

## Yhteistyön vilkas vuosi

Ikäinstituutti edistää iäkkäiden ihmisten toimintakykyä ja osallisuutta. Tähtäämme erityisesti niiden iäkkäiden ihmisten hyvinvoinnin lisäämiseen, joilla on päivittäisessä toiminnassaan hankaluuksia, terveysongelmia, sitova perhetilanne, pienet tulot tai kokemus yksinäisyydestä. Tavoittemme on, että heillä on hyvät mahdollisuudet jatkaa omannäköistään elämää omissa yhteisöissään. Tätä työtä tarvitaan Suomessa yhä enemmän ja teemme sitä koko maassa.

Kumppanuudet järjestöjen ja kuntien kanssa ovat korvaamattomia. Yhteistyössä kehitämme toimintamalleja ja otamme niitä käyttöön. Ilman yhteistyötä ei synny pysyvää muutosta, joka on kaiken toimintamme tavoite. Voimaa vanhuuteen -terveysliikuntaa edisti kanssamme 183 kuntaa tiivistämällä kunnan eri toimialojen ja paikallisten järjestöjen yhteistyötä. Kaikkiin maakuntiin rakennettiin kuntien kanssa liikunnan oppimisverkostot varmistamaan kokemusten vaihto ja valmius yhteistyöhön kuntien ja kunkin maakunnan kesken. Näin laajan työn resurssit saatiin hallituksen Hyvät käytännöt pysyvään käyttöön -kärkihankkeesta ja Veikkauksen voittovaroista.

Taloyhtiöiden asukkaiden yhteistä toimintaa on edistetty Kotkassa ja Helsingissä. Mielen hyvinvointiin keskittyvää alueellista Ikäopistoa on kanssamme rakentanut Kouvola.

Järjestöt ja niiden kautta tavoitetut iäkkäät ihmiset olivat keskeisiä kumppaneitamme. Valli ry:n kanssa aloitimme Elämänote-ohjelman koordinoinnin, jossa 19 järjestöhanketta tukee iäkkäiden osallisuutta. Lisäksi paikallisten kansanterveysyhdistysten ja liikuntaseurojen

jäsenet opiskelivat mielen ja kehon hyvinvoinnin keinoja ja veivät niitä ryhmätoimintaansa. Eläkeläis-, kansanterveys- ja liikuntajärjestöjen aktiivit ulkoilivat tukea tarvitsevien iäkkäiden kanssa. Koulutimme lukuisia uusia vertaisohjaajien ja ammattilaisten kouluttajia ja vapaaehtoisia.

Veimme päättäjille tietoa hyvinvoinnin ja ikäystävällisen asuinympäristön kehittämisen käytännöistä. Ne ovat eettisesti kestäviä tapoja vähentää palveluiden tarvetta varsin pienin kustannuksin. Kun iäkkäät itse innostuvat toimimaan vertaisohjaajina ja vapaaehtoisina, voittavat kaikki.

Yksittäisten henkilöiden tarinat siivittivät meitä myös viime vuonna, kuten palaute yhteisestä etä- ja kotijumpasta:

*"No mä pystyn kävelemään nyt ilman noita sauvoja. Hyvä tavoite, että olen luopunut kepeistä. Koiran kanssa pystyn kävelemään ihan tavallisesti. Koko ajan mennään valoisampaan suuntaan."*

**Päivi Topo,**  
johtaja, Ikäinstituutti



Kuva: Ossi Gustafsson

### Vuosi 2018 lukuina



**9** valtakunnallista ohjelmaa ja kehittämishanketta



**114 500** verkkosivukävijää



**33** julkaisua



**6500** osallistujaa koulutuksissa



**8700** some-seuraajaa



**30** työntekijää



**11 800** materiaalien PDF-latausta



**12** uutta videota



**2,4 miljoonaa €** kokonaisbudjetti

# Hyviä käytäntöjä

**Elämäntaidot esiin -kampanja innosti toteuttamaan yli 200 mielen hyvinvoinnin keskustelutilaisuutta**

**Ikäihmisten terveysliikuntaan koulutettiin 244 uutta koulutajaa sekä 955 vertaisohjaajaa ja ammattilaista**

**Helsingin ja Kotkan 20:ssä Kotikulmilla-taloyhtiöissä koulutetut vapaaehtoiset TaloTsempparit järjestivät iäkkäiden asukkaiden kanssa yhteistä toimintaa**

**Elämänote-koordinaatio vieraili ohjelman 19 hankkeen luona eri puolilla Suomea**

**Virtuaalisesti Voimaa vanhuuteen -hankkeessa kehitettiin etäliikuntaa ja tuotettiin neljä uutta jumbpavideota**



**Ratkaisuja  
hyvään  
vanhuuteen**

**Elämäni eläkevuodet -valmentajapareja koulutettiin 30 paikkakunnalle toteuttamaan paikallisia valmennuksia**

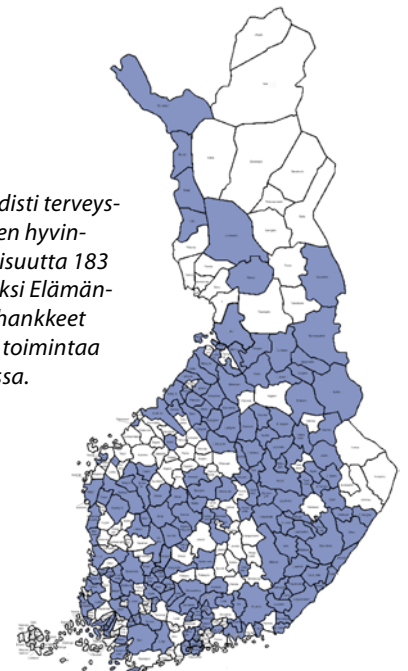
**Iäkkäät osallistuivat kunnan liikuntapalveluiden kehittämiseen liikuntaraadeissa 38 Voimaa vanhuuteen -kunnassa**

**Vie vanhus ulos -kampanja innosti 133 paikkakunnalla vapaaehtoisia tukea tarvitsevien iäkkäiden ulkoiluystäviksi**

## Poimintoja yhteistyöstä

- Kunnossa kaiken ikää, Liikkuva koulu, Voimaa vanhuuteen ja Ilo kasvaa liikkuen -ohjelmat järjestivät ensimmäistä kertaa Liikkuen läpi elämän -seminaarin Jyväskylässä, joka kokosi 1 300 eri-ikäisten liikunnan parissa työskentelevää ammattilaista
- Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen kanssa toteutettiin yhteinen Ikääntyminen ja mielen hyvinvointi -seminaari
- Viherympäristöliiton kanssa järjestettiin kuntouttavan viherympäristön suunnittelu- ja käyttöseminaari, jossa esiintyi kansainvälisiä puutarhaterapian uranuurtajia
- Epilepsialiiton, Hengitysliiton, Reumaliiton ja Sydänliiton vertaisohjaajia koulutettiin ohjaamaan mielen hyvinvoinnin ryhmiä Mieliapakista elämänvoimaa -hankkeessa
- Ympäristöministeriön kanssa tuotettiin oppaita ja video asuinympäristöjen muisti- ja ikäystävällisyydestä
- Suomen Kansainvälisen Senioritanssin Liiton ja Finlands Seniordans förbund kanssa toteutettiin Nordisk Träff-tanssitapahtuma

*Ikäinstituutti edisti terveysliikuntaa, mielen hyvinvointia ja osallisuutta 183 kunnassa. Lisäksi Elämänote-ohjelman hankkeet suunnittelevat toimintaa 17 maakunnassa.*



# Tuloslaskelma 2018

## Ikäinstituutin Säätiö

|                                      | <b>Toteutunut<br/>1.1.-31.12.18</b> | <b>Budjetti<br/>1.1.18-31.12.18</b> | <b>Toteutunut<br/>1.1.-31.12.17</b> |
|--------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|
| <b>VARSINAINEN TOIMINTA</b>          |                                     |                                     |                                     |
| TOIMINNAN TUOTOT                     | 300 869,76                          | 155 000,16                          | 227 232,87                          |
| TOIMINTA-AVUSTUKSET                  | 1 550 462,96                        | 1 331 605,92                        | 1 177 479,29                        |
| <b>TUOTOT</b>                        | <b>1 851 332,72</b>                 | <b>1 486 606,08</b>                 | <b>1 404 712,16</b>                 |
| <b>KULUT</b>                         |                                     |                                     |                                     |
| HENKILÖSTÖKULUT                      | -1 428 794,78                       | -1 329 969,96                       | -1 223 287,03                       |
| ELÄKEKULUT                           | -237 871,85                         | -236 736,12                         | -203 491,43                         |
| HENKILÖSIVUKULUT                     | -40 618,41                          | -43 888,92                          | -42 419,78                          |
| MUUT HENKILÖSTÖKULUT                 | -54 033,21                          | -48 499,92                          | -48 779,16                          |
| POISTOT                              | -4 895,57                           | 0,00                                | -3 918,94                           |
| MATKAKULUT                           | -168 228,07                         | -84 900,12                          | -86 831,65                          |
| TIEDOTUSKULUT                        | -147 600,26                         | -141 999,72                         | -121 979,15                         |
| VUOKRAT                              | -140 645,16                         | -121 299,96                         | -120 298,77                         |
| OPPIMATERIAALIKULUT                  | -129 228,08                         | -88 800,12                          | -62 544,53                          |
| MUUT KULUT                           | -144 618,57                         | -79 600,20                          | -91 735,47                          |
| <b>KULUT</b>                         | <b>-2 496 533,96</b>                | <b>-2 175 695,04</b>                | <b>-2 013 994,89</b>                |
| <b>TOIMINNAN MUUT KULUT</b>          |                                     |                                     |                                     |
| KÄYTTÖ-JA YLLÄPITOKULUT              | -45 183,62                          | -27 899,88                          | -42 706,55                          |
| HALLINTOKULUT                        | -137 031,59                         | -115 010,88                         | -125 641,51                         |
| TOIMINNAN MUUT KULUT                 | -182 215,21                         | -142 910,76                         | -168 348,06                         |
| <b>VARSINAINEN TOIMINTA</b>          | <b>-827 416,45</b>                  | <b>-831 999,72</b>                  | <b>-777 630,79</b>                  |
| <b>SIJOITUS- JA RAHOITUSTOIMINTA</b> |                                     |                                     |                                     |
| OSINKOTUOTOT                         | 742,50                              | 0,00                                | 675,00                              |
| KORKOKULUT                           | -1 192,78                           | 0,00                                | -316,41                             |
| SIJOITUS- JA RAHOITUSTOIMINTA        | -450,28                             | 0,00                                | 358,59                              |
| <b>TUOTTO-/KULUJÄÄMÄ</b>             | <b>-827 866,83</b>                  | <b>-831 999,72</b>                  | <b>-777 272,20</b>                  |
| YLEISAVUSTUKSET                      | 832 000,00                          | 832 000,00                          | 824 000,00                          |
| <b>TILIKAUDEN YLI/ALIJÄÄMÄ</b>       | <b>4 133,17</b>                     | <b>0,00</b>                         | <b>46 727,80</b>                    |

# Tase 2018

## Ikäinstituutin Säätiö

|                                 | TASE 31.12.2018   | TASE 31.12.2017   |
|---------------------------------|-------------------|-------------------|
| <b>VASTAAVAA</b>                |                   |                   |
| <b>PYSYVÄT VASTAAVAT</b>        |                   |                   |
| AINEELLISET HYÖDYKKEET          |                   |                   |
| KONEET JA KALUSTO               | 14 686,72         | 11 756,83         |
| AINEELLISET HYÖDYKKEET          | 14 686,72         | 11 756,83         |
| KÄYTTÖM.AR.VOPAP/MUUT PITKÄAIK. | 2 635,63          | 2 635,63          |
| PYSYVÄT VASTAAVAT               | 17 322,35         | 14 392,46         |
| <b>VAIHTUVAT VASTAAVAT</b>      |                   |                   |
| VAIHTO-OMaisuUS                 | 64 659,82         | 60 497,17         |
| LYHYTAIKAiset SAAMiset          |                   |                   |
| MYyntISAAMiset                  | 24 328,40         | 8 110,53          |
| MUUT LYHYTAIK.SAAMiset          | 3 240,36          | 23 326,52         |
| MUUT SAAMiset                   | 221 062,58        | 189 069,31        |
| SIIRTOSAAMiset                  | 0,00              | 70 895,75         |
| LYHYTYAIKAiset SAAMiset         | 248 631,34        | 291 402,11        |
| MUUT ARVOPAPERIT                | 26 400,00         | 26 400,00         |
| RAHAT JA PANKKISAAMiset         | 171 463,57        | 122 081,96        |
| VAIHTUVAT VASTAAVAT             | 511 154,73        | 500 381,24        |
| <b>VASTAAVAA</b>                | <b>528 477,08</b> | <b>514 773,70</b> |
| <b>VASTATTAVAA</b>              |                   |                   |
| <b>OMA PÄÄOMA</b>               |                   |                   |
| TOIMINTA/KÄYTTÖPÄÄOMA           | 5 045,64          | 5 045,64          |
| MUUT RAHASTOT                   | 3 583,01          | 3 583,01          |
| EDELL.TILIKAUisien VOITTO       | 98 186,92         | 51 459,12         |
| TILIKAUDEN VOITTO (TAPPIO)      | 4 133,17          | 46 727,80         |
| OMA PÄÄOMA                      | 110 948,74        | 106 815,57        |
| <b>VIERAS PÄÄOMA</b>            |                   |                   |
| LYHYTAIKAINEN                   |                   |                   |
| SAADUT ENNAKOT                  | 3 000,00          | 0,00              |
| OSTOVELAT                       | 88 307,37         | 72 138,28         |
| MUUT LYHYTAIKAiset VELAT        | 0,00              | 41 632,57         |
| SIIRTOVELAT                     | 326 220,97        | 294 187,28        |
| LYHYTAIKAINEN                   | 417 528,34        | 407 958,13        |
| VIERAS PÄÄOMA                   | 417 528,34        | 407 958,13        |
| <b>VASTATTAVAA</b>              | <b>528 477,08</b> | <b>514 773,70</b> |