VUOSIKERTOMUS 2011

Ikäinstituutti

SISÄLTÖ

Johtajan katsaus 2

Huippuhetket ja menestystarinat 3

Toimialat 5
- Ikäihmisten liikunta, toimintakyky ja terveys 5
- Ikäihmisten haavoittuvuus ja hoitamisen haasteet 7

Henkilöstö, hallinto ja talous 9

Sammanfattning 12

Summary 12

Liitteet 13
- Tutkimus- ja kehittämisprojektit 13
- Julkaisut 15
- Yhteistyö ja asiantuntijatehtävät 17

JOHTAJAN KATSAUS

Vuosi 2011 oli Ikäinstituutille historiallinen. Säätiö täytti 40 vuotta ja muutti nimensä. Juhlavuosi huipentui kahteen syksyllä toteutettuun tapahtumaan, joista toinen oli säätiön 40-vuotisjuhla. Marraskuun pimeydestä huolimatta juhla vietettiin valoisissa tunnelmissa Helsingin Messukeskuksessa. Juhlassa esiteltiin säätiön 40-vuotista historiaa ja ajankohtaisia hankkeita seminaariesityksissä, näyttelyssä, puheissa ja keskusteluissa.

Säätiön 40-vuotisjuhlan yhteydessä julkistettiin säätiön uusi nimi, Ikäinstituutin säätiö. Alkuperäinen nimi Kuntokallio-Säätiö oli vahvasti sidoksissa siihen tilaan ja paikkaan Sipoossa, missä säätiö toimi ensimmäiset 26 vuotta. Kun säätiö muutti toimintansa Helsinkiin 1997, maantieteellinen side katkesi, mutta nimi jäi. Ongelmallista oli, että sama nimi pysyi myös Sipooseen jääneellä kurssikeskuksella, jonka kanssa säätiöllä ei ollut enää mitään tekemistä. Uusi nimi Ikäinstituutin säätiö myötäilee tutkimus- ja kehittämiskeskuksen jo vuonna 2002 käyttöön ottamaa nimeä Ikäinstituutti. Nimenmuutos tapahtui sääntömuutoksen yhteydessä, jossa tarkistettiin myös säätiön tarkoitus. Alkuperäisten sääntöjen mukaan säätiön tarkoitus oli "edistää ja kehittää vanhemman ikäpolven kunto- ja virkistystoimintaa". Uusituissa säännöissä todetaan, että tarkoituksena on "edistää ikäihmisten toimintakykyisyyttä ja osallisuutta". Uusi muotoilu on samanhenkinen kuin alkuperäinen, mutta tulkittuna uuteen aikakauteen ja toimintaympäristöön.

Toinen keskeinen juhlavuoden tapahtuma oli valtakunnallisen iäkkäiden ulkoilupäivän päätempaus Helsingin Esplanadilla 6. lokakuuta. Ulkoilutapahtuma oli samalla kuusi kuukautta kestäneen Vie vanhus ulos -nettikampanjan päätepiste. Nettikampanjalla haastettiin vapaaehtoisia, omaisia ja ammattilaisia ulkoilemaan yhdessä vanhusten kanssa. Kampanjasivuille rekisteröitiin yli 20 000 ulkoilukertaa.

Muutenkin säätiön juhlavuosi huomioitiin viestinnässä läpi koko vuoden. Kesällä avattiin Ikäinstituutin uusitut kotisivut, joilla esiteltiin säätiön historiaa ja uusi nimi. 40-vuotistaipaleesta kerrottiin myös Voimaa vanhuuteen -ohjelman WoimaSanomissa, Vanhustyö ja Vanhustenhuollon uudet tuulet -lehtien välityksellä levinneessä liitteessä ja STT-tiedotteessa.

Juhlavuosi teetti paljon työtä, mutta se ei rajoittanut Ikäinstituutin normaalia toimintaa. Tavoitteiden mukaisesti tuotettiin, levitettiin ja juurrutettiin hyviä terveysliikunnan toimintatapoja, tietoa ikäihmisten toimintakyvystä ja vapaaehtoistoiminnan mahdollisuuksista, tietoa mielen hyvinvointiin vaikuttavista tekijöistä, ikäihmisten haavoittuvuudesta ja ikäetiikasta. Sisällölliset ja määrälliset tavoitteet joko saavutettiin tai ylitettiin. Hankkeita toteutettiin yhteensä 17, joista seitsemän omaa ja 10 sellaisia, joissa Ikäinstituutti oli kumppanina mukana. Koulutus tavoitti 5 234 osallistujaa, mikä ylitti tavoitteen ja edellisen vuoden määrän runsaalla 200:lla. Kurssien kouluarvosanojen (4 – 10) keskiarvo oli 8,7. Parhaan arvosanan (9,3) sai kurssi Iloa ja innostusta istumatansseista. Julkaisuja tuotettiin saman verran kuin edellisenä vuonna, n. 60. Vaikka määrä ei kasvanut edelliseen vuoteen verrattuna, vuoden tavoite ylitettiin. Julkaisutoiminta näyttää siis tasaisen vilkkaalta vuodesta toiseen, ja julkaisuja syntyy aina enemmän kuin on suunniteltu.

Yhä keskeisemmäksi tiedon levittämiskanavaksi on viime vuosina muodostunut asiantuntijatyö. Ikäinstituutin työntekijät tekivät vuonna 2011 asiantuntijatyötä ainakin 17 järjestölle, 17 koulutus- ja tutkimustaholle ja seitsemälle ministeriöiden työryhmälle ja hankkeelle. Asiantuntijatyö koostuu mm. panoksista muiden järjestöjen päättävissä elimissä ja hankkeiden seurantaryhmissä, ohjelma- ja toimenpidetekstien kirjoittamisesta, lausuntojen laatimisesta ja konsultoinnista.

Yhteistyö muiden toimijoiden kanssa laajeni ja tiivistyi. Vanhustyön järjestöjen kanssa toteutettiin sekä viestintä- että hankeyhteistyötä. Voimaa vanhuuteen -ohjelman levitys- ja juurrutustyön puitteissa myös kuntien kanssa tehty yhteistyö laajeni. Muiden järjestöjen kanssa suunniteltiin asenne- ja tiedotuskampanjaa vuodelle 2012. Raha-automaattiyhdistys päätti vuoden lopussa ehdottaa kampanjalle hankeavustusta, mikä takaa yhteistyön jatkumisen.

Toimintavuonna 2011 RAY antoi sekä positiivista palautetta että kehittämissuosituksia. Tarkastusraportissaan RAY totesi, että säätiön toiminta on asiantuntevaa ja ajankohtaisiin aiheisiin pureutuvaa. Kehityskohteina mainittiin tulosten ja vaikutusten systemaattinen seuranta ja raportointi, tulosten tekeminen näkyvämmäksi ja havaintojen nostaminen yleiseen keskusteluun. Näihin haasteisiin Ikäinstituutti aikoo vastata tulevina vuosina.

Vuonna 2011 RAY selvitti myös rahoittamiensa tutkimuspainotteisten järjestöjen ja säätiöiden tutkimustoimintaa. RAY oli tyytyväinen Ikäinstituutin tutkimustoimintaan, minkä RAY:n avustustoiminnan johtaja Sisko Seppä toi selvästi esiin 40-vuotisjuhlan puheenvuorossaan.

Kaiken kaikkiaan Ikäinstituutin vuosi 2011 merkitsi ahkeraa työtä, hyviä tuloksia ja vuosien saavutusten juhlaa. Kun vielä talouden tulos oli positiivinen, voimme hyvällä mielellä luoda katseen tulevaisuuteen.

Anneli Sarvimäki, johtaja

HUIPPUHETKET JA MENESTYSTARINAT

1. 40 vuotta hyvän vanhenemisen asialla

Säätiö täytti 40 vuotta ja muutti nimensä Ikäinstituutin säätiöksi. Tätä juhlittiin näyttävästi ja mukavassa tunnelmassa Helsingin messukeskuksessa marraskuussa.

2. Vanhukset vietiin ulos

Vie vanhus ulos -nettikampanjalla haastettiin vapaaehtoisia, omaisia ja työntekijöitä ulkoilemaan vanhusten kanssa. Kampasivuille kirjattiin yhteensä 23 286 ulkoilukertaa ja lukuisia innostavia ulkoilutarinoita.

Kampanja huipentui valtakunnalliseen iäkkäiden ulkoilupäivään 6.10. Päivän päätapahtuma vietettiin Helsingin Esplanadipuistossa. Sateesta huolimatta tapahtuma innosti ikäihmisiä ja ulkoiluystäviä liikkeelle laulamaan, jumpaamaan ja kuuntelemaan Arvi Lindin lukemat ulkoilu-uutiset.

3. Haavoittuvuuden merkeissä risteiltiin Tallinnaan

Kesäisen Tallinnaan suuntautuneen seminaariristeilyn osoittautui suosituksi. Vetonaulana toimi niin risteily monipuolisine sisältöineen sinänsä kuin myös luennoitsijana palkittu näyttelijä ja kouluttaja Outi Mäenpää. Seminaarissa pohdittiin vanhustyön arvoja, haavoittuvuutta ja kohtaamista. Seminaariristeilyyn osallistui vanhustyöntekijöitä ympäri Suomea.

4. Hyviä ikäihmisten terveysliikunnan toimintatapoja vietiin kuntiin

Toimintavuoden aikana valittiin haun perusteella lisää Voimaa vanhuuteen -kuntia tai yhteistoiminta-alueita. Kokonaismääräksi 100 hakijan joukosta muodostui 38. Ilahduttavaa oli kunta- ja järjestötoimijoiden halu puhaltaa yhteen hiileen liikuntaneuvonnan sekä voima- ja tasapainoharjoittelun järjestämiseksi kotona asuville, toimintakyvyltään heikentyneille ihmisille. Mentoreiden matkakilometrit olivat vaivan arvoisia – molemmin päin opittiin uutta ja iäkkäät pääsivät liikkeelle!

Voimaa vanhuuteen -ohjelman ohjausryhmä sai valmiiksi Kansallisen ikäihmisten liikunnan toimenpideohjelman, joka on laatuaan ensimmäinen Suomessa. Asiakirja julkaistiin juhlallisesti Säätytalossa Helsingissä 19.10.2011 ja se herätti suurta mielenkiintoa myös kansainvälisesti Health enhancening physical activity (Hepa) –kongressissa Amsterdamissa. Toimenpideohjelma päätettiinkin kääntää englanniksi.

HUIPPUHETKET JA MENESTYSTARINAT

5. Voimapajoista haettiin mielen hyvinvointia

Vanhuuden Mieli -hanke käynnistyi keväällä. Hankkeessa tuotetaan tietoa ikäihmisten mielen hyvinvoinnista ja kehitetään välineitä mielen hyvinvoinnin tukemiseksi. Vanhuuden Mieli -hankkeessa haluttiin kuulla ikäihmisten näkemyksiä aiheeseen liittyen. Heitä kutsuttiin keskustelemaan mielen hyvinvoinnista ja siihen liittyvistä tekijöistä "Voimavaroja Voimapajoista" -tilaisuuksiin. Runsas osallistujamäärä ja iäkkäiden palaute vahvisti sen, että mielen hyvinvoinnista puhuminen on tärkeää ja ajankohtaista.

6. Uusilla ja uusituilla verkkosivuilla viestittiin aktiivisesti

40-vuotisjuhlassa avattiin Ikäinstituutin tuottamat uudet verkkosivut varttuneidenlahiliikuntapaikat.fi. Niiden avulla Ikäinstituutti kannustaa lähiliikuntapaikkojen suunnitteluun ja rakentamiseen. Sivustolla esitellään iäkkäille sopivia reittejä, pihoja ja toimintapuistoja sekä kerrotaan ulkoilun hyvinvointivaikutuksista.

Ikäinstituutin perussivut ja Voimaa vanhuuteen -ohjelman sivut uusittiin perusteellisesti. Vuoden loppuun mennessä Ikäinstituutti ylläpiti viittä sivustoa: edellä mainittujen lisäksi vapaaehtoiseksiseniorina.fi ja voitas.fi.

7. Ikäinstituutti oli monessa mukana

Ikäinstituutti tiivisti viestintäyhteistyötään Vanhustyön keskusliiton ja Vanhus- ja lähimmäispalvelun liiton kanssa yhteisesiintymisellä TerveSOS-messuilla Espoossa. Yhteinen slogan oli Ikäihminen monessa mukana.

TOIMIALAT

Elina Karvinen
Toimialapäällikkö

IKÄIHMISTEN LIIKUNTA, TOIMINTAKYKY JA TERVEYS

Hyvät terveysliikunnan toimintatavat käyttöön

Hyviä terveysliikunnan toimintatapoja levitettiin ja juurrutettiin määrätietoisesti ennen kaikkea Voimaa vanhuuteen – iäkkäiden terveysliikuntaohjelmassa. Toisen vaiheen (2010 – 2014) tavoitteena on ottaa käyttöön ensimmäisessä vaiheessa (2005 – 2009) kehitettyjä toimintatapoja yhdistäen järjestöjen sekä julkisen sektorin voimavaroja. Hyvien toimintatapojen käyttöönottoa tuetaan Ikäinstituutin mentoroinnilla. Hyvät toimintatavat liittyvät liikuntaneuvonnan, tuloksekkaan voima- ja tasapainoharjoittelun sekä ulkoilun järjestämiseen kotona asuville ikäihmisille, joiden toimintakyky on jossain määriin heikentynyt (75+). Hyviä toimintatapoja hyödynnetään myös iäkkäiden kohderyhmän tavoittamisessa, ohjaajien kouluttamisessa, liikuntatilojen saamisessa ja kuljetusten organisoinnissa. Ohjelmaan on haun perusteella valittu 38 kuntaa tai yhteistoiminta-aluetta kolmessa eri vaiheessa. Viimeiset kunnat tulivat mukaan toimintavuoden lopussa.

Voimaa vanhuuteen -ohjelma lukuina

Kohdekunnissa tai yhteistoiminta-alueilla

- Nimettiin poikkisektoraalinen yhteistyöryhmä ja vastuuhenkilöt
- Toteutettiin 20 ikäihmisten terveysliikunnan kuntakartoitusta ja saatiin valmiiksi 9 kunnan ikäihmisten terveysliikunnan kehitys- ja juurrutussuunnitelmat.
- Järjestettiin 27 paikalliskoulutusta.
- Perustettiin 80 uutta voima- ja tasapainoryhmää
- 1683 toimintakyvyltään heikentynyttä ikäihmistä osallistui ryhmiin.
- Järjestettiin 20 uutta neuvontatilannetta.
- 1649 ikäihmistä hyödynsi neuvontatilanteita.

Koko maassa

- Koulutettiin 81 uutta VoiTas- ja Ulkoiluystäväkouluttajaa.
- Kouluttajat kouluttivat noin 440 uutta vertaisohjaajaa.
- Voimaa vanhuuteen -verkkosivuilla oli 18 734 käyntiä.
- vievanhusulos.fi kampanjasivulle kerääntyi 23 286 ulkoilukertaa yli 70 paikkakunnalla.
- Ulkoilupäivänä kampanjasivustolle kertyi 5000 ulkoilukirjausta
- Lehdistöseuranta tuotti 248 kirjoitusta Voimaa vanhuuteen -ohjelmasta ja 598 kirjoitusta voima- ja tasapainoharjoittelusta.
- Ohjelma tuotti runsaasti viestintä- oppi- ja tiedotusmateriaalia

Senioritanssia levitettiin ja juurrutettiin yhteistyössä Suomen Kansainvälisen Senioritanssin Liiton kanssa Senioritanssitutuksi ja tavaksi -projektissa (2008 – 2011). Tuloksena oli senioritanssitoiminnan käynnistyminen 26 uudella paikkakunnalla. Perustettuja ryhmiä oli 33 ja niihin osallistui 427 uutta harrastajaa. Koko maassa, projekti mukaan lukien, koulutettiin Ikäinstituutin työnä 199 uutta senioritanssin ohjaajaa.

Ulkona liikkumisen ja viherympäristöjen hyvinvointivaikutusten teemaa syvensivät Varttuneiden lähiliikuntapaikat -hanke (2010 – 2012), jossa levitettiin tietoa ikäihmisille sopivista lähiliikuntapaikoista. Hankkeessa tuotettiin uusi verkkosivusto www.varttuneidenlahiliikuntapaikat.fi, johon kuvattiin 12 eri kohdetta. Ne edustivat iäkkäille sopivia toimintapuistoja, palvelutalopihoja ja reittejä. Sivuille koottiin myös lähiliikuntapaikkojen suunnittelua ja ulkona liikkumisen hyvinvointimerkityksiä koskeva ydintieto.

Tietoa hyvistä terveysliikunnan toimintatavoista välitettiin uusien nettisivujen lisäksi voitas.fi –sivustolla sekä tekemällä tunnetuksi Hyviä liikuntatekoja iäkkään hyväksi 1,2,3 –oppaita (Ikäinstituutin sarja Hyvät käytännöt). Julkaisuja tuotettiin yhdeksän (9), konferenssi- ja kongressiesityksiä pidettiin neljä (4). Terveysliikunta-aiheisia kursseja järjestettiin Voimaa vanhuuteen -koulutusten lisäksi viisi (5) ja muita koulutuspäiviä 33. Luentoja pidettiin aiheesta 54. Koulutuksella tavoitettiin kaiken kaikkiaan 3723 ihmistä.

Terveyttä edistävän liikunnan neuvottelukunnan valtuuttamana Voimaa vanhuuteen -ohjelman ohjausryhmä sai tehtäväkseen työstää Kansallisen ikäihmisten liikunnan toimenpideohjelman. Sen kirjoittivat toimialapäällikkö, ohjelmakoordinaattori sekä ohjausryhmän puheenjohtaja.

Tietoa toimintakyvystä ja itsenäisen selviytymisen tukemisesta

Toimialojen yhteisen Vanhuksen koti keskellä kaupunkia -hankkeen (2008 – 2011)
tuloksena syntyi toimintakyvyn laaja-alainen arviointi- ja tukimalli joka Liikunta -toimialan osalta kohdistui kotona asuviin, liikkumiskyvyltään heikentyneisiin ihmisiin. Toimintakyvyn käsitteeseen sisällytettiin fyysinen, psyykkinen, sosiaalinen ja kokemuksellisen osa-alue. Ikäihmisten arkiselviytymistä, ulkona liikkumista, osallisuutta ja toiveita selvitettiin kyselyin, haastatteluin ja havainnoiden.

Tukiohjelma koostettiin ympäristön tarjontaa hyödyntäen. Valittavana oli tuolijumppaa ja säestettyä voimistelua, kuntosaliharjoittelua, kirjaston kotipalvelua, vapaaehtoisten tukea, keskusteluryhmiä ja yksilöllistä tukea. Keskusteluryhmä tarjosi vertaistukea liikuntavaikeuksista kärsiville ikäihmisille ja tuotti tietoa liikkumisen merkityksestä elämän eri vaiheissa. Hankkeen jälkeen osa iäkkäistä ihmisistä jatkoi osallistumista liikuntaryhmiin omin kustannuksin ja esim. kuntosalitoiminnan järjestäjä innostui lisäämään ryhmiä kotona asuville, liikkumiskyvyltään heikentyneille ikäihmisille.

Yksilöllisen tukimallin keskeisiksi elementeiksi kiteytyivät luottamuksen rakentaminen, iäkkään kokemuksen ja toiveiden kuuleminen, iäkkään 'kannattelu' ja kannustaminen pitkänä prosessina saman kontaktihenkilön avulla. Iäkkään elinpiirin ja arjen tunteminen oli olennaista tukiprosessissa. Käynnit ja puhelinkontaktit osoittautuivat hyväksi tavaksi säilyttää kosketus ihmisen arjessa tapahtuviin muutoksiin. Hankeen oppeja voidaan soveltaa laajasti Ikäinstituutin toiminnassa.

Elintavat ja toimintakyvyn moniulotteisuus ikääntyvien ihmisten terveyden ennustajina
(yhteistyöhanke: Helsingin yliopiston ja THL) –hankkeessa on tuotettu uutta tutkimustietoa toimintakyvystä. Tutkimusten mukaan lihavuus ennustaa voimakkaammin fyysisen toimintakyvyn heikentymistä kuin yksittäiset elintavat. Lisäksi hankkeen tutkimustulosten mukaan verenpaine- ja kolesterolilääkkeitä käyttävät ikääntyvät ihmiset lihovat yleisemmin kuin lääkkeitä käyttämättömät ihmiset. Suurimmaksi osaksi tämä lihominen johtuu elintapaeroista. Lääkkeitä käyttävät eivät muuta elintapojaan vaikka niillä olisi verenpainetta ja kolesterolitasoa alentava vaikutus. Hankkeen jo tuotetuista ja tulevista tuloksista tuotetaan vuonna 2012 suositusraportti interventioiden ja tukiohjelmien suunnittelun tueksi.

Kotona kunnossa-projekti (2008 - 2011) toteutettiin yhteistyössä Käpyrinteen palvelutalon kanssa. Siinä kohderyhmänä olivat kotona asuvat ja huonokuntoiset ikäihmiset. Vuoden 2009 aikana noin 20 kotipalvelujen piirissä olevalle iäkkäälle henkilölle tehtiin jokaiselle useita toimintakykymittauksia, joiden avulla seurattiin kuntoutuksen vaikutuksia. Kuntoutuksessa korostui palveluohjaus ja –neuvonta. Ikäinstituutti vastasi hankkeeseen liittyvästä tutkimuksellisesta osuudesta. Projektin loppuraportti on nähtävissä Käpyrinteen palvelutalon verkkosivuilla.

Tarmoa arkeen -projektissa (2009 – 2012), joka toteutetaan yhteistyössä Hämeenkyrön kunnan perusturvapalvelujen kanssa, tarkoituksena on selvittää voidaanko huonokuntoisten ikäihmisten fyysiseen ja psyykkiseen toimintakykyyn vaikuttaa pitkäkestoisella (6 kk) voima-tasapainoharjoittelulla, ravitsemuskuntoutuksella ja psyykkissosiaalisella ryhmäkuntoutuksella. Lisäksi selvitetään tutkittavien kaatumistapaturmat ja sairaalakäynnit. Yhteensä projektiin osallistuu noin 70 tutkittavaa. Viimeiset interventiojaksot päättyivät 2011.

Tulokset osoittivat, että etenkin voima-tasapaino-ravitsemus-ryhmässä lihasvoima (tuolilta nousu, kyynärvarrenkoukistus, käden puristusvoima) ja tasapaino paranivat verrattuna kontrolliryhmään. Interventio-ohjelma (voima-tasapaino-ravitsemus) vaikutti positiivisesti myös elämänlaatuun, kun sitä arvioitiin Nottingham Health Profile – mittarilla.

Ikäinstituutti on mukana Helsingin yliopistossa toteutettavassa Idefix-tutkimuksessa (IDentifying Early Factors In syndrome X). Tutkimuksen päämääränä on selvittää, miten sikiökauden ja lapsuuden kasvu sekä olosuhteet vaikuttavat aikuisiän ja vanhuuden terveydentilaan sekä vanhenemisprosesseihin. Tutkimuksen kohdejoukkona ovat vuosina 1934 – 44 syntyneet helsinkiläiset (n=8760). Heistä n. 1000 henkilöä kutsutaan vuosina 2011 - 12 toimintakykymittauksiin, jotka toteutetaan yhteistyössä ikäinstituutin kanssa. Toimintakykyä arvioidaan useilla eri menetelmillä (mm. lihasvoimamittaukset, nivelten liikkuvuus, tasapaino, kuuden minuutin kävelytesti, reaktioaika). Toimintakykymittausten lisäksi selvitetään hauraus – raihnaisuus –oireyhtymän (frailty) esiintyvyyttä.

Toimintakyky -teemasta tuotettiin yksi projektiraportti, kuusi tieteellistä artikkelia ja yksi kongressiesitys.

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

Sirkkaliisa Heimonen
toimialapäällikkö

IKÄIHMISTEN HAAVOITTUVUUS JA HOITAMISEN HAASTEET

Toimialalla tarkasteltiin monipuolisesti ikäihmisten kohtaamisen etiikkaa, osallisuuden tukemisen haasteita ja osallistuvaa arkea sekä haavoittuvuutta ja mielen hyvinvointia. Kokemuksellinen vanheneminen, muistisairaiden ihmisten ja heidän omaistensa arjen haasteet sekä ikäihmisten päihdekysymykset palveluasumisen piirissä olivat myös toimialan keskeisinä aiheina.

Toimialan tunnettuus asiantuntijatahona on vahvistunut, mikä on näkynyt asiantuntijatehtävien ja koulutusten määrän kasvuna sekä yhteistyöverkostojen tiivistymisenä. Erityisesti vanhuuden haavoittuvuuteen ja vanhustyön eettisiin teemoihin sekä muistisairaiden ihmisten hoitoon liittyvä asiantuntijuus toimialalla on tunnistettu ja tunnustettu. Toimialan asiantuntijuutta on vahvistanut uutena sisältöalueena oleva logoterapeuttisen ajattelu ja sen soveltamisen mahdollisuudet. Ihmisarvoa ja elämän tarkoituksellisuutta korostavana ajattelu- ja asennoitumistapana se on herättänyt laajaa kiinnostusta vanhustyön toimijoiden parissa ja antanut oivallisen uuden näkökulman tarkastella vanhusten kohtaamista, muistisairaiden ihmisten hoitoa ja hoidon etiikkaa. Sisältöteemojen vahvistumisen ja laajentumisen myötä muutettiin toimialan nimi syksyllä. Uudeksi nimeksi valittiin 'Ikäihmisten kohtaaminen, osallisuus ja mielen hyvinvointi'.

Päihdepelisääntöjä, vapaaehtoistoimintaa ja mielen hyvinvointia

Vanhuuden Mieli – tietoa ja välineitä vanhusten mielen hyvinvoinnin vahvistamiseksi - projektin (2011–2014) käynnistymisvuonna toteutettiin iäkkäille ihmisille keskustelutilaisuuksia mielen hyvinvoinnista, kartoitettiin taustaa aiheeseen liittyen ja aloitettiin iäkkäiden tutkimushaastattelut. Hankkeessa toteutetut avoimet keskustelutilaisuudet 'Voimavaroja Voimapajoista' kokosivat ikäihmisiä esittämään näkemyksiään mielen hyvinvointiin vaikuttavista tekijöistä. Hankkeen ydinteemoista on tiedotettu muita toimijoita erityisesti artikkeleiden välityksellä.

Päihdepelisäännöt palvelutaloihin – projektin (2009–2012) päätapahtuma toimintavuonna oli loppuseminaari, jossa esiteltiin kehittämistyön kokonaisuus sekä julkistettiin talokohtaisten kehittämisprosessien tuloksina syntyneet palvelutalokohtaiset pelisäännöt.

Vapaaehtoisuus, vertaisuus, osallisuus -hankkeessa (2007 – 2011) tuotettua tietoa sekä muuta tutkimustietoa vapaaehtoistoiminnasta ja sen mahdollisuuksista levitettiin kattavasti. Hankkeen tuotoksena syntynyttä vapaaehtoiseksiseniorina.fi -sivustoa päivitettiin säännöllisesti ja syksyllä julkaistiin hankkeen loppuraportti. Hankkeen kiteytyksenä syntynyt "Ikänäkemystä vapaaehtoistoimintaan" - liite levitettiin yhteensä noin 10 000 kappaleena Vanhustenhuollon Uudet Tuulet ja Vanhustyö -lehtien välityksellä.

Toimialojen yhteisessä Vanhuksen koti keskellä kaupunkia – projektissa (2008–2011) toteutettiin alkuvuonna loppuseminaari, jossa nostettiin esiin projektissa tuotettua tietoa muistisairaiden ihmisten haavoittuvuudesta, arjen haasteista ja tuen tarpeista sairauden alkuvaiheessa. Myös elämätarinaviitekehykseen rakennettu voimavaralähtöinen vertaisryhmätoiminta muistisairaille ihmisille ja siitä saadut kokemukset olivat esillä päätösseminaarissa. Hankkeen kehittämis- ja tutkimustyön tulokset kiteytettiin loppuraporttiin. Jatkotutkimuksena on työn alla väitöstutkimus yksinasuvan muistisairaan ihmisen toimijuudesta arjessa (2011 – 2013).

Yhteistyöhankkeena Arcadan omaishoitajahanke (SUFACARE = Supporting Family Caregivers and Receivers 2009–2011) tuotti tietoa ikääntyvien omaishoitajien elämänlaadusta ja mielenterveydestä. Tulosten mukaan omaishoitajilla oli kuormittuneisuudestaan huolimatta tärkeitä henkisiä voimavaroja. He arvioivat mielenterveytensä hyväksi, kokivat itsensä arvokkaiksi ja elämänsä merkitykselliseksi.

European Foundationin raportti syrjäytymisvaarassa olevien ikäihmisten vapaaehtoistyöstä julkaistiin

2011. Raportti sisälsi Ikäinstituutin tuottaman osion, jossa esiteltiin kolme esimerkkiä Suomesta. Hanke oli eurooppalainen yhteishanke, jota johti Dortmundin yliopiston gerontologian instituutti.

Aktiivista tiedon levittämistä

Toimialan julkaisutoiminta oli aktiivista. Toimialan edustajat olivat mukana kirjoittamassa tieteellisiä tutkimusraportteja ja artikkeleita, joita julkaistiin toimintavuoden aikana kuusi. Esityksiä tieteellisissä konferensseissa oli yhteensä 12. Ikäinstituutin kehittämis- ja tutkimusprojekteihin liittyviä raportteja julkaistiin toimintavuoden aikana 4, jotka myös sisälsivät yksittäisiä artikkeleita toimialan edustajien asiantuntijuusalueilta. Muita artikkeleita julkaistiin yli 20. Lisäksi läheisessä yhteydessä toimialaan on valmisteilla yksi väitöskirjatyö.

Toimialan koulutus tähtäsi etiikka- ja laatuosaamisen levittämiseen ja juurruttamiseen vanhustyöhön. Koulutuksissa painotettiin erityisesti haavoittuvuutta ja hoidon eettisiä kysymyksiä, muistisairaiden ihmisten kohtaamisen haasteita sekä mielen hyvinvointia. Suositussa laivaseminaarissa pureuduttiin vanhuksen haavoittuvuuteen ja sen kohtaamiseen. Toimialan prosessikoulutuksissa käsiteltiin vanhusten mielen hyvinvoinnin ja haavoittuvuuden maailmaa, muistisairaiden ihmisten hoitoa sekä luovia menetelmiä vanhustyössä. Yksittäiset kurssipäivät niveltyivät vanhusten itsemääräämisoikeuteen, yötyön ja yksintyöskentelyn kysymyksiin, luovien menetelmien soveltamiseen sekä omaisyhteistyöhön. Tilauskoulutusten määrän kasvu todentaa osaltaan toimialan tunnettuuden vahvistumista ja sisältöalueiden ajankohtaisuutta ja puhuttelevuutta. Räätälöityjä tilauskoulutuksia toteutettiin lukuisia mm. logoterapeuttiseen ajatteluun muistisairaiden ihmisten hoidossa, itsemääräämisen kysymyksiin sekä hoidon etiikkaan ja arvoihin liittyen. Erityisesti logoterapeuttisen ajatteluun liittyvä koulutus on ollut kysyttyä. Koulutus tavoitti runsaat 1500 ammattihenkilöä.

Toimialalla työskenteli kahdeksan henkilöä: toimialapäällikkö, erikoissuunnittelija ja osa-aikainen suunnittelija ja tutkija. Lisäksi toimialan projekteissa työskenteli kaksi tutkijaa, kaksi suunnittelijaa ja yksi osa-aikainen koordinaattori. Henkilöstön toimivat ja tiiviit yhteistyöverkostot ovat edesauttaneet toimialan kehittämis- ja tutkimustyön tulosten monipuolista soveltamista vanhustyön käytäntöihin.

Toimialan kehittämistoiminta oli aktiivista ja tilauskoulutusten kysyntä vilkasta. Uudet aihealueet osoittautuivat mielenkiintoa herättäviksi. Toimialan tulos oli positiivinen.

HENKILÖSTÖ, HALLINTO JA TALOUS

Säätiössä oli toimintavuonna 2011 yhteensä 31 henkilöä, joista 15 osan vuotta tai osa-aikaisina. Henkilöstön osaamista ja työhyvinvointia tuettiin kehityskeskusteluilla, koulutuksella ja virkistyspäivillä sekä liikunta- ja kulttuuriseteleillä.

Säätiössä ovat kuuluneet talouspäällikkö, toimistoassistentti ja toimistoapulainen. Kirjanpito ja palkanlaskenta oli ulkoistettuna toimintavuoden elokuun loppuun ja palvelu ostettiin Suomen Tilipalvelu Oy:ltä. Syyskuun alusta lukien, kun talouspäällikön toimi runsaan kolmen vuoden määräajaksi muutettiin osa-aikaiseksi, palkattiin samaksi määräajaksi kokoaikainen taloushallinnon assistentti.

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 palkkakustannuksiin, ja siksi osa palkoista ja toimintakulut kokonaisuudessaan on rahoitettava asiantuntijatyön laskutuksella. Vuodelle 2012 haettiin avustukseen lisäystä viestintäsuunnittelijan palkkaamista ja viestinnän tehostamista varten. Lisärahoitusta ei saatu.

Säätiön hallituksessa toimivat seuraavat henkilöt (nelivuotiskausi 1.4.2010-31.3.2014):
ylisosiaalineuvos, 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 (Vanhus- ja lähimmäispalvelun liitto ry), apulaislyllääkäri, LKT Otto Lindberg (Societas Gerontologica Fennica ry), dosentti, VTT Anni Vilkko (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 JHTT Jari Ritari (varalla kaupunkitarkastaja Tuomas Mettomäki).

Jyrki Pinomaa, talouspäällikkö

TULOSLASKELMA AJALTA 1.1.2011 - 31.12.2011 -> AJALTA 1.1.2010 - 31.12.2010
Tilikausi: 1.1.2011 - 31.12.2011

	2011	Ed. vuosi	Ero	Ero %
TUOTOT				
* Laskutus yhteensä	289 854,34	289 263,62	590,72	0,20 %
* Toiminnan muut tuotot yhteensä	849 152,46	968 277,57	119 125,11-	12,30-%
* Toiminta-avustukset yhteensä	307 000,00	472 000,00	165 000,00-	34,96-%
**** TUOTOT YHTEENSÄ	1 446 006,80	1 729 541,19	283 534,39-	16,39-%
KULUT				
Henkilöstökulut				
** Palkat ja palkkiot yhteensä	1 083 981,77-	1 109 335,05-	25 353,28	2,29-%
** Eläkekulut yhteensä	199 335,84-	165 314,95-	34 020,89-	20,58 %
** Muut henkilöstökulut yhteensä	75 047,83-	63 526,93-	11 520,90-	18,14 %
*** Henkilöstökulut yhteensä	1 358 365,44-	1 338 176,93-	20 188,51-	1,51 %
** Poistot yhteensä	3 395,79-	5 700,58-	2 304,79	40,43-%
Muut kulut				
** Toimintakulut	374 675,30-	432 007,82-	57 332,52	13,27-%
** Hallinto- ja ylläpitokulut	175 610,96-	246 953,90-	71 342,94	28,89-%
*** Muut kulut yhteensä	550 286,26-	678 961,72-	128 675,46	18,95-%
**** KULUT YHTEENSÄ	1 912 047,49-	2 022 839,23-	110 791,74	5,48-%
***** Tuotto- /kulujäämä	466 040,69-	293 298,04-	172 742,65-	58,90 %
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	466 040,69-	293 298,04-	172 742,65-	58,90 %
Sijoitus- ja rahoitustoiminta				
** Tuotot	1 616,91	1 739,16	122,25-	7,03-%
** Kulut	1 135,85-	859,31-	276,54-	32,18 %
*** Sijoitus- ja rahoitustoiminta yhteensä	481,06	879,85	398,79-	45,32-%
Satunnaiset erät				
** Satunnaiset tuotot	67 275,17	0,00	67 275,17	
Yleisavustukset				
** Yleisavustukset yhteensä	472 000,00	287 000,00	185 000,00	64,46 %
Investointiavustukset				
Vapaaehtoisten varausten muutos				
***** Tilikauden tulos	73 715,54	5 418,19-	79 133,73	1 460,52-%

TASE AJALTA 1.1.2011 - 31.12.2011

Tilikausi: 1.1.2011 - 31.12.2011

Tili Nimi	31.12.2011	31.12.2010
V A S T A A V A A		
PYSYVÄT VASTAAVAT		
Aineelliset hyödykkeet		
* Koneet ja kalusto	10 187,35	12 353,32
keskeneräiset hankinnat		
** Aineelliset hyödykkeet yht	10 187,35	12 353,32
Sijoitukset		
* Osakkeet ja osuudet	4 271,26	4 271,26
** Sijoitukset yht	4 271,26	4 271,26
**** PYSYVÄT VASTAAVAT YHT	14 458,61	16 624,58
VAIHTUVAT VASTAAVAT		
Vaihto-omaisuus		
* Aineet ja tarvikkeet	33 078,00	36 163,60
** Vaihto-omaisuus yht	33 078,00	36 163,60
Lyhytaikaiset saamiset		
* Myyntisaamiset	29 867,63	47 537,18
* Lainasaamiset	946,00	946,00
* Ennakkomaksut	15 237,09	589,30
* Muut saamiset	115 003,51	89 144,19
* Siirtosaamiset	5 926,88	24 212,03
** Lyhytaik.saamiset yht	166 981,11	162 428,70
Rahoitusarvopaperit		
* Muut arvopaperit	24 436,60	24 363,51
** Rahoitusarvopaperit yht	24 436,60	24 363,51
Rahat ja pankkisaamiset		
* Rahat ja ps yht	191 882,77	140 367,36
**** VAIHTUVAT VASTAAVAT YHT	416 378,48	363 323,17
***** VASTAAVAA YHT	430 837,09	379 947,75

TASE AJALTA 1.1.2011 - 31.12.2011

Tilikausi: 1.1.2011 - 31.12.2011

Tili Nimi	31.12.2011	31.12.2010
V A S T A T T A V A A		
OMA PÄÄOMA		
* Säätiöpääoma	5 045,64	5 045,64
* Rahastot	3 583,01	68 888,18
* Ed.tilik.voitto(tappio)	32 082,92-	26 664,73-
* Tilik.voitto(tappio)	73 715,54	5 418,19-
**** OMA PÄÄOMA YHT	50 261,27	41 850,90
VIERAS PÄÄOMA		
Lyhytaikainen vieras pääoma		
* Ostovelat	18 780,36	59 924,91
** Ostovelat	18 780,36	59 924,91
* Palkkavelka	2 545,37	0,00
* Verotili	24 671,27	24 378,00
* Ay - jäsenmaksuvelka	0,00	4,44
* Avustusvelka RAY	111,00	47 422,95
* Avustusvelka OKM	75 000,00	0,00
* TyEL-velka	21 640,28	0,00
* Muut velat	628,50	8 268,91
** Muut velat	124 596,42	80 074,30
* Työnantajan muut vak.varaukset	2 019,38-	0,00
* Lomapalkka- ja sosiaalikuluvelka	188 059,66	173 209,78
* Siirtovelat	51 158,76	24 887,86
** Siirtovelat	237 199,04	198 097,64
*** Lyhytaikainen vpo yht	380 575,82	338 096,85
**** VIERAS PÄÄOMA YHT	380 575,82	338 096,85
***** VASTATTAVAA YHT	430 837,09	379 947,75
****** EROTTAA	0,00	0,00

TILINTARKASTUSKERTOMUS

Ikäinstituutin Säätiön hallitukselle
Olemme tarkastaneet Ikäinstituutin Säätiön kirjanpidon, tilinpäätöksen, toimintakertomuksen ja hallinnon tilikaudelta 1.1.2011 - 31.12.2011. Tilinpäätös sisältää taseen, tuloslaskelman ja liitetiedot.

Hallituksen vastuu
Hallitus vastaa tilinpäätöksen ja toimintakertomuksen laatimisesta ja siitä, että ne antavat oikeat ja riittävät tiedot Suomessa voimassa olevien tilinpäätöksen ja toimintakertomuksen laatimista koskevien säännösten ja määräysten mukaisesti. Hallitus vastaa kirjanpidon ja varainhoidon valvonnan asianmukaisesta järjestämisestä sekä siitä, että kirjanpito on lain mukainen ja varainhoito luotettavalla tavalla järjestetty.

Tilintarkastajan velvollisuudet
Velvollisuutemme on antaa suorittamamme tilintarkastuksen perusteella lausunto tilinpäätöksestä ja toimintakertomuksesta sekä säätiölain edellyttämistä seikoista. Tilintarkastuslaki edellyttää, että noudatamme ammattieettisiä periaatteita. Olemme suorittaneet tilintarkastuksen Suomessa noudatettavan hyvän tilintarkastustavan mukaisesti. Hyvä tilintarkastustapa edellyttää, että suunnittelemme ja suoritamme tilintarkastuksen hankkiaksemme kohtuullisen varmuuden siitä, onko tilinpäätöksessä tai toimintakertomuksessa olennaista virheellisyyttä, ja siitä, ovatko säätiön hallituksen jäsenet syyllistyneet tekoon tai laiminlyöntiin, josta saattaa seurata vahingonkorvausvelvollisuus säätiötä kohtaan, taikka rikkoneet säätiölakia tai säätiön sääntöjä.

Tilintarkastukseen kuuluu toimenpiteitä tilintarkastusevidenssin hankkimiseksi tilinpäätökseen ja toimintakertomukseen sisältyvistä luvuista ja niissä esitettävistä muista tiedoista. Toimenpiteiden valinta perustuu tilintarkastajan harkintaan, johon kuuluu väärinkäytöksestä tai virheestä johtuvan olennaisen virheellisyyden riskin arvioiminen. Näitä riskejä arvioidessaan tilintarkastaja ottaa huomioon sisäisen valvonnan, joka on säätiössä merkityksellistä oikeat ja riittävät tiedot antavan tilinpäätöksen ja toimintakertomuksen laatimisen kannalta. Tilintarkastaja arvioi sisäistä valvontaa pystyäkseen suunnittelemaan olosuhteisiin nähden asianmukaiset tilintarkastustoimenpiteet mutta ei siinä tarkoituksessa, että hän antaisi lausunnon säätiön sisäisen valvonnan tehokkuudesta. Tilintarkastukseen kuuluu myös sovellettujen tilinpäätöksen laatimisperiaatteiden asianmukaisuuden, toimivan johdon tekemien kirjanpidollisten arvioiden kohtuullisuuden sekä tilinpäätöksen ja toimintakertomuksen yleisen esittämistavan arvioiminen.

Käsityksemme mukaan olemme hankkineet tarpeellisen määrän tarkoitukseen soveltuvaa tilintarkastusevidenssiä.

Lausunto tilinpäätöksestä ja toimintakertomuksesta
Lausuntonamme esitämme, että tilinpäätös ja toimintakertomus antavat Suomessa voimassa olevien tilinpäätöksen ja toimintakertomuksen laatimista koskevien säännösten ja määräysten mukaisesti oikeat ja riittävät tiedot säätiön toiminnan tuloksesta ja taloudellisesta asemasta. Toimintakertomuksen ja tilinpäätöksen tiedot ovat ristiriidattomia.

Muut lakiin perustuvat lausunnot
Säätiön varat on asianmukaisesti sijoitettu ja säätiön toimielimien jäsenille maksettuja palkkioita on pidettävä kohtuullisina. Säätiön tilinpäätös ja toimintakertomus antavat oikeat ja riittävät tiedot säätiön toiminnasta.

Helsingissä 16. huhtikuuta 2012

Jari Ritari JHTT
Asemakuja 1 A 3
05400 Jokela

Kari Roine HTM, JHTT
Siltakyläntie 5 C 6
00740 Helsinki

SAMMANFATTNING

År 2011 var ett märkesår i Äldreinstitutets historia. Stiftelsen (Kuntokallio-Säätiö) fyllde 40 år, vilket firades med seminarium, fest och utställning. Lämpligt till 40-årsjubiléet ändrades också stiftelsens stadgar så att stiftelsen bytte namn. Det officiella namnet blev Ikäinstituutin säätiö (Äldreinstitutets stiftelse). Stiftelsens syfte är att främja de äldres funktionsförmåga och delaktighet. Förutom att de gångna 40 åren firades med ett jubileum genomfördes också en nätkampanj för att involvera så många som möjligt i märkesåret. Idén med nätkampanjen var att motivera frivilliga, närstående och professionella att gå ut tillsammans med äldre personer. Kampanjen pågick ett halvt år och under den tiden registrerades över 20 000 utomhustillfällen. Kampanjen avslutades med en tillställning i Esplanadparken i Helsingfors. Överhuvudtaget satsade Äldreinstitutet på kommunikation och information: en ny nätsida öppnades (varttuneidenlahiliikuntapaikat.fi), en informationsbilaga spreds via två föreningstidningar och flera nyhetsnotiser skickades ut. Samtidigt bedrevs forskning, utveckling, skolning och publikationsverksamhet. Expertuppdragens antal växte.

- 17 projekt pågick, varav sju egna och 10 samarbetsprojekt.
- 5234 personer deltog i skolningarna.
- Kurserna erhöll ett medelvitsord på 8,7 i skala 4 – 10.
- 60 publikationer producerades.
- Expertuppdrag utfördes åt 17 föreningar, 17 forsknings- och utbildningsorganisationer och sju arbetsgrupper och projekt inom ministerierna.

Då också det ekonomiska resultatet var positivt kan Äldreinstitutet med tillförsikt ta sig an kommande utmaningar.

SUMMARY

The year 2011 was a memorable year in the history of the Age Institute. The foundation (Kuntokallio-Säätiö) celebrated its 40th year with a seminar, festival and exhibition. The festivities also saw a change in the statutes of the foundation: the official name of the foundation became Ikäinstituutin säätiö (the Age Institute's foundation). The aim of the foundation is to promote the functional capacity and inclusion of older people. In addition to the festivities of past 40 years, an internet campaign was launched to include as many people as possible in the celebrations. The idea behind the internet campaign was to motivate volunteers, families and professionals to go out with older people. The campaign lasted for six months and during that time more than 20.000 outdoor activities were reported. The campaign culminated in a public event in the Esplanade in Helsinki. In general, the Age Institute focused on communication and information: a new website was launched (varttuneidenlahiliikuntapaikat.fi), an information leaflet was distributed in two NGO newspapers and several bulletins were produced. At the same time we carried out research, development, and training and produced publications. The amount of expert assignments increased.

- 17 projects carried out, of which seven own and 10 cooperation projects.
- 5.234 persons participated in training.
- Training courses gained an average grade of 8.7 on a scale of 4-10.
- 60 publications were produced.
- Expert assignments were carried out for 17 associations and societies, 17 research and development organizations and seven work groups and projects within government ministries.

As the financial result of the year was also positive, the Age Institute can face the challenges of the coming years with confidence.

LIITTEET

TUTKIMUS- JA KEHITTÄMISPROJEKTIT

1. 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 muistisairaiden ihmisten hoitomallia.
Aikataulu: 2011-2014
Rahoitus: RAY
Yhteyshenkilö: Sirkkaliisa Heimonen

2. Yksinasuvan muistisairaan ihmisen toimijuus arjessa

Projektin tarkoitus
Väitöstutkimuksessa tarkastellaan miten yksinasuvan muistisairaan ihmisen toimijuus rakentuu arjessa. Tutkimuksen aineiston keruu on aloitettu Vanhuksen koti keskellä kaupunkia –projektissa (2008-2010), josta tutkimukseen on rekrytoitu muistisairauden alkuvaiheessa olevia, kantakaupungin alueella yksinasuvia henkilöitä. Tutkimuksen tavoitteena on yhtäältä tuottaa tietoa yksinasuvien muistisairaiden ihmisten arkielämästä kaupungissa. Toisena tavoitteena on lisätä myös teoreettista tietoa toimijuuden viitekehyksestä 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 jatkoopiskelijana Jyväskylän yliopiston yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitoksella, sosiaaligerontologian linjalla.
Aikataulu: 2011 – 2013
Rahoitus: Emil Aaltosen säätiö
Yhteyshenkilö: Elisa Virkola

3. Voimaa vanhuuteen 2 - kohti toimintakykyä edistäviä toimintatapoja

Projektin tarkoitus
Voimaa vanhuuteen 2 on jatkoa Voimaa vanhuuteen 1 -ohjelmalle (2005-2009). Kyseessä on ohjelmakokonaisuus, jossa kehitys- ja vakiinnuttamistyötä tehdään järjestösektorin lisäksi kuntien sosiaali- ja terveys- sekä liikuntatoimissa. Ohjelmaan kuuluu ns. yleistä toimintaa (mm. viestintä ja seminaarit) sekä erityistoimintana intensiivistä kehitystyötä 30 (10+10+10) valitussa kunnassa. Ikäinstituutti koordinoi yleistä toimintaa ja ohjaa kuntien juurrutusprosesseja Voimaa vanhuuteen -ohjelman ensimmäisessä vaiheessa kehittyneen mentorointimallin mukaisesti. Paikallistyön tavoitteena on vakiinnuttaa hyvät iäkkäiden liikunnan ja eri sektoreiden yhteistyön tekemisen tavat toimintakyvyltään heikentyneiden kotona asuvien iäkkäiden hyväksi. RAY myönsi joulukuun 2009 avustusehdotuksessaan VV 2 -ohjelmalle viiden vuoden rahoituksen, joka vahvistetaan helmikuussa 2010. Ohjelma odottaa STM:n ja OKM:n rahoituspäätöksiä.
Aikataulu: 2010-2014
Rahoitus: RAY, STM ja OPM
Yhteyshenkilöt: Elina Karvinen ja Pirjo Kalmari

4. Päihdepelisäännöt palvelutaloihin – neuvotellen ja oppien yhteisymmärrykseen

Projektin tarkoitus
Hankkeen päämääränä on kehittää toimintatutkimuksellinen neuvottelu- ja keskustelumalli, jonka avulla voidaan rakentaa yhteiset päihdepelisäännöt. 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
Rahoitus: RAY
Yhteyshenkilöt: Sirkkaliisa Heimonen, Anne-Katri Kemppainen ja Eija Kaskiharju

5. Varttuneiden lähiliikuntapaikat

Projektin tarkoitus
Hankkeen päämääränä on toimintakykyinen vanhuus edistämällä palvelutalojen piha-alueiden sekä lähipuistojen ja reittien suunnittelua ja rakentamista iäkkäiden lähiliikuntapaikoiksi. Hankkeen tavoitteena on koota tietoa erilaisista iäkkäille ja liikkumisrajoitteisille toteutetuista lähiliikuntapaikoista, puistoista ja reiteistä sekä jakaa edellä mainittua tietoa siitä hyötyville tahoille, erityisesti ympäristönsuunnittelijoille, verkkosivujen avulla. Tietoa jaetaan Nuori Suomi ry:n hallinnoiman www.lahiliikuntapaikat.fi -sivuston kautta työstäen teemasta omat www.varttuneidenlahiliikuntapaikat.fi -sivut.
Aikataulu: 2011-2013
Rahoitus: OKM
Yhteyshenkilöt: Elina Karvinen ja Minna Malin

6. Vanhuksen koti keskellä kaupunkia

Projektin tarkoitus
Projektin päämääränä on luoda edellytyksiä liikuntakyvyltään heikentyneiden ja muistisairauden alkuvaiheessa olevien vanhusten osallistumiselle, toiminnalle ja toimijuudelle kaupunkiolosuhteissa sekä tukea heidän kotona asumistaan. Tavoitteena on kehittää toimintatapoja ja välineitä, joilla voidaan arvioida laaja-alaisesti näiden kohderyhmien toimintakykyä sekä laatia monipuoliseen arviointitietoon perustuva tukiohjelman malli.
Aikataulu: 2008-2010/2011
Rahoitus: RAY
Yhteyshenkilöt: Sirkkaliisa Heimonen ja Pertti Pohjolainen

7. Vavero - Vapaaehtoisuus, vertaisuus, osallisuus

Projektin tarkoitus
Projektin tarkoituksena on lisätä ja syventää tietoa ikäihmisten vapaaehtoistoiminnasta ja tarjota sen avulla edellytyksiä vapaaehtoistoiminnan lisäämiseksi eri järjestöissä. Päämääränä on myös aktivoida ikäihmisiä monenlaisina vapaaehtoistoimijoina. Projektissa tutkitaan ikääntyneiden vapaaehtoistoimintaa sekä rakennetaan järjestöjä, muita toimijoita ja ikäihmisiä palveleva tietopankki (www.vapaaehtoiseksiseniorina.fi). Tavoitteena on tuottaa tietoa vapaaehtois- ja vertaistoiminnasta niin osallistujien itsensä kuin myös kansalaisjärjestöjen näkökulmasta. Internet-pohjaisen tietopankin avulla toimijat saavat sekä tutkimus- että käytännön tietoa vapaaehtoistoiminnasta ja -toimijoista. Projektin avulla tarjotaan tietoa jo olemassa olevista toimivista käytännöistä sekä kootaan ja levitetään ikääntymistä ja vapaaehtoisuutta koskevaa tietoa.
Aikataulu: 2007-2011
Rahoitus: RAY
Yhteyshenkilöt: Jere Rajaniemi, Ilka Haarni ja Arto Tiihonen

YHTEISTYÖPROJEKTIT

1. Elämänkulku ja ikäpolvien dialogi

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 elämänkulkua 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. Tutkimuskysymyksinä mm: miten eri ikäpolviin kuuluvat ihmiset jäsentävät elämänkulkua, 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

2. 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 muistisairaan ihmisten osallistavan, hyvän sosiaalisen arjen tukijoiksi. Myös omaisten hyvinvoinnin edistämiseen panostetaan tarjoamalle heille koulutusta. Projektin koulutusten toteutuksesta ja vapaaehtoisten ohjauksesta vastaa Ikäinstituutti.
Yhteyshenkilö: Sirkkaliisa Heimonen

3. 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

4. Measures for Inclusion of the Elderly

Hankkeessa selvitetään ja vertaillaan vapaaehtoistyön käyttämistä osallisuuden välineenä syrjäytymisvaarassa olevien ikäihmisten joukossa eri EU-maissa. Hanketta rahoittaa European Foundation ja sitä koordinoi Dortmundin teknisen korkeakoulun Gerontologian instituutti. Projektin tavoitteena on tuoda esiin ikäihmisten vapaaehtoistyön mahdollisuuksia syrjäytymisen ehkäisyssä. Maaraporteissa kuvataan kunkin maan osallisuutta koskevat politiikat vanhuspolitiikan näkökulmasta sekä vapaaehtoisuutta – erityisesti ikäihmisten tekemää vapaaehtoistyötä - koskeva tilanne ja olosuhteet. Lisäksi esitellään kolme esimerkkiä sellaisesta vapaaehtoistyöstä, jota tarjotaan syrjäytymisvaarassa olevien ikäihmisten tehtäväksi syrjäytymisen ehkäisemiseksi ja osallisuuden lisäämiseksi.
Yhteyshenkilö: Ilka Haarni

5. Omaishoitajien mielenterveys ja elämänlaatu

Tutkimus on osa ammattikorkeakoulu Arcadan EU/Interregin kautta rahoitettua projektia, jossa kehitetään Suomessa ja Virossa kotona asuville ikääntyneille ihmisille ja heidän omaishoitajilleen tukimuotoja (Supporting family caregivers and receivers in Estonia and Finland – developing policies and practices). Tässä tutkimuksessa vertaillaan omaishoitajien ja muiden ikäihmisten mielenterveyttä ja elämänlaatua.
Yhteyshenkilöt: Anneli Sarvimäki ja Bettina Stenbock-Hult (Arcada)

6. 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 laitoshoitoon joutumista ehkäistä tai siirtää myöhemmäksi ja tällä tavoin saada aikaan kustannussäästöjä.
Yhteyshenkilö: Pertti Pohjolainen

7. 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)

8. Pitkäikäisyyden ennakointi -tutkimuksessa aineistona ovat vuosina 1905-06 ja 1909-10 syntyneet jyväskyläläiset (yhteensä 550 henkilöä). Tarkoituksena on ns. baseline-haastattelujen pohjalta arvioida eliniän pituutta ennustavia tekijöitä. Tutkimuksessa selvitetään sosioekonomiseen asemaan, terveyteen ja elämäntyyliin liittyvien tekijöiden yhteyttä eliniän eroihin. Tutkimuksessa on valmisteilla väitöskirja.
Yhteyshenkilöt: Pertti Pohjolainen ja Tapani Sihvola (JY)

9. Senioritanssi tutuksi ja tavaksi on Suomen Kansainvälisen Senioritanssiliiton hanke, joka saa rahoituksensa opetus- ja kulttuuriministeriön kehittämisrahoista. Hankkeen tavoitteena on juurruttaa senioritanssitoimintaa sellaisiin valittuihin Suomen kuntiin, jossa sitä ei vielä ole. Ikäinstituutti tukee hankkeen toteutumista viestintä- ja koulutusmateriaalilla ja omilla verkostoillaan.
Yhteyshenkilö: Elina Karvinen

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

JULKAISUT

Ikäinstituutin julkaisusarjat

Raportteja

Heimonen S (2011) Vanhuksen koti keskellä kaupunkia – projektin lähtökohtia. Raportissa: Heimonen S & Pohjolainen P (toim.) (2011) Laatua vanhuksen elämään omassa kodissa. Vanhuksen koti keskellä kaupunkia -projekti 2008-2011. Loppuraportti. Raportteja 2/2011. Helsinki: Ikäinstituutti, 3-10.

Heimonen S & Pohjolainen P (toim.) (2011) Laatua vanhuksen elämään omassa kodissa. Vanhuksen koti keskellä kaupunkia -projekti 2008-2011. Loppuraportti. Raportteja 2/2011. Helsinki: Ikäinstituutti.

Tiihonen A (toim.) (2011) Vastavuoroisuutta, vertaisuutta ja osallisuutta ikäihmisille. Ikäihmisten vapaaehtois- ja vertaistoiminnan tutkimus- ja kehittämishanke (Vavero) 2007-2011. Loppuraportti. Raportteja 1/2011. Helsinki: Ikäinstituutti.

Virkola E & Heimonen S (2011) Muistisairaiden henkilöiden toimintakyvyn arviointi- ja tukiprosessi. Raportissa: Heimonen S & Pohjolainen P (toim.) (2011) Laatua vanhuksen elämään omassa kodissa. Vanhuksen koti keskellä kaupunkia -projekti 2008-2011. Loppuraportti. Raportteja 2/2011. Helsinki: Ikäinstituutti, 29-45.

Oraita

Heimonen S (2011) Muistisairaus ja mielen voimavarat. Raportissa Sarvimäki A & Syrén I (toim.) (2011) Ikääntyminen ja mielen voimavarat. Seminaariesityksiä 29.-30.11.2010. Oraita 2/2011. Helsinki: Ikäinstituutti, 36 – 39.

Liikanen H-L (2011) Ikääntyminen ja kulttuuri. Kohti seniorikulttuuria. Oraita 1/2011. Helsinki: Ikäinstituutti.

Sarvimäki A (2011) Ikääntyminen ja mielen voimavarat. Raportissa Sarvimäki A & Syrén I (toim.) (2011) Ikääntyminen ja mielen voimavarat. Seminaariesityksiä 29.-30.11.2010. Oraita 2/2011. Helsinki: Ikäinstituutti, 8 – 10.

Sarvimäki A & Syrén I (toim.) (2011) Ikääntyminen ja mielen voimavarat. Seminaariesityksiä 29.-30.11.2010. Oraita 2/2011. Helsinki: Ikäinstituutti.

Virkola E (2011) Yksinasuvan muistisairaan ihmisen toimijuus arjessa. Raportissa Sarvimäki A & Syrén I (toim.) (2011) Ikääntyminen ja mielen voimavarat. Seminaariesityksiä 29.-30.11.2010. Oraita 2/2011. Helsinki: Ikäinstituutti, 40 – 43.

Hyvät käytännöt

Lyytikäinen R, Salminen U & Karvinen E (2011) Senioritanssi tutuksi ja tavaksi – senioritanssin levitys- ja juurrutushanke 2008-2010. Hyvät käytännöt 1/2011. Helsinki: Ikäinstituutti.

Voimaa vanhuuteen –ohjelman julkaisusarja
Uutiskirje 1/2011
WoimaSanomat 1/2011

Tutkimusraportit ja -artikkelit

Eloranta S, Hannukainen S, Routasalo P, Viitanen M & Arve S. (2011) Pharmaceutical care as described by home-dwelling older people in Finland. Medicina (Kaunas) 47(11), 629-34.

Fried S (2011) Ostarista paikalliskeskukseksi. Lähiön kauppapaikan muutos eläkeikäisten kuvaamana ja kokemana. Alue ja Ympäristö 40(2), 49–60.

Karisto A, Kuhalampi A, Tiihonen A & Willman T (2011) Identity Work with Creative Methods – Older Adults as Graphic and Personal Novelists. In Acculturating Age. Approaches to Cultural Gerontology (Edited B. J. Worsfold). Edicions i Publicacions de la Universitat de Lleida.

Mahler M, Svensson T & Sarvimäki A (2011) The balance of life: two case studies on falls and fall-prevention in older persons. Vård I Norden/Nursing Research in the Nordic Countries 30(4), 22 – 26.

Nummela O, Sulander T, Helakorpi S, Haapola I, Uutela A, Heinonen H, Valve R & Fogelholm M (2011) Register-based data indicated nonparticipation bias in a health study among ageing people. Clinical Journal of Epidemiology 64, 1418–1425.
Pirnes E, Tiihonen A (2011) Merkityksellisen ja kokemuksellisen (kansalais)toimijuuden pelikenttä. Yhteiskuntapolitiikka 76 (4), 436-448.

Pohjolainen P (2011) Toimintakyky vanhuudessa - tutkimuksen näkökulma. Teoksessa T Heinonen (toim) Seniorityössä on imua. Aktiivisesti ikääntyen Pirkanmaalla - hankkeen loppuraportti. Tampereen ammattikorkeakoulun julkaisuja, Sarja B. Raportteja 43. Tampere, 45-50.

Pohjolainen P (2011) Functional capacity and its associations with age, education and health among unemployed people. Teoksessa C-H Nygård (toim) Age Management during the Life Course. Proceedings of the 4th Symposium on Work Ability. Tampere University Press, Tampere, 438 – 443.

Pohjolainen P, Sulander T & Karvinen E (2011) Helsingin keskustassa asuvien ikäihmisten terveys, toimintakyky ja elintavat. Gerontologia 25 (1), 3 -14.

Stenbock-Hult B & Sarvimäki A (2011) The meaning of vulnerability to nurses caring for older people. Nursing Ethics 18, 31 – 41.

Sulander T (2011) The association of functional capacity with health-related behavior among urban home-dwelling older adults. Archives of Gerontology and Geriatrics 1, e11-e14.

Sulander T, Heinonen H, Pajunen T, Karisto A, Valve R, Pohjolainen P, Seppälä U & Fogelholm M (2011) Verenpaine- ja kolesterolilääkkeitä käyttävien vyötärönympärysmitan muutokset kuuden vuoden seurannassa. Sosiaalilääketieteellinen aikakauslehti 48, 196–203.

Tiihonen A, Pirnes E (2011) Maaseutuyhteisöllisyyden muutos ja tulevaisuuden näkymät – viitekehyksenä kulttuuri- ja liikuntaharrastukset. Teoksessa Kattilakoski M, Kilpeläinen A & Peltomäki P Hyvinvointi ja yhteisöllisyys. Maaseutupolitiikan yhteistyöryhmän julkaisuja 10/2011.

Asiantuntijajulkaisut

Eloranta S, Heimonen S (2011) Kuntoutumista edistävä vanhustyö – ideologiasta käytännön tekoihin. Hoivapalvelut nro 5-6/2011, 29-30.

Heimonen S, Mäki-Petäjä-Leinonen A (2011) Cooperation and collaboration between national and European organisations. Dementia in Europé 8, 10-12.
Ikänäkemystä vapaaehtoistoimintaan - Näköaloja seniorivapaaehtoisuuden edistämiseen. Ikäinstituutti 2011. (Liitteenä lehdissä Vanhustenhuollon uudet tuulet 3-4/2011 & Vanhustyö 3/2011)

Karvinen E, Kalmari P (2011) Varttuneet liikkujat tulevat – oletko valmis liikuntakulttuuri? Liikunta & Tiede 48:5/11, 58-60.

Karvinen E, Kalmari P & Koivumäki K (2011) Ikäihmisten liikunnan kansallinen toimenpideohjelma. Liikunnasta terveyttä ja hyvinvointia. Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuja 2011:30.

Kaskiharju E, Kemppainen A-K (2011) Asukkaat raittiita tai kohtuukäyttäjiä. Kyselytutkimus palvelutalojen asukkaiden alkoholinkäytöstä. Vanhustenhuollon Uudet Tuulet 3-4, 28-29.

Kaskiharju E, Sarjakoski H (2011) Kulttuuriketju – pieniä suuria asioita ja hyviä käytäntöjä kulttuuritoiminnan järjestämiseksi hoitopaikoissa. Hyvät käytännöt. Helsinki: Ikäinstituutti, (pdf).

Laine M, Heimonen S (2011) Logoterapeuttisen ajattelun mahdollisuudet muistisairaiden ihmisten hoidossa. Memo 2/2011,12-15.
Laine M (2011) Vanhuuden Mieli – tarkoitusta täynnä. Memo 4/2011, 14–15.

Stenbock-Hult B, Sarvimäki A (2011) Omaishoitajien mielenterveyden ja elämänlaadun edistäminen. Hoivapalvelut nro 5-6/2011, 20 - 22.

Sulander T, Säpyskä-Nordberg M, Starck H & Karvinen E (2011) Ryhmäliikunta lisää ikäihmisten myönteisiä kokemuksia toimintakyvystä. Vanhustyö nro 1, 17-19.

Säpyskä-Nordberg M, Starck H & Karvinen E (2011) Voimaa vanhuuteen -ohjelmassa tehdään liikuntatekoja iäkkään hyväksi. Fysioterapia nro 4, 10-13.

Tiihonen A (2011) Erilaisia ikämiehiä. Teoksessa Erilainen tapa vanheta (toim. Viiru, K; Manninen, J; Nieminen, M; Suominen, H; Sundqvist, C; Tiihonen, A; Taponen. R). Suomen Veteraaniurheiluliitto, Kajaani.

Tiihonen A (2011) Mitä "väliä" urheilemisella oikein on? - 11-15 –vuotiaat huippu-urheilun näkökulmasta. Teoksessa Salasuo M & Kangaspunta M (toim.): Hampaat irvessä.Painavia sanoja 11-15 –vuotiaiden kilpaurheilusta. Nuorisotutkimusverkosto/ Nuoristotutkimusseura, verkkojulkaisuja 39, 2011, 25-31. http://www.nuorisotutkimusseura.fi/julkaisuja/hampaatirvessa.pdf

Oppikirjat ja -materiaalit

Urtamo A, Karvinen E, Säpyskä-Nordberg M & Kalmari P (2011) Iäkkäiden ihmisten liikuntaneuvonta. Perusteluja ja toimintamalleja matalan kynnyksen liikuntaneuvonnan järjestämiseksi. Helsinki: Ikäinstituutti.

Vuorjoki-Andersson E, Salminen U (2011) Kotijumppa. Teoksessa Harju J: Luusto lujaksi elämän tavoilla. Ehkäise ja hoida osteoporoosia ravinnolla ja liikunnalla. Atena, Jyväskylä, 208-211.

Yleistajuiset julkaisut

Fried S (2011) Ikääntyminen ja tarkoituksellisuus elämässä – gerontologian ja logoterapian risteysasemalla. Fikkari 3/2011, 19–20.
Haarni I (2011) Kolmatta ikää eläviin pitää panostaa. Aamulehti 3.3.2011 (Lukijalta)
Haarni I, Rajaniemi J (2011) Vapaaehtoistoiminta eläkeiässä lähes unohdettu. Turun Sanomat 31.3.2011 (Alakerta)
Karvinen E (2011) Ulkoilun aika. Senioritanssi 1/2011, 2
Laine M (2011) Logoterapeuttinen ajattelutapa ja ikääntyvien mielen hyvinvointi. Fikkari 3/2011, 4.
Laine M (2011) Logoterapeuttinen ajattelutapa muistisairaan ihmisen hoidossa. Fikkari 3/2011, 20–21.
Pohjolainen P (2011) Sukupolvi vai ikäpolvi. Blogikirjoitus 5.10.2011 Elämänkulku ja ikäpolvet hankkeen nettisivuilla. www.ikapolvet.fi
Pohjolainen P (2011) Itsemääräävä ja itsepärjäävä ikäihminen. Gerontologia 25 (4), 264-5.
Rajaniemi J (2011) Ikääntyminen vapaaehtoistoiminnan kuvana. www.ikainstituutti.fi/Kolumni
Sarvimäki A (2011) Tutkimus ja käytäntö tukemaan toisiaan. Vanhustyö/ Seniorarbete nr 1, 54. (Kolumni)
Sarvimäki A (2011) Äldreinstitutet leder kampanjen. Hufvudstadsbladet 18.4.2011. (Debatt.)
Säpyskä-Nordberg M (2011) Iloa ulkoilusta - tukea tuttavasta. Senioritanssilehti 1/2011, 4-5.
Tiihonen, A (2011) Punapaidat – lahtelainen mäkilegenda. Kirja-arviointi teoksesta Karisto, A & Laaksonen P: Punapaidat – lahtelainen mäkilegenda. Liikunta & tiede, 48, (6), 94-96.
Tiihonen A (2011) Vapaaehtoistoiminta kansalaisvelvollisuudeksi. Vanhustyö nro 4.
Tiihonen A (2011) Veteraaniyleisurheilijamies – erilainen liikkuja vai malli muille? Ikiliikkuja 5/21, 21-22.
Tiihonen A (2011) Eri-ikäinen minä. Blogikirjoitus 5.9.2011 Elämänkulku ja ikäpolvet –hankkeen nettisivuilla www.ikapolvet.fi
Tiihonen A (2011) Vavero-hanke (2007-2011). Blogikirjoitus 2.12.2011 www.vapaaehtoiseksiseniorina.fi
Tiihonen A (2011) Terveisiä maaseudulta. Blogikirjoitus 8.18.2011 2011 www.vapaaehtoiseksiseniorina.fi
Tiihonen A (2011) Vapaaehtoisuus on kokemuksellista. Blogikirjoitus 12.4.2011 2011 www.vapaaehtoiseksiseniorina.fi

Esitykset tieteellisissä kongresseissa

Fried S (2011) Eläkeikäiset kauppareissulla: kaupunkitila aktiivikäytössä. Kaupunkitutkimuksen päivät 5.-6.5.2011, Tampere

Fried S (2011) Taking a qualitative look at everyday competence. Symposium on Cultural Gerontology 6.-9.10.2011, Maastricht, Alankomaat.

Heimonen S, Laine M (2011) Meaningful life for people with dementia through logotherapeutic model of dementia care. 21st Alzheimer Europe Conference, 6-10.10.2011 Warsaw.

Karvinen E, Kalmari P & Koivumäki K (2011) Well-being from exercise – A proposal for a national policyprogramme on physical activity for older adults in Finland. Hepa Europe Meeting, Amsterdam 11.-13.10.2011.

Karvinen E, Starck H, Kalmari P, Säpyskä-Nordberg M & Salminen U (2011) The Strength in Old Age Programme promotes active ageing. VII European congress Healthy And Active Ageing For All Europeans "II" 13-17.4.2011 Bologna

Kaskiharju E, Kemppainen A-K (2011) Ikäihmisten alkoholinkäyttö palvelutaloissa. Suullinen esitys. Vanhustyön vastuunkantajat 14.10.2011 Helsinki.

Kaskiharju E & Kemppainen A-K (2011) Kysymyksiä ja vastauksia ikääntyvien palvelutaloasukkaiden alkoholinkäytöstä. Suullinen esitys. XVIII Valtakunnalliset päihde- ja mielenterveyspäivät, 11.-12.10.2011 Tampere

Kaskiharju E & Kemppainen A-K (2011) Outcomes of Participatory Methods among Elderly Residents: Attitudes and Reactions in Developing Alcohol Practices. Drug Rules in Service Housing project. Oral Presentation 10th Conference of the European Sociological Association, 7th -10th September 2011 Geneva.

Korpelainen O, Eloranta S & Arve S. (2011) Kotona asuvan ikääntyneen henkilön toimintakyvyn edistäminen eri toimijoiden yhteistyöllä. Vanhustyön vastuunkantajat 14.10.2011, Helsinki.

Korpelainen O, Eloranta S & Arve S. (2011) Improving the functional capacity of home-dwelling older people by collaboration. International Conference to Celebrate Nursing Department 10 Years Anniversary, Science and Art of Nursing: Topical Issues 30th of September – 1st of October 2011, Klaipeda, Lithuania.

Mäki-Petäjä-Leinonen A & Heimonen S (2011) The vulnerability of a person with dementia and models of protection. 21st Alzheimer Europe Conference, 6-10.10.2011 Warsaw.

Pohjolainen P (2011) Physical exercise and nutrition among old and frail people. aging clinical and experimental research. Vol. 23, Suppl. to No, 1, February, p. 216 (abstract). VII European Congress. Healthy and Active Ageing for All europeans – II, Bologna.

Rajaniemi J (2011) Suuret ikäluokat järjestötoiminnassa – keskustelunavaus. Kansalaisyhteiskunnan tutkimus- ja kehittämispäivät 17.–18.2.2011, Jyväskylä.

Tiihonen A, Pirnes E (2011) Merkityksellisen ja kokemuksellisen (kansalais)toimijuuden pelikenttä. Esitys Kansalaisyhteiskunnan tutkimus- ja kehittämispäivien työryhmässä Osallistuminen yhteiskunnallisena ja yhteiskuntatieteellisenä ongelmana. Jyväskylä 18.2.2011.

Tiihonen A (2011) Miksi liikumme – itsearviointimenetelmä liikkumisen merkitysten tutkimisessa ja liikuntaneuvonnan työkaluna. Esitys, Lahden tiedepäivä, 29.11.2011.

YHTEISTYÖ JA ASIANTUNTIJATEHTÄVÄT

Ikäinstituutin säätiön jäsenyys muissa järjestöissä

Terveyden edistämisen keskus ry
Vanhusten palvelutaloyhdistys ry
Vanhustyön keskusliitto ry
Sosiaali- ja terveysjärjestöjen yhteistyöyhdistys YTY ry
Veronmaksajain keskusliitto ry
Elinkeinoelämän keskusliitto ry (Sosiaalialan työnantaja- ja toimialaliitto ry)
Suomen Kansainvälisen Senioritanssin Liitto ry

Kotimaiset yhteistyökumppanit, mm.

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
Käpyrinne ry
Kuntaliitto
Liikuntatieteellinen seura
Nuori Suomi ry
Opetus- ja kulttuuriministeriö
Oulun yliopisto, Hoitotieteen ja terveydenhuollon hallinnon laitos
Reumaliitto ry
Samfundet Folkhälsan i Finland rf
Sininauhaliitto
Sisäasiainministeriö
Sosiaali- ja terveysministeriö
Suomen kansainvälisen senioritanssin liitto ry
Suomen liikunta ja urheilu
Suomen logoterapiainstituutti
Suomen mielenterveysseura ry

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

Kansainväliset yhteistyökumppanit

Dortmundin tekninen korkeakoulu, Gerontologian instituutti
Health Enhancing Physical Activity –verkosto (Hepa): Ikäinstituutin (jäsenorganisaatio) edustaja ja Active Ageing työryhmän jäsen
International Seniordance 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)

Asiantuntijatehtävät mm.

Tehtävät kolmannella sektorilla

EHYT ry:n Onks' uutta tietoo? –hanke, ohjausryhmän jäsen
Eläkeliitto ry, hyvinvointityöryhmän jäsen
GeroCentersäätiö, hallituksen jäsen, valtuuskunnan jäsen
Hedvig Sofiahemmet –säätiö, isännistön puheenjohtaja
Helsingin Alzheimer-yhdistys ry:n Muistiterveyttä ja verkostovoimaa Helsingissä –projekti, johtoryhmän jäsen
Helsingin seudun mielenterveysseura (HSMS), hallituksen jäsen
Kehitysvammaisten Tukiliitto ry, liittohallituksen puheenjohtaja
Kunnossa kaiken ikää ohjelma, ohjausryhmän jäsen
Muistiliiton Asiakaslähtöinen palvelujärjestelmä –projekti, ohjausryhmän jäsen
Settlementtiliitto, seniori- ja vanhustyötoimikunta, jäsen
Sosiaalipedagogiikan säätiö, hallituksen jäsen, varapuheenjohtaja
Suomen Kansainvälisen Senioritanssin liitto ry, puheenjohtaja ja sihteeri, tilintarkastaja, Senioritanssilehden päätoimittaja ja toimituskunnan jäsen
Suomen muistiasiantuntijat ry, hallituksen jäsen
Valtakunnallinen vammaisneuvosto (VANE), varajäsen
Vanhusten palvelutaloyhdistys ry, hallituksen varajäsen ja puheenjohtajuus
Vanhustyön keskusliitto ry, Ystäväpiiri-hankkeen ohjausryhmän jäsen

Tehtävät kuntasektorilla

Aktiivisesti ikääntyen Pirkanmaalla –projektin ohjausryhmän jäsen
IKÄ-KASTE –ohjelman seurantaryhmä

Tehtävät ministeriöiden työryhmissä

Ikäihmisten liikunnan kansallinen toimenpideohjelma, työryhmän jäsen
Kansallinen muistiohjelma (STM), asiantuntijasihteeri
3. lähde –hankkeen (Teak, OKM, ESR) ohjausryhmän jäsen
Sosiaali- ja terveysministeriön Ikäverkko
Terveyttä edistävän liikunnan ohjausryhmä, laajemman kokoonpanon jäsen
Työ- ja elinkeinoministeriön ikääntymisen aiheuttamien vaikutusten arviointia suunnitteleva työryhmä, jäsen
Valtion liikuntaneuvoston erityisliikunnan jaos, jäsen, koulutuskoordinointiryhmän jäsen
Valtion liikuntaneuvoston arvioinnin ohjausryhmä, jäsen

Tehtävät tutkimusorganisaatioissa

Dosentuureja Helsingin yliopistossa ja Tampereen yliopistossa
Elintavat ja toimintakyvyn moniulotteisuus terveyden ennustajina –hankkeen projektipäällikkö (Helsingin yliopisto)
Gerontologia-lehti, toimituskunnan jäsen
HELPS-tutkijayhteisö (Helsingin yliopisto), jäsen
Ikääntyminen, hyvinvointi ja teknologia –tutkijakoulun johtoryhmän jäsen
Kasvun ja vanhenemisen tutkijat ry, hallituksen jäsen, sihteeri, varatilintarkastaja
Norges forskningsråd, kansainvälisen arviointipaneelin jäsen
Nursing Philosophy –lehti, toimituskunnan jäsen
Scandinavian Journal of Caring Sciences, referee
Sosiaalilääketieteellinen Aikakauslehti, referee
Suomen dosenttiliitto ry, hallituksen jäsen
Suomen Psykologiliitto, geropsykologian toimikunta
Tampereen dosenttiyhdistys, hallituksen varapuheenjohtaja
Toimintakyvyn arvioinnin ja mittaamisen kansallisen asiantuntijaverkoston
Ikääntyneiden toimintakyky –ryhmä (THL), jäsen
Vapari-hanke (amk Laurea, Aalto-yliopisto), ohjausryhmän jäsen
Väitöskirjojen ja muiden opinnäytetöiden ohjaus ja tarkastus
WeDO-hankkeen (Palmenia, THL) kansallinen verkosto, jäsen

Lausunnot ja asiantuntijakuulemiset

Sisäasiainministeriön toimintaohjelma ikääntyneiden turvallisuuden parantamiseksi
Oikeusministeriön selvitys ikääntyneisiin kohdistuvista rikoksista ja niiden ehkäisemisestä
Muistiohjelma
Lakiehdotus iäkkään henkilön sosiaali- ja terveyspalvelujen saannin turvaamiseksi
Eduskunnan sosiaali- ja terveysvaliokunta, asiantuntijakuuleminen

Ikäinstituutti

Ikäinstituutti, Asemapäällikönkatu 7, 00520 Helsinki, puh. 09 6122160.

Valokuvat: Tapani Romppaninen ja Ossi Gustafsson. Layout & kannen valokuva: Sampo Mäkelä

RAY TUKEE
ray
RAY STÖDER