



# Osallisuus ikäihmisten sanoittamana: Elämänote-tutkimuksen tuloksia

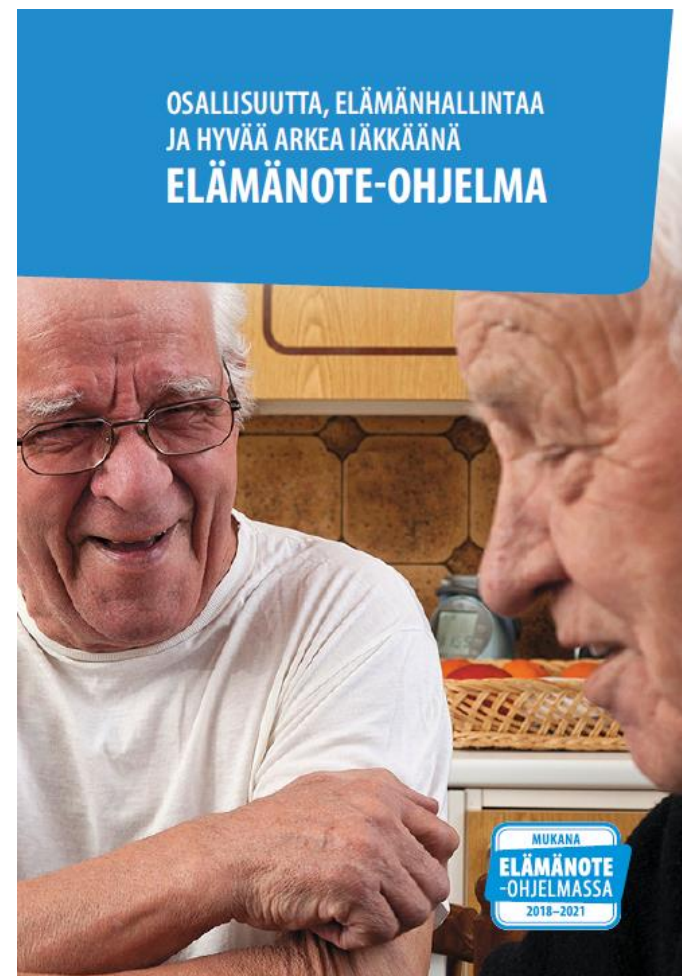
Vesa Kuittinen, viestintäsuunnittelija, Ikäinstituutti

Tutkimuksen toteuttaja: VTT, Hanna-Kaisa Hoppania, tutkija

# Elämänote-ohjelma (2018–2021, STEA)

## Tavoitteet:

- Tukea haasteellisessa tilanteessa olevien ikäihmisten kotona asumista sekä lisätä osallisuutta.
- Löytää tuen tarpeessa olevia ihmisiä, jotka aiemmin ovat jääneet tavoittamatta.
- Kehittää ja ottaa käyttöön uusia toimintatapoja.
- Levittää hyväksi havaittuja toimintamalleja.
- Lisätä yleistä tietoisuutta ohjelman teemoista ja järjestöjen tarjoamasta tuesta iäkkäille.
- Koordinaatiosta vastasivat Ikäinstituutti ja VALLI ry



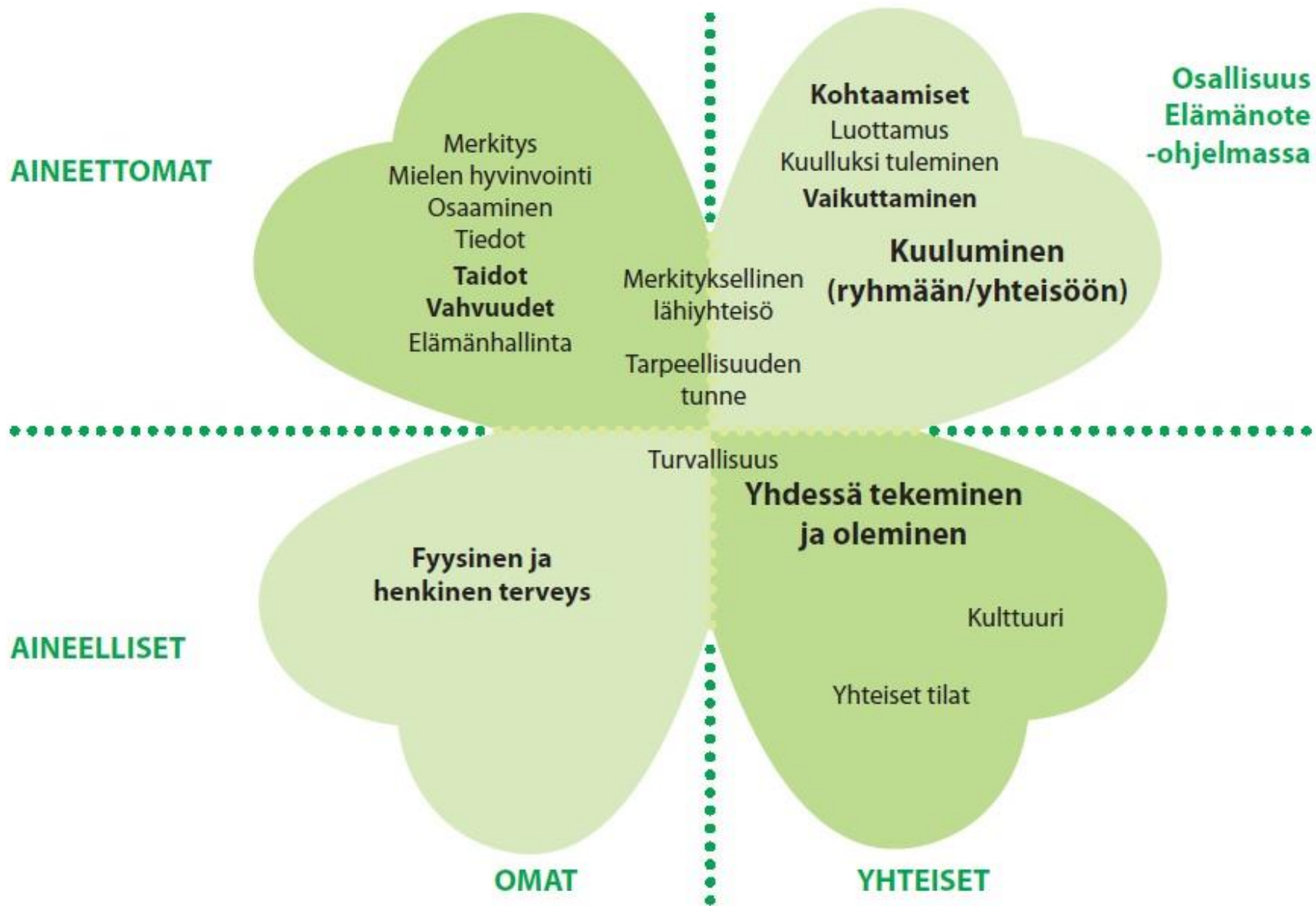
# Elämänote-ohjelman hankkeet tukevat iäkkäiden hyvää arkea, elämänhallintaa ja osallisuutta



# Tiedonkeruu toteutettiin kanssatutkimusmenetelmällä

- Laadullinen seurantatutkimus (haastattelut) kanssatutkimuksena. Tavoitteena selvittää ohjelman vaikutuksia osallistujiin yksilötasolla:
  - Mikä tukee kotona asumista ja osallisuutta
  - Mikä hankkeiden toimintoihin osallistumisen rooli on tässä
- Haastateltavia 33, vapaaehtoisia vertaishaastattelijoita 26
  - Kolme haastattelua vuoden sisällä, 25 haastateltiin kolmeen kertaan
  - Vapaaehtoiset eläkeikäiset haastattelijat samoilta alueilta kuin haastateltavat (vertaisuus: ikä ja asuinalue)
- Kehitetyn kanssatutkimuksellisen haastattelumenetelmän levitys menossa





Kuva 3. Osallisuus on yhteyttä hyvinvoinnin lähteisiin. Elämänote-toiminnassa hanketyöntekijöiden näkökulmasta keskeiset osallisuuden ulottuvuudet.

# Tutkimusraportti 1/2: ”Jos mä sit kerran tulen” (2020)

Minkälaiset tekijät tukevat iäkkäiden arjen osallisuutta

lökkäät ihmiset osana yhteisöä –  
voimavarat ja vahvuudet

Motivaatio osallistua Elämänote-  
hankkeiden järjestämään toimintaan



# Tuloksia, raportti 1/2

Arjen osallisuutta tukevat esteetön ympäristö, saavutettavat palvelut, lähisuhteet ja vastavuoroisuus

Haasteina esim. digitalisaatio

- *kaikki tämmöset asiat mitkä pittää viranomaisten kanssa kun se on niin hankalaa nykyisin [...] Hän [tytär] sitten hoitaa tämän hankalan yhteydenpidon viranomaisiin. Se on todella hankalaa [...] [...] et ne jotka on heikompia, joilla ei oo kokemusta, niin ne on kyllä ihan tuuliajolla.*

Motivaatio osallistua Elämänote-toimintaan

Persoonaa ja elämäntilanne; toiminnan sisältö; matalat ja korkeat kynnykset; henkilökohtainen pyytäminen mukaan

- *Olen monesti kokenut sen, että on niin kauhee kipu jaloissa ja käsissä, ja ovikello soi ja tullaankin sitten näistä jostakin, eksä jaksaa lähteä? Ja minä sanon että kuule, kivut jää tänne. Siitä se alkaa, se on erittäin - särkylääke on hyvä mutta tällaisen ihmisen, joka antaa ajastaan meille, ihania ihmisiä.*

# Tutkimusraportti osa 2/2: ”Se on mukavampi yhdessä tehdä” (2021)

Mikä vaikutus ja merkitys ohjelman hankkeiden toimintoihin osallistumisella oli haastatteluihin osallistuneiden elämässä?

- Elämäntilanteet ja osallistumisen polut
- Elämänote-toiminnan merkitys & osallisuuden ulottuvuudet
- Osallistujien kokemukset metodista





# Tuloksia, raportti 2/2: erilaiset osallistujat, tilanteet ja merkitykset

## Sosiaalisesta vuorovaikutuksesta nauttijat

- *Mä oon eläkkeelle jäämisen jälkeen ja tänne muuton jälkeen, nii oonha mää vähän muuttunu. Mä oon tuullu sosiaalisemmaks.*

## Kanssakäymistä epäröivät

- *minä en niin kun kaipaa tässä, sillä tavalla en kaipaa. Ainakaan vielä, mutta sitten voi olla kun tulee aika, että jos ei ookaan niin omatoiminen enää.*

## Kuulumisen paikkaa hakevat ja vertaisuuden kokijat

- *Mun mielest oli tosi hyvä päästä ryhmään, jossa oli muut samassa veneessä.*

## Yhteisen hyvän jakajat

- *Osallisuus, yhteisöllisyys, se on hurjan tärkeätä, saadaan ikäihmiset mukaan näihin toimintoihin. Mä oon kokenu sen todella, sanotaanko voimaannuttavana. Se on poikinu kyllä tää [hanketoiminta] sen, että mä oon menny kovasti mukaan [muihinkin toimintoihin].*

## Paikan löytäjät

- *Nii en mä ois uskonu et mul on enää mittään. Mä luulin et se on tässä ja nyt, ja nyt aukes se niinku uusi polku.*

## Linjoilla pysyttelijät

- *Olis se mukavaa, että tulee aina muistutuksia mitä on menossa. [...] Ja mihin voi ottaa osaa. Vaik ei niin kauheesti ottaiskaan osaa. Kumminkin tietää.*

# Tuloksia, raportin osa 2/2: osallisuuden vahvistuminen järjestötoiminnassa

## Yhdessä olemisen ja tekemisen merkitys ja osallistujaroolit

- *ihmiset on ja menee sillä omalla, olkoon urallaan tai mikähän sitte onki. Elää omaa elämäänsä. Mutta sitten kun tulee tämmönen, joku uus juttu, niin ne huomaa, että voi kuinka tyhmää olla yksistään kotona kun voi olla tämmösessä porukassakin.*
- *Ihminen saattaa olla tyytyväinen, ku se vaan on mukana, eikä sen tarvii siellä puhuu eikä esittää.*

## Vaikutusmahdollisuudet

- *tämmösten vanhojen ihmisten mielipitei kannattais ehkä kuunnella vähän enemmän, ja siin kohdas mä ajattelen et me on nähty elämää aika pitkältä ajalt, ja nähty monen näkösii olosuhtei.*

## Terveys ja toimintakyky

- *Ei monta kertaa viitsi sanoa että ”voitko puhua vähän kovemmin”, että se oli osasy siihen, että jäin pois.*

## Tilat ja vetäjät

- *No, mä luulen, että ne on justiinsa [kerhon vetäjän] tyyppiset, jotka on tolla paikalla, niin ne on niitä nostajia. Ei musta oo. Kato kun sen täytyy nostaa muaki ja mulla on se aika kyllä menny ohitte, että mä en pysty tota itteenikään auttaa.*

# Lisätietoa tutkimuksesta ja Elämänote-ohjelmasta

- <https://www.ikainstituutti.fi/elamanote/osallisuustutkimus/>

## Tiiviisti Tutkimuksesta

- [TiiTu 2/2019: Kansatutkijat selvittämässä osallisuuden saloja](#)
- [TiiTu 3/2021: Yhdessäolo vahvistaa osallisuutta](#)
- [www.ikainstituutti.fi/elamanote](http://www.ikainstituutti.fi/elamanote)
- #elämänote



# Kiitos!

Vesa Kuittinen

[vesa.kuittinen@ikainstituutti.fi](mailto:vesa.kuittinen@ikainstituutti.fi)

Elämänote-ohjelman koordinaation taustajärjestöt

[Ikäinstituutti](#)

innostaa ja rakentaa ratkaisuja hyvään vanhuuteen

[Vanhus- ja lähimmäispalvelun liitto VALLI ry](#)

toimii paremman vanhuuden puolesta



Ikäinstituutti

