

# **Osallisuuden & yhteisöllisyyden toimintamalli**

**Ikäystävällinen Ruokolahti -hanke**

LAB-ammattikorkeakoulu

Muotoiluinstituutti, (AMK), Palvelumuotoilu 2023

Suvi Lappalainen, Laura Patronen, Janika Sarpola, Hannakaisa Tielinen, Marika Vihtonen

## Tiivistelmä

Tekijä(t) Lappalainen Suvi, Patronen Laura, Sarpola Janika, Tiainen Hannakaisa, Vihtonen Marika	Julkaisun laji Loppuraportti, LAB Sivumäärä 45	Valmistumisaika 2023
Työn nimi <b>Opinnäytetyön otsikko</b> Ikäystävällinen Ruokolahti -hanke		
Tutkinto Palvelumuotoilu (LAB)		
Toimeksiantajan nimi, titteli ja organisaatio Ympäristöministeriön Ikääntyneiden asumisen toimenpideohjelman 2020–2022 rahoittama Ikäystävällinen Ruokolahti -hanke, projektipäällikkö Kirsi Koskelainen ja LAB ammattikorkeakoulun Palvelumuotoilustudio		
Tiivistelmä Ympäristöministeriön Ikääntyneiden asumisen toimenpideohjelman 2020–2022 rahoittama Ikäystävällinen Ruokolahti -hanke, projektipäällikkö Kirsi Koskelainen ja LAB ammattikorkeakoulun Palvelumuotoilustudio aloittivat yhteistyön keväällä 2023. Tavoitteena oli parantaa ikääntyvien Ruokolahtelaisten osallisuutta sekä yhteisöllisyyttä, luomalla asiakaslähtöinen toimintamalli. Lopputuloksena oli uusi osallisuuden ja yhteisöllisyyden toimintamalli asiakasymmärryksen, haastatteluiden, benchmarkkauksen ja onlinekyselyn tulosten pohjalta. Lisäksi projektiin tavoitteena oli luoda raamit ja mallinnettu toimintakonsepti, jota voi skaalata myös muihin kuntiin.		
Asiasanat Ikäystävällinen, osallistaminen, osallisuus, toimintamalli, yhteisöllisyys		

## Sisällys

1	Johdanto.....	1
2	Toimeksianto Ikäystävällinen Ruokolahti -hanke.....	2
3	Opiskelijatyöryhmä ja tiimiytyminen.....	3
4	Tutki.....	4
4.1	Tiedonkeruu.....	4
4.2	Asiakasryhmät.....	4
4.3	Oman tiedon ja ymmärryksen syventäminen.....	4
5	Määrittele.....	5
5.1	Projektisuunnitelma.....	5
5.2	Asiantuntijoiden haastattelut.....	5
5.3	Tulevaisuuden Ruokolahti -kysely.....	5
5.4	Työpajojen markkinointi.....	6
5.4.1	Ruokolahden eläkeläisten työpajojen markkinointi.....	6
5.4.2	Ikääntyvän Ruokolahtelaisen omaisen työpajan markkinointi.....	7
5.4.3	Asiantuntijoiden ja päättäjien työpajan markkinointi.....	7
6	Yhteisöllisyys ja osallisuus design drivereina.....	9
7	Työpajojen suunnittelu.....	10
7.1	Työpajan selite.....	10
7.2	Työpajan tarkoitus ja syy.....	10
7.3	Työpajojen valmistelu.....	10
8	Työpajojen toteutus.....	12
8.1	Elvinkulman ja Koivurannan kerhohuoneen työpajat.....	12
8.2	Omaisten työpaja.....	13
8.3	Asiantuntijoiden ja päättäjien työpaja.....	13
9	Työpajojen purku.....	14
10	Ongelman määrittely.....	15
10.1	Samankaltaisuuskaavio.....	15
10.2	SWOT-analyysi.....	15
11	Kehitä ja ideoi.....	16
12	Toimintamalli.....	17
13	Markkinointiviestinnän toimintamalli.....	18
13.1	Markkinointiviestintä.....	18
13.2	Esteetön ja saavutettava viestintä.....	19

13.3	Digitaidot.....	19
13.4	Sähköisen viestinnän esteettömyys ja saavutettavuus .....	20
13.5	Tilojen esteettömyys ja saavutettavuus .....	20
14	Käyttäjryhmät ja käyttäjäpersoonat.....	22
14.1	Käyttäjryhmät.....	22
14.2	Käyttäjäpersoonat.....	22
14.3	Viestintä eri käyttäjäpersoonille.....	24
15	Aktivaattori osana toimintamallia .....	27
15.1	Yhteyshenkilö ikääntyneille .....	27
15.2	Työnkuva .....	28
15.3	Vapaaehtoistyö ja yhteistyökumppanit.....	28
15.4	Esittely ja käyttöönotto.....	29
15.5	Aktivaattorin työtila .....	29
15.6	Aktivaattorin työvälineitä.....	30
15.7	Leijonan karjaisu -työpajapeli.....	30
15.8	Arviointimatriisi.....	32
15.9	Palauteruudukko.....	33
16	Käyttäjäpolut.....	34
16.1	Käyttäjäpersoonien skenaariot.....	34
16.2	Neljä eri käyttäjäpolkua .....	34
17	Toimintamalli rutiinit ja aikataulutus .....	37
17.1	Rutiinit ja aikataulutus markkinointiviestinnän tukena .....	37
17.2	Aikataulu .....	37
17.3	Rutiinit.....	37
17.4	Vuosikalenteri ja vuosikello .....	38
17.5	Kausikalenteri .....	39
18	Työpajat ja yhteiskehittäminen.....	41
18.1	Työpaja .....	41
18.2	Työpaja faktaa .....	41
18.3	Työpajan järjestäminen .....	41
18.4	Työpajojen hyödyt .....	42
19	Yhteenveto .....	43
	Lähteet.....	44

Liite 1. Tulevaisuuden Ruokolahti kyselylomake

Liite 2. Leijonan karjaisu -työpajapeli

Liite 3. Arviointimatriisipohja

Liite 4. Palauteruudukko

## 1 Johdanto

Ympäristöministeriön Ikäntyneiden asumisen toimenpideohjelman 2020–2022 rahoittamaa Ikäystävällinen Ruokolahti -hanketta toteutetaan projektipäällikkö Kirsi Koskelaisen kanssa yhteistyöprojektina yhdessä LAB ammattikorkeakoulun Palvelumuotoilustudiossa viiden opiskelijan tiimissä.

Opiskelijaryhmän nimi on LeiMu ja siihen kuuluu toisen vuosikurssin palvelumuotoiluopiskelijoita. He ovat Suvi Lappalainen, Laura Patronen, Janika Sarpola, Hannakaisa Tielinen ja Marika Vihtonen.

Ikäystävällinen Ruokolahti -hankkeen ja opiskelijayhteistyön tavoitteena on parantaa ikääntyvien Ruokolahden asukkaiden osallisuutta, yhteenkuuluvuuden tunnetta, aktiivisuutta ja yhteisöllisyyttä. Tämä Ruokolahden kunnalle suunniteltu toimintamalli tuo kunnalle lisäarvoa ihmisläheisenä ja ihmislähtöisenä asuinkuntana. (Koskelainen 2023, 4.)

## **2 Toimeksianto Ikäystävällinen Ruokolahti -hanke**

Hankkeen ja opiskelijayhteistyön tavoitteena on parantaa ruokolahtelaisten ikääntyvien asukkaiden osallisuutta, yhteisöllisyyttä, yhteenkuuluvuuden tunnetta sekä aktiivisuutta. (Koskelainen 2023, 6.)

### 3 Opiskelijatyöryhmä ja tiimiytyminen

Opiskelijatyöryhmäämme kuuluu viisi toisen vuosikurssin palvelumuotoilija opiskelijaa. Projektimme käynnistyi tiimiytymisellä, tutustumisella ja yhteisten sääntöjen sopimisella. Loimme yhteiset työskentely- ja yhteydenpitoalustat sekä aikataulun. Päätimme opiskelijatyöryhmällemme nimen, joka kuvaa meitä, sekä myös projektin kohdepaikkakuntaa, eli Ruokolahtea. Opiskelijatyöryhmämme nimi on LeiMu, joka tarkoittaa Leijona Muotoilijoita. Yhteinen työryhmän nimi luo tärkeää yhteenkuuluvuuden tunnetta, sekä auttaa oppilasryhmää tuomaan yhteisen näkemyksensä paremmin esiin projektin edetessä. Loimme myös työryhmällemme oman logon (kuva 1).



Kuva 1. Ryhmän logo (2023)



## 4 Tutki

### 4.1 Tiedonkeruu

Tämän tapainen sotealan hanke oli koko opiskelijatyöryhmällemme täysin uusi kokemus. Tutustuimme rauhassa meille annettuun materiaaliin, tutkimme ja analysoimme aiempia taustatutkimuksia ja kyselyiden vastauksia. Ruokolahdella oli tehty Ruokolahden asumisen kysely, jonka vastauksia ja tuloksia kävimme läpi. Saimme luettavaksi ja läpikäytäväksi lisäksi Ikäystävällinen Ruokolahti -hankesuunnitelman. Tutkimme myös Ruokolahden kuntastrategiaa, Ruokolahden kunnan sivuja, erilaisia artikkeleita, Ruokolahden historiaa, sekä liityimme Facebookin Ruokolahtelaiset-ryhmään. (Ruokolahti.)

Ruokolahteen tutustumisen jälkeen koimme tärkeäksi keskittyä tutkimaan osallisuuden ja yhteisöllisyyden malleja niin paikallisesti, kansallisesti kuin kansainvälisestikin ja rauhassa syvensimme omaa tietämystä ja ymmärrystämme aiheesta. Tiedonhankinta ja benchmarkkaus oli tärkeä työvaihe, jotta ymmärrämme asiakasta ja sen tarpeita. Näin syntyi asiakasymmärrys, jota keräsimme tilastoista, kyselyistä ja haastatteluista. (Etelä-Karjalan sosiaali- ja terveyshuollon kuntayhtymä.)

### 4.2 Asiakasryhmät

Projektiin valikoitui neljä asiakasryhmää: Ikääntyneet ruokolahtelaiset, ikääntyneiden ruokolahtelaisten omaiset, tulevaisuuden ikääntyvät ruokolahtelaiset, sekä Ruokolahden ikääntyvien asiantuntijat sekä kunnan asioista päättävät henkilöt. Asiakasryhmiä tarvittiin tiedonhankintaan ja sen jaotteluun.

Asiakasryhmät luotiin nykyisen asiakaskunnan ja tavoiteltavien asiakkaiden mukaan. Asiakasryhmien luominen tehtiin asiakasymmärryksen, benchmarkkauksien, tiedonhankinnan, sekä tulevaisuusajattelun pohjalta.

### 4.3 Oman tiedon ja ymmärryksen syventäminen

Päätimme tehdä alustavan tiedon kyselyn tuttavapiiriimme. Haastattelimme ja juttelimme lähipiirimme yli 55-vuotiaiden henkilöiden kanssa ja saimme paljon arvokasta tietoa projektiimme koskien ikääntymistä, eläkkeelle jäämistä, sähköisiä yhteydenpitovälineitä ja -tapoja ja yhteisöllisyyttä. Saimme lisäksi huomata, että ikääntyminen on tietynlainen tabu, josta ei edes läheisilleen halua mieluusti puhua. Tästä syystä, saimme muutaman kieltävän vastauksen, kun pyysimme lupaa haastatella koskien ikääntymistä.

## 5 Määrittele

### 5.1 Projektisuunnitelma

Laadimme yhdessä opiskelijatyöryhmämme kanssa projektisuunnitelman. Projektisuunnitelma auttoi hahmottamaan, minkälaisista osa-alueista projektimme koostuu, sekä toimi ohjenuorana ja keskinäisenä sopimuksena niin itsellemme kuin myös työmme tilaajalle, eli Ikäystävällinen Ruokolahti -hankkeen yhteyshenkilö projektipäällikkö Kirsi Koskelaiselle. Määrittelimme projektisuunnitelmassa tarkasti projektimme tavoitteet, vaikuttavuuden, rajaukset ja tulokset. Määrittelimme myös projektillemme työkalut ja menetelmät pohjautumaan kokonaisuudessaan palvelumuotoiluajatteluun ja sen menetelmiin, kuten tuplatimanttiin ja käyttäjälähtöisen suunnittelun työkaluihin. Kirjasimme myös, että projektin aikana tullaan järjestämään kaksi Teams -työpajaa Ruokolahdella Kirsi Koskelaisen avustuksella, sekä erilliset Teams -työpajat ikääntyvien omaisille ja asiantuntijoille ja päättäjille.

Lisäksi sovimme opiskelijatyöryhmämme kanssa, että tarkastamme ja päivitämme projektisuunnitelmaamme projektin kuluessa kahdesti.

### 5.2 Asiantuntijoiden haastattelut

Saimme sovittua neljä haastattelua ikääntyneiden palveluyksiköiden toiminnasta vastaavien henkilöiden kanssa. Haastattelut tapahtuivat Teamisin välityksellä. Näissä kaikissa palveluyksiköissä osallisuuden ja yhteisöllisyyden toteutumiseen on panostettu erityisesti, jonka takia halusimme saada tietoa juuri heidän toimintamalleistansa sekä kuulla ajatuksia aiheeseen liittyen.

Tämänkaltainen haastattelu toimi erinomaisena rikastuksena aiheeseen syventymisessä ja auttoi kasvattamaan ymmärrystä sote-alasta. Haastattelu opetti jokaiselle opiskelijatyöryhmän jäsenelle paljon haastattelutekniikoista ja ihmisen kohtaamisesta haastattelutilanteessa.

Lähetimme kysymykset jokaiselle haastateltavalle etukäteen sähköpostilla. Tällä tavalla haastateltavakin pystyi etukäteen valmistautumaan haastatteluun ja haastattelukysymyksiin.

### 5.3 Tulevaisuuden Ruokolahti -kysely

Laadimme Google Forms -onlinekyselyn (Liite 1), joka oli kohdistettu varsinkin Ruokolahden tulevaisuuden eläkeläisille. Markkinoimme kyselyä mm. Ruokolahtelaiset

Facebook -ryhmässä. Kysely oli avoinna kuukauden ja siihen vastasi 37 henkilöä. Kysymyksiä oli yhteensä yhdeksän kappaletta ja kaksi niistä oli monivalintakysymyksiä. Olimme erittäin tyytyväisiä kyselyyn vastanneiden määrästä, sekä siitä, kuinka paljon me saimme tärkeää informaatiota kyselystä. Kyselyyn vastaajat avasivat meille enemmän Ruokolahtelaisten toiveita ja asukkaiden ajatuksia. Lisäksi vastaukset ohjasivat meitä osaltaan suunnittelemaan ja luomaan ensimmäistä työpajaa Ruokolahdelle.

## 5.4 Työpajojen markkinointi

### 5.4.1 Ruokolahden eläkeläisten työpajojen markkinointi

Aiempien tutkimuksiemme ja oppiemme pohjalta, olimme saaneet selville, että tapahtumia täytyy mainostaa isosti, näyttävästi, usein ja eri tavalla kuin tapahtumia aiemmin Ruokolahdella on markkinoitu. Eläkeläisten työpajaa markkinoimme suurella volyymilla Ruokolahtelaiset Facebook-ryhmässä, Ruokolahden kunnan kotisivuilla tapahtumat -osiossa, sekä saimme pienen jutun mainoksemme lisäksi Ruokolahtelainen paikallislehteen. Työpajan mainos oli myös Ruokolahden kunnan Instagramin sivuilla.

Teimme esittelytekstistä houkuttelevan ja mielenkiintoisen, sekä laitoimme tarvittavat infot osoitteineen selkeästi esille.

Mainosmateriaaliin (kuva 2) liitimme asiaan kuuluvasti Etelä-Karjalan hyvinvointialueen, Ympäristöministeriön, Ruokolahden, LAB Ammattikorkeakoulun ja LeiMun logot.



**Hei sinä Ruokolahden eläkeläinen!**

**Kehitetään yhdessä Ruokolahdesta ikäystävällisempi kunta!**

Tervetuloa mukaan kehittämään ikääntyneiden yhteisöllisyyttä ja pohtimaan ratkaisuja osallisuuden parantamiseksi Ruokolahdella!

Työpajojen avulla kehitetään uutta toimintamallia, jonka tavoitteena on parantaa asukkaiden yhteisöllisyyttä, onnellisuutta ja aktiivisuutta sekä tuoda Ruokolahden kunnalle arvoa ihmislähtöisenä asuinkuntana.

**Molemmat työpajat järjestetään**  
**30.03.2023**

Valitse itsellesi sopivampi ajankohta ja paikka:

<p><b>Aika: 11.30-13.00,</b>  <b>Ennen laulukammaria</b>  <b>Paikka: Elvinkulma</b>  <b>Matintie 14-16, 56100 Ruokolahti</b></p>	<p><b>Aika: 15.00-16.30,</b>  <b>Eläkeläisten kerhon jälkeen</b>  <b>Paikka: Kolvurannan kerhuhuone</b>  <b>Virastotie 4, 56100 Ruokolahti</b></p>
--	--

Työpajat järjestetään etäyhteydellä Kirsi Koskelaisen avustuksella.  
 Työpajoihin ei tarvitse ilmoittautua, vaikuttamaan pääset saapumalla paikalle.

Työpajan järjestää opiskelijaryhmä LeiMu eli LAB-ammattikorkeakoulun 2. vuoden palvelusotoilun opiskelijat osana Ikäystävällinen Ruokolahti -hanketta.  
 Oppilasyhteistyön yhteyshenkilönä toimii tšimvalmentaja Marjut Suokas  
 marjut.suokas@lab.fi



Kuva 2. Ikääntyneiden työpajamainos (2023)

#### 5.4.2 Ikääntyvän Ruokolahtelaisen omaisen työpajan markkinointi

Aloitimme markkinoimaan omaisten työpajaa täysin samalla tavalla kuin eläkeläisten työpajaa. Kävimme huomattavasti useammin kommentoimassa työpajan markkinointimateriaalia Ruokolahtelaiset -ryhmässä Facebookissa, jotta julkaisumme pysyy ryhmässä näkyvillä ja mahdollisimman moni ikääntyvän Ruokolahtelaisen omainen näkisi mainoksemme työpajasta ja kiinnostuisi osallistumaan. Facebook julkaisussamme oli suora Teams-linkki, Instagram julkaisussa, sekä lehtimainoksessa pyysimme vierailemaan Ruokolahden kunnan sivuilla, josta Teams-linkki työpajaamme löytyy.

Tähänkin mainosmateriaaliin (kuva 3) liitimme asiaan kuuluvasti Etelä-Karjalan hyvinvointialueen, Ympäristöministeriön, Ruokolahden, LAB Ammattikorkeakoulun ja LeiMun logot.



**Hei sinä ikääntyvän  
Ruokolahtelaisen omainen!**

Kehitetään yhdessä Ruokolahdesta ikäystävällisempi kunta!

Miten pidät yhteyttä ikääntyvän ruokolahtelaiseen omaiseesi? Tunnistatko tarpeita ikääntyvän omaisen arjessa, mutta et ole vielä saanut ääntäsi kuuluviin? Mikä parantaisi ikääntyvän aktiivisuutta Ruokolahdeilla? Millaisilla ratkaisuilla ja toiminnoilla me saavutamme ne?

Tässä tarvitsemme teidän apuamme!

**Tervetuloa mukaan kehittämään ikääntyneiden yhteisöllisyyttä ja pohtimaan ratkaisuja osallisuuden parantamiseksi Ruokolahdella!**

**04.04.2023**

Aika: klo 18.00 – 19.30  
Paikka: Työpaja järjestetään etäyhteydellä Teamsissa

Työpajaan ei tarvitse ilmoittautua, vaikuttamaan päätet osallistumalla Teamsiin.

Työpajan järjestää opiskelijaryhmä LeiMu eli LAB-ammattikorkeakoulun 2. vuoden palvelumuotoilun opiskelijat osana ikäystävällisen Ruokolahti -hanketta.  
Oppilasyhteistyön yhtäystyöntekijänä toimii ohjelmajohtaja Kirsi Koski.  
marjut.suokas@tao.fi



Kuva 3. Omaisten työpajamainos (2023)

#### 5.4.3 Asiantuntijoiden ja päättäjien työpajan markkinointi

Lähestyimme tätä työpajaa varten asiantuntijoita ja päättäjiä suoraan sähköpostitse. Saimme Kirsi Koskelaiselta listan, jossa oli muutamia Ruokolahden kunnan asiantuntijoiden ja päättäjien nimiä ja etsimme heidän työsähköpostiosoitteensa, jota kautta kontaktoimme heitä työpajastamme. Kirsi Koskelaisen listan lisäksi mietimme opiskelijatyöryhmän kesken,

keille muille kutsu työpajasta (kuva 4) olisi hyvä laittaa, jotta saisimme mahdollisimman monta osallistujaa etätyöpajaamme. Päätimme lähettää kutsun yhteensä 12:lle Ruokolahden asiantuntijalle ja päättäjälle.

Lähetimme markkinointimateriaalimme sähköpostiviestin, sekä Teams-linkin kanssa valikoiduille henkilöille. Koska kyseessä oli suora kontakti ja kutsu, päätimme tehostetun markkinoinnin nimissä lähettää yhteensä kolme sähköpostia työpajan tiimoilta valikoiduille henkilöille. Kaksi ensimmäistä sähköpostia oli kutsuja ja kolmas ja viimeinen sähköpostiviesti oli muistutus etätyöpajastamme.



**Tervetuloa asiantuntijoiden ja päättäjien etätyöpajaan!**

Kehitetään Ruokolahden ikääntyneiden yhteisöllisyyttä ja etsitään uusia ratkaisuja viestinnän ja osallisuuden kehittämiseksi!

Yhteiskehittämisen avulla voimme parantaa ikääntyvien kuntalaisten ja asukkaiden yhteisöllisyyttä, onnellisuutta, aktiivisuutta ja tuoda Ruokolahdelle arvoa ihmisläheisenä sekä ihmislähtöisenä asuinkuntana.

**Aika: 11.4.2023 klo 14.00 – 15.30**  
**Paikka: Kaikille avoin työpaja järjestetään etäyhteydellä Teamsissa**

Työpajan järjestää opiskelijaryhmä LeiMu eli LAB-ammattikorkeakoulun 2. vuoden palvelumuotoilun opiskelijat osana ikäystävällinen Ruokolahti-hanketta.

**"Mitä hyötyä yhteiskehittämisestä on?"**  
*Eryisesti heikommassa asemassa olevien henkilöiden kanssa yhteiskehittäminen on koettu voimaannuttavana niin henkilöstölle kuin asiakkaille itselleen. Henkilöstö saa yhteiskehittämiseen osallistumisesta tuoretta näkökulmaa työn merkityksestä ja mahdollisuuden kehittää myös omaa tekemistään. Kuntalaisille yhteiskehittäminen tarjoaa parhaimmillaan mahdollisuuden tulla aidosti kuulluksi ja huomioduksi." - Kuntaliiton asiantuntija Ville Nieminen, Innokylä blogikirjoitus 10/2020*

Oppilasyhteistyön yhteyshenkilönä toimii tiimivalmentaja Marjut Suokas, marjut.suokas@lab.fi



Kuva 4. Asiantuntijoiden ja päättäjien työpajamainos (2023)

## **6 Yhteisöllisyys ja osallisuus design drivereina**

Halusimme luoda Ruokolahdelle uuden toimintamallin, jonka tavoitteena on parantaa ikääntyneiden asukkaiden yhteisöllisyyttä, osallisuutta, onnellisuutta ja aktiivisuutta sekä tuoda Ruokolahden kunnalle arvoa ihmislähtöisenä asuinkuntana

Yhteisö koostuu yksilöistä, joita usein yhdistää yhteinen tehtävä tai päämäärä. Yhteenkuuluvuus toisten ihmisten kanssa on tärkeää jokaiselle. Sosiaaliin verkostoihin kuuluminen muodostaa ihmisen identiteetin, sosiaalisen olemassaolon perustan. Yhteisöllisyys tarkoittaa ihmisten välistä yhteistyötä ja yhdessä tekemistä.

Yhteiskehittäminen luo itsessään yhteenkuuluvuuden tunnetta, sekä osallisuutta.

Osallisuus on tunne, joka syntyy, kun ihminen kokee kuuluvansa johonkin. Osallisuus lisää hyvinvointia ja syrjäytyminen on osallisuuden ulkopuolelle jäämistä. Osallisuus on vaikuttamista oman elämänsä kulkuun, mahdollisuuksiin, toimintoihin, palveluihin ja joihinkin yhteisiin asioihin. Yhteisöllisyys ja osallisuus ovat kuitenkin kietoutuneet toisiinsa, sillä vahva yhteisöllisyys voi edistää osallisuutta.

## 7 Työpajojen suunnittelu

### 7.1 Työpajan selite

Ennen kuin aloimme suunnitella ja toteuttaa työpajaamme, meidän täytyi ottaa selvää mikä työpaja ylipäättään on ja mitä sillä tarkoitetaan.

Työpajalla tarkoitetaan menetelmää, jota voidaan käyttää, kun halutaan kehittää esimerkiksi yhteisön toimintaa tai ratkaista jokin tietty haaste tai ongelma. Onnistuessaan mallikkaasti työpaja avaa erilaisia näkökulmia, voi haastaa rohkeasti olemassa olevia käytäntöjä ja toimintatapoja, sekä tärkeimpänä, luo yhteistä ymmärrystä. Työpajatyöskentely on usein tuloksekasta ja saman työpajan aikana voidaan koota yhteen monen eri tahon tarpeita ja ideoita.

### 7.2 Työpajan tarkoitus ja syy

Kun olimme kirkastaneet ajatuksemme ja ymmärryksemme työpajoista, jouduimme vielä miettimään sen tavoitteet sekä tarkoituksen mikä sillä meidän opiskelijatyössämme on. Tuoko työpajat lisäarvoa työhömmä ja jos tuo, niin mitä lisäarvoa työpajat tuovat.

Työpaja toimii hyvänä innovatiivisena tiedonkeräysmenetelmänä, koska työpajat ovat luonteeltaan usein luovia ja osallistavia.

Koska pohjimmainen ajatuksemme ja design driver oli, että miten saamme Ruokolahdelle lisättyä yhteisöllisyyttä ja osallisuutta, koimme että työpajat olivat mitä mainioin keino luoda juuri näitä ja edistää yhteiskehittämistä.

Uusi yhteiskehittämisen toimintamalli täytyi esitellä pilotoimalla työpajoja, koska työpajoja ei tässä muodossa Ruokolahdella ollut koskaan järjestetty.

### 7.3 Työpajojen valmistelu

Koska suunnitelmassamme oli, että työpajat toteutuvat etäyhteyksillä, valmistelimme työpajojamme varten presentaatiomateriaalin, joka toimi samalla myös työpajamme käsikirjoituksena. Jaoimme roolitukiamme ja harjoittelimme työpajaamme, jotta jokainen varmasti osaa roolinsa. Halusimme hyvällä valmistautumisella luoda vakuuttavan työpajan ja samalla tietysti vakuuttaa osallistujat asian tärkeydestä.

Onnistunut työpaja vaatii hyvin suunnitellun sisällön lisäksi sanavalmiin ja puolueettoman fasilitoinnin. Fasilitoinnin tavoitteena on tehdä työpajatyöskentelystä helpompaa. Fasilitaattorin rooli on ohjeistaa työpajan kulku, sekä viedä työpaja läpi suunnitellun

aikataulun mukaisesti. Fasilitoijan on hyvä olla myös kannustava ja saada aikaan avointa keskustelua. Fasilitoijalla on myös tärkeä rooli auttaa osallistujia keskittymään annettuihin aiheisiin, sekä auttaa poistamaan jännitystä ja arkuutta osallistujilta.

Ydinviestinäimme, jota halusimme tuoda julki jokaisessa työpajassamme, oli se, että työpajojen avulla kehitetään uutta toimintamallia, joka lisää asukkaiden yhteisöllisyyttä, onnellisuutta, yhteenkuuluvuuden tunnetta, aktiivisuutta sekä tuo Ruokolahden kunnalle arvoa ihmisläheisenä ja ihmislähtöisenä asuinkuntana. Siksi jokaisen osallistujan osallisuus on tärkeää, sillä näin osallistujille syntyy oivallus yhteiskehittämisestä ja innostus yhteiskehittämiseen.



## 8 Työpajojen toteutus

### 8.1 Elvinkulman ja Koivurannan kerhohuoneen työpajat

Eläkkeellä oleville ikääntyneille pidimme Ruokolahdella Teamisin kautta kaksi eri työpajaa yhteyshenkilömme ja Ikäystävällinen Ruokolahti –hankkeen projektipäällikkö Kirsi Koskelainen avustuksella. Työpajoja oli kaksi samana päivänä, ensimmäisenä Elvinkulmassa ja toinen oli Koivurannan kerhohuoneessa.

Työpajaan osallistuneet istuivat kahvitellen Ruokolahdella ja me opiskelijatyöryhmä jututimme ja keskustelimme heidän kanssaan Teams videopuhelun välityksellä.

Työpajamme alkoivat esittäytymisillä. Kerroimme keitä olemme, sekä kerroimme myös mistä Ikäystävällinen Ruokolahti –hankkeessa on kyse. Kerroimme myös työpajojen roolituksesta ja mitä me opiskelijat teemme työpajan aikana. Roolituksemme oli: Pääfasilitaattori, apufasilitaattori, ajastaja, sekä kaksi kirjuria.

Olimme varanneet työpajan kestolle aikaa 1,5 tuntia ilman taukoja, mutta sanoimme heti työpajan alussa, että osallistujat voivat pitää itse taukoja, miten kokevat parhaaksi, jos kokevat taukoja tarvitsevansa.

Pidimme koko työpajojen ajan keskustelut avoimina, eikä työpajaan osallistuneita ikääntyneitä oikeastaan edes tarvinnut sen suuremmin houkutella juttelemaan ja puhumaan. Tunnelma oli leppoinen, rento ja hauska. Fasilitaattori kysyi kysymyksen ja Ruokolahden eläkeläiset alkoivat mieluusti puhua ja juttua riitti. Ajastaja piti huolen ajankäytöstä ja ilmoitti pääfasilitaattorille ja apufasilitaattorille, jos tarvitsi kiirehtiä eteenpäin tai jos oli mahdollista antaa vielä reilusti aikaa keskustelulle.

Toimme tähän työpajaan poimintoja ja huomioita, joita olimme saaneet Online kyselystämme, sekä myös haastatteluista. Tämä sai aikaan valtavasti keskustelua ja tunsimme jopa etäyhteyden välityksellä, kuinka eläkeläiset tuntuivat nauttivan siitä, että heitä kuunnellaan ja heidän huomiotaan on nyt jo otettu huomioon.

Kaksi kirjuria kirjasi kaikki mitä työpajoissamme juteltiin, jotta mikään ei unohdu. Koska keskustelua syntyi kovasti ja oli erittäin hedelmällistä, kirjureilla oli valtavan iso ja tärkeä työ dokumentoida kaikki. Huolellinen dokumentointi tukee työpajalöydösten analysointia, ja näin varmistettiin myös, että kaikki oleellinen saatiin talteen.

## 8.2 Omaisten työpaja

Avasimme Teams- yhteyden Ruokolahden ikääntyneiden omaisten työpajaan, eikä linjoille tuntunut tulevan ainoatakaan osallistujaa. Olimme hieman pettyneitä, mutta totesimme samalla, että jos emme saa ainoatakaan osallistujaa, pidämme myös sitä tärkeänä datana.

Saimme kuitenkin, noin puoli tuntia työpajan ilmoitetun ajan jälkeen yhden osallistujan, jota saimme luvan haastatella.

Työpaja yhden osallistujan kanssa ei ole oikein osallistava työpaja, mutta haastatteluksikin työpajan runkomme taipui.

Tämä yksi osallistuja oli todella puhelias ja avoin ja hän antoi meille paljon arvokasta tietoa ja jakoi näkemyksiään Ruokolahtelaisten ikääntyneiden omaisen näkökulmasta.

## 8.3 Asiantuntijoiden ja päättäjien työpaja

Avasimme Teams-yhteyden hieman sovittua ajankohtaa aiemmin ja saimmekin heti runsaasti osallistujia linjoille. Kaikki osallistujat olivat ajoissa ja valmiina aloittamaan yhteisen työpajamme. Osallistujia oli opiskelijatyöryhmän lisäksi seitsemän ja useimmat työpajaan osallistuneista olivat erittäin puhelaita sekä aktiivisia osallistujia.

Työpajamme runko mukaili Elvinkulman ja Koivurannan kerhohuoneen työpajoja, pidimme myös työpajan keston saman mittaisena. Myös roolituksemme oli samanlainen.

Toimme tähänkin työpajaan poimintoja ja huomioita, joita olimme saaneet Online kyselystämme, haastatteluista sekä kolmesta aiemmasta työpajasta. Pidimme tätä tärkeänä kohtana työpajassamme, koska näin me pystyimme tuoda ikääntyneiden ja ikääntyneiden omaisen huomioita ja mielipiteitä julki asiantuntijoille ja päättäjille.

## 9 Työpajojen purku

Lähdimme purkamaan työpajoja tekemällä yhteenvedot kaikista muistiinpanoista, joita olimme työpajan aikana ottaneet. Keskustelimme tärkeimmistä huomioistamme ja purimme tuntojamme, joita työpajojen aikana meille oli noussut.

Eräänä tärkeänä huomiona voimme pitää työpajoistamme sitä, että tämä oli Ruokolahdella täysin uusi toimintatapa ja työpajat voisivat olla jatkossakin hyvä työväline tuomaan muun muassa ikääntyneet ja asiantuntijat yhteisen pöydän ääreen.

Analysoimme ja tutkimme työpajadataamme ja löysimme pian yhteneväisyyksiä ja saimme tuloksia, jotka auttoivat meitä seuraavaan, ongelman määrittely vaiheeseen.

## 10 Ongelman määrittely

### 10.1 Samankaltaisuuskaavio

Ennen lopullisen toimintamallin ideoimista ja kehittämistä täytyi määritellä ongelma. Aloitimme ongelman määrittelyn analysoimalla kerättyä tietoa. Samankaltaisuuskaavio-työkalua käyttämällä löysimme erilaisia ongelmia ja huomioita ja pystyimme teemoittamaan nämä omien otsikkojensa alle.

Tämän työkalun avulla saimme ryhmiteltyä huomioitamme seuraavien otsikkojen alle:

- Viestintä ja markkinointi
- Esteettömyys ja saavutettavuus
- Ongelmat/Esteet/Haasteet
- Yhteisöllisyys
- Muuta

Jaoimme jokaiselle ryhmämme jäsenelle oman otsikon ja tuotimme näiden otsikoiden alle tekstiä ja teimme omia huomioitamme. Analysoimme ja vertailimme huomioitamme ja tiivistimme aiemmat viisi otsikkoa kolmeen pääotsikkoon.

### 10.2 SWOT-analyysi

Löysimme edellisen työkalun ja työvaiheen aikana kolme pääotsikkoa, jotka ovat viestintä ja markkinointi, esteettömyys ja saavutettavuus sekä yhteisöllisyys ja osallisuus.

Teimme näille kolmelle teemalle kaikille SWOT-analyysin ja löysimme uusia asioita, joihin kiinnittää huomiota. SWOT-analyysi auttoi meitä lisäksi vahvistamaan ajatuksiamme kohti lopullista toimintamallia.

Tiimimme koki, että SWOT-analyysi oli hyvä työkalu projektimme tässä vaiheessa.

## 11 Kehitä ja ideoi

Ongelmien määrittelyn jälkeen, pidimme tiiviin ideointisession. Käytimme työkaluna ja tekniikkana tässä Starbursting- tekniikkaa, joka auttoi tiimiämme ideoimaan ja samalla paneutumaan määrittelemiimme ongelmiin kysymysten kautta.

Työvälineeksi Starbursting- tekniikka oli erinomainen, koska se auttoi meitä valtavasti päätöksien teossa, sekä pystyimme tarkistelemaan teemojamme eri näkökulmista ja pääsimme syventymään rauhassa jokaiseen teemaan.

Tämän tekniikan avulla löysimme tulevan toimintamallimme ja pääsimme sen kehittämisvaiheeseen.

## **12 Toimintamalli**

Projektityössämme loimme asiakaslähtöisen osallisuutta ja yhteisöllisyyttä vahvistavan toimintamallin Ruokolahden kunnan käyttöön. Toimintamalli on luotu ajatuksella, että samaa mallia voi skaalata, kokeilla ja ottaa käyttöön muissakin kunnissa.

Toimintamallimme on jaettu kolmeen eri osioon ja ne ovat markkinointiviestintä, aktivaattori sekä rutiini ja aikataulutus.

Toimintamalli luotiin yhteiskehittämisen keinoin tarkoituksenaan edistää, kehittää ja ylläpitää ikääntyvien Ruokolahtelaisten osallisuutta, yhteenkuuluvuuden tunnetta, aktiivisuutta sekä yhteisöllisyyttä.

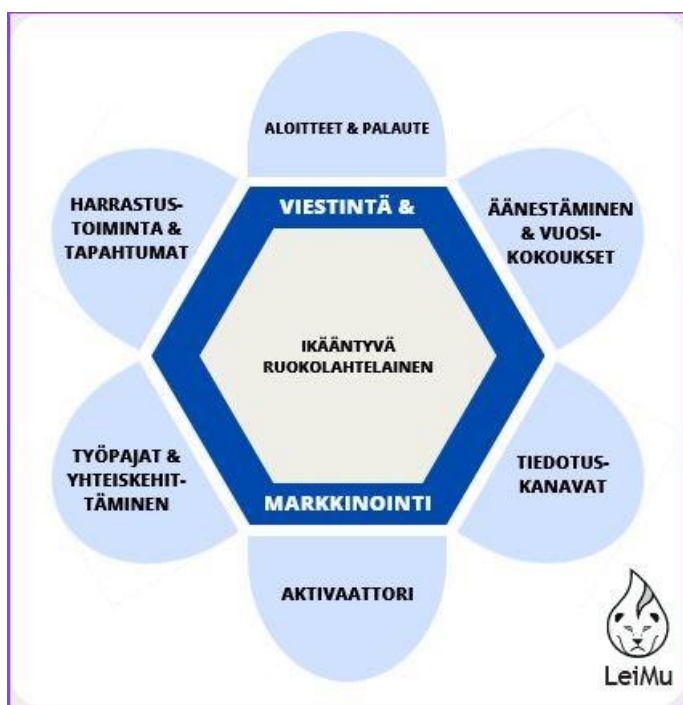
## 13 Markkinointiviestinnän toimintamalli

### 13.1 Markkinointiviestintä

Kyselyn, työpajojen ja haastattelujen kautta ilmeni, että tehokkaammalle viestinnälle ja markkinoinnille on tarvetta. Ruokolahden ikääntyneille on olemassa paljon aktiviteetteja, tapahtumia ja yhteisöjä. Viestintä ja markkinointi ei kuitenkaan tavoita toivottua kohderyhmää ja järjestettyjen tapahtumien ja toimintojen tiedotus jää puutteelliseksi. Vaikka Ruokolahden kunnan kotisivuilla on paljon tietoa, ei tieto ole aina ajantasaista.

Uudistettu markkinointiviestintä tuo käyttäjänäkökulman jo olemassa olevaan viestintään painotuksenaan viestinnän esteettömyys ja saavutettavuus. Projektissa saamamme tiedon pohjalta olemme luoneet käyttäjäpersoonat, joihin peilaamme uudistettuja viestinnän keinoja ikääntyville Ruokolahdella. Kerromme myös mikä rooli toimintamallin muilla osa-alueilla, eli aktivaattorilla, aikataulutuksella ja kohdentamisella, on uudistuneessa markkinointiviestinnässä. Markkinointiviestintää tarkastellaan käyttäjäpersoonien, aktivaattorin ja esteettömyyden aihioista.

Kuviossa olemme visualisoineet monikanavaisen markkinointiviestinnän keskiössä ikääntyvä ruokolahtelainen (kuvio 1).



Kuvio 1. Markkinointiviestinnän toimintamalli (2023)

## 13.2 Esteetön ja saavutettava viestintä

Kun puhutaan ikääntyneiden osallistamisesta, viestinnästä ja aktivoimisesta, on keskeisenä teemana esteettömyys. Iän karttuessa ilmenee yleensä erilaisia fyysisiä rajoitteita, jotka voivat estää tai vaikeuttaa ikääntyneiden osallistumista ja syrjäyttää yhteisöistä.

Työpajojen pohjalta on tullut ilmi, että kaikkien yksilöiden ominaisuuksien huomioonottaminen on keskeisessä roolissa ikääntyneiden saavutettavuuden ja osallisuuden kehittämisessä. Esteettömyys ja saavutettavuus liittyy fyysisten tilojen esteettömyyden lisäksi tiedon saavutettavuuteen.

Viestintätapojen tulee olla mahdollisimman selkokielisiä ja visuaalisin menetelmin ottaa huomioon esimerkiksi näköön liittyvät rajoitteet. Myös kirjoitusasulla ja sisällöllä on vaikutusta viestinnän saavutettavuuteen.

Tieto kulkee myös ihmiseltä ihmiselle esimerkiksi siinä tapauksessa, kun ikääntynyt tarvitsee avustajaa tai syrjäytynyt ja passiivinen ikääntynyt ei enää seuraa omatoimisesti mitään viestintäkanavaa. Lähtökohtaisesti olisi hyvä, että viestintä tapahtuu ikääntyneelle tutulla tavalla, kuten esimerkiksi radion, lehden tai puhelun välityksellä. Esteetön ja saavutettava tieto, toiminta ja tila mahdollistavat paremman toimintakyvyn ja aktiivisuuden ikääntyneelle.

Painotamme projektissamme tiedon saavutettavuutta ja sen kehittämistä, sillä näemme viestinnän olevan keskeisessä asemassa Ruokolahden ikääntyneiden osallisuuden kehittämisessä.

## 13.3 Digitaidot

Työpajojen ja kyselyiden pohjalta tuli ilmi, että sähköisten viestintäkanavien sekä digilaitteiden käytön hallinnassa on paljon yksilöllisiä eroja ikääntyneiden välillä. Koska suuri osa tiedosta välitetään sähköisesti, osallisuus voi riippua ikääntyneen digitaidoista.

Osa ikääntyneistä seuraa aktiivisesti Ruokolahden kunnan nettisivuja, käyttää WhatsAppia, Facebookia tai muita sosiaalisen median alustoja. Osa taas on hyvinkin tottumattomia digilaitteiden ja internetin käytössä. On kuitenkin huomioitava, että tulevaisuudessa ikääntyvien digitaidot ovat kehittyneemmät ja suurempana osana arkea. Tällöin sähköinen viestintä ja markkinointi on tehokkaampi väylä saavuttamaan ikääntyneet.

Opastaminen sähköisten viestimien käyttöön voi parantaa tiedon kulkua sekä esteettömyyttä. Tähän tarvitaan kuitenkin yksilön omaa motivaatiota ja aktiivisuutta.



Työpajoissamme tuli myös ilmi, että erityisesti tärkeiden palveluiden, kuten sähköisten pankkiasioiden, OmaKannan, Kelan ja muiden vastaavien palveluiden käytön hallitseminen luo osallisuutta ja riippumattomuutta. Näiden asioiden saavutettavuudella voi olla suuri merkitys ikääntyneiden terveydelle ja toimintakyvylle. Jos esimerkiksi ikääntynyt ei tiedä, että olisi oikeutettu taksipalveluun fyysisen kunnan huonontuessa, voi se aiheuttaa osattomuutta ja vähentää merkittävästi aktiivisuutta ja sitä kautta taas alentaa ikääntyneen toimintakykyä myös muilla terveyden osa-alueilla.

#### 13.4 Sähköisen viestinnän esteettömyys ja saavutettavuus

Niiden ikääntyneiden henkilöiden kohdalla, jotka jo käyttävät sähköisiä viestimiä, on hyvä ennakoita mahdollisia tulevaisuuden fyysisiä tai henkisiä rajoitteita, kuten näön ja kuulon heikkenemistä tai kognitiivisen kyvykkyyden laskua. Lisäksi sähköisen viestinnän esteettömyys voi parantaa myös niiden ikääntyneiden saavutettavuutta, jotka eivät tällä hetkellä käytä niitä rajoitteiden tai muiden syiden vuoksi.

Sähköisen viestinnän esteettömyyden parantamiseksi tiedon tulee olla mahdollisimman selkokielistä, tekstin koon ja fontin tarpeeksi selkeää ja isolla, sisältää ääneen luku ominaisuuden ja tiedon jaottelun oltava käyttäjäystävällistä sekä helposti löydettävissä. Kuvien tulisi olla myös tekstitettyinä ja luettavassa muodossa.

#### 13.5 Tilojen esteettömyys ja saavutettavuus

Työpajoissamme nousi esiin, että jotkin julkiset tilat, kuten esteetön uimaranta ei oikeasti ole esteetön tai soveltu tarpeeksi hyvin esimerkiksi pyörätuolilla kulkeville. Tällaisessa tapauksessa sähköisen kanavan lisäksi olisi tärkeä olla myös fyysisessä muodossa oleva palauteväylä, sillä sähköisessä muodossa oleva palautekanava ei työpajoista saadun tiedon perusteella ole kaikkien saavutettavissa. Kattavalla ja asianmukaisella esteettömyyskartoituksella voidaan tutkia ja kehittää tilan esteettömyyttä. Lisäksi selkeillä ja helposti havaittavissa olevilla kylteillä ja opasteilla parannetaan ympäristön esteettömyyttä.

Tämän lisäksi taulukossa (taulukko 1) mainituilla vaikuttajilla on merkitystä Ruokolahden fyysisten tilojen saavutettavuudelle. Taulukossa esitetään työpajoissa havaittuja saavutettavuustekijöitä, sekä niille ratkaisuehdotuksia.

	<b>Uhat:</b>	<b>Ratkaisuehdotukset:</b>
<b>Tiet</b>	Teiden kunto voi sääolosuhteista riippuen olla huono. Esimerkiksi jäinen tai luminen tie voi hankaloittaa tai estää pyörätuolilla liikkumisen. Lisäksi liukas tie voi aiheuttaa kaatumisriskin.	Teiden kunnosta pidetään hyvää huolta erityisesti talviaikaan ja välikausina.
<b>Maanpinnan korkeuserot</b>	Jyrkkä ylä- tai alamäki on riski pyörätuolilla kulkevalle. Joskus avustajallakaan ei riitä voimat suurissa korkeuseroissa.	Tärkeät palvelut ja kohtaamispaikat sijoitetaan mahdollisimman tasaiselle alueelle ja mieluiten 1. kerrokseen.
<b>Istuin- ja levähdyspaikat</b>	Riittämätön istuinpaikkojen määrä julkisissa tiloissa voi tehdä ikääntyneen osallistumisesta epämiellyttävää, raskasta ja nostaa kynnystä liikkumiseen	Riittävästi levähdyspaikkoja sisä- ja ulkotiloihin.
<b>Pitkät välimatkat</b>	Pitkät välimatkat voivat nostaa kynnystä liikkumiseen ja osallistumiseen. Liikkuminen vie rahaa ja aikaa. Syrjässä asuva on riippuvainen kulkuvälineistä	Tähän on hankala vaikuttaa, mutta keskeiselle paikalle sijoitetut palvelut voivat auttaa. Lisäksi se, että palvelut on siirretty yhteen paikkaan, voi vähentää niiden välillä olevien välimatkojen pituutta sekä kustannusten ja ajan määrää.
<b>Apuvälineet</b>	Riittämätön apuvälineiden määrä hankaloittaa ja voi jopa estää sellaisen iäkkään osallistumisen, joka niitä tarvitsee.	Tarpeeksi apuvälineitä julkisiin tiloihin. Myös niiden käytön ja tarjonnan jatkokehittämisessä tarvittava asiakaspalautteen vastaanotto.

Taulukko 1. Uhat ja ratkaisuehdotukset (2023)

## 14 Käyttäjäryhmät ja käyttäjäpersoonat

### 14.1 Käyttäjäryhmät

Käyttäjäryhmät on jaoteltu neljään erityyppiseen luokitukseen, jotka ovat syntyneet keräämämme kyselyiden ja työpajojen perusteella. Luokitukset eroavat kunnan ja motivaation perusteella. Olemme lisäksi reflektoineet, millaista merkitystä niillä on osallisuuden ja yhteisöllisyyden näkökannalta. Tarkastelimme jokaista ryhmää erityisesti fyysisen terveyden, sosiaalisten tarpeiden, uhkien ja mahdollisuuksien osalta.

Taulukossa (taulukko 2) on esitelty neljä eri käyttäjäryhmää: Hyvä kunto ja heikko motivaatio, heikko kunto ja heikko motivaatio, hyvä kunto ja hyvä motivaatio, sekä heikko kunto ja hyvä motivaatio. On kuitenkin tärkeää huomioida, että nämä ovat yleistystsiä, eivätkä kaikki ikääntyneet välttämättä sovi täysin yhteen näiden neljän luokituksen kanssa. Kuitenkin ymmärtämällä näiden eroja, voidaan paremmin kehittää osallistamisen ja yhteisöllisyyden malleja, jotka vastaavat eri ikääntyneiden tarpeisiin.

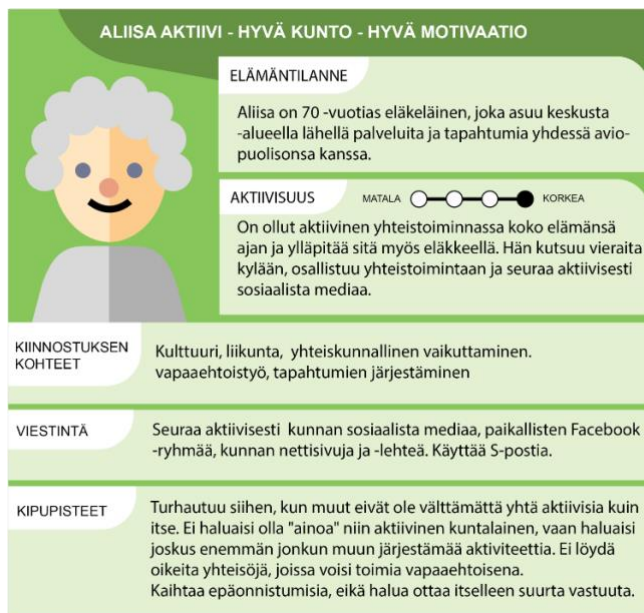
Käyttäjäryhmät	Fyysinen terveys	Sosiaaliset tarpeet	Uhat	Mahdollisuudet
<b>Hyvä kunto &amp; Heikko motivaatio</b>	Hyvä omatoiminen liikkuminen ja toiminta	Ei mielenkiintoa yhteiseen toimintaa	<ul style="list-style-type: none"> <li>Yhteisön ulkopuolelle jääminen</li> <li>Henkisen ja fyysisen terveyden hiipuminen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kannustus ja tuki helposti lähestyttävään toimintaan, jolloin osallistuminen uudestaan on todennäköisempää</li> <li>Motivaation kasvu</li> </ul>
<b>Heikko kunto &amp; Heikko motivaatio</b>	Heikko omatoiminen liikkuminen ja toiminta	Ei mielenkiintoa yhteiseen toimintaa	<ul style="list-style-type: none"> <li>Syrjäytyminen yhteisöstä</li> <li>Henkisen ja fyysisen kunnan romahtaminen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Aktiivinen kannustus ja rohkaisu matalan kynnyksen osallistumiseen</li> <li>Avustaja</li> <li>Vakaa kunto ja motivaatio</li> </ul>
<b>Hyvä kunto &amp; Hyvä motivaatio</b>	Hyvä omatoiminen liikkuminen ja toiminta	Mielenkiintoa yhteiseen toimintaan	-	<ul style="list-style-type: none"> <li>Iso osa yhteisöä</li> <li>Hyvän fyysisen ja henkisen terveyden ylläpito</li> </ul>
<b>Heikko kunto &amp; Hyvä motivaatio</b>	Heikko omatoiminen liikkuminen ja toiminta	Mielenkiintoa yhteiseen toimintaan	<ul style="list-style-type: none"> <li>Osallistuminen vähäistä, mikäli se ei ole esteetöntä</li> <li>Taantuminen itsestä riippumattomista syistä</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Fyysisen ja henkisen kunnan ylläpitäminen ja kasvu</li> <li>Avustaja</li> </ul>

Taulukko 2. Käyttäjäryhmät (2023)

### 14.2 Käyttäjäpersoonat

Tunnistimme projektin aikana aktiivisuus- ja kuntotasoltaan neljä erilaista käyttäjäpersoonaa, jotka perustuvat edellä mainittuihin käyttäjäryhmiin. Käyttäjäpersoonat toimivat työkaluna suunniteltaessa viestintää ja markkinointia erilaisille Ruokolahden ikääntyneille.

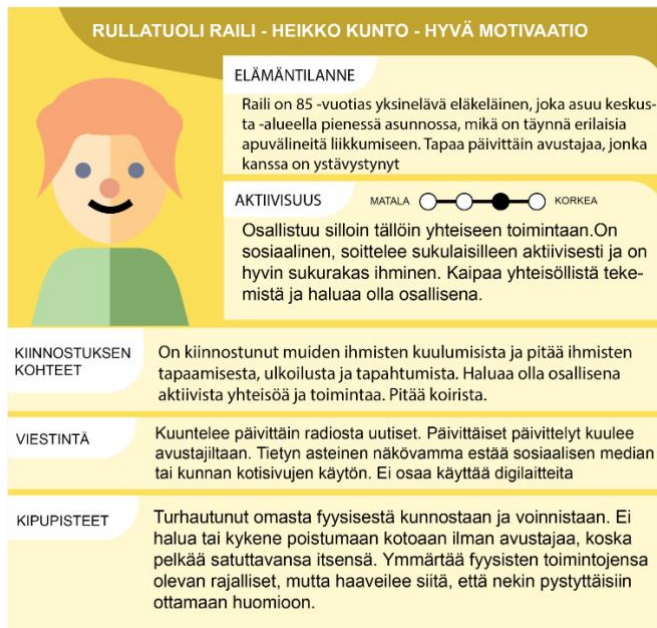
Käyttäjäpersoonat (kuvat 5–8) ovat empatiakarttojen, työpajojen, haastatteluiden ja kyselyn pohjalta luotuja henkilökuvauskuksia, joiden avulla pystytään hahmottamaan erityyppisten persoonien tarpeita, aktiivisuutta ja elämäntilannetta.



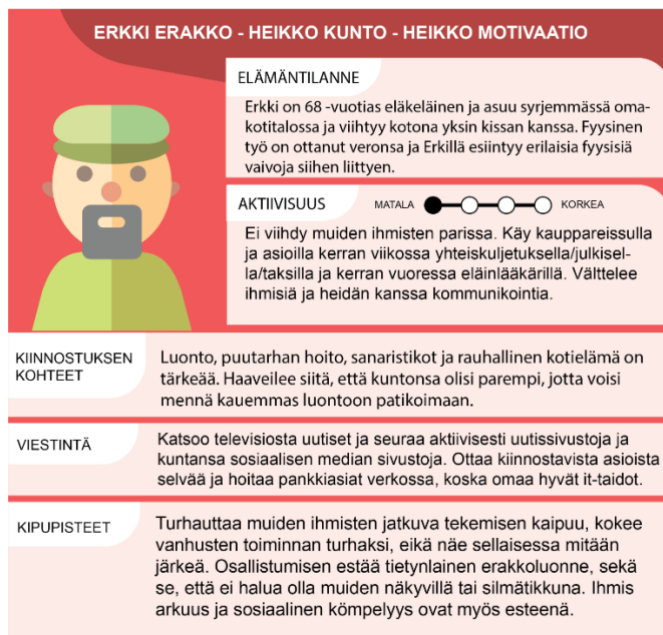
Kuva 5. Käyttäjäpersoonana Aliisa (2023)



Kuva 6. Käyttäjäpersoonana Pasi (2023)



Kuva 7. Käyttäjäpersoonana Railii (2023)



Kuva 8. Käyttäjäpersoonana Erkki (2023)

### 14.3 Viestintä eri käyttäjäpersoonille

Viestintää tehdessä on otettava huomioon eritasoiset digitaidot, laitevaatimukset, vastaanottajan kuntotaso ja rajoitteet (taulukko 3). Ikääntyneelle väestölle sähköinen viestintä, mitä tänä päivänä hyödynnetään laajasti, saattaa olla saavuttamattomissa ja

hyvinkin vieras käsite. Viestinnän saavutettavuus riippuu myös vastaanottajan mielenkiinnonkohteista ja omista tottumuksista (kuva 9). Erityyppiset rajoitteet, kuten näkö- tai kuulovamma voivat rajoittaa merkittävästi viestinnän vastaanotettavuutta.

	Raili	Erkki	Aliisa	Pasi
Kanavat	Uutiskirje Esteetön viestintä Ääneenlukuominaisuus Paikallislehti Puhelinsoitto Radio	Sosiaalinen media Puhelin Uutiskirje Kunnan nettisivut Markkinointi kuljetuksen- ja kauppareissun yhteydessä Vapaaehtoiset Terveyspalvelut Sähköposti	Sosiaalinen media Puhelin Uutiskirje Kunnan nettisivut Yhteisöt- ja järjestöt Paikallislehti Sähköposti kutsut Palautekanava	Paikallislehden keskustelupalsta Uutiskirje Sähköposti -kutsu Puhelin Palautekanava
Tarpeet	Esteettömyys Avustaja Hidastempoisuus Verkostoituminen Rutiinit Vaikuttaminen	Esteettömättömyys Avustaja Rutiinit Hidastempoisuus Säännöllinen muistuttelu ja yhteydenotto	Kontaktit yhteistyökumppaneihin Verkostoituminen Yhteistyö muiden aktiivien kanssa Vaikuttaminen	Tarvitsee kannustusta ja matalan kynnyksen osallistumismahdollisuuksia, rutiineja, itsenäistä toimintaa, toistoja, ennakoitavuutta
Aktivaattori	Hankkii avustajan mahdollistamaan aktiivisen toiminnan ja vaikuttamisen Neuvonta Verkostointi Yhteiskehittäminen ja työpajat	Kotikäynti Ottaa säännöllisesti yhteyttä Neuvonta kannustus	Tekee yhteistyötä Verkostointi Antaa puitteet toiminnalle Yhteiskehittäminen ja työpajat	Suora yhteydenotto Neuvonta Kannustus
Verkosto	Avustajat Vapaaehtoiset Yhteisöt- ja järjestöt Kuljetus- ja terveyspalvelut Lähipiiri	Kuljetus- ja terveyspalvelut Harrastustoiminta Avustajat Vapaaehtoiset Sosiaalisen median yhteisöt	Tapahtumat Vapaaehtoistyö Yhteisöt- ja järjestöt Sosiaalisen median yhteisöt	Harrastustoiminta Vapaaehtoiset

Taulukko 3. Viestintä eri käyttäjäpersoonille (2023)



Kuva 9. Käyttäjäpersoonat & viestintä

## **15 Aktivaattori osana toimintamallia**

### **15.1 Yhteyshenkilö ikääntyneille**

Aktivaattori toimii yhteyshenkilönä kaikille ikääntyneille, mutta hänen roolinsa on etenkin tärkeä niille, jotka jäävät helpommin yhteisöjen ulkopuolelle, passivoituvat ilman rohkaisua tai ovat tietämättömiä jo järjestetyistä toiminnoista.

Aktivaattoria voi asiayhteyden mukaan kutsua esimerkiksi ikääntyneiden koordinaattoriksi, tuki- tai yhteyshenkilöksi. Kunta voi itse päättää esimerkiksi yhteisellä äänestyksellä minkä nimikkeen uudelle aktivaattorilleen antavat. Aktivaattorin ei tarvitse olla koulutettu ammattilainen vaan kuka tahansa motivoitunut, empaattinen ja ihmisläheinen henkilö voi toimia tässä roolissa. Aktivaattorin työnkuvan täyttämiseen voi hyödyntää esimerkiksi opiskelijoita, kesätyöntekijöitä, täsmä- ja osa-aikatyöntekijöitä, kuntouttavaa työtoimintaa sekä työkokeiluja.

Aktivaattori (kuva 10) on päävastuussa ikääntyneille suunnatusta toiminnasta ja markkinointiviestinnästä. Hän mahdollistaa ikääntyneiden osallistumisen tapahtumiin ja toimintaan riippumatta yksilön toimintakyvystä, taustasta, asuinpaikasta tai taloudellisesta tilanteesta.





Kuva 10. Aktivaattori (2023)

## 15.2 Työnkuva

Aktivaattorin työnkuva voi vaihdella työpäivän mukaan paljonkin, mutta pääpaino hänen työssään on hoitaa tiedotusta iäkkään henkilön ja kunnan välillä.

Aktivaattori toimii innostajana, aktivoijana, yhteyshenkilönä ja tiedottajana. Hän on linkki ja silta kunnan ja ikääntyneiden välillä, kuunnellen, kysellen ja aktivoiden ikääntyneitä osallistumaan ja vaikuttamaan oman kuntansa tapahtumiin.

Aktivaattori varmistaa, että ikääntyneille kohdennettu informaatio ja viestintä on esteetöntä ja saavutettavaa. Informaation täytyy olla helppolukuista, ymmärrettävää ja luotettavaa. Yleisesti kaikki muukin ikääntyneille suunnattu aktiviteettien ja tapahtumien mainostus ja markkinointi hoituu aktivaattorin kautta.

## 15.3 Vapaaehtoistyö ja yhteistyökumppanit

Markkinointiviestinnän lisäksi aktivaattori on yhteyshenkilö ikääntyneiden ja vapaaehtoistyöntekijöiden välillä. Aktivaattori kertoo vapaaehtoistyöstä ja auttaa siihen mukaan, toteuttaa elinkaarimallia ja hankkii yhteistyökumppaneita, sekä kuljetuksia ja yhteiskyydityksiä.

Välimatkojen ollessa pitkiä tai jos autoa tai kuljetusta ei ole, voi osallistuminen yhteiseen toimintaan tuntua vaikealta. Kynnys avun pyytämiseen voi olla korkea, eikä taksikyyditykseen ole välttämättä varaa, osallistuminen ei saa olla rahasta kiinni.

Aktivaattori auttaa syrjäytymisvaarassa olevia ikääntyneitä osallistumaan tekemällä kuljetuksesta tapahtumiin esteettömämpää ja helpommin lähestyttävämpää vapaaehtoisten kuljettajien, kimppakyytien ja yhteistyökumppaneiden avulla. Kotoa hakeminen, avustajan kanssa toimiminen, kohtaamis- ja yhteistoimintapaikkojen esteettömyys parantaa mahdollisuuksia osallistua aktiviteetteihin ja yhteistoimintaan.

#### 15.4 Esittely ja käyttöönotto

Aktivaattori esitellään tervehdyskirjeellä ikääntyneille kunnan nettisivuilla ja kotiin lähetettävässä kirjeessä, jotta aktivaattorista saataisiin mahdollisimman helposti lähestyttävä tunne heti alkuun.

Tervehdykseen on tärkeää avata mikä ja kuka aktivaattori on ja mitä hänen työnkuvansa pitää sisällään. Käyttöönoton myötä alussa on hyvä järjestää yleinen tapaaminen tai jopa työpaja, jossa tiedustellaan mitä ikääntyneet aktivaattorilta eniten toivovat. Samassa työpajassa voi myös yhteiskehittämisen keinoin ideoida ja päättää aktivaattorille ja aktivaattorin tapaamispisteelle nimet.

#### 15.5 Aktivaattorin työtila

Jotta aktivaattorista saadaan mahdollisimman esteetön ja matalalla kynnyksellä lähestyttävä, aktivaattorin työpiste ja huone tulee suunnitella avoimeksi. Tilaan ovat kaikki aukioloaikojen puitteissa tervetulleita, näin vaikuttaminen sekä ihmiskontaktit ja tiedon saanti ovat mahdollisimman saavutettavaa.

Avoin työtila ja ikääntyneiden olohuonetyylinen paikka toteuttaa myös tutkimuksissamme toisen esille tulleen tarpeen eli paikan, johon voi mennä viettämään aikaa, juttelemaan ja sosiaalistumaan myös ilman aktiviteettiä.

Avoimessa tilassa ikääntyneet voivat myös halutessaan jättää palautetta palautelaatikkoon, kirjoittaa ilmoitustauluun omia ajatuksiaan ja tervehdyksiään, sekä lukea lisätietoa ikääntyneille tarkoitetuista alennuksista, palveluseleleistä, kupongeista ja eduista.

lästä riippumatta vaikuttaminen ja oman äänensä kuuluviin saaminen on tärkeää, mutta oikean kanavan löytäminen sitä varten voi olla haastavaa. Aktivaattori auttaa saamaan ikääntyneiden äänen kuuluviin heitä koskevissa päätöksissä ja palvelujen suunnittelussa

luomalla siihen mahdollisuuksia esimerkiksi työpajoissa, palautekanavissa ja lisäksi kuuntelemalla heitä omassa avoimessa työhuoneessaan.

### 15.6 Aktivaattorin työvälineitä

Aktivaattorin työvälineet voivat olla melkein mitä vain, sillä työnkuva vaihtelee tarpeen mukaan aktivoijasta kuuntelijaan, innostajasta tiedottajaan ja kuljetuksien, sekä vapaaehtoistyöntekijöiden hoitamiseen.

Ihmisten aktivoimiseen ja ajan tasalla pitämiseen on lukemattomia apuvälineitä. Aktivaattori on itseohjautuva henkilö, joka hankkii uusia ja tarvittavia työvälineitä ja keinoja käyttöönsä.

Jokapäiväisten tiedotus- ja yhteydenpitovälineiden lisäksi avoin työtila, vuosikellot, tapahtumakalenteri auttavat ikääntyneitä saamaan tasaisesti luotettavaa ja ajan tasalla olevaa tietoa. Lisäksi aktivaattorin järjestämät työpajat toimivat ikääntyneiden väylänä saada oma mielipiteensä ja ääneensä kuuluviin.

### 15.7 Leijonan karjaisu -työpajapeli

Ruokolahdelle suunniteltua peliä (kuva 12) voi hyödyntää työpajoissa, joissa halutaan yhteiskehittämisen avulla löytää ratkaisuja ongelmiin tai keksiä uusia ideoita. Pelin tarkoituksena on saada osallistujien mielipiteet, ajatukset ja ideat kuuluviin leijonan karjaisun lailla.

Pelin idea on yksinkertainen, jonka takia pelinpitäjänä voi toimia kuka tahansa. (kuva 11) Peliin osallistuminen on tehty mahdollisimman helpoksi - peliin tarvitseekin vain leijonan rohkeutta!

Pelin tavoitteena on herättää työpajan aikana ideoivaa ja pohdiskelevaa keskustelua, jonka avulla voidaan kehittää muun muassa osallisuutta.

Pelin idea lyhyesti:

Pelin pitäjä keksii väittämiä liittyen valittuun aiheeseen. Väitekortteja (kuva 13) käännellään yksitellen ja osallistujat saavat äänestää ovatko he samaa vai eri mieltä heille jaetuilla värillisillä korteilla. Äänestyksen jälkeen kerrotaan perusteluja ja käydään keskustelua väittämästä. Samalla pelinpitäjä kirjaa nousseita puheenaiheita ylös.



**LEIJONAN KARJAIKU -TYÖPAJAPELI**

**PELIOHJEET**

PELIIN TARVITAAN 1-2 PELIN PITÄJÄÄ ELI FASILITAATTORIA. PELAAJIA VOI KÄYTÄNNÖSSÄ OLLA KUINKA MONTA TAHANSA, OPTIMIMÄÄRÄ ON 3-8 OSALLISTUJAA. PELIN PITÄJÄ TARVITSEE KYNÄN, JOLLA KIRJOITTAA VÄITTEMIÄ. LISÄKSI PELIN PITÄJÄ TARVITSEE KIRJAAMISVÄLINEET (KYNÄ&PAPERI / TIETOKONE)

**PELIN TAVOITE/IDEA**

- PELIN IDEANA ON SAADA OSALLISTUJIEN MIELIPITEET, AJATUKSET JA IDEAT KUULUVIIN LEIJONAN KARJAIKUN LAILLA.
- TAVOITTEENA ON VAHVISTAA LEIJONALAUMAA - YHTEISÖLLISYYTTÄ JA OSALLISUUTTA - YHTEISKEHITTÄMISEN KEINAIN.
- PELIÄ VOIDAAN SOVELTAA MIHIN TAHANSA AIHEESEEN.

**ENNEN PELIÄ PELIN PITÄJÄ:**

- KEKSII AIHEEN, ONGELMAN JNE., JOHON PELIN AIKANA SYVENNYTÄÄN VÄITTEIDEN AVULLA
- KEKSII VÄITEKORTTEIHIN VÄITTEITÄ TAI KYSYMYKSIÄ.
- ASETTELEE VÄITEKORTIT TEKSTI ALASPÄIN PELILAUDALLE NIILLE MERKITYYHIIN KOHTIIN.

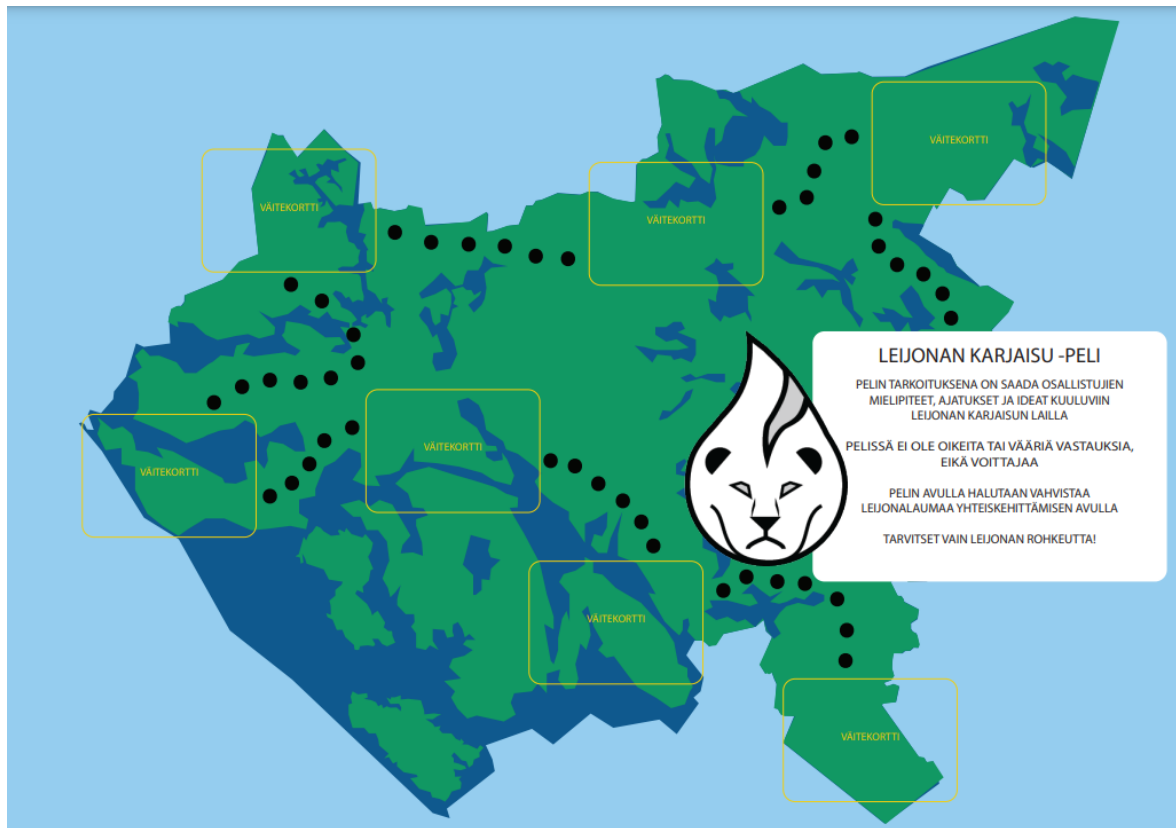
**PELIN ALUSSA:**

- PELIN ALUSSA OSALLISTUJILLE KOROSTETAAN, ETTÄ PELISSÄ EI OLE OIKEITA TAI VÄÄRIÄ VASTAUKSIA, EIKÄ VOITTAJAA.
- OSALLISTUJILLE JAETAAN VIHREÄ SEKÄ PUNAINEN KORTTI. VIHREÄ KORTTI TARKOITTAÄ, ETTÄ OSALLISTUJA ON SAMAA MIELTÄ VÄITTEEN KANSSA, KUN TAAS PUNAINEN KORTTI TARKOITTAÄ, ETTÄ OSALLISTUJA ON ERI MIELTÄ VÄITTEEN KANSSA.

**PELIN KULKU:**

- PELILAUDALLA OLEVISTA VÄITEKORTEISTA KÄÄNNETÄÄN ENSIMMÄINEN JA VÄITE LUETAAN ÄÄNEEN.
- SEN JÄLKEEN OSALLISTUJAT ÄÄNESTÄVÄT OVATKO HE VÄITTEEN KANSSA SAMAA VAI ERI MIELTÄ. ÄÄNESTYS TAPAHTUU NÄYTTÄMÄLLÄ JOKO VIHREÄÄ TAI PUNAISTA KORTTIA.
- SEN JÄLKEEN JOKAINEN OSALLISTUJA SAA PERUSTELLA VALINTAANSA JA KERTOA MIELIPITEENSÄ ASIAAN. SAMALLA KÄYDÄÄN AVOINTA KESKUSTELUA AIHEESTA JA YRITETÄÄN LÖYTÄÄ ESIMERKIKSI RATKAISUIDEITA MAHDOLLISIIN ONGELMIIN.
- PELIN PITÄJÄN TEHTÄVÄNÄ ON JOHTAA KESKUSTELUA SEKÄ KIRJATA KESKUSTELUA YLOS.
- KAIKKI VÄITÄMÄT KÄYDÄÄN YKSITELLEN LÄPI JA LOPUKSI VOIDAAN VIELÄ KERRATA ILMI TULLEITA ASIOITA JA KÄYDÄ KESKUSTELUA. TÄMÄN JÄLKEEN PELIN PITÄJÄ KIITTÄÄ OSALLISTUJIA JA LOPETTAÄ PELIN.

Kuva 11. Peliohjeet (2023)



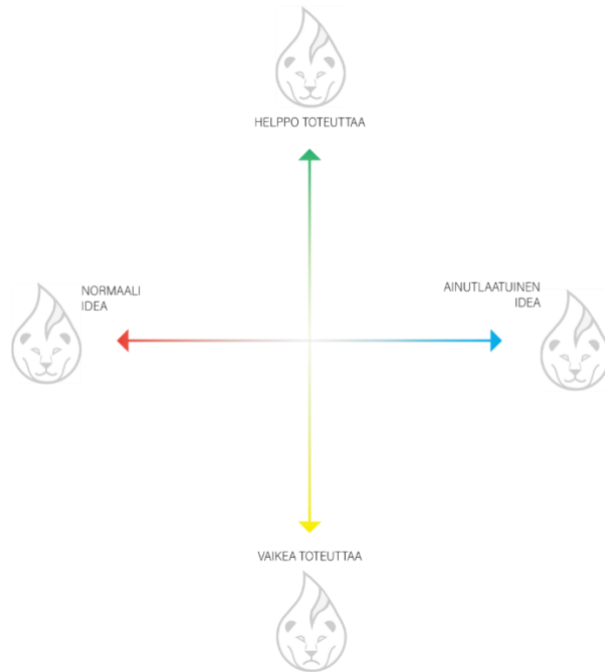
Kuva 12. Pelialusta (2023)



Kuva 13. Pelikortit (2023)

## 15.8 Arviointimatriisi





Arviointimatriisia (kuvio 2) voidaan käyttää yhteiskehittämisen työvälineenä esimerkiksi työpajoissa tai arvioidessa ideoiden toteuttamiskelpoisuutta. Matriisin voi tulostaa ja sen päälle voi koota esimerkiksi post-it -lapuilla ideoita, liittyen yhteissuunnittelun aiheeseen. Sillä voidaan myös arvioida tapahtumien ja aktiviteettien toteutettavuutta.



Kuvio 2. Arviointimatriisi (2023)

### 15.9 Palauteruudukko

Jatkokehittämistä varten on hyvä käydä läpi käyttäjiltä saatu palaute. Palautteen läpikäymisessä ja arvioinnissa voidaan käyttää apuna palauteruudukkoa (kuvio 3.). Palautteen arviointia voidaan käydä läpi myös aktivaattorin johdolla ruudukon avulla.

Mikä toimii?	Minkä voisi tehdä toisin?
 	
 	
Mikä oli epäselvää?	Muita ideoita?

Kuvio 3. Palauteruudukko (2023)

## 16 Käyttäjäpolut

### 16.1 Käyttäjäpersoonien skenaariot

Käyttäjäpolut pohjautuvat neljään eri käyttäjäpersoonaan. Polku on tehty käyttäjän, eli tässä tapauksessa Ruokolahtelaisen ikääntyvän ja aktivaattorin kohtaamisesta, toiminnasta ja jatkotoimenpiteistä. Käyttäjäpolun avulla loimme erilaisia skenaarioita, miten erityyppiset motivaatio- ja kuntotasot voivat vaikuttaa osallistumisessa, kohtaamisessa, aktiivisuudessa ja yhteisöllisyydessä.

### 16.2 Neljä eri käyttäjäpolkua

#### Hyvä kunto ja heikko motivaatio

Tämän tyyppinen ikääntynyt on fyysisesti hyvässä kunnossa, mutta hänen motivaationsa osallistua ja liittyä sosiaalisiin tilanteisiin on heikko. Tämän tyyppinen ikääntynyt tarvitsee usein ulkoista kannustusta ja motivointia jatkamaan osallistumista ja aktiivisuutta. Onnistumisen tunteet ja mielekäs toiminta kasvattavat motivaatiota. Olemme kuvanneet tämän tyyppisen ikääntyneen käyttäjäpolun seuraavassa kuviossa (kuvio 4.)



Kuvio 4. Hyvä kunto ja heikko motivaatio (2023)

## Heikko kunto ja heikko motivaatio

Tämän tyyppisillä ikääntyneillä fyysinen kunto on heikko, eivätkä he välttämättä näe osallisuuden ja yhteisöllisyyden olevan ollenkaan merkityksellistä. Syrjäytymisen ja kunnan romahtamisen riski on suuri. Tämän tyyppiset ikääntyneet tarvitsevat enemmän tukea, ohjausta ja kannustusta aktivoituaakseen ja osallistuaakseen. Säännöllinen yhteydenpito ja matalankynnyksen osallistuminen voivat kasvattaa henkilön motivaatiota. Olemme kuvanneet tämän tyyppisen ikääntyneen käyttäjäpolun seuraavassa kuviossa (kuvio 5.)



Kuvio 5. Heikko kunto ja heikko motivaatio (2023)

## Hyvä kunto ja hyvä motivaatio

Tämän tyyppinen ikääntynyt on fyysisesti hyvässä kunnossa ja motivoitunut aktiiviseen elämään. He nauttivat yhteisöllisyyden tunteesta ja verkostoituvat helposti. He ovat itse osallisena tapahtumien järjestelyissä ja aktivoivat samalla myös muita. Korkea motivaatio- ja kuntotaso pitävät henkistä ja fyysistä terveyttä yllä. Olemme kuvanneet tämän tyyppisen ikääntyneen käyttäjäpolun seuraavassa kuviossa (kuvio 6.)





Kuvio 6. Hyvä kunto ja hyvä motivaatio (2023)

### Heikko kunto ja hyvä motivaatio

Tämän tyyppinen ikääntynyt on fyysisesti heikommassa kunnossa, mutta he ovat motivoituneita osallistumaan yhteiseen toimintaan ja olemaan aktiivisempia. He tarvitsevat avustajan tukea, sekä saavutettavaa ja esteetöntä toimintaa. Heidän tarpeitaan kuunnellaan tarkasti ja heihin pidetään yhteyttä. Avustamalla ja tarjoamalla esteetöntä osallistumista voidaan saada kasvatettua henkistä ja fyysistä hyvinvointia. Olemme kuvanneet tämän tyyppisen ikääntyneen käyttäjäpolun seuraavassa kuviossa (kuvio 7.)



Kuvio 7. Heikko kunto ja hyvä motivaatio (2023)

## 17 Toimintamalli rutiinit ja aikataulutus

### 17.1 Rutiinit ja aikataulutus markkinointiviestinnän tukena

Rutiinit ja aikataulutus ovat jokaisen projektin, hankkeen ja organisaation yksi tärkeimmistä tukipilareista. Toimiva aikataulu syntyy vuorovaikutuksesta, kohtaamisista, tavoitteista ja selkeästä rutiininomaisesta viestinnästä. Aikataulutus ja rutiinit toimivat yhdessä markkinointiviestinnän kanssa.

### 17.2 Aikataulu

Aikataulut laaditaan, jotta tiedetään mitä tapahtuu ja milloin. Aikataulun olemassaolo ja paikkansapitävä sisältö on pakollisia, jotta osallistujat tietävät milloin saapua paikalle ja mitä varten. Hyvin rakennettu, ajoissa laadittu ja esteettömästi esillä oleva aikataulu auttaa tavoitteiden saavuttamisessa, on selkeä ja luotettava tapa kommunikoida sekä viestiä suurelle joukolle ihmisiä. Aikataulu toimii tietynlaisena sopimuksena järjestäjän ja osallistujan välillä.

Aikataulu tulee julkaista ja laittaa esille ajoissa, jotta se tavoittaa mahdollisimman monen ja sisällön täytyy olla selkeä viikko- sekä kuukausirytmiltään. Toistuvuus tuo rytmiä ja mahdollistaa uudet rutiinit. Samaan aikaan, päivään, kuukauteen ja kellonaikaan toistuvat teemat, harrastukset ja tapahtumat auttavat aktivoitumisessa ja lisäävät lisäksi myös osallistujien yhteisöllisyyttä.

### 17.3 Rutiinit

Aikataulun viestinnässä ja käyttönotossa auttavat rutiinit. Uusien rutiinien luominen voi kestää ja niiden luomisen kanssa pitää olla kärsivällinen, sillä ikääntynyt ihminen tarvitsee usein uusien tapojen ja rutiinien saavuttamiseksi apua, rohkaisua ja kannustamista. Rutiinit luovat elämään ja toimintaan toistuvia kuvioita ja saavat arjen toimimaan. Harvat pystyvät omaksumaan uusia kuvioita ja toimintatapoja elämäänsä ensimmäisellä kerralla. Uusien tapojen ja rutiinien omaksuminen on kuitenkin kannattavaa ja järkevää, sillä ne auttavat toimimaan ja pysymään virkeämpänä pidempään.

Aikataulutuksessa kohderyhmä tulee ottaa erityisesti huomioon sillä mitä vanhemmaksi tulemme, sitä vaikeampaa uusien rutiinien luominen ja kotoa uusien asioiden pariin poistuminen on. Kun ajatellaan viestintää ja rutiineja ikääntyneiden tiedottamisen ja aktivoimisen kautta, on toistuvuus ja selkokielen sisältö erityisen tärkeää, jotta erehdyksille ja kyseenalaistamiselle ei jää tilaa.

## 17.4 Vuosikalenteri ja vuosikello

Vuosikalenterissa (kuva 14) ja vuosikellossa (kuva 15) pystytään kertomaan ikääntyneille vuosi eteenpäin tiedossa olevista tapahtumista.

Suuret juhlapyhät ja tapahtumat, vuosikokoukset ja teemaviikot pystytään ilmoittamaan oman kalenterikuukauden kohdalle. Kalenteriin voidaan merkitä päivämäärän tarkkuudella, mutta mikäli ne eivät ole tiedossa, kuukausi ajankohtanakin on suuntaa antava ja hyvä ennakoiva tieto.

Kalenteriin tai kelloon ei tarvitse vielä ilmoittaa tarkempaa kellon aikaa, vaan niistä voi tiedottaa lähempänä ajankohtaa. Kummatkin toimivat samalla periaatteella, visuaalinen tuotos on vain erityyppinen.



Kuva 14. Vuosikalenteri (2023)



Kuva 15. Vuosikello (2023)

## 17.5 Kausikalenteri

Kausikalenteri on yksityiskohtaisempi kuin edellä mainitut vuosikalenteri ja vuosikello. Sen erona on myös lyhyemmän aikavälin julkaistut tapahtumat ja ohjelmat.

Kalenterin voi esimerkiksi jakaa neljälle vuodenajalle, puolen vuoden jaksoon tai muutaman kuukauden rytmiin. Kalenteriin on merkattu toistuvat tapahtumat ja ohjelmat sekä niiden aikataulut. Ne ovat jaoteltu paikan ja viikonpäivän mukaan.

Esimerkki kausikalenterissa (kuva 16) aikaväli on laitettu kesäkauteen, noin neljään kuukauteen. Esimerkkiin on toiselle puolelle laitettu kalenteri ja ohjelmat (kuva 17), toiselle puolelle ohjeita sekä yhteystietoja. Fyysisessä muodossa olevassa kortissa on paljon informaatiota, mutta se on helposti ja nopeasti luettavissa.

TAPAHTUMAT +64V KESÄKAUSI 1.5.-31.8.2023							
	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIIKKO	TORSTAI	PERJANTAI	LAUANTAI	SUNNUNTAI
ELVINKULMA	Bingo 12-13.30	-	Laulukammari 13.30-14.30	Historian havinaa 17-17	-	-	Elokuva 16-18.30
KOIVURANNAN KERHOHUONE	-	Tablettikerho 15- 16	Yhteisruokailu € 11-13	-	Kirjakerho* 17-18 Musavisa 18-19	Toiveohjelma 13-15	-
TORI	-	-	-	Markkinat 9-14	-	Munkkikahvit 9-12	-
PAPPILA	-	Miestenkerho 15-17	-	Tanssit 18-20	Käsityökerho € 13-16	-	-
KALASTUSMAJA	Kalaretki 17-19	-	Marjanpoimijat* 14-16	-	Nokipannukahvit 17-18	-	Lintubongarit* 10-14
KUNTOSALI	Ohjattu sali 9-10	Vapaa sali 8-9	-	Ohjattu sali 9-10	Ryhmäliikunta 8-9	-	-

Kuva 16. Kausikalenteri (2023)

**TAPAHTUMAKORTTI**  
KESÄKAUSI 1.5.-31.8.2023

- Tapahtumat ovat kaikille avoimia
- Tapahtumat järjestetään viikottain kalenteriin merkattuna aikoina, eillei toisin mainita. Muutokset mahdollisia
- Pientä maksua vaativat tapahtumat ovat merkitty €- merkillä ja \*-Merkillä jos tarvitset omia välineitä mukaan
- Tapahtumat ovat suunnattu ikääntyville Ruokolahtelaisille
- Tapahtumasta riippuen, järjestämässä ja avustamassa ovat vapaaehtoiset ja/tai ammatillaiset
- Tapahtumiin ei tarvitse erikseen ilmoittautua
- Tapahtumat ovat kesäkauden 2023 ajan voimassa, syyskauden tapahtumakalenteri julkaistaan erikseen
- Tapahtumista tarkempaa informaatiota saat aktivaattorilta numerosta: 113-114-115

**Elvinkulma:** Matintie 14-16  
156100 Ruokolahti

**Koivurannan Kerho:** Katintie 145  
156100 Ruokolahti

**Kuntosali:** Kuntotie 2  
56100 Ruokolahti

**Kalastusmaja:** Metsätie 1  
56100 Ruokolahti

**Tori:** Keskustie 1  
56100 Ruokolahti

**Pappila:** Keskustie 4  
56100 Ruokolahti

Kuva 17. Kausikalenterin kääntöpuoli (2023)

## 18 Työpajat ja yhteiskehittäminen

### 18.1 Työpaja

Työpajat ovat erinomainen väylä ja työkalu saada osallistujien äänet kuuluviin. Niitä voi käyttää moneen eri tilanteeseen ja niitä voi fasilitoida ja järjestää kuka vain, eikä siihen vaadita aikaisempaa kokemusta.

Ikääntyneiden digitaidot huomioon ottaen paikan päällä järjestettävät työpajat toimivat paremmin kuin etänä järjestettävät. Yhteiskehittämisen keinoin herätellään uusia ideoita, parannusehdotuksia tai ratkootaan jo olemassa olevia ongelmia.

Työpajojen avulla voidaan saada uusia näkökulmia ja usein parhaimmat ideat löytyvät ryhmässä miettien ja silloin kun sitä vähiten odottaa. Työpaja on onnistunut, kun osallistujille jää tunne, että heidän äänensä sekä ideansa on kuultu ja niitä arvostetaan.

Työpajojen luonne on hyvä pitää kevyenä ja jopa hieman leikkimielisenä. Rento ilmapiiri ehkäisee tunnetta, että joku voisi sanoa jotain noloa tai väärää. Työpajoissa on tärkeää, että jokainen osallistuja voi ja uskaltaa kertoa ideoistaan ja ajatuksistaan ilman tyrmäyksen pelkoa. Työpajaa suunniteltaessa on varmistettava, että jokaiselle avautuu mahdollisuus ilmaista itseään.

### 18.2 Työpaja faktaa

Ennen työpajan alkua on hyvä miettiä miksi työpajaa pitää, laatia aihe, tavoitteet ja keitä kutsuu. Paikan tulee olla helppopääsyinen, esteetön ja markkinoinnin on tapahduttava selkeästi ja toistuvasti. Ohjelman tulee sisältää monipuolisia tehtäviä ja aktiviteetteja, jotka auttavat osallistujia saavuttamaan tavoitteen. Työpajan pituus ja aikataulu on myös suunniteltava huolellisesti, jotta aikaa ei käytetä turhaan.

Markkinoidessa osallistujille on myös tärkeää kertoa työpajan teema ja tarkoitus, sekä mitä sillä halutaan saavuttaa ja mitä osallistujilta toivotaan. Mikäli työpajoista tekee säännölliset ja toistuvat, auttaa se osallistujien tavoittamisessa.

Työpaja terminä saattaa olla monelle vieras ja luotaan pois työntävä. On siis kannattavaa miettiä myös muita nimikkeitä, jotka ovat helposti lähestyttäviä ja ymmärrettäviä. Esimerkkeinä aivoriihi, ideapaja, ideapiiri, tuumaustuokio tai ideaverstas.

### 18.3 Työpajan järjestäminen

Työpajaa varten tarvitaan paikka, vetäjä ja osallistujat.

Työpajan vetäjä eli fasilitaattori toivottaa kaikki tervetulleeksi, kuuntelee eri näkökulmia, kannustaa ideoimaan ja johtaa keskustelua vaikuttamatta osallistujien mielipiteisiin tai keskustelun suuntaan.

Työpajoissa voidaan käyttää erilaisia menetelmiä keräämään ajatuksia ja ideoita talteen. Esimerkiksi post-it laput, piirtäminen, työpajapelit, palauteruudukot, arviointimatriisi pohjat ja avoin keskusteleminen. Mikäli työpajan aikana haluaa nauhoittaa keskustelua, tulee siitä aina kysyä kaikilta osallistujilta ennen työpajan alkua.

Työpajan lopuksi on hyvä esittää osallistujille kooste työpajassa ilmenneistä asioista, kysellä palautetta ja kertoa jatkosta. Kertoa mitä kerätylle datalle tehdään, mistä tuloksia voi päästä myöhemmin lukemaan ja onko mahdollisesti tulossa jatkokehitys työpaja.

Työpajan vetäjän vastuulle jää lopuksi kaiken työpajoista saadun tiedon purku, analysointi, tiivistäminen ja koostaminen sellaiseen muotoon, joka on valmis jatkokäsittelyyn ja toisten silmille sekä käyttöönottoon.

#### 18.4 Työpajojen hyödyt

Työpajojen avulla on mahdollista saada selville uusia ideoita, tunteita, toiveita ja ongelmia mistä ei oltu aikaisemmin tietoisia. Ihmiselle on luontaista ajatella, että muiden ajatus ja arvomaailma kuvastaa helposti samaa kuin omansa. Usein tämä kuitenkin on kaukana totuudesta, joka onkin paljon ihmeellisempi ja monimuotoisempi kuin osasimme ensin odottaakaan, jonka vuoksi sen esiin kaivaminen onkin kaksin verroin mielenkiintoisempaa ja rikastuttavampaa.

Yhteiskehittäminen ja kuulluksi tuleminen lisää ihmisten motivaatiota, arvostusta ja kasvattaa yhteisöön kuulumisen tunnetta. Tunne, että omilla ajatuksilla on merkitystä yhdistettynä tilanteen sosiaalisuuteen, positiivisuuteen ja ryhmähengen kasvattamiseen kannustaa osallistujia palaamaan samankaltaisiin tilaisuuksiin uudelleen. Työpajojen avulla voidaan vahvistaa osallisuutta ja aktiivisuutta työpajojen ulkopuolellakin. Kun pääsee itse vaikuttamaan ja toivomaan muutoksia, on tällöin halu kokea ja nähdä ne myös suurempi.

## 19 Yhteenveto

Jatkokehittäminen jää kunnalle itselleen ja kertoo kuntalaisille, että kunta haluaa kehittää Ruokolahtea kohti vieläkin ikäystävällisempää ja käyttäjäläheisempää asukas yhteisöä.

Jatkokehittämisellä kunta pysyy mukana muuttuvan ajan ja toiveiden mukana kasvattaen asukastyytyväisyyttä. Tällä tavalla kunnan ote ja imago pysyvät raikkaana sekä uusimmat vaatimukset täyttävänä jatkossakin.

Näkyvä jatkokehittäminen kertoo siitä, että kunta on motivoitunut kehittymään ja se voi aktivoida myös niitä, jotka eivät heti uskaltaneet kertoa toiveistaan.

Toivomme, että uudistetun osallisuutta ja yhteisöllisyyttä edistävän toimintamallimme käyttöönoton jälkeen yhteiskehittämistä jatketaan tulevaisuudessakin antamiemme ideoiden ja ehdotusten avulla.

Suosittellemme työpajoja ikääntyneiden kanssa työskenteleville kunnantyöntekijöille sekä vapaaehtoisille. Kunnan sivujen säännöllistä tarkistusta ja ikääntyneiden omaa välilehteä, jotta kaikki informaatio täyttää saavutettavuusvaatimukset, FAQ-osion lisäämistä sekä sosiaalisen median hyödyntämistä tiedotuksessa ja palveluissa enemmän tulevaisuudessa. Tämän hetken ikääntyneiden digitaitojen ollessa vielä osittain puutteellisia, täytyy kaiken materiaalin olla saatavilla myös fyysisessä muodossa. Osallistettaessa asukkaita kärsivällisesti suunnittelutyöhön kuten palveluiden kehittämiseen, varmistetaan, että kehitys kulkee oikeaan suuntaan ja kohti asukaslähtöistä kuntaa, minkä osallisuutta ja yhteisöllisyyttä ihastellaan vielä kaukaa.

Saavutettavalla viestinnällä ja markkinoinnilla mahdollistetaan yhteisöllisyyden ja osallisuuden toteutuminen, mikä viestii ruokolahtelaisille asukkaille näkyvästi, että he ovat tärkeässä osassa kunnan kehittämisessä.



## Lähteet

Etelä-Karjalan sosiaali- ja terveydenhuollon kuntayhtymä. Ikäystävällinen Ruokolahti: Arviointi ja suunnitelma ikääntyneiden asumisesta ja ikäystävällisestä ympäristöstä. Viitattu 21.4.2023. Saatavissa Etelä-Karjalan sosiaali- ja terveydenhuollon kuntayhtymältä

Koskelainen, K. 2023. Etelä-Karjalan hyvinvointialue. Ikäystävällinen Ruokolahti -hanke. Viitattu 24.1.2023. Saatavilla <https://moodle.lut.fi/mod/resource/view.php?id=917417>

Ruokolahti. Kuntastrategia. Viitattu

24.1.2023. Saatavissa <https://ruokolahti.fi/fi/paatoksenteko/kuntastrategia>

Ruokolahti. Viestintä ja tiedotus. Viitattu

18.4.2023. Saatavissa <https://ruokolahti.fi/fi/paatoksenteko/viestinta-ja-tiedotus>

## Liite 1. Tulevaisuuden Ruokolahti kyselylomake

## Tulevaisuuden Ruokolahti

Hei sinä Ruokolahdella asuva tulevaisuuden eläkeläinen!

Ympäristöministeriön Ikääntyneiden asumisen toimepideohjelman 2020-2022 rahoittaman Ikäystävällinen Ruokolahti -hankkeen tavoitteena on kehittää ikääntyvien ruokolahtelaisten osallisuutta ja yhteisöllisyyttä. Vastaamalla muutama kysymykseen autat meitä kohti oikeaa suuntaa!

### Tarvitsemme juuri sinun apuasi!

Olemme LAB Muotoiluinstituutin toisen vuoden palvelumuotoiluopiskelijoita ja tehtävämme on luoda osallisuuden ja yhteisöllisyyden palvelumalli Ruokolahdelle asiakasymmärryksen pohjalta.

Yhteiskehittämisen keinoin luomme toimintamallin, joka lisää ikääntyvien Ruokolahtelaisten yhteisöllisyyttä, onnellisuutta, yhteenkuuluvuuden tunnetta ja aktiivisuutta.

Kyselyyn vastataan anonyymisti, eivätkä henkilötietosi tai sähköpostiosoitteesi tallennu mihinkään. Kyselystä saatuja tietoja käytetään ainoastaan osana tätä opiskeluprojektia ja hanketta. Lisäksi etoa tietosuojaja tietoturvalöydätte [täältä](#).

Oppilasyhteistyön yhteyshenkilönä toimii tiimivalmentaja Marjut Suokas [marjut.suokas@lab.fi](mailto:marjut.suokas@lab.fi)

Kyselyn vastausaika päättyy perjantaina 14.4.2023.



Ympäristöministeriö  
Miljöministeriet  
Ministry of the Environment



LAB University of  
Applied Sciences



LeiMu

### 1. Vastaajan ikä

*Merkitse vain yksi soikio.*

Alle 29 vuotta

30 – 49 vuotta

Yli 50 vuotta

2. Yhteisöllisyys tarkoittaa ihmisten välistä yhteistyötä ja yhdessä tekemistä. Mitä ajatuksia se sinussa herättää kun ajattelet Ruokolahtea?

---

---

---

---

---

3. Mitä toivot tulevaisuudessa kehitettävän Ruokolahdella koskien ikääntyviä?

---

---

---

---

---

4. Mitä kaikkia yhteydenpito ja tiedotus/somealustoja seuraat?

*Valitse kaikki sopivat vaihtoehdot.*

- Facebook
- WhatsApp
- Instagram
- Twitter
- Online lehdet
- Paperiset lehdet
- Ruokolahden paikallislehti
- TV uutiset
- TV:n ajankohtaisohjelmat
- Radio
- Muu: \_\_\_\_\_

5. Digitalisaatiossa tietotekniikkaa hyödynnetään arkielämän järjestämisessä. Onko sinulla ideoita miten tätä voisi käyttää hyväksi edistäen ikääntyvien yhteisöllisyyttä Ruokolahdella?

---

---

---

---

---

6. Mitä palveluita, ohjelmaa tai harrastuksia toivot tulevaisuudessa Ruokolahden ikääntyville? Haluatko eritellä jotain tiettyä tekemistä? Mitä?

*Valitse kaikki sopivat vaihtoehdot.*

- Lisää harrastusmahdollisuuksia  
 Kulttuuriretkiä  
 Kirkollista toimintaa  
 Kielikursseja  
 Käsityökerhoja  
 Jutustelukerhoja  
 Markkinoita ja tapahtumia  
 Kalastus ja pyöräretkiä  
 Luonnossa liikkumista  
 Säännöllisiä kotivierailuja esim. juttelun ja kahvittelun merkeissä  
 Muu: \_\_\_\_\_

7. Yhteiskehittämisessä käyttäjät ovat mukana palveluiden ja toimintojen suunnittelussa, toteutuksessa ja arvioinnissa. Oletko kiinnostunut yhteiskehittämään Ruokolahtea ikäystävällisemmäksi? Jos kyllä, niin mitä ja miten?

---

---

---

---

---

8. Onko Ruokolahdella jo nyt yhteisöllisyyden menetelmiä, joita pidät toimivina?

---

---

---

---

---

9. Vapaa sana, joka auttaa parantamaan Ruokolahtelaisten ikääntyvien arkea, osallisuutta ja yhteisöllisyyttä tulevaisuudessa?

---

---

---

---

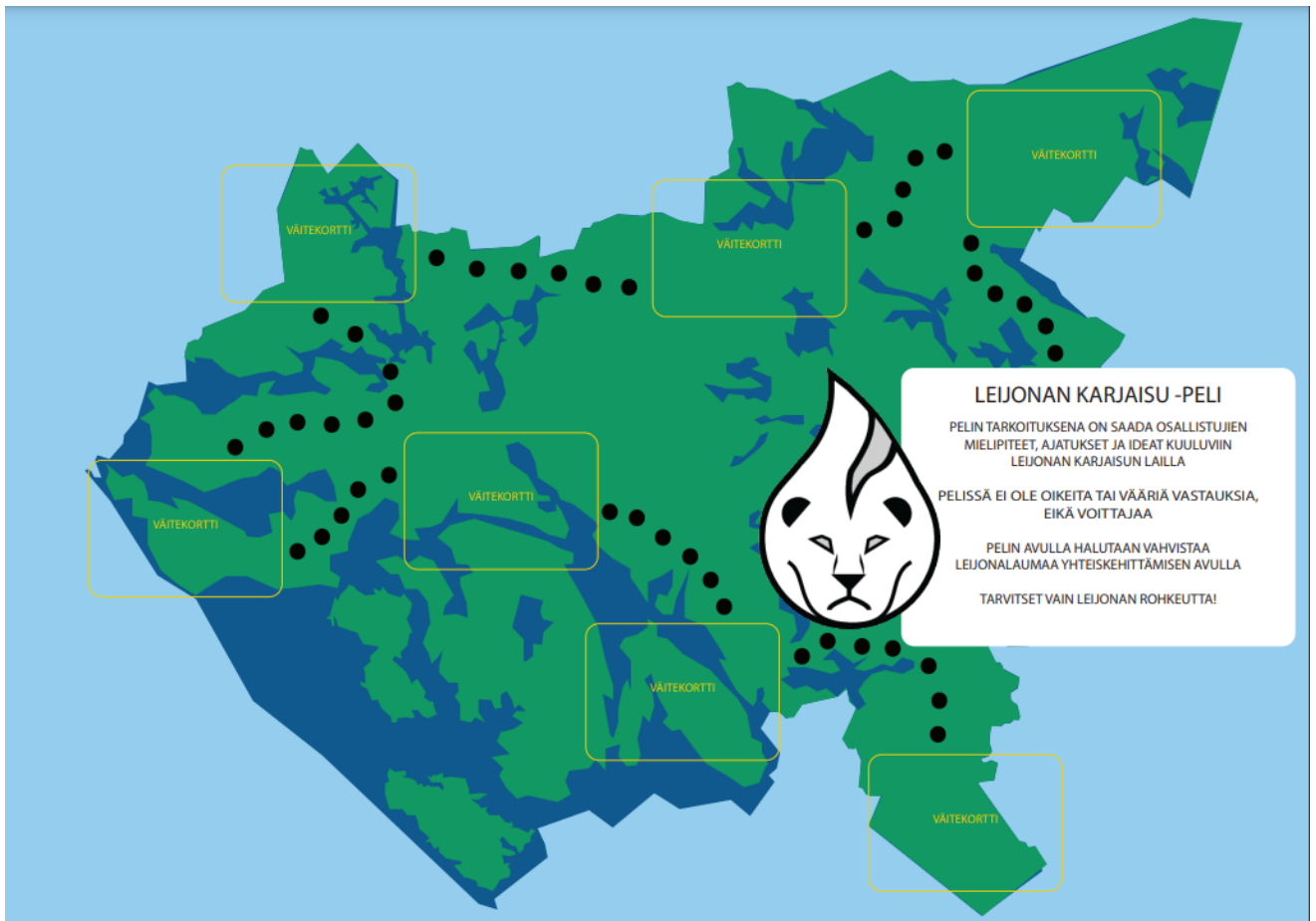
---

---

Google ei ole luonut tai hyväksynyt tätä sisältöä.

**Google Forms**

## Liite 2. Leijonan karjaisu -työpajapeli



	VÁITE: _____ _____ _____		VÁITE: _____ _____ _____	
	VÁITE: _____ _____ _____		VÁITE: _____ _____ _____	
	VÁITE: _____ _____ _____		VÁITE: _____ _____ _____	
	VÁITE: _____ _____ _____		VÁITE: _____ _____ _____	

## LEIJONAN KARJAIKU -TYÖPAJAPELI

### PELIOHJEET

PELIIN TARVITAAN 1-2 PELIN PITÄJÄÄ ELI FASILITAATTORIA. PELAAJIA VOI KÄYTÄNNÖSSÄ OLLA KUINKA MONTA TAHANSA, OPTIMIMÄÄRÄ ON 3-8 OSALLISTUJAA. PELIN PITÄJÄ TARVITSEE KYNÄN, JOLLA KIRJOITTAÄ VÄITTÄMIÄ. LISÄKSI PELIN PITÄJÄ TARVITSEE KIRJAAMISVÄLINEET (KYNÄ&PAPERI / TIETOKONE)

#### PELIN TAVOITE/IDEA

- PELIN IDEANA ON SAADA OSALLISTUJIEN MIELIPITEET, AJATUKSET JA IDEAT KUULUVIIN **LEIJONAN KARJAIKUN** LAILLA.
- TAVOITTEENA ON VAHVISTAA **LEIJONALAUMAA** - YHTEISÖLLISYYTTÄ JA OSALLISUUTTA - YHTEISKEHITTÄMISEN KEINON.
- PELIÄ VOIDAAN SOVELTAA MIHIN TAHANSA AIHEESEEN.

#### ENNEN PELIÄ PELIN PITÄJÄ:

- KEKSII AIHEEN, ONGELMAN JNE., JOHON PELIN AIKANA SYVENNYTÄÄN VÄITTEIDEN AVULLA.
- KEKSII VÄITEKORTTEIHIN VÄITTEITÄ TAI KYSYMYKSIÄ.
- ASETTELEE VÄITEKORTIT TEKSTI ALASPÄIN PELILAUDALLE NIILLE MERKITTYIHIN KOHTIIN.

#### PELIN ALUSSA:

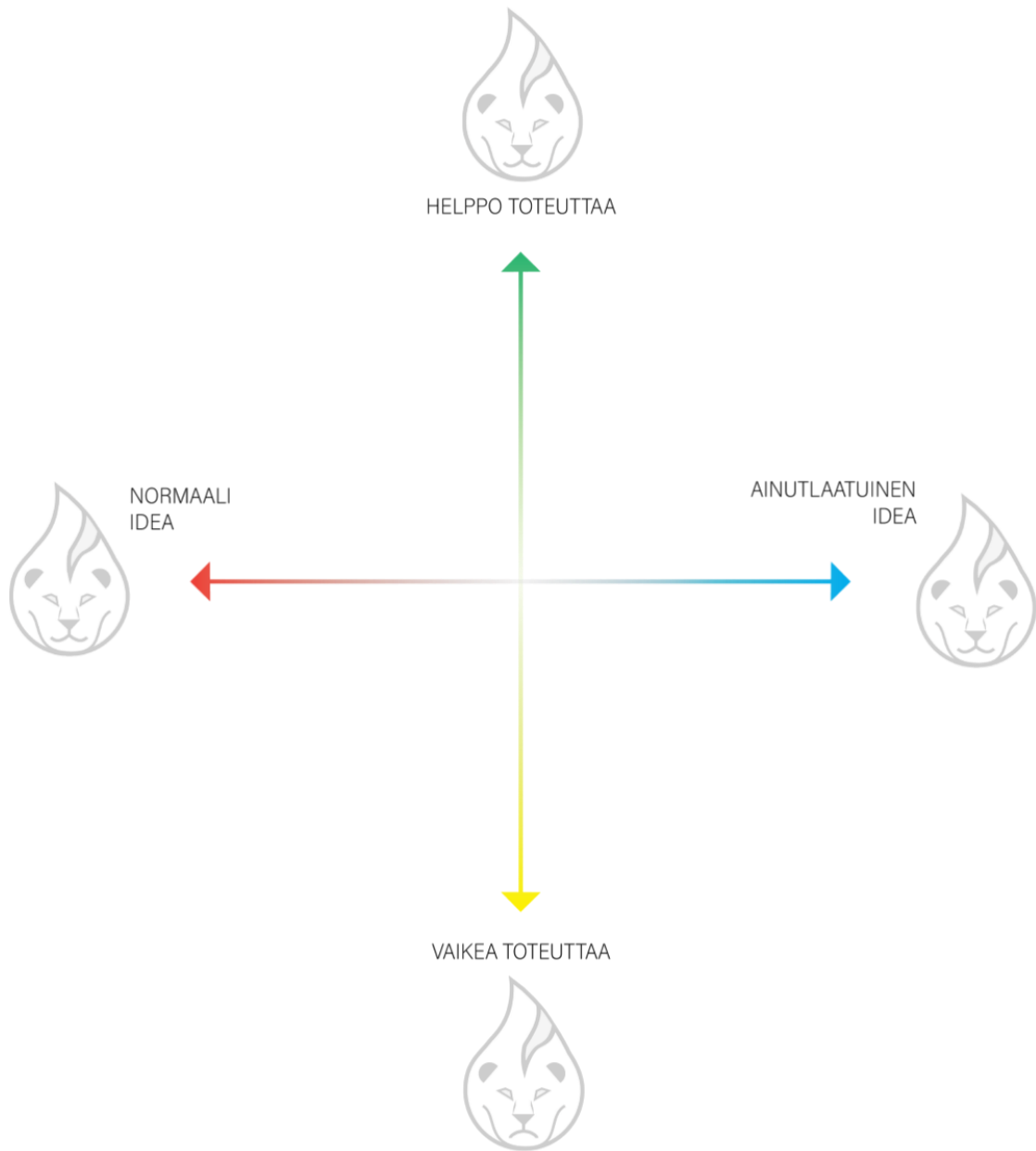
- PELIN ALUSSA OSALLISTUJILLE KOROSTETAAN, ETTÄ PELISSÄ EI OLE OIKEITA TAI VÄÄRIÄ VASTAUKSIA, EIKÄ VOITTAJAA.
- OSALLISTUJILLE JAETAAN VIHREÄ SEKÄ PUNAINEN KORTTI. VIHREÄ KORTTI TARKOITTAÄ, ETTÄ OSALLISTUJA ON SAMAA MIELTÄ VÄITTEEN KANSSA, KUN TAAS PUNAINEN KORTTI TARKOITTAÄ, ETTÄ OSALLISTUJA ON ERI MIELTÄ VÄITTEEN KANSSA.

#### PELIN KULKU:

- PELILAUDALLA OLEVISTA VÄITEKORTEISTA KÄÄNNETÄÄN ENSIMMÄINEN JA VÄITE LUETAAN ÄÄNEEN.
- SEN JÄLKEEN OSALLISTUJAT ÄÄNESTÄVÄT OVATKO HE VÄITTEEN KANSSA SAMAA VAI ERI MIELTÄ. ÄÄNESTYS TAPAHTUU NÄYTTÄMÄLLÄ JOKO VIHREÄÄ TAI PUNAISTA KORTTIA.
- SEN JÄLKEEN JOKAINEN OSALLISTUJA SAA PERUSTELLA VALINTAANSA JA KERTOÄ MIELIPITEENSÄ ASIAAN. SAMALLA KÄYDÄÄN AVOINTA KESKUSTELUA AIHEESTA JA YRITETÄÄN LÖYTÄÄ ESIMERKIKSI RATKAISUIDEOTOIÄ MAHDOLLISIIN ONGELMIIN.
- PELIN PITÄJÄN TEHTÄVÄNÄ ON JOHTAA KESKUSTELUA SEKÄ KIRJATA KESKUSTELUA YLÖS.
- KAIKKI VÄITTÄMÄT KÄYDÄÄN YKSITELLEN LÄPI JA LOPUKSI VOIDAAN VIELÄ KERRATA ILMI TULLEITA ASIOITA JA KÄYDÄ KESKUSTELUA. TÄMÄN JÄLKEEN PELIN PITÄJÄ KIITTÄÄ OSALLISTUJIA JA LOPETTAÄ PELIN.



Liite3.Arviointimatriisipohja



## Liite 4. Palauteruudukko

Mikä toimii?	Minkä voisi tehdä toisin?
Mikä oli epäselvää?	Muita ideoita?

