ARVI – arvokas arki ikämiehille –hanke
STEA/Ikävoimaa avustusohjelma
2025-2027

Pohjois-Karjalan Sosiaaliturvayhdistys ry

Velmu-kuva: Ninka Reittu

www.pksotu.fi

Hanke suunnattu:

Ikämiehet
-kaikki ikämiehet
-yksinäisyyttä kokevat, haavoittuvassa asemassa tai haasteellisessa elämäntilanteessa olevat
-pitkien etäisyyksien päässä asuvat ikämiehet, joilla on liikkumisen haasteita
-**erityisesti** yli 75-vuotiaat

Muut
-välillisesti ikämiesten omaiset
-vanhustyötä tekevät järjestöt ja seurakunnat
-hyvinvointialueen sote-palvelujen ammattilaiset
-kuntien ammattilaiset
-kuntien ja hyvinvointialueen päättäjät
-Stean Ikävoimaa-ohjelmaan liittyvät muut hankkeet

Velmu-kuva: Ninka Reittu

Hankkeen toiminta-alue:

- Joensuu: Rantakylä, Eno, Hammaslahti, Kiihtelysvaara, Tuupovaara
- Outokumpu
- Juuka
- Polvijärvi

Hankkeen toimintamuodot:

-Etsivä ikämiestyö, jalkautuminen

-Velmut-ryhmätoiminta

-Vertaismiestoiminta

-Matalan kynnyksen ohjaus- ja neuvonta

-Verkosto- ja vaikuttamistoiminta

Hankkeen tavoitteet

1.) Etsivän ikämiestyön kautta tavoitetaan yksinäisyyttä kokevia, haavoittuvassa asemassa tai haasteellisessa elämäntilanteessa olevia ikämiehiä (erit. yli 75-vuotiaat/muut ikämiehet)

2.) Velmut-ryhmätoimintaan osallistuminen parantaa ikämiesten elämänlaatua

3.) Matalan kynnyksen neuvonnan ja ohjauksen avulla ikämiehet löytävät paremmin palveluiden ja hyvinvointia tukevan toiminnan piiriin elämän muutostilanteissa

4.) Ikämiehet toimivat aktiivisina toimijoina ja löytävät mielekkäitä vapaaehtoistehtäviä VertaisVelmut - vertaismiestoiminnan avulla

5.) Ikämiesten ääni kuuluu alueen palveluiden ja toiminnan kehittämisessä

6.) Etsivän ikämiestyön kokemukset ja toiminta tunnetaan hyvinvointialueella, kunnissa ja järjestöissä ja kokemuksia hyödynnetään ikäihmisten palveluissa ja toiminnoissa. Ikämiesten Velmut-ryhmät toimivat tuetun ryhmätoiminnan periaatteella mahdollisimman itsenäisesti

Toiminnan erityispiirteet

- Jalkautuminen
- Tarvelähtöisyys
- Jokainen oman elämänsä paras asiantuntija
- Ikämiehet toimijoina, ei toiminnan kohteena
- Ikämiesten osallisuus koko prosessissa (suunnittelu, toteutus, arviointi)
- Oleellista ikämiesten osaamisesta käsin toimiminen
- Toimintamuotojen laaja-alaisuus, toimintaa monella eri tasolla
- Kohtaaminen: kiireettömyys, yksilöllisyys, kokonaisvaltaisuus
- Ennakkoluulottomuus: ”diagnoosit narikkaan”
- ”Sosiaalinen siedätyshoito”
- Ruohonjuuritason työn ja kehittämistyön yhteys

Toiminnan erityispiirteet

- **Toiminnan saavutettavuus:**
  - keskellä ihmisten arkea
  - ei tarkkaa ikärajaa
  - maksuttomuus
  - vapaaehtoisuus
  - esteettömyys
  - liikkumisen haasteiden huomioiminen (haetaan tarvittaessa)
  - alueellisuus
  - tiedottaminen: henkilökohtaisuus, monikanavaisuus

- Tärkein työväline oma persoona, tärkein resurssi aika -

Juuan toimintaa lukuina

- Kevätkaudella 2026 Juuan toiminnassa ollut 15-24 ikämiestä. Keskimäärin 19,75.
- Kokoontumisia ollut 9 vuoden vaihteen jälkeen
- Ikähaitari osallistujissa n. 60-87 v.
- Muutamia uusia tullut mukaan toimintaan
- Kuva Petrovaaran metsästysmajalta mölkky peleistä

Kuvia talven kokoontumisista

Kiitos!

Yhteystiedot:

Jonna Martikainen

040-1282306

jonna.martikainen@pksotu.fi