

Asia: Täydennys edelliseen tiedotteeseen

Voimaa vanhuuteen -ohjelman hakuaikaa on jatkettu 30.4. asti.

Nyt on aika varmistaa toimiva liikuntapalveluketju kunnissa ja yhdyspintatyö hyvinvointialueen kanssa, jotta saadaan erityisesti liikkumisen parista pudonneet ja putoamisvaarassa olevat iäkkäät liikkeelle.



Voimaa vanhuuteen -ohjelman haku kohdistuu tänä vuonna vain Varsinais-Suomen hyvinvointialueen kunnille. Ohjelman tavoitteena on löytää vähän liikkuvat iäkkäät, lisätä heille tarkoitettua voima- ja tasapainosisältöistä ryhmäliikuntaa, liikuntaneuvontaa, ulkoilua ja vertaisohjattua toimintaa.

Varsinais-Suomen hyvinvointialue on esittänyt yhteisiksi tavoitteiksi

- Kehittää ja yhtenäistää ikääntyneiden ohjautumista liikuntaneuvontaan sekä (Voitas) voima- ja tasapainoharjoitteluryhmiin
- Laajentaa liikuntaneuvontaa ja Voitas ryhmät alueelliseksi malliksi

Tämän lisäksi kunnilla on mahdollista asettaa omat kuntakohtaiset tavoitteet Voimaa vanhuuteen -ohjelman sisällöistä, mitkä toteutetaan järjestöjen ja julkisen sektorin yhteistyönä.

Ikäinstituutti tarjoaa kunnille kolmen vuoden ajan

- monipuoliset ja maksuttomat koulutukset
- oppimateriaalia hyvien terveystoimintakäytäntöjen käyttöönottoon
- Varsinais-Suomen alueelliset tapaamiset ja kuntakohtainen ohjaus
- webinaarit ja verkostotapaamiset
- sisältöjä mielenhyvinvoinnin ja ikäystävällinen liikkumisympäristö-temoista

Mentorstöd på svenska

Mentorstödet kan också ske på svenska. I stödet ingår kommunspecifik handledning, ett brett skolningsprogram och redskap för utvecklingsarbetet. Materialet finns delvis på svenska, men skolningen är i huvudsak på finska.

Kunnan panos kehittämistyölle

- Kunnille ei myönnetä erillistä rahoitusta. Kuntien kannattaa varata henkilötyöpanosten lisäksi varoja mm. koulutuksiin liittyviin matka- ja majoituskuluihin, paikallisten koulutusten toteuttamiseen sekä mahdollisesti liikuntatilojen kustannuksiin.
- Kunta sitoutuu osallistumaan vähintäänkin kouluttaja -koulutuksiin, liikuntakampanjoihin sekä raportoimaan vuosittain kehittämistyön etenemisestä

Valintakriteerit

- Kunta kuuluu Varsinais-Suomen hyvinvointialueeseen. Myös aiemmin ohjelmassa olleet kunnat voivat hakea uudestaan.
- Voimaa vanhuuteen -ohjelmaan hakemisesta on tehty **lautakunta- tai viranhaltijapäätös**, joka on välitetty tiedoksi keskeiselle lautakunnalle.
- Kunta on tehnyt aiesopimuksia erityyppisten järjestöjen, kuten kansanterveys-, liikunta- ja eläkeläisjärjestöjen kanssa Voimaa vanhuuteen -työn toteuttamiseksi.
- Kunnassa on valmiina tai tarvittaessa kunta nimeää poikkisektorisen yhteistyöryhmän, joka ottaa vastuulleen Voimaa vanhuuteen -toiminnan etenemisen. Ryhmässä on edustajat liikunta-/vapaa-aika-, kulttuuri- ja sivistystoimesta, vanhusneuvostosta sekä järjestöistä ja urheiluseurasta.

Hakuaika 1.2.-30.4.2023. Kuntahaku sivuun pääsee tutustumaan [tästä](#). Hakulomake on suomenkielinen, mutta siihen voi vastata ruotsiksi. Sivustolta löytyy mallipohja aiesopimukselle järjestöjen kanssa. Valinnasta ilmoitetaan toukokuussa (vko 19) hakemuksen allekirjoittajille.

Ystävällisin yhteistyöterveisin

Pirjo Kalmari
ohjelmajohtaja
Ikäinstituutti

Lisätietoja: ohjelmakoordinaattori Saira Hanninen, saira.hanninen@ikainstituutti.fi

Information på svenska: planerare Minna Säpyskä-Nordberg, minna.sapyska-nordberg@ikainstituutti.fi

Voimaa vanhuuteen -ohjelma edistää kotona asuvien, toimintakyvyltään jossain määrin heikentyneiden ikäihmisten (75+) yhdenvertaisia liikkumismahdollisuuksia, itsenäistä suoriutumista ja osallistumista ottamalla käyttöön hyviä toimintatapoja liikuntaneuvonnasta, ryhmäliikunnasta ja ulkoilusta. Hyvien toimintatapojen käyttöönotto toteutetaan yhteistyössä järjestöjen, julkisen sektorin ja ikäihmisten kanssa. Mukana on ollut jo 109 kuntaa eri puolilla Suomea. www.voimaavanhuuteen.fi