

ARMI

arjen yhteisöllisyys mielen hyvinvoinnin tukena- hankkeen loppuraportti

Pohjois-Karjalan Sosiaaliturvayhdistys
Katja Hämäläinen, Leena Virratvuori
13.1.2023

ARMI-hanke

Tavoitteena

”Lisätä yhteisöllistä hyvinvointia asuinalueilla ja kunnan arkiympäristöissä kehittämällä kunnan hallinnonalojen ja eri yhdyspintojen välisiä toimintatapoja ja erilaisia palvelupolkuja, jotka tähtäävät yksinäisyyden vähentämiseen ja yhteisen toiminnan mahdollistamiseen.”

Edistää mielen hyvinvointia arjen keinoin.

Toiminta-alueena

Pohjois-Karjalan kunnat

Yhteyshenkilö

Kehittämispäällikkö

Anne Pyykkönen

anne.pyykkonen@pksotu.fi

www.pksotu.fi

<https://innokyla.fi/fi/toimintamalli/yhdistyskentta-ammattilaisen-ja-asiakkaan-tukena-koulutus>

Hankkeen kuvaus ja tarkoitus

- Ihmisten osallisuutta, yhteisöllisyyttä ja mielen hyvinvointia edistävä toiminta tapahtuu pääasiassa muualla kuin sosiaali- ja terveyspalveluissa: lähiyhteisöissä, arjen ympäristöissä, yhdistysten toiminnassa sekä kuntien hyvinvointia ja terveyttä edistävissä palveluissa.
- Siun soten sosiaali- ja terveyspalvelujen, kuntien hyvinvointityön ja järjestöjen yhteistyö vaati kehittämistä, jotta maakunnan asukkailla ja ammattilaisilla olisi riittävä osaaminen ja tieto järjestöjen tarjoamista mahdollisuuksista asukkaiden hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseksi, yksinäisyyden ehkäisemiseksi sekä mielenterveyden ja päihteettömyyden tulemisessa. Myös järjestöt tarvitsivat tukea toimintansa vahvistamiseen ja uusia vapaaehtoisia mukaan toimintaan.

Hankkeen kuvaus ja tarkoitus

Hankkeen kohderyhmänä:

- Julkisen sektorin ammattilaiset: Siun soten henkilöstö sekä kuntien hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen ja järjestöyhteistyön vastuuhenkilöt
- Järjestöjen ja paikallisyhdistysten henkilöstö ja vapaaehtoiset
- Pohjois-Karjalan kuntien asukkaat
- Jalkautuvan/etsivän miestyön kehittämispilottien osalta alueiden yksinäisyyttä kokevat varttuneet miehet

Hankkeen tavoitteet

1. Toimivat yhdyspinnat

- Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen toteutuu kunnan, sote-keskuksen ja järjestöjen yhteistyössä asukkaiden osallisuuden ja yhteisöllisyyden vahvistamiseksi.

Keinot: verkostotyö, yhteistyörakenteissa toimiminen, strateginen kumppanuus ja kuntien järjestötapaamiset

2. Matala kynnys, sujuva palveluohjaus

- Kaikilla maakunnan terveysasemilla/sote-keskuksilla on valmiudet ohjata kävijöitä järjestöjen toimintaan ja tehdä yhteistyötä järjestöjen kanssa.

Keinot: sote-ammattilaisten koulutus, hyvinvointipisteet terveysasemilla, viestintä ja tiedottaminen.

Hankkeen tavoitteet

3. Yhteisöllinen hyvinvointi, resilienssi, järjestölähtöinen neuvonta ja ohjaus

Järjestöillä, erityisesti paikallisyhdistyksillä ja niiden vapaaehtoisilla on valmiuksia toimia yhteisöllisen hyvinvoinnin edistämiseksi asuinalueilla

Keinot:

koulutukset, järjestöyhteistyö, ohjaus ja neuvonta

4. Etsivä ja jalkautuva työote

Etsivä ja jalkautuva työote tunnistetaan sitä toteutetaan osana sote-keskusten toimintaa

Keinot:

etsivä työ, yksilötyö, ryhmätoiminta (Rantakylän Velmut, Kaltimon Velmut, Hammaslahden Velmut), vertaismiehet verkostoyhteistyö ja vaikuttaminen

Toimintamallit

Yhdistyskenttä ammattilaisen ja asiakkaan tukena –koulutus

- Koulutuskokonaisuus tarjoaa sote-ammattilaisille perustietoa yhdistyskentän monipuolisesta roolista ja tarjolla olevasta tuesta. Verkkokoulutus on osa ammattilaisten perehdytystä.
<https://www.pksotu.fi/yhdistyskentta-sote-ammattilaisen-ja-asiakkaan-tukena/>
<https://innokyla.fi/fi/toimintamalli/yhdistyskentta-ammattilaisen-ja-asiakkaan-tukena-koulutus>

Jalkautuva/etsivä miestyö

- Jalkautuvassa/etsivässä miestyössä lisätään varttuneiden miesten mielen hyvinvointia ruohonjuuritasolla. Toimintamuotoina miesten arkeen jalkautuminen, yksilötyö (kotikäynnit, palveluohjaus), Velmu-ryhmien toiminta, vertaismiestoiminta sekä verkosto- ja vaikuttamistyö.
<https://innokyla.fi/fi/toimintamalli/jalkautuvaetsiva-miestyo>

Tulokset

Koulutuspaketti sote-ammattilaisille:

- Verkkokoulutuksena (55 osallistujaa) ja Alueellisina koulutuksina (33 osallistujaa)
- Mielenterveys- ja päihdepalvelujen verkkokoulutus (100 osallistujaa)

Koulutukset järjestöille ja kuntalaisille: Stressin ja ahdistuksen tunnistaminen ja hallinta, Hermojen ja kiukun hallinta, Ratkaisukeskeinen vuorovaikutus, Etävertaisryhmien ohjaajakoulutus, Yksinäisyyden kokeminen, Eväitä vapaaehtoistoimintaan (24 koulutusta, 389 osallistujaa)

Kulttuurihyvinvointi-työpajat yhdistyksille (Polvijärvi, Heinävesi, Rääkkylä, Joensuu, 9 koulutusta, 64 osallistujaa)

Terveysasemien hyvinvointipisteiden pilotointi (Lieksa ja Kitee käynnistyneet vuonna 2022)

Etsivän miestyön pilotit (jalkautuva työ, yksilötyö, Velmu-ryhmät, verkosto- ja vaikuttamistyö, vertaismiehet):

- Rantakylä, Eno ja Hammaslahti (189 osallistujaa)
- Piloteissa tuettiin varttuneiden miesten osallisuutta, yhteisöllisyyttä ja palveluihin ohjautumista.

Jalkautuvan miestyön pilotti Outokummussa. Toiminta siirrettävissä paikallisten toimijoiden käyttöön.

Järjestötyöntekijä-sote-ammattilainen työparityöskentely. Mallinnus työparityöstä.

”Palveluja ja kohtaamispaikkoja senioreille”-oppaat (Eno/Uimaharju ja Pyhäselkä)

Miten varmistettu toimintamallin juurrutus?

- Sote-ammattilaisten koulutuspaketti Siun soten Siun oppi-alustalla ja Innokylässä hyödynnettävissä.
- Siun soten ikäihmisten toimialalla koulutus osana henkilöstön perehdytystä.
- Terveysasemien hyvinvointipisteiden toimintamalli luotu yhteistyöverkostossa, jossa on mukana Siun sote ja Pohjois-Karjalan Kansanterveydenkeskus ry.
- Järjestötyöntekijä-julkinen sote-ammattilainen mallinnus esiteltiin hyvinvointialueen kehittämistyön tueksi.
- ”Palveluja ja kohtaamispaiikkoja senioreille”-oppaat (Eno/Uimaharju ja Pyhäselkä) jäivät hyödynnettäviksi tietopaketeiksi alan työntekijöille ja asiakkaille.
- Kokemuksia jalkautuvasta miestyöstä levitettiin mm. erilaisten työryhmien ja verkostojen kautta.

Viestintä

Viestinnän toteutus

Viestintää toteutettiin monikanavaisesti:

- jalkautuva työ/kasvokkaisviestintä, puskaradio
- esitteet
- ”Palveluja ja kohtaamispaikkoja senioreille”-oppaat
- tekstiviestit ja puhelut
- lehtimainokset
- lehtiartikkelit ja kolumnit
- radiohaastattelut
- hankkeen videomateriaali
- verkkosivut (Pohjois-Karjalan Sosiaaliturvayhdistys, järjestötietopalvelu Jelli)
- Facebook (Pohjois-Karjalan Sosiaaliturvayhdistys, Seniorityön verkosto Pohjois-Karjala)

Tulokset ja onnistumiset

Viestinnässä onnistuttiin hyvin erityisesti jalkautuvan miestyön osalta: tavoitettiin runsaasti varttuneita miehiä, heidän lähiverkostoaan ja yhteistyötahoja.

Viestintä saavutti myös maakunnan ulkopuolisia toimijoita.

Viestinnässä käytetty runsas kuvamateriaali ja ihmisten tarinat kiinnostivat tiedotusvälineitä.

Puheenvuorot tavoittivat laajan yleisön eri foorumeilla.

Kolumnisarja sanomalehti Karjalaisessa teemalla ”Arjen mieli”. Kirjoittajia sekä järjestökentältä että Siun sotesta.

Arviointi

Vaikuttavuus ja mittarit:

1. Toimivat yhdyspinnat: Kunnan, Siun soten ja järjestöjen yhteistyö on tiivistynyt ja rakenteita on vahvistettu
2. Matala kynnys, palveluohjaus: Siun soten henkilöstön koulutuskokonaisuus verkkoympäristössä, Hyvinvointipisteet terveysasemilla, työparityöskentelyn mallinnus
3. Yhteisöllinen hyvinvointi, resilienssi, järjestölähtöinen neuvonta ja ohjaus: Järjestötoimijoiden koulutukset, tuki ja ohjaus sekä kulttuurihyvinvoinnin edistäminen.
4. Etsivä ja jalkautuva työote: Ryhmätoimintaan osallistuneiden suuri määrä ja työmuodon saavuttama laaja julkisuus.

Vaikuttavuustavoitteet on saavutettu osittain. Työskentely tavoitteen 2. osalta jatkuu hankkeessa kevätkauden 2023.

Määrällisistä mittareista tehty erillinen infograafi (liitteenä)

Kohderyhmien tavoittaminen:

- Hankkeen kohderyhmät tavoitettiin hyvin.
- Koulutusten osalta osallistujamäärät saavutettiin.
- Miestyön osalta osallistujamäärä ylitettiin reilusti.
- Vapaaehtoistoimijoiden tavoittaminen koulutuksiin liittyen oli haastavaa.

Arviointi: kohderyhmien ja sidosryhmien palaute/ kokemukset

Koulutuksiin osallistuneilta kerättiin palautetta wepropol-kyselyillä ja suullisena palautteena. Vastanneita 80 hlöä.

- Koulutukset koettiin antoisina ja erityisesti live-koulutukset mahdollistivat vuoropuhelun ja kokemusten jakamisen.

Sidosryhmien osalta palautetta saatiin hankkeen aikana toimintaan liittyvissä kohtaamisissa. Siun soten Tulevaisuuden sotekeskus -hankkeen kanssa järjestettiin yhteinen arviointityöpaja. Ohjausryhmä toteutti arvioinnin kokouksessaan.

- Tärkeäksi koettiin hankkeen teemojen läpikäyminen yhdessä ja yhdessä oppiminen (esim. yhteisen kielen löytäminen), uudet ajatukset, pullonkaulojen avaaminen sekä eri toimintakulttuureista oppiminen.
- Koulutuspaketin jakaminen Siun oppi-alustalle ja laajemmin saavutettavaksi Innokylään nähtiin tärkeäksi.

Jalkautuvassa miestyössä palautetta kerättiin kaikilla kolmella alueella valokuvamuistelu-menetelmää käyttäen (60 osallistujaa). Lisäksi haastateltiin 3 henkilöä, joiden kanssa oli tehty yksilötyötä.

- Miestyössä mukana olleet kokivat toiminnan tärkeimmiksi merkityksiksi sosiaalisten suhteiden lisääntymisen, yksinäisyyden vähenemisen sekä mielekkään tekemisen löytymisen oman elämän tueksi. Tärkeäksi osallistumisen mahdollistajaksi koettiin toimintaan liittyvä kytimämahdollisuus.
- Hammaslahden alueella yhteistyöverkoston kuulunut hoitokoti Honkakoti koki erittäin tärkeäksi sen, että heidän asukkailleen tarjottiin osallistumis- ja kytimämahdollisuus miestyöhön liittyvään Velmu-toimintaan.

Pohdinta: onnistumiset

- Saavutettiin yhdistystoimijoiden koulutukseen liittyvät määrälliset tavoitteet.
- Koulutukseen osallistuneet pitivät niitä antoisina ja ajankohtaan hyvin sopivina.
- Sote-ammattilaisten koulutuskokonaisuus on saatavilla Siun oppi-alustalla ja Innokylässä. Koulutus herätti myös valtakunnallista kiinnostusta.
- Mielenterveys- ja päihdepalvelujen kanssa yhteistyö oli monipuolista ja onnistunutta.
- Nurmeksen kaupungin pilotti (Virta-ryhmä) antoi rohkaisevia tuloksia uudelta elintapaohjauksen toteuttamistavasta.
- Jalkautuvan/etsivän miestyön osalta kohdejoukko tavoitettiin hyvin. Määrälliset tulokset ylittyivät reilusti.
- Miestyön kokeilu Outokummussa osoitti toiminnan tarpeellisuuden alueella.
- Etsivän vanhustyön teemalla toteutettiin onnistuneita yhteistyöprojekteja.
- Yllättävänä tuloksena oli jalkautuvan työn suuri tarve ja toiminnan vilkkaus Hammaslahdessa, missä toiminta lähti liikkeelle täysin nolasta.
- Julkisen sosiaali- ja terveydenhuollon toimijoiden ja monien varttuneiden miesten omaisten runsas yhteydenottojen määrä miestyöhön liittyen yllätti.

Pohdinta: haasteet

- Toimintaympäristön muutokset (sote-uudistus ja korona) asettivat haasteita hankkeen etenemiselle.
- Erilainen etenemistahti suhteessa sosiaali- ja terveydenhuollon toimijoihin hidasti koulutusten toteutusta.
- Sote-ammattilaisten kiire ja resurssipula vaikuttivat koulutukseen osallistumiseen.
- Viestinnän kieli kolmannen ja julkisen sektorin kesken kaipasi välillä tarkennusta.
- Vapaaehtoistoiminnan koulutusten osalta haasteena oli kohderyhmän tavoittaminen, riittävä tiedottaminen ja koulutusten siirtyminen etäkoulutuksiksi, mikä ei sopinut kaikille osallistujille.

- Jalkautuvalle/etsivälle miestyölle oli tarvetta enemmän kuin mihin hankkeen resursseilla pystyttiin vastaamaan.
- Haasteita yksilötyön osalta oli muutamassa tapauksessa hankkeen roolin määrittelyssä suhteessa julkisiin palveluihin sekä järjestöjen tukihenkilötoimintaan.
- Hankkeen aikana ei saatu kehitettyä ratkaisua miestyöhön liittyviin liikkumisen haasteisiin ilman erillistä hankeressurssia.
- Digiaika asetti omat haasteensa miestyössä. Vain pieni osa hankkeessa mukana olleista miehistä käytti esim. älypuhelinta, tietokonetta tai sähköisiä palveluja.
- Tavoite jalkautuvan työn kokemusten hyödyntämisestä laajemmin osana tulevia sote-asemia oli haasteellinen. Työ vaatii pitkäjänteisyyttä ja selkeästi nykyistä enemmän resursseja.

Tulevaisuuden näkymät

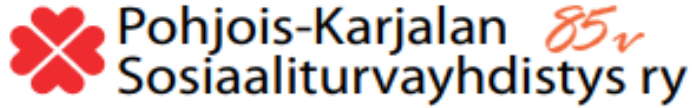
Hankkeen kokonaistulokset

- Sote-ammattilaisten ymmärrys järjestökentästä on lisääntynyt ja asiakkaita osataan ohjata aiempaa paremmin järjestöjen toiminnan ja tuen piiriin.
- Yhdistystoimijoiden resilienssi ja valmiudet toimia poikkeustilanteissa ovat lisääntyneet ja valmius kohdata toimintaympäristön haasteita on parantunut.
- Ymmärrys jalkautuvan työn merkityksestä on parantunut ja toimintatavan tunnettavuus on kasvanut.

Toiminnan tai tulosten jatkuvuus:

- Sote-ammattilaisten koulutuspaketti on käytössä Siun oppi-alustalla ja Innokylässä.
- Jalkautuvan/etsivän miestyön toimintamalli on mukana Innokylässä hyödynnettävänä materiaalina.
- Miestyön kokemuksia ja tuloksia on hyödynnetty Pohjois-Karjalan Sosiaaliturvayhdistyksen hakeman uuden hankkeen (IHKU-ikämiehille hyvinvointia kulttuurista) taustamateriaalina.
- Järjestöyöntekijä- sote-ammattilainen mallinnus toimii hyvinvointialueella työparityön kehittämisen pohjana.
- ”Palveluja ja kohtaamispaikkoja senioreille”-oppaat (Eno/Uimaharju ja Pyhäselkä) ovat hyödynnettävinä tietopaketteina

Yhteistyökumppanit



Pohjois- Karjalan
MIELENTERVEYDENTUKI RY



POHJOIS-KARJALAN
KANSANTERVEYDEN
KESKUS



Armi-hanke
Leena Virratvuori, Katja Hämäläinen



www.pksotu.fi