 000,00	472 000,00	0,00	0,00 %
Investointiavustukset				
Vapaaehtoisten varausten muutos				
***** Tilikauden tulos	8 723,09	73 715,54	64 992,45-	88,17-%



TASE AJALTA 1.1.2012 - 31.12.2012

Tilikausi: 1.1.2012 - 31.12.2012

Tili Nimi	31.12.2012	31.12.2011
VASTAAVAA		
PYSYVÄT VASTAAVAT		
Aineelliset hyödykkeet		
* Koneet ja kalusto	10 940,44	10 187,35
keskeneräiset hankinnat		
** Aineelliset hyödykkeet yht	10 940,44	10 187,35
Sijoitukset		
* Osakkeet ja osuudet	4 271,26	4 271,26
** Sijoitukset yht	4 271,26	4 271,26
**** PYSYVÄT VASTAAVAT YHT	15 211,70	14 458,61
VAIHTUVAT VASTAAVAT		
Vaihto-omaisuus		
* Aineet ja tarvikkeet	47 720,15	33 078,00
** Vaihto-omaisuus yht	47 720,15	33 078,00
Lyhytaikaiset saamiset		
* Myyntisaamiset	22 247,76	29 867,63
* Lainasaamiset	946,00	946,00
* Ennakkomaksut	9 381,05	15 237,09
* Muut saamiset	130 526,49	115 003,51
* Siirtosaamiset	3 656,73	5 926,88
** Lyhytaik.saamiset yht	166 758,03	166 981,11
Rahoitusarvopaperit		
* Muut arvopaperit	24 510,11	24 436,60
** Rahoitusarvopaperit yht	24 510,11	24 436,60
Rahat ja pankkisaamiset		
* Rahat ja ps yht	150 142,53	191 882,77
**** VAIHTUVAT VASTAAVAT YHT	389 130,82	416 378,48
***** VASTAAVAA YHT	404 342,52	430 837,09

TASE AJALTA 1.1.2012 - 31.12.2012

Tilikausi: 1.1.2012 - 31.12.2012

Tili Nimi	31.12.2012	31.12.2011
VASTATTAVAA		
OMA PÄÄOMA		
* Säätiöpääoma	5 045,64	5 045,64
* Rahastot	3 583,01	3 583,01
* Ed.tilik.voitto(tappio)	41 632,62	32 082,92-
* Tilik.voitto(tappio)	8 723,09	73 715,54
**** OMA PÄÄOMA YHT	58 984,36	50 261,27
VIERAS PÄÄOMA		
Lyhytaikainen vieras pääoma		
* Ostovelat	44 668,69	18 780,36
** Ostovelat	44 668,69	18 780,36
* Palkkavelka	0,00	2 545,37
* Verotili	26 404,62	24 671,27
* Ay - jäsenmaksuvelka	359,93	0,00
* Avustusvelka RAY	0,00	111,00
* Avustusvelka OKM	0,00	75 000,00
* TyEL-velka	0,00	21 640,28
* Muut velat	66 472,65	628,50
** Muut velat	93 237,20	124 596,42
* Työnantajan muut vak.varaukset	600,00	2 019,38-
* Lomapalkka- ja sosiaalikulovelka	191 824,43	188 059,66
* Siirtovelat	15 027,84	51 158,76
** Siirtovelat	207 452,27	237 199,04
*** Lyhytaikainen vpo yht	345 358,16	380 575,82
**** VIERAS PÄÄOMA YHT	345 358,16	380 575,82
***** VASTATTAVAA YHT	404 342,52	430 837,09
***** EROTTAA	0,00	0,00



År 2012 var både en avslutning och en ny början för Äldreinstitutet. Den sexåriga strategiperioden tog slut och under året sammanfattades hela perioden. På basen av utvärderingen kunde man konstatera att den vision som skrivits in i strategin i stort sett hade förverkligats. Speciellt tack vare hälsomotionsprogrammet Kraft i åren har Äldreinstitutet utvecklats till en ledande expertorganisation inom äldres hälsomotion. Äldreinstitutet har också utvecklats till en central sakkunnigorganisation när det gäller äldres sårbarhet och funktionsförmåga samt åldrande och etik. Om detta vittnar publikationerna, föreläsningarna och expertuppdragen inom dessa områden. Äldreinstitutet har utvecklats till en beaktansvärd expertorganisation, som ingår i internationella, nationella, regionala och lokala nätverk. Under året utformades en ny strategi i samarbete med stiftelsens styrelse.

Sakkunskapen i äldres motion förstärktes ytterligare under året, när Äldreinstitutet blev utsedd till koordinator för Det nationella åtgärdsprogrammet för motion bland äldre. Som ett erkännande för det långsiktiga arbete Äldreinstitutet gjort för att främja uteliv bland äldre erhöll institutet det första Innopriset för nätkampanjen Gå ut med den äldre. Det logoterapeutiska tänkesättet, som betonar människovärde och livets mening, befäste sin plats som ett centralt expertområde. Tänkesättet sprids och rotas inom tiotals vårdenheter runtom i landet.

Under år 2012 verkade Äldreinstitutets sakkunniga aktivt i över 10 föreningars organ och projektgrupper, i flera utvecklingsprojekt inom tredje sektorn och offentliga sektorn samt i ministeriernas arbetsgrupper. Samarbetet konkretiserades bl.a. i kampanjen Med ålderns rätt, där Äldreinstitutet samarbetade med sju andra organisationer. Äldreinstitutet medverkade också i Centralförbundets för de gamlas väl projekt Livets gång och generationer, vars utmaningskampanj Fyra generationers träff erhöll Europaparlamentets medborgarpris. Forskningssamarbete bedrevs bl.a. med Karolinska institutet, därifrån en gästforskare kommer att besöka Äldreinstitutet under de kommande tre åren.

Den beställda skolningen hade fler deltagare än någonsin tidigare – över 6 500, vilket var 2 000 fler än år 2010. Den centraliserade skolningen samlade betydligt färre deltagare, några hundra, men också där hade det skett en liten ökning. Antalet publikationer har varit relativt konstant under de tre senaste åren, 50 – 60 publikationer per år. Antalet kongress- och konferenspresentationer har årligen varit omkring 20.

Äldreinstitutets ekonomiska resultat var 8.723,09 euro.

For the Age Institute, 2012 marked an ending of an era and a new beginning. The six-year strategy came to an end and a summary was made of the period. The evaluation showed that the vision recorded in the strategy was in most part fulfilled. Especially the Strength in Old Age programme has made the Age Institute a leading authority in older people's health exercise. The Institute has also become a key expert in the area of older people's vulnerability, age ethics and functional capacity. Many publications, lectures and expert assignments in the field witness to this. The Age Institute has proved to be a respectable expert organization who has built networks on local, regional, national and even international levels. The management together with the board formed a new six-year strategy for the Institute.

In 2012 the expertise on older people's physical activity was further enhanced when the Institute was offered to coordinate the national policy programme for older people's physical activity. The first Inno Prize was given to Walk with the Elderly web campaign, which was a recognition of the decades long work for older people's outdoor fitness done at the Institute. The logotherapeutic model based on human value and meaningfulness of life was established as a central field of expertise at the Institute. The model will be disseminated and implemented in dozens of care units all over Finland.

In 2012 the experts of the Institute were active in more than ten organizations and programmes, in many third sector and public sector development projects and government workgroups. Cooperation was tangible in the Occupy your own age campaign where the Institute functioned with seven other organizations. We also participated in the Life course and generations project which produced the Meeting of four generations, a project that received the European Citizen's Award by the European Parliament. Research cooperation was made with Karolinska Institutet and their researcher Henna Hasson who will be a visiting scholar at the Institute for the coming three years.

The community training courses drew more participants than ever before – more than 6,500 persons – a growth of more than 2,000 persons compared to 2010. Courses at the Institute attracted several hundred participants, a slight increase to previous years. The number of publications has remained on a high level in recent years – 50 to 60 publications annually. Congress and conference presentations have numbered up to 20 per year.

At the end of the strategy period, the director of the Age Institute, Anneli Sarvimäki, announced her retirement. The almost ten years of her commendable leadership came to an end at 28 February 2013. In the autumn of 2012, the board of the Foundation appointed docent Päivi Topo as the new director. The year 2012 signified a new beginning in that a new director was appointed and a new strategy for the years 2013 – 2018 was approved. The financial result of the year was EUR 8.723,09.



Tutkimus- ja kehittämisprojektit 2012

1. Läheisestä omaishoitajaksi – tukea hyvinvointiin, toimintakykyyn ja arkiselviytymiseen

Projektin tarkoitus

Projektin päätavoitteena on ylläpitää ja edistää omaishoitajina ilman julkista omaishoidon tukea toimivien iäkkäiden ihmisten hyvinvointia, toimintakykyä ja arkiselviytymistä sekä ennaltaehkäistä heidän hyvinvointiaan heikentäviä tekijöitä. Projektissa tuotetaan tietoa omaishoitajina toimivien iäkkäiden ihmisten elämäntilanteista, tunnustetaan niin voimaannuttavia kuin hyvinvointia ja arkiselviytymistä heikentäviä tekijöitä sekä kehitetään arvioinnin keinoja ja tukimuotoja.

Aikataulu: 2012-2014

Rahoitus: RAY

Yhteyshenkilöt: Sirkkaliisa Heimonen ja Tommi Sulander

2. Vanhuuden Mieli - tietoa ja välineitä vanhusten mielen hyvinvoinnin vahvistamiseksi

Projektin tarkoitus

Projektin päämääränä on edistää vanhusten mielen hyvinvointia. Tavoitteina on tuottaa uutta tietoa mielen hyvinvointiin vaikuttavista tekijöistä keskittyen voimavaroihin ja elämän tarkoituksellisuuden tunnetta vahvistaviin tekijöihin sekä kehittää välineitä mielen hyvinvoinnin edistämiseksi ja psyykkisen toimintakyvyn ylläpitämiseksi. Projektissa sovelletaan logoterapeuttista ajattelutapaa niin vanhusten mielen hyvinvoinnin tarkasteluun kuin vertaisryhmätoimintamallin kehittämiseen. Projektissa juurrutetaan ja levitetään logoterapeuttista ajattelua muistisairaiden ihmisten hoitoon.

Aikataulu: 2011-2014

Rahoitus: RAY

Yhteyshenkilö: Sirkkaliisa Heimonen

3. Voimaa vanhuuteen 2 - kohti toimintakykyä edistäviä toimintatapoja

Projektin tarkoitus

Voimaa vanhuuteen 2 (2010-2014) on jatkoa Voimaa vanhuuteen 1 -ohjelmalle (2005-2009). Kyseessä on RAY:n, STM:n ja OKM rahoittama sekä Ikäinstituutin koordinoima ohjelmakokonaisuus, jossa 1 -ohjelmassa kehitettyjen hyvien toimintatapojen käyttöönottoa toteutetaan yhteensä 38 kunnassa intensiivisen mentoroinnin keinoin. Käyttöönotto toteutuu monisektorisena yhteistyönä järjestöjen sekä kuntien sosiaali- ja terveys- sekä liikuntatoimien kesken. Instituutti ohjaa kuntien juurrutusprosesseja Voimaa vanhuuteen -ohjelman ensimmäisessä vaiheessa kehittyneen mentorointimallin mukaisesti. Paikallistytön tavoitteena on tuottaa voima- ja tasapainosisältöistä liikuntaneuvontaa ja -toimintaa toimintakyvyltään heikentyneiden kotona asuvien iäkkäiden hyväksi. Ohjelman myötä kehitetään erityisesti juurtumis- ja yhteistyötapoja ikäihmisten terveysliikuntaan. Ohjelmaan kuuluu myös yleistä toimintaa (mm. viestintä ja koulutus), joka kohdentuu kaikkiin kuntiin. RAY myönsi joulukuun 2009 avustusehdotuksessaan VV 2 -ohjelmalle viiden vuoden rahoituksen.

Aikataulu: 2010-2014

Rahoitus: RAY, STM ja OKM

Yhteyshenkilöt: Elina Karvinen ja Pirjo Kalmari

4. Yksinasuvan muistisairaana ihmisen toimijuus arjessa (2011 – 2013) Emil Aaltosen säätiö

Projektin tarkoitus

Väitöstutkimuksessa tarkastellaan miten yksinasuvan muistisairaana ihmisen toimijuus rakentuu arjessa. Tutkimuksen aiheiston keruu on aloitettu Vanhusten koti keskellä kaupunkia –projektissa (2008-2010), josta tutkimukseen on rekrytoitu muistisairaudesta alkuvaiheessa olevia, kantakaupungin alueella yksinasuvia henkilöitä. Tutkimuksen tavoitteena on yhäältä tuottaa tietoa yksinasuvien muistisairaiden ihmisten arkielämästä kaupungissa. Toisena tavoitteena on lisätä myös teoreettista tietoa toimijuuden viitekehystä sovellettuna muistisairaiden ihmisten arjen tutkimukseen. Tutkimus on etnografinen, tutkija haastattelee muistisairaita ihmisiä, ja havainnoi heidän arkeaan osallistumalla erilaisiin rutiineihin ja harrastuksiin. Tämän lisäksi haastatellaan muita merkittäviä toimijoita arjessa. 1.3.2011 alkaen tutkimuksen tekemistä jatketaan Emil Aaltosen säätiön apurahalla. Tutkija on jatko-opiskelijana Jyväskylän yliopiston yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitoksella, sosiaaligerontologian linjalla.

Aikataulu: 2011 – 2013

Rahoitus: Emil Aaltosen säätiö

Yhteyshenkilö: Elisa Virkola

5. Päihdepelissäännöt palvelutaloihin – neuvotellen ja oppien yhteisymmärrykseen

Projektin tarkoitus

Hankkeen päämääränä on kehittää toimintatutkimuksellinen neuvottelu- ja keskustelumalli, jonka avulla voidaan rakentaa yhteiset päihdepelissäännöt. Projektissa hyödynnetään Sininauhaliiton koordinoiman Liika on aina liikaa – ikääntyminen ja alkoholi (2005-2008) palvelutalojen osahankkeen tuloksia. Projektin päätavoitteena on tuottaa uutta tietoa suhtautumisesta alkoholiin, lisätä palvelutalon asukkaiden alkoholitietoutta ja osallistaa heitä kehittämään talokohtaisia pelisääntöjä sekä kehittää asukkaiden ja henkilökunnan kanssa yhteisiä tapoja kohdata alkoholikysymyksiä.

Aikataulu: 2009-2011/2012

Rahoitus: RAY

Yhteyshenkilöt: Sirkkaliisa Heimonen, Anne-Katri Kemppainen ja Eija Kaskiharju

6. Varttuneiden lähiliikuntapaikat

Projektin tarkoitus

Hankkeen päämääränä on toimintakykyinen vanhuus edistämällä palvelutalojen piha-alueiden sekä lähipuistojen ja reitien suunnittelua ja rakentamista iäkkäiden lähiliikuntapaikoiksi. Hankkeen tavoitteena on tuottaa verkkosivusto ja koota siihen tietoa erilaisista iäkkäille ja liikkumisrajoitteisille toteutetuista lähiliikuntapaikoista, puistoista ja reiteistä. Sivusto www.varttuneidenlahiliikuntapaikat.fi on pilotoitu vuonna 2011 ja toimintavuonna sivustoa markkinoidaan siitä hyötyville tahoille, erityisesti ympäristösuunnittelijoille, palvelutaloille ja liikunta- sekä sosiaali- ja terveystoimille. Sivusto on toteutettu yhteistyössä Nuori Suomi ry:n hallinnoiman www.lahiliikuntapaikat.fi -sivuston kanssa.

Aikataulu: 2011-2012

Rahoitus: OKM

Yhteyshenkilöt: Elina Karvinen



Yhteistyöprojektit

7. Hyvän ikääntymisen puolesta – toiminta-, asenne- ja tiedotuskampanja vuodelle 2012

Kyseessä on Vanhus- ja lähimmäispalveluliiton kampanjahanke (RAY,C), jonka tavoitteena on saada aikaan laaja yhteiskunnallinen keskustelu eri ikäryhmien ja sukupolvien välille hyvän ikääntymisen edellytyksistä, vaikutuksista sekä esteistä ja vanhuuden saaminen tasavertaiseksi elämänvaiheeksi muiden ikäkausien kanssa. Kampanjan yhteydessä mm. välitetään tietoa vanhenemisesta, tuotetaan materiaalia hyvästä ikääntymisestä ja järjestetään tapahtumia päiväkodeissa ja oppilaitoksissa. Muita kumppaneita ovat mm. Omaihoitajat ja läheiset Liitto, Samfundet Folkhälsan, Suomen Muistiasiantuntijat ja Suomen Senioriliike.

Yhteyshenkilö: Anneli Sarvimäki

8.60+ parisuhdeprojekti seniori-ikäisille

Kataja Parisuhdekeskus ry:n projektin (RAY, Ci) päätavoitteena on lisätä 60+-ikäisten ihmisten hyvinvointia tuottamalla seniori-ikäisille suunnattua parisuhdemateriaalia. Tarkoituksena on koota parisuhdealan ammattilaisten ja vertaisohjaajien luoma käytännönläheinen luento- ja ryhmämateriaali, jonka avulla vapaaehtoiset ja yhteisöt voivat järjestää seniori-ikäisten parisuhdetta vahvistavaa toimintaa. Projektissa pyritään myös innostamaan seniori-ikäisiä vapaaehtoisiksi vertaisohjaajiksi. Hankkeen tuloksena syntyy 60+-ikäisille kohdennettu parisuhteen tukipaketti, joka sisältää sekä kirjoitetun materiaalin että testatun toimintamallin. Ikäinstituutti on yksi hankkeen yhteistyökumppaneista, ja mahdollisia yhteistyöalueita ovat mm. tutkimus, tiedotus ja koulutus.

Yhteyshenkilö: Jere Rajaniemi

9. Elämäkulkua ja ikäpolvet - projekti

Vanhustyön keskusliiton vetämän hankkeen päätavoitteena on psykososiaalisen hyvinvoinnin ja osallisuuden edistäminen sekä erityisesti iäkkäiden ihmisten syrjäytymisen vähentäminen lisäämällä ja tiivistämällä sukupolvien välistä dialogia. Tähän liittyy tiedon hankkiminen ihmisten elämäkulkua ja sukupolvien suhteita koskevista käsityksistä, keskustelun herättäminen ikäpolvien välisistä jännitteistä ja yhteisen toiminnan mahdollisuuksista sekä aihepiiriin liittyvän toiminnan innostaminen. Ikäinstituutin osahankkeessa keskitytään erityisesti miesten ja vapaaehtoistoimijoiden tutkimiseen. Tutkimuskysymyksiä mm: miten eri ikäpolviin kuuluvat ihmiset jäsentävät elämäkulkua, omaa elämänvaihetta ja suhteitaan toisenikäisiin ihmisiin; millaiset kokemukset yhdistävät/erottavat eri ikäisiä ihmisiä jälkimodernissa yhteiskunnassa; ja millaisia jännitteitä ja eroja tasoittavia tekijöitä ikäpolvien välillä on, mihin suuntaan ne ovat kehittymässä ja mitä seuraamuksia tällä on

Yhteyshenkilöt: Arto Tiihonen ja Pertti Pohjolainen

10.IDEFIX – toimintakykyprojekti

Ikäinstituutti on mukana Helsingin yliopiston ja Folkhälsanin kanssa toteutettavassa Idefix -tutkimuksessa (Identifying Early Factors In syndrom X). Sen päämääränä on selvittää, miten sikiökauden ja lapsuuden kasvu sekä olosuhteet vaikuttavat aikuisiän ja vanhuuden terveydentilaan. Ikäinstituutin osuus tutkimusprojektissa on selvittää, vaikuttaako sikiökauden ja lapsuuden kehitys ikääntymisprosesseihin ja toimintakykyyn vanhuudessa. Tutkimuksen kohdejoukkona ovat vuosina 1934-44 syntyneet helsinkiläiset (n=8760). Heistä noin 1000 henkilöä kutsutaan toimintakykymittauksiin, jotka toteutetaan Ikäinstituutin toimesta.

Yhteyshenkilö: Pertti Pohjolainen

11. RinnallaKulkija – hyvä sosiaalinen arki muistisairaille ja heidän omaisilleen.

Keski-Uudenmaan dementiayhdistyksen projektin päätavoitteena on tuottaa äskettäin diagnosoiduille muistisairaille ihmisille vapaaehtoisvoimin toteutettu palvelu, joka tukee ja kannustaa heitä jatkamaan arkeaan ja elämäänsä yksilöllisten tarpeiden ja mieltymysten mukaisesti. Projektissa koulutetaan vapaaehtoistoimijoita muistisairaana ihmisten osallistavan,

hyvän sosiaalisen arjen tukijoiksi. Myös omaisten hyvinvoinnin edistämiseen panostetaan tarjoamalla heille koulutusta. Projektin koulutusten toteutuksesta ja vapaaehtoisten ohjauksesta vastaa Ikäinstituutti.

Yhteyshenkilö: Sirkkaliisa Heimonen

12. Elintavat ja toimintakyvyn moniulotteisuus ikääntyvien ihmisten terveyden ennustajina (Helsingin yliopisto)

Hankkeessa tuotetaan tietoa elintapojen (tupakointi, alkoholinkäyttö, ruokailutottumukset, liikunta) vaikutuksesta myöhempään fyysisen ja psyykkisen toimintakyvyn sekä sosiaalisen aktiivisuuden tasoon. Lisäksi tarkastellaan toimintakyvyn eri osa-alueiden yhdistelmien vaikutusta terveyteen. Hankkeessa ollaan myös kiinnostuneita siitä millaisia terveyteen liittyviä elintapamuutoksia ihmiset tekevät ikääntymisen myötä. Seuranta-aineistona käytetään Ikihyvä Päijät-Häme tutkimus- ja kehittämishankkeen postikyselyaineistoja vuosilta 2002 ja 2008, jotka on toteutettu samoille vuosina 1926-1930, 1936-1940 ja 1946-1950 syntyneille päijäthämäläisille henkilöille. Projektia hallinnoi Helsingin yliopisto. Ikäinstituutti on projektin yksi yhteistyökumppani.

Yhteyshenkilöt: Tommi Sulander ja Pertti Pohjolainen

13. Tarmoa arkeen – Hämeenkyrön liikunta- ja ravintoprojekti.

Tutkimuksessa selvitetään voidaanko huonokuntoisten hämeenkyröläisten kotipalvelun asiakkaiden fyysiseen ja psyykkiseen vaikuttaa pitkäkestoisella (6 kk) ja intensiivisellä (2 kertaa viikossa) kuntoutuksella. Tavoitteena on myös tutkia, voidaanko koti- ja laitoshoidon rajamailla olevien laitoshoidon joutumista ehkäistä tai siirtää myöhemmäksi ja tällä tavoin saada aikaan kustannussäästöjä.

Yhteyshenkilö: Pertti Pohjolainen

14. Sosiaalisen toimintakyvyn arvioinnin mallintaminen

Tutkimuksessa tarkastellaan sosiaalisen toimintakyvyn arviointihaastattelun toteutumista arvioijan ja arvioitavan välisessä vuorovaikutuksessa. Tavoitteena on selvittää, millaisten käytäntöjen kautta sosiaalisen toimintakyvyn arviointi toteutuu ja onko sosiaalisen toimintakyvyn arvioinnin tutkimushaastattelussa sille erityisiä käytäntöjä. Tutkimus toteutetaan yhteistyöhankkeena Helsingin yliopiston kanssa ja siinä käytetään Ikäinstituutin muiden hankkeiden aineistoja. Tutkimuksessa on valmisteilla väitöskirja.

Yhteyshenkilöt: Pertti Pohjolainen ja Mika Simonen (HY)

15. Kansallisteatterin Kiertuenäyttämön Neuvostoliitto-projekti

Kansallisteatteri toteuttaa vuonna 2012 taiteellisen tutkimushankkeen, jonka teemana on ikäihmisten Neuvostoliittoon liittyvät muistot ja mielikuvat. Hanke toteutetaan palvelutaloissa, joissa kerätään aineistoa näytelmää varten ja joissa näytelmä sen jälkeen esitetään. Ikäinstituutti käyttää aineistoa tutkimustarkoitukseen ja tuottaa hankkeesta tutkimuksellisen kuvauksen. Muut kumppanit ovat Vanhus- ja lähimmäispalvelun liitto, Settlementiliitto, Miina Sillanpää Säätiö ja Kansallismuseo.

Yhteyshenkilö: Anneli Sarvimäki

16. ISDC 2013

Suomi on valittu Senioritanssin kansainvälisen komitean toimesta järjestämään joka kolmas vuosi toteutuva International Seniors Dance Congress (ISDC) vuonna 2013. Järjestelyistä vastaavat yhdessä Suomen Kansainvälisen Senioritanssin Liitto ry SKSL, Finlands Seniorsdånsförbund ja Ikäinstituutti. Kongressia hallinnoi SKSL ry, joka on hakenut avustusta sitä varten OKM:stä. Kongressi järjestetään Tampereella Varalan urheilupuistossa 27.5.-1.6.2013 ja siihen osallistuu noin 250 henkilöä. Kongressin päätehtävänä on tuottaa yhteinen tanssimateriaali (CD+ ohjeet, DVD –tanssikooste), opettaa tanssit kongressiin osallistuville kouluttajille ja jaettavaksi edelleen ohjaajille kussakin maassa sekä käsitellä kansainvälisen yhteistyön ajankohtaisia asioita.

Yhteyshenkilö: Elina Karvinen



Ikäinstituutin julkaisut 2012

Ikäinstituutin julkaisusarjat

Raportteja-sarja

Kaskiharju E & Kemppainen A-K (2012) Päihdepelissäännöt palvelutaloihin – yhteinen asia, yhdessä oivaltaen. Loppuraportti. Raportteja 1/2012. Helsinki: Ikäinstituutti.

Oraita-sarja

Sarvimäki A, Pohjolainen P & Syren I (toim.) (2012) 40 vuotta hyvän vanhenemisen asialla. Kuntokallio-Säätiöstä Ikäinstituutin säätiöön. Oraita 1/2012. Helsinki: Ikäinstituutti.

Heimonen S. (2012) Vanhuuden mieli. Raportissa Sarvimäki A, Pohjolainen P & Syren I (toim.) (2012) 40 vuotta hyvän vanhenemisen asialla. Kuntokallio-Säätiöstä Ikäinstituutin säätiöön. Oraita 1/2012. Helsinki: Ikäinstituutti, 22 – 28.

Karvinen E (2012) Hyvät terveystoimintatavat jakoon. Raportissa Sarvimäki A, Pohjolainen P & Syren I (toim.) (2012) 40 vuotta hyvän vanhenemisen asialla. Kuntokallio-Säätiöstä Ikäinstituutin säätiöön. Oraita 1/2012. Helsinki: Ikäinstituutti, 6 – 16.

Rajaniemi J (2012) Vapaaehtoisuudesta hyvinvointia – vapaaehtoistoiminta ikääntyvien hyvinvoinnin edistäjänä. Raportissa Sarvimäki A, Pohjolainen P & Syren I (toim.) (2012) 40 vuotta hyvän vanhenemisen asialla. Kuntokallio-Säätiöstä Ikäinstituutin säätiöön. Oraita 1/2012. Helsinki: Ikäinstituutti, 29 – 35.

Sarvimäki A (2012) Päätössanat. Raportissa Sarvimäki A, Pohjolainen P & Syren I (toim.) (2012) 40 vuotta hyvän vanhenemisen asialla. Kuntokallio-Säätiöstä Ikäinstituutin säätiöön. Oraita 1/2012. Helsinki: Ikäinstituutti, 52 – 55.

Sulander T (2012) Liikkumisympäristöt iäkkäiden ihmisten arjessa. Raportissa Sarvimäki A, Pohjolainen P & Syren I (toim.) (2012) 40 vuotta hyvän vanhenemisen asialla. Kuntokallio-Säätiöstä Ikäinstituutin säätiöön. Oraita 1/2012. Helsinki: Ikäinstituutti, 17 – 21.

VV-ohjelman julkaisusarjat

Uutiskirje 1/2012

Uutiskirje 2/2012

VoimaSanomat 1/2012

Voimaa vanhuuteen II -ohjelman seuranta- ja arviointiraportti
ajanjaksolta 6/2010–12/2011

Tutkimusraportit ja -artikkelit

Arve S., Eloranta S., Rovio S., Isoaho H., Viitanen M. & Lehtonen A. (2012) Depressive symptoms among older people: A 15-year Follow-Up. *Aging Clinical and Experimental Research* 16.

Eloranta S., Arve S., Routasalo P., Lavonius S., Lehtonen A., Viitanen M. & Isoaho H (2012) Positive life orientation in old age: A 15-year Follow-Up. *Archives of Gerontology and Geriatrics* 55, 586-591.

Eloranta S., Arve S., Viitanen M., Isoaho H. & Routasalo P. 2012. Ikäihmisten psyykinen hyvinvointi ja psykososiaalisen tuen toteutuminen kotihoidossa: asiakkaiden ja työntekijöiden arvioimana. *Hoitotiede* 1(24), 14–26.

Eloranta S, Isoaho H, Routasalo P, Lehtonen A, Viitanen M & Arve S. 2012. Ikäihmisten elämänsenteessä tapahtuneet muutokset 15 vuoden seurannassa. XII Kansallinen hoitotieteellinen konferenssi, Alakko nää mua? Yhteistyöllä vaikuttavaa hoitotieteellistä tutkimusta. 27.9.–28.9.2012 Oulun yliopisto. Artikkelit Proceeding – kirjassa, 18-23.

Mahler M, Sarvimäki A (2012) Fear of falling from a daily life perspective: narratives from later life. *Scandinavian Journal of Caring Sciences* 26, 38 – 44.

Mahler M, Sarvimäki A. (2012) Appetite and falls: Old age and lived experiences. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being* 7, 11540 -

Pohjolainen P, Salonen E (2012) Toimintakyky – mitkä tekijät sitä määrittävät? *Gerontologia* 26 (4) 235 – 246.

Saarnio R, Sarvimäki A, Laukkala H, Isola A (2012) Stress of conscience among staff caring for older persons in Finland. *Nursing Ethics* 19, 104 – 115.

Sarvimäki A. (2012) Livskvalitet/Elämänlaatu. Raportissa Surakka J. (red.) SUFACARE – Supporting Family Caregivers and Receivers. Arcada publikation 2/2012, 42 – 48/42 – 47. www.arcada.fi

Stenbock-Hult B, Sarvimäki A. (2012) Mental hälsa, livskvalitet och hälsofrämjande/Mielenterveys, elämänlaatu ja terveyden edistäminen. Raportissa Surakka J. (red.) SUFACARE – Supporting Family Caregivers and Receivers. Arcada publikation 2/2012, 48 – 49/48. www.aecada.fi

Sulander T, Heinonen H, Karisto A, Valve R, Pohjolainen P, Seppälä U, Fogelholm M (2012) Weight and Health Behaviour Changes among Ageing People with Medication for Hypertension and High Cholesterol Level, ISRN Public Health Volume 2012, Article ID 132747, 5 pages, doi:10.5402/2012/132747.

Sulander T, Pohjolainen P, Karvinen E (2012) Self-rated health (SRH) and socioeconomic position (SEP) among urban home-dwelling older adults. *Archives of Gerontology and Geriatrics* 54, 117 – 120.

Sulander T, Heinonen H, Pajunen T, Karisto A, Pohjolainen P, Fogelholm M (2012) Longitudinal changes in functional capacity: effects of socio-economic position among ageing adults. *International Journal for Equity in Health* 7:78, doi:10.1186/1475-9276-11-78

Sulander T (editor) (2012) Adding value to Nordic research cooperation. Recommendations for a new initiative on distribution of health. NordForsk Policy Paper 2. Oslo: Nordforsk.



Asiantuntijajulkaisut

Sarvimäki A (2012) Ihmisarvo ja sen haavoittuvuus vanhuudessa. Hoivapalvelut no.2/2012, 9 – 10.

Sarvimäki A, Stenbock-Hult B, Fraile S. (2012) Samvete och samvetsstress bland finländska äldrevårdare. Vård i Fokus 29(1), 15 – 17.

Eloranta S. 2012. Muistisairaahan ihmisen toimintakykyä edistävä kotihoito. Pro terveys lehti 5.

Schneider-Lehto T. & Tiihonen A (2012) Miehet jumppaamaan – ikuisuusprojekti vai täyttä totta? Voimistelu (3) 4, 40-41.

Tiihonen A (2012) Kokemuksia, suorituksia, terveyttä – aktiivisen ikämiehen liikunnalla on monta moottoria. Liikunta & tiede 49 (5) 74-78.

Kirjat, kirja-artikkelit

Heimonen S, Pajunen H (toim.) (2012) Mielen terveys vanhuudessa. Helsinki: Edita.

Heimonen S, Pajunen H (2012) Johdanto. Teoksessa: Mielen terveys vanhuudessa. Helsinki: Edita, 11-17.

Heimonen S (2012) Vanhuuden mieli. Raportissa: Sarvimäki A, Pohjolainen P & Syren I (toim.) (2012) 40 vuotta hyvän vanhenemisen asialla. Kuntokallio-Säätiöstä Ikäinstituutin säätiöön. Oraita 1/2012. Helsinki: Ikäinstituutti, 22-28.

Hänninen T, Heimonen S (2012) Kognitiiviset toiminnot – kuntoutuksen ja tuen mahdollisuudet normaalissa ikääntymisessä ja muistisairauksissa. Teoksessa: Heimonen S, Pajunen H (toim.) Mielen terveys vanhuudessa. Helsinki: Edita, 11-17.

Kleemola, A., Laurila, P., Harmokivi-Saloranta, P. & Tiihonen, A. (2012) Kimppakyytejä ja vertaisohjaajia – ikääntyneiden terveysliikkujaunelmilla kehitetään Padasjoen syrjäkylien liikuntapalveluita. Teoksessa Harmokivi-Saloranta, P. (toim.) Terveysliikkujien tarinoita. Päijät-Hämeen terveysliikunnan Living Lab – Terveysliikkujan ääni. Lahden ammattikorkeakoulun julkaisu, Sarja C: 95, 75-80, Tampere.

Markkanen, A., Markkanen, E. & Tiihonen, A. (2012) Liikuntaseteleitä, liikuntavastaava ja ikääntyville oma teemapuisto. Teoksessa Harmokivi-Saloranta, P. (toim.) Terveysliikkujien tarinoita. Päijät-Hämeen terveysliikunnan Living Lab – Terveysliikkujan ääni. Lahden ammattikorkeakoulun julkaisu, Sarja C: 95, 65-69, Tampere.

Oppimateriaalit

Kaskiharju E & Kemppainen A-K (2012) Yhteinen asia, yhdessä oivaltaen. Opas yhteisten pelisääntöjen kehittämiseen. Helsinki: Ikäinstituutti.

Salminen U, Koivula M, Pitkänen T, Karvinen E (2012) Aamujumppa. Voimisteluohjelma-juliste A4 ja A3. Helsinki: Ikäinstituutti.

Salminen U, Koivula M, Pitkänen T (2012) Kunnon eväät –kortit. Liikekortisarja (52 kpl) iäkkäiden voima- ja tasapainoharjoitteluun. Helsinki: Ikäinstituutti.

Yleistajuiset artikkelit

Eloranta S (2012) Vanhustyö on kohtaamisia. Kolumni. <http://www.ikainstituutti.fi/sitenews/view/-/nid/78/ngid/3/29.5.2012>.

Fried S (2012) Elämän tarkoitusta etsimässä. Kirja-arvio David Guttmanin teoksesta Finding Meaning in Life, at Midlife and Beyond. Fikkari 1/2012, 4–5.

Fried S (2012) Vertaisryhmästä mielen hyvinvointia. Pirkanmaan pääasiat 4/2012, 8–9.

Havas A (2012) Terveysliikuntasuosituksen ikäihmisten hyvinvoinnin asialla. Senioritanssi 2/2012, 4-5.

Jokinen P, Laine M, Fried S & Heimonen S (2012) Elämäkokemus voimavarana ja mielen hyvinvoinnin peruskivenä. Vanhustyö 1/2012, 42–43.

Karvinen E, Vanhuus on voimavara. Pääkirjoitus. Senioritanssi 2/2012, 2.

Karvinen E (2012) Heikkovoimaisella ihmisellä on sama oikeus päästä ulos kuin muillakin. Kolumni. <http://www.ikainstituutti.fi/sitenews/view/-/nid/104/ngid/3/29.11.2012>.

Kaskiharju, Eija ja Kemppainen, Anne-Katri (2012) Päihdepelissännöt palvelutaloihin -hanke. Kuinka sitten kävikään? Ajankohtaista. Gerontologia 26:2, 144-147.

Laine M (2012) Elämä on elämistä varten – logoterapeuttinen ajattelutapa muistisairaahan ihmisen hoidossa. Vanhustenhuollon Uudet Tuulet 2/2012, 16–17.

Pohjolainen P (2012) Ikä on iloinen asia. Vanhustyö n:o 3 - 4, 52-53.

Pohjolainen P (2012) Ennustaako sikiökauden ja lapsuuden kasvu vanhenemista? Kolumni. <http://www.ikainstituutti.fi/sitenews/view/-/nid/67/ngid/3/18.1.2012>.

Sulander T (2012) Hyvillä elintavoilla eroon elintapaläkkeistä? Vanhustyö 3-4, 30-31.

Rajaniemi J (2012) Seniorivapaaehtoisuus hyvinvoinnin lähteenä. Teoksessa Seniorin vuosikirja 2012. Espoo: Kustannus Oy Maamerkki, 184–190.

Sarvimäki A, Karvinen E (2012) Vanhuksien yksityisyyttä ja oikeutta ulkoilla on puolustettava. Helsingin sanomat 28.11.2012.(Mielipide.)

Tiihonen A (2012) Eri-ikäistä ja –kokoista vapaaehtoisuutta. Julkaistu sivulla www.vapaaehtoisiksi-seniorina.fi, 29.8.2012. <http://www.vapaaehtoisiksi-seniorina.fi/sitenews/view/-/nid/56/ngid/3>

Tiihonen A (2012) Lontoo 2012 ikäpolvikokemuksena. Kolumni. <http://www.ikainstituutti.fi/sitenews/view/-/nid/87/ngid/3/15.8.2012>.

Tiihonen A (2012) Vapaaehtoistoiminnassa kohti ikäpolvien yhteistoimintaa. Julkaistu 11.5.2012 <http://www.vapaaehtoisiksi-seniorina.fi/app/blog/comments/-/id/17>



Esitykset tieteellisissä kongresseissa

Sarvimäki A, Stenbock-Hult B (2012) Mental health and quality of life in older caregivers. 21st Nordic Congress of Gerontology June 10th – 13th, 2012, Copenhagen, Denmark. Abstracts and Program, 206. (Poster presentation.)

Fried S (2012) Older people's accounts of their mental well-being and resources. 21st Nordic Congress of Gerontology June 10th–13th, 2012, Copenhagen, Denmark. Abstracts and Program, 115. (Oral presentation)

Fried S, Heimonen S, Jokinen P, Laine M (2012) Meaning in Old Age. Knowledge and Tools for Supporting the Mental Well-Being of Older People. 21st Nordic Congress of Gerontology June 10th–13th, 2012, Copenhagen, Denmark. Abstracts and Program, 190. (Poster presentation)

Fried S, Lumme-Sandt K, Heikkinen, S, Jolanki, O (2012): Koti sukupolvien kohtaamispaikkana. Sosiaalipolitiikan päivät, 25.–26.10.2012, Jyväskylä. (Suullinen esitys)

Jolanki O, Fried S, Heikkinen S, Lumme-Sandt K (2012): Housing and moving decisions of older people in Finland. 21st Nordic Congress of Gerontology June 10th–13th, 2012, Copenhagen, Denmark. Abstracts and Program, 150. (Oral presentation)

Karvinen E (2012) Peer Group Leader Training in Finland. Hepa Congress, 26 September 2012 Cardiff, Wales. (Oral presentation)

Karvinen E, Kalmari P, Koivumäki K (2012). Ikäihmisten liikunnan kansallinen toimenpideohjelma -liikunnasta terveyttä ja hyvinvointia. (Posteresitys Fysioterapia-kongressissa 17.-18.4.2012)

Karvinen E, Kalmari P, Salminen U, Starck H, Säpyskä-Nordberg M, Urtamo A (2012). Voimaa vanhuuteen – iäkkäiden terveystoimintaohjelma (2005-2014). (Posteresitys Fysioterapia-kongressissa 17.-18.4.2012)

Kalmari P, Urtamo A, Vuorjoki-Andersson, E, Salminen U, Starck H, Säpyskä-Nordberg M, Karvinen E (2012) Lack of guided exercise for older adults with mobility limitations. 21st Nordic Congress of Gerontology June 10th – 13th, 2012, Copenhagen, Denmark. Abstracts and Program, 206. (Poster presentation.)

Pohjolainen P, Simonen M, Eriksson J, Penttinen L (2012) Physical Functional Capacity and Its Determinants among Elderly People. GSA Sixty-fifth Annual Scientific Meeting, 14.-18.11.2012 San Diego, California (poster presentation).

Saarenheimo M, Pietilä M, Raitakari S, Tiihonen A, Pohjolainen P (2012) Life course and generations (poster). 21st Nordic Congress of Gerontology, Copenhagen 10.–13.6.2012.

Simonen M, Eriksson J, Pohjolainen P, Penttinen L (2012) Associations between birth size and performance in a testing situation: Pilot observations on functional capacity assessment in the Helsinki Birth Cohort Study. 21st Nordic Congress of Gerontology June 10th – 13th, 2012, Copenhagen, Denmark. Abstracts and Program. (Poster presentation.)

Arve S., Eloranta S., Rovio S., Isoaho H., Viitanen M. & Lehtonen A. Depressive symptoms among older people: A 15-year Follow-Up. 21st Nordic Congress of Gerontology, 10. – 13.6.2012 Copenhagen, Denmark. (oral presentation)

Eloranta S., Arve S., Isoaho H., Kalam-Salminen L., Aro I. & Routasalo P. Nurses' Perceptions of Patient-Centred Care in Gerontological Nursing in Finland and in Estonia. 21st Nordic Congress of Gerontology, 10. – 13.6.2012 Copenhagen, Denmark. (poster)

Eloranta S, Isoaho H, Routasalo P, Lehtonen A, Viitanen M & Arve S. 2012. Ikäihmisten elämänsenteessä tapahtuneet muutokset 15 vuoden seurannassa. XII Kansallinen hoitotieteellinen konferenssi, Alakko nää mua? Yhteistyöllä vaikuttavaa hoitotieteellistä tutkimusta. 27.9.–28.9.2012 Oulun yliopisto. (suullinen esitys)

Tiihonen A (2012) Neljän polven treffit – neljästä eri näkökulmasta. Miten hyvinvointiyhteiskuntaa voi 'tuunata' kohti kaiken ikäisten yhteiskuntaa? Sosiaalipolitiikan päivät, 26.10.2012, Jyväskylä. Esitys.

Tiihonen A (2012) Aktiivisesti ikääntyvien miesten liikunnalle antamat merkitykset, Psykologia 2012 kongressi, 22.8.2012, Turku. Esitys.

Tiihonen A (2012) When the Body Says – No more, 9th International Seminar for Physical Education Teachers at Vierumäki the Sport Institute of Finland, 30.7.2012, Presentation & Workshop. Yhteistyö



Yhteistyö ja asiantuntijatehtävät

Ikäinstituutin säätiön jäsenyys muissa järjestöissä

Terveyden edistämisen keskus ry
 Vanhusten palvelutaloyhdistys ry
 Vanhustyön keskusliitto ry
 Suomen sosiaali ja terveys ry
 Elinkeinoelämän keskusliitto ry (Sosiaalialan työnantaja ja toimialaliitto ry)
 Suomen kansainvälinen senioritanssiliitto ry
 Veronmaksajien keskusliitto ry

Kotimaisia yhteistyökumppaneita

Arcada, Nylands svenska yrkeshögskola
 Eläkeliitto
 Eläkeläiset ry
 Eläkkeensaajien keskusliitto
 Finlands seniordansförbund rf
 GeroCentersäätiö
 Helsingin kaupunki, liikuntavirasto, sosiaalivirasto ja terveyskeskus
 Helsingin yliopisto, sosiaalitieteiden laitos
 Hengitysliitto Heli ry
 Hämeenkyrön kunta
 IKÄ-KASTE
 Jyväskylän yliopisto, Gerontologian tutkimuskeskus
 Kasvun ja vanhenemisen tutkijat ry
 Kunnossa kaiken ikää –ohjelma
 Kunto ry
 Kuntaliitto
 Liikuntatieteellinen seura
 Mainio Vire Oy
 Omaishoitajat ja Läheiset -Liitto ry
 Opetus- ja kulttuuriministeriö
 Oriveden hoivapalveluyhdistys
 Oulun yliopisto, Hoitotieteen ja terveydenhuollon hallinnon laitos
 Samfundet Folkhälsan i Finland rf
 Senioriliitto
 Settlementiliitto
 Sisäasiainministeriö
 Sosiaali- ja terveysministeriö
 Soveli ry
 Suomen kansainvälisen senioritanssin liitto ry
 Suomen liikunta ja urheilu
 Suomen logoterapiainstituutti
 Suomen mielenterveysseura ry
 Suomen muistiasiantuntijat ry
 Suomen Voimisteluliitto ry

Sydänliitto ry
 Terveyden ja hyvinvoinnin laitos
 UKK-instituutti
 Vanhus- ja lähimmäispalvelun liitto
 Vanhustyön Keskusliitto
 Voimaa vanhuuteen -iäkkäiden terveystoimintatilojen hankekunnat (38 kpl) ja järjestökumppanit (17 kpl), ks. www.voimaavanhuuteen.fi

Kansainvälinen yhteistyö

International Seniorsdance Committee, jäsen
 Health Enhancing Physical Activity –verkosto (Hepa): Ikäinstituutin (jäsenorganisaatio) edustaja
 Health Enhancing Physical Activity –verkoston (Hepa) työryhmä 'Active Aging', jäsen
 Inclusion Europe, Board Member

The Gerontological Society of American kongressin 2012 (San Diego) abstraktien arvioija.
 Pohjoismaisen terveyden edistämisen tutkijaverkon jäsen
 Nordisk Gerontologisk Forening, asiantuntijaneuvoston jäsen
 Noria-Net Health and Welfare pohjoismaisen verkoston ulkoinen asiantuntija (Nordforsk)

Kansainväliset yhteistyökumppanit

Dortmundin tekninen korkeakoulu, Gerontologian instituutti
 Health Enhancing Physical Activity –verkosto (Hepa): Ikäinstituutin (jäsenorganisaatio) edustaja ja Active Ageing työryhmän jäsen
 International Seniorsdance Committee
 Nordiska högskolan för folkhälsovetenskap, Göteborg
 Paseo-projekti (Physical Activity of Sedentary Older People)
 Pohjoismainen terveyden edistämisen tutkijaverkosto, jäsen
 Noria Net-Health and Welfare pohjoismaisen verkoston ulkoinen asiantuntija (Nordforsk)

Luottamus- ja asiantuntijatehtävät

Järjestöt ja säätiöt

EHYT ry:n Onks' uutta tietoo? hankkeen ohjausryhmän jäsen
 Eläkeliitto ry, Hyvinvointityöryhmän jäsen
 GeroCenter-säätiö, hallituksen jäsen ja valtuuskunnan jäsen
 Settlementiliitto ry, Seniori- ja vanhustyöntoimikunnan jäsen
 Suomen muistiasiantuntijat ry, hallituksen jäsen
 Suomen Psykologiliitto, gerontologian toimikunnan jäsen
 Vanhusten Palvelutaloyhdistys (VPTY), hallituksen puheenjohtaja, jäsen ja varajäsen
 Vanhustyön keskusliitto, Ystäväpiiri-hankkeen työryhmän jäsen
 Suomen Kansainvälisen Senioritanssin Liitto ry, puheenjohtaja, sihteeri, tilintarkastaja
 Senioritanssi –lehden päätoimittaja, toimituksen jäsen



Kataja-Parisuhdekeskus ry, 60 plus, parisuhdeprojekti seniori-ikäisille, ohjaus- ja seurantaryhmän jäsen
 Kehitysvammaisten Tukiliitto ry, liittohallituksen puheenjohtaja
 KVPS Tukena Oy, hallituksen jäsen
 Kehitysvammaisten Palvelusäätiö, hallituksen jäsen
 Suomen Palveluohjausyhdistys ry, varapuheenjohtaja
 Muistiliiton Asiakslähtöinen palvelujärjestelmä -projekti, ohjausryhmän jäsen
 Helsingin Alzheimer-yhdistys ry:n Muistiterveyttä ja verkostovoimaa Helsingissä -projekti, johtoryhmän jäsen
 Hedvig Sofiahemmet säätiön isännistön puheenjohtaja
 Helena Lavikaisen säätiö, hallituksen jäsen
 Vanhusten Palvelutaloyhdistys (VPTY), Etsiväpiirit-projektin ohjausryhmä

Kunnat

Väli-Suomen Ikäkaste II/Ikälain pilotointi –osahankkeen ohjausryhmän jäsen
 Lasipalatsin Mediakeskus Oy ja Helsingin kulttuurikeskus, Osaattori- Taidetta vanhuksille,töitä taiteilijoille -hankkeen ohjausryhmän jäsen

Valtakunnalliset, ministeriöt

lääkäiden neuvontapalvelut ja hyvinvointia edistävät kotikäynnit (THL, Kuntaliitto), työryhmän jäsen
 Kunnossa kaiken ikää -ohjelma, ohjausryhmän jäsen
 Valtion liikuntaneuvoston erityisliikunnan jaos (OKM), jäsen
 Valtion liikuntaneuvosto, Erityisliikunnan jaoston koulutustyöryhmä
 Valtakunnallinen vammaisneuvosto (VANE), varajäsen
 IKÄ-KASTE II -hankkeen seurantaryhmän jäsen
 Kolmaslähde –hankkeen (OKM, Teak, Aalto) ohjausryhmän puheenjohtaja (2010-2013)

Tutkimusorganisaatiot, oppilaitokset

Gerontologia-lehden toimituskunnan jäsen
 Kasvun ja vanhenemisen tutkijat ry, hallituksen varajäsen, varatilintarkastaja
 Nursing Philosophy -lehden toimituskunnan jäsen.
 Refereenä tieteellisissä aikakauslehdissä (Scandinavian Journal of Caring Science, Vård i Norden, Gerontologia)
 WeDO-verkoston jäsen (Palmenia, THL)
 Kasvatustieteen dosenttuuri, sosiaaligerontologian dosenttuuri (Helsingin yliopisto)
 Gerontologian dosentti, Tampereen yliopisto
 Suomen dosenttiliitto ry, hallituksen jäsen
 Tampereen dosenttiyhdistys ry, hallituksen varapuheenjohtaja
 Väitöskirjan ohjaaminen valmiiksi (Nordiska högskolan för folkhälsovetenskap, Göteborg)
 Väitöstilaisuuden arviointikomitean jäsen (Nordiska högskolan för folkhälsovetenskap, Göteborg)
 Väitöskirjan esitarkastus (Helsingin yliopisto, lääketieteellinen tiedekunta)
 Väitöskirjan esitarkastus. (Jyväskylän yliopisto, liikuntatieteellinen tiedekunta)
 Väitöskirjan esitarkastus. (Aalto yliopisto)
 Kolmen pro gradutyön ohjaus (Helsingin yliopisto, sosiaalitieteiden laitos)
 Pro gradutyön tarkastus (Helsingin yliopisto, sosiaalitieteiden laitos)
 Toimituskunnan jäsen ISRN Obesity
 HELPS tutkijayhteisön jäsen (Helsingin yliopisto, sosiaalitieteiden laitos)
 4D Geoscientists tutkijayhteisön jäsen (Helsingin yliopisto, Aalto yliopisto, Geodeettinen laitos)
 Kansallisen ikääntymistutkimusverkoston jäsen (THL)

Elintavat ja toimintakyvyn moniulotteisuus terveyden ennustajina -hankkeen projektipäällikkö
 (Helsingin yliopisto, rahoitus: STM)
 Vapari-hankkeen (Laurea, Aalto) ohjausryhmän jäsen (2009-2012)
 Amk-opinnäytetöiden ohjauksia ja tarkastuksia Haaga-Helia amk, Vierumäen yksikkö.

Asiantuntijalausunnot

Lausunto ehdotuksesta laiksi ikääntyneen väestön toimintakyvyn tukemisesta sekä iäkkäiden sosiaali- ja terveyspalveluista, Sosiaali- ja terveysministeriö
 Lausunto Hyvä tieteellinen käytäntö ja sen loukkausten käsitteleminen 2012 –ohjeesta, Tutkimuseettinen neuvottelukunta
 Lausunto ehdotuksesta ikääntyneiden asumisen kehittämisohjelmaksi 2012 – 2015, Ympäristöministeriö
 Lausunto ehdotuksesta uudeksi sosiaalihuoltolaiksi, Sosiaali- ja terveysministeriö



