



19.9.2014



Kuva: Niklas Sandström, 2010.

Kestävää hyvinvointia ikäihmisille – Helsingin osahankkeen hankehakemus



19.9.2014

HELSINGIN OSAHANKE LYHYESTI

Hallinnoija: Helsingin kulttuurikeskus

Yhteistyökumppanit:

- Helsingin sosiaali- ja terveysvirasto, idän palvelualue, kaakkoinen kotihoito
- Lasipalatsin Mediakeskus Oy

Hankkeen kesto: 2 vuotta, syksy 2015 – syksy 2017

Budjetti: 170 000 €, josta omavastuuosuus 25 % eli 42 500 €. Omavastuuosuus tullaan kattamaan Helsingin kaupungin Innovaatorahastosta saadulla avustuksella

Yhteyshenkilöt:

- Jenni Varho, vanhustyön kulttuurisuunnittelija, Helsingin kulttuurikeskus ja sosiaali- ja terveysvirasto, jenni.varho@hel.fi
- Raisa Niemi, kulttuurituottaja, Lasipalatsin Mediakeskus Oy, raisa.niemi@lasipalatsi.fi

Sisältö:

Helsingin osahankkeessa analysoidaan taiteen ja kulttuurin mahdollisuuksia kotona asuvien ikäihmisten hyvinvoinnin ja toimijuuden tukena. Keskeisessä roolissa ovat *palveluiden asiakaslähtöisyyden vahvistaminen ja sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten työmenetelmien ja -sisältöjen kehittäminen*.

Hankkeessa analysoidaan:

- 1) taide ja kulttuuri osana kotihoidon hoito- ja palvelusuunnitelmia,
- 2) taide ja kulttuuri osana sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten työmenetelmiä ja heidän työnhyvinvointinsa tukea,
- 3) kulttuurialan ammattilaisen työnkuva osana kotihoidon moniammatillista työtiimiä,
- 4) taide ja kulttuuri osana ikäihmisten omaisten ja omaishoitajien arkea,
- 5) alueellinen verkosto ja vapaaehtoistyö vanhustyön tukena.

Hankkeen lähtökohtana ovat lukuisat tutkimukset ja käytännön kokemukset taiteen ja kulttuurin keskeisestä merkityksestä ihmisen hyvinvoinnille.



19.9.2014

HELSINGIN OSAHANKKEEN TARKEMPI ESITTELY

1. Hankematriisi (tavoite, toimenpiteet, tuotos, arviointi)

Ks. lisää liite.

2. Hankkeen tavoitteet ja toimenpiteet

Koko Kestävää hyvinvointia ikäihmisille -hankkeen pääteimoista Helsingin osahankkeessa keskitytään analysoimaan:

- 1) Verkostojen johtaminen ja alueellisten verkostojen luominen
- 2) Palvelujen sisällöt

Helsingin osahankkeessa analysoidaan taiteen ja kulttuurin mahdollisuuksia kotona asuvien ikäihmisten hyvinvoinnin ja toimijuuden tukena. Keskeisessä roolissa ovat *palveluiden asiakaslähtöisyyden vahvistaminen ja sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten työmenetelmien ja -sisältöjen kehittäminen*.

Helsingin osahankkeessa:

- 1) Mallinnetaan ja pilotoidaan käytännössä, miten kotihoidon hoito- ja palvelusuunnitelmissa voidaan ottaa nykyistä systemaattisemmin huomioon asiakkaan sosiokulttuuriset taustat, tarpeet ja toiveet, sekä miten näitä asioita kirjataan, toteutetaan, seurataan ja arvioidaan osana kokonaisuhoitoa ja sen edistymistä.
- 2) Täydennyskoulutusten kautta vahvistetaan kotihoidon työntekijöiden omaa luovuutta sekä sisällytetään olemassa oleviin työmenetelmiin taidelähtöisiä menetelmiä.
- 3) Mallinnetaan kulttuurialan ammattilaisen työnkuva ja erilaiset roolit osana kotihoidon moniammatillista työtiimiä



19.9.2014

- 4) Erilaisten työpajojen ja koulutuksellisten tilaisuuksien kautta tarjotaan ikäihmisten omaisille ja omaishoitajille uutta tietoa taiteen ja kulttuurin hyvinvointivaikutuksista. Lisäksi tavoitteena on antaa heille uudenlaisia taidelähtöisiä menetelmiä ikääntyneen kohtaamiseen, vuorovaikutukseen ja toimijuuden tukemiseen.
- 5) Vahvistetaan sosiaali- ja terveysalan työntekijöiden yhteistyötä ja verkostoitumista muiden alueen toimijoiden, erityisesti kulttuurialan toimijoiden, sekä vapaaehtoisten kanssa kotona asuvien ikäihmisten hyvinvoinnin ja toimijuuden vahvistamiseksi sekä palveluiden monipuolistamiseksi ja saavutettavuuden parantamiseksi.

Hankkeessa kulttuurin käsite ymmärretään laajasti. Se kattaa kaiken inhimillisen toiminnan, perinteet ja arvot. Lisäksi taiteen ja kulttuurin katsotaan olevan erottamaton ja luonnollinen osa ihmisen minuutta sekä ihmisyydelle ominainen toimintatapa. Hankkeen lähtökohtana on, että kaikkia ihmisiä koskeviin perusoikeuksiin kuuluu myös kulttuuriset oikeudet eli yksilön oikeus ilmaista itseään (ks. Suomen perustuslaki, YK:n ihmisoikeusjulistus).



19.9.2014

3. Hankkeen aikataulu

| | |
|--|--|
| syksy 2015 | projektikoordinaattori aloittaa työssään (lokakuu) |
| | kulttuurisuunnitelma <ul style="list-style-type: none">- perustetaan moniammatillinen tiimi pohtimaan kulttuurisuunnitelman kehitystyötä- kartoitetaan, minkälaisia kulttuurisuunnitelmia on jo olemassa ja miten se voisi muodostua osaksi olemassa olevaa hoito-/palvelusuunnitelmaa- analysoidaan Helsingin kotihoidossa jo käytössä olevaa Liikkumissopimus-mallia ja sen linkittymistä kulttuurisuunnitelmaan (Ks. lisää Nummijoki, 2009) |
| | henkilökunnan täydennyskoulutus <ul style="list-style-type: none">- perustetaan moniammatillinen (myös koulutukseen liittyvä asiantuntijuus huomiotuna) tiimi suunnittelemaan sote:n henkilökunnan täydennyskoulutusta: miten kouluttaa henkilöitä ajattelemaan, toimimaan ja suunnittelemaan luovemmin?- koulutetaan kaakon alueella toimivan sote-henkilökunnan esimiehet- kevään koulutuspäivämäärien alustava sopiminen |
| | taidepedagogien rekrytointi |
| | omaiset ja omaishoitajat <ul style="list-style-type: none">- kartoitetaan olemassa olevat verkostot ja toimintamallit sote-viraston ja ikääntyneiden omaisten/omaishoitajien välillä- tehdään suunnitelma ja alustava aikataulu koulutuksellisten tilaisuuksien järjestämisestä omaisille |
| | alueverkosto ja vapaaehtoistoiminta <ul style="list-style-type: none">- kartoitetaan kaakkoisen kotihoidon alueella toimivat kulttuuritoimijat ja tehdään suunnitelma verkoston toiminnasta |
| ohjausryhmän kokous | |
| Kevät 2016 | kulttuurisuunnitelma <ul style="list-style-type: none">- pilotoidaan käytännössä kotihoidon asiakkaiden kanssa kehitetyn kulttuurisuunnitelman tekoa ja vaikuttavuutta |
| | henkilökunnan täydennyskoulutus <ul style="list-style-type: none">- kaikki kaakon alueella toimivat sosiaali- ja terveystieteiden henkilöt, jotka tuottavat palveluita kotona asuville ikäihmisille, koulutetaan (yhteensä noin 120 henkilöä). Koulutuksessa vahvistetaan henkilökunnan ymmärrystä omaan luovuuteen ja luovaan ajatteluun |
| | taidepedagogit <ul style="list-style-type: none">- osallistuvat asiakastyöhön osana muuta kotihoidon tiimiä: Henkilökunnan koulutukset, asiakaskäynnit, ryhmien vetäminen, omaisten koulutustilaisuudet jne. |
| | omaiset ja omaishoitajat <ul style="list-style-type: none">- järjestetään ensimmäiset koulutukselliset tilaisuudet omaisille / omaishoitajille |
| alueverkosto ja vapaaehtoistoiminta <ul style="list-style-type: none">- analysoidaan ja kokeillaan käytännössä uudenlaista yhteistyötä | |
| Syksy 2016 | kulttuurisuunnitelma <ul style="list-style-type: none">- pilotoidaan käytännössä kotihoidon asiakkaiden kanssa kehitetyn kulttuurisuunnitelman tekoa ja vaikuttavuutta |
| | henkilökunnan täydennyskoulutus <ul style="list-style-type: none">- henkilökunta osallistuu järjestettäviin koulutuksiin oman mielenkiinnon ja halun mukaan. Kevään koulutuksiin verrattuna ns. pidemmälle menevää koulutusta: Miten esimerkiksi musiikkia, tanssia, kuvataidetta voi hyödyntää kotikäynnin aikana? |



19.9.2014

| | |
|---------------|--|
| | taidepedagogit |
| | - osallistuvat asiakastyöhön osana muuta kotihoiton tiimiä: Henkilökunnan koulutukset, asiakaskäynnit, ryhmien vetäminen, omaisten koulutustilaisuudet jne. |
| | - taidepedagogit kirjoittavat raportin omasta työstään |
| | omaiset ja omaishoitajat |
| | - järjestetään koulutuksellisia tilaisuuksia omaisille / omaishoitajille |
| | alueverkosto ja vapaaehtoistoiminta |
| | - analysoidaan ja kokeillaan käytännössä yhteistyötä |
| | ohjausryhmä kokous (jos tarpeen) |
| Kevät 2017 | laaditaan raportti, jossa huomioidaan kaikki hankkeen pääteemat: syntyneet toimintamallit, hyvät käytännöt ja ongelmat. Loppuraportissa myös arvioidaan hankkeen vaikuttavuutta ja sitä, miten alkuperäiset tavoitteet on saavutettu |
| | syntyneiden toimintamallien juurruttaminen osaksi sosiaali- ja terveysviraston vakintuneita käytänteitä. Tehdään esim. kohdennettua tiedotusta hankkeen tuloksista niille sote-viraston henkilöille, jotka työskentelevät näiden teemojen parissa. |
| | tiedostukiertue Kestävää hyvinvointia ikäihmisille -hankekuntiin |
| | seminaarin järjestäminen |
| | ohjausryhmän kokous |



19.9.2014

4. Hankkeen arviointi

Hankkeeseen palkatun projektikoordinaattorin keskeisenä tehtävänä on kerätä tietoa hankkeen edistymisestä sekä arvioida toteutuneiden toimenpiteiden onnistumista. Koordinaattori toteuttaa ns. toimintatutkimuksellista tutkimusotetta valitulla arviointi- ja seurantamenetelmällä. Keskeistä toimintatutkimuksellisessa otteessa on, että sillä pyritään kehittämään kohteena olevaa organisaatiota/yksikköä sen toimintatapoihin vaikuttamisen kautta. Toimintatutkimuksessa on tavoitteena vaikuttamisen pyrkimys ja toisaalta tutkijan osallistuminen toimintaan ja mukanaolo organisaation arkipäivässä. Arvioinneissa tullaan myös hyödyntämään kokemusasiantuntijoita.

Hankkeen lopuksi kirjoitetaan kaikki osa-alueet kattava loppuraportti, jossa arvioidaan syntyneet toimintamallit, niiden hyvät käytännöt ja kipupisteet.



19.9.2014



Kuvat: Niklas Sandström, 2010.



19.9.2014

5. Hankkeen tarve

1) Uudenlaista yhteistyötä tarvitaan: Ikäihmisten hyvinvoinnin ja toimijuuden tukeminen moniulotteinen ongelma

Suomalainen vanhustyö on tällä hetkellä suurten muutospaineiden kohteena. Nopeasti ikääntyvä väestö ja vähenevät julkiset resurssit pakottavat etsimään uusia työmenetelmiä ja tekemään uudenlaista yhteistyötä yli perinteisten sektorirajojen. Lisäksi ikäihmisten hyvinvoinnin ja toimijuuden tukeminen on moniulotteinen haaste, johon ei mikään sektori tai toimija pysty yksinään vastaamaan.

Samanaikaisesti vahvistuu keskustelu, tutkimusten näytöt ja käytännön kokemukset taiteen ja kulttuurin moninaisista mahdollisuuksista sosiaali- ja terveyssektorilla niin (ikä)ihmisten hyvinvoinnin ja aktiivisuuden tukijana kuin sosiaali- ja terveyssektorin henkilökunnan työmenetelmien monipuolistajana ja työhyvinvoinnin vahvistajana. Taiteen ja kulttuurin sekä sosiaali- ja terveyspalveluiden palveluiden uudenlainen yhdistäminen voi tarjota vaihtoehdon uudelle kehitystielle lähdeittäessä.

Helsingin *Kestävää hyvinvointia ikäihmisille* -osahankkeessa analysoidaan taiteen, kulttuurin ja luovuuden monia mahdollisuuksia kotona asuvien ikäihmisten – erityisesti kotihoidon asiakkaiden – hyvinvoinnin ja toimijuuden vahvistamisessa.

Helsingin osahankkeessa sektoreiden välinen yhteistyö tarkoittaa, että kehitystyön *kaikissa* vaiheissa eri alojen asiantuntijat (myös ns. kokemusasiantuntijat eli asiakkaat) pääsevät yhdessä keskustelemaan ja kehittämään uusia toimintamalleja ja vaihtoehtoisia kehityssuuntia.

Tämä monialainen yhteistyö on myös huomioitu hankkeen sisällön suunnitteluvaiheessa. Helsingin hankkeen keskeisenä sisällöllisenä suunnittelijana on toiminut Helsingin kulttuurikeskuksen ja sosiaali- ja terveysviraston yhteinen vanhustyön kulttuurisuunnittelija. Hän on toiminut tehtävässään neljä vuotta ja hänellä on laaja tuntemus alan hyvistä käytännöistä sekä haasteista. Hän on myös toteuttanut vuoden 2014 aikana erilaisia valmistelevia hanketyöpajoja, joissa eri alan ja tason työntekijöitä Helsingin sosiaali- ja terveysvirastosta (esimiehet, monipuolisen palvelukeskuksen henkilökuntaa, kotihoidon ohjaajia ja hoitajia jne.) ja kulttuuri- ja koulutussektorilta ovat päässeet keskustelemaan ja vaikuttamaan hankkeen pääteemoihin ja käytännön järjestelyihin.



19.9.2014

2) Taiteen ja kulttuurin integroiminen osaksi sosiaali- ja terveyspalveluita vaatii erillistä ja itsenäistä analysointia

Käytännön kokemukset ovat osoittaneet, etteivät taide ja kulttuuri sekä taide- ja kulttuurilähtöiset menetelmät integroidu osaksi sosiaali- ja terveyssektorin toimintamalleja ilman erityistä analysointia ja pilotointia. Erityisesti henkilökunnan koulutus on tässä kriittisessä asemassa.

Helsingin osahankkeessa ei ole tavoitteena luoda päällekkäisiä tai muusta toiminnasta irrallisia toimintamalleja. Taide- ja kulttuuritoimintaa kehitettäessä osana sosiaali- ja terveysalan palveluita tullaan jatkuvasti huomiomaan palveluiden ja hoidon koko kokonaisuus. Tämä on pyritty välttämään muun muassa siten, että Helsingin osahankkeen sisältö ja käytännön toteutus on suunniteltu monitammattillisessa tiimissä, johon on kuulunut niin kulttuuri- kuin sosiaali- ja terveyssektorin ammattilaisia.

Taiteen ja kulttuurin integroimista osaksi sosiaali- ja terveysalan ikäihmisten kotihoidon palveluita ei ole koskaan käytännössä kokeiltu näin laajasti ja monipuolisesti kuten tässä hankkeessa. Tampereella on toteutettu mm. Kulttuuripartio-hanke, jossa taiteen ammattilaiset järjestivät 20:lle kotihoidon asiakkaille erilaisia kulttuurituokioita ikääntyneen omassa kodissa. Turun seudulla on toteutettu Läntisen tanssin aluekeskuksen Kummi kotona -hanke. Siinä tanssitaiteen ammattilaiset jalkautuivat kotihoidon asiakkaiden arkeen. Hankkeen tavoitteena oli pilotoida, miten tanssin keinoin voidaan vahvistaa kotihoidon asiakkaiden aktiivisuutta, liikkumista, läsnäoloa ja oman kehon tuntemusta.

Molemmat edellä mainitut hankkeet olivat varsin suppeita ja kestoltaan lyhyitä. Molemmissa hankkeissa yhtenä merkittävänä ongelmana oli toiminnan irrallisuus muusta kotihoidon toiminnasta. Näin ollen pilottien päätyttyä kehitetyt toimintamallit eivät ole jääneet elämään siitä huolimatta, että itse hankkeet ja niissä kehitetyt toimintamallit koettiin onnistuneiksi.

3) Taiteen hyvinvointivaikutusten huomioiminen kotihoidon asiakkaiden palveluissa sekä terveyden ja hyvinvoinnin tukena on ollut aikaisemmin vähäistä

Taiteen ja kulttuurin hyvinvointivaikutuksia on tutkittu paljon. Tutkija Hanna-Liisa Liikanen on koonnut Opetus- ja kulttuuriministeriön julkaisuun *Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia – toimintaohjelma vuosille 2010–2014* (2010, 65–66.) kymmenen kohdan luettelon tutkimusten keskeisimmistä havainnoista taiteen hyvinvointivaikutuksista:



19.9.2014

1. **Koettu hyvinvointi ja elämänlaatu lisääntyvät kulttuuritoiminnan myötä** (Matarasso 1997; Bowling & Cabriel 2004; Galloway 2007);
2. **Kulttuuri lisää sosiaalista yhdessäoloa, sosiaalista pääomaa ja aktivoi kanssakäymiseen** (Hyyppä 2002; Hyyppä ym. 2008; Liikanen 2003; Karisto ym. 2000; Jeannotte 2003; Clift & Hancox 2001; Wikström 2003; Järvelä ym. 2007; Nummela 2008);
3. **Osallistumalla kulttuuriharrastuksiin ihminen tuntee kuuluvansa johonkin itseään tukevaan yhteisöön** (Karisto 1996; Matarasso 1999; Hyyppä 2005 ym.; Hyyppä ym. 2008; Hohenthal-Antin 2001);
4. **Osallistumalla kulttuuritoimintaan ihminen tuntee saavuttavansa jotakin sekä hallitsevansa tilanteita ja ympäristöään paremmin** (Kilroy ym. 2007; Ulrich 2007; Jeannotte 2006);
5. **Itsetunto vahvistuu taide- ja kulttuuriharrastusten myötä saatujen uusien kokemusten, kommunikoinnin, avoimuuden ja empatian tunteiden myötä** (Bardy ym. 2001; 2005; Kantonen 2005; Hohenthal-Antin 2007);
6. **Aktiivinen kulttuuriharrastaminen vaikuttaa elinajan odotetta pidentävästi** (Bygren ym. 1996; Konlaan 2001; Johansson ym. 2001; Väänänen ym. 2009);
7. **Kulttuuriin osallistumisen seurauksena on mitattu fysiologisia muutoksia stressitasossa, verenpaineen laskuna ja hormonaalisina tasoina** (Konlaan 2001; Wikström 2003; Ulrich 1999; Cohen 2006);
8. **Kulttuuri, taide ja sosiokulttuurinen toiminta vaikuttavat myönteisesti muisti- ja aivotoimintoihin** (Särkämö ym. 2008; Hannemann 2006; Holthe ym. 2007; Wilson ym. 2007; Small ym. 2007; Götell ym. 2008; Ravelin 2008);
9. **Työhyvinvointi lisääntyy kulttuurin myötä** (Staricoff ym. 2003; Nuutinen 2008; von Brandenburg 2009);
10. **Luonnolla ja rakennetulla ympäristöllä (myös hoitoympäristöllä) on vaikutuksia hyvinvoinnille** (Ulrich 1999; Kotilainen 2000; Korpela 2001; Scher 1996; Staricoff 2004).

Taiteen ja kulttuurin hyvinvointivaikutuksia *ikäihmisille* on myös tutkittu paljon. Luovuuden, kulttuurin ja taiteen tarve ei vähene ihmisen ikääntyessä, päinvastoin. Fyysisten voimien vähetessä ja sosiaalisten suhteiden hvetessa taiteen ja kulttuuriin rooli ja mahdollisuudet lisääntyvät entisestään tuoden elämään merkitystä ja arkeen elämyksiä. Niiden avulla vahvistetaan ikäihmisten ihmisyyttä – tunnetta siitä, että he ovat niin paljon muutakin kuin vain ”hoidokkeja”. Tutkimukset ja käytännön kokemukset ovat osoittaneet, että osallistuminen taide- ja kulttuuritoimintaan vahvistaa muun muassa ikäihmisten elämänlaatua, kognitiivisia toimintoja, muistia, luovaa ajattelua, keskittymiskykyä ja itsetuntoa. Lisäksi taideläh-



19.9.2014

töiset menetelmät – kuten musiikki ja kuvataide – voivat luoda vaihtoehtoisia tapoja kommunikointiin, jos esimerkiksi sairauden myötä puhekyky tai fyysiset voimat ovat kadonneet. Kulttuurilla on myös tärkeä merkitys sosiaalisten suhteiden luomisessa.

Taiteen ja kulttuurin integroimista osaksi sosiaali- ja terveysalan ikäihmisten kotihoidon palveluita ei ole koskaan käytännössä kokeiltu näin laajasti ja monipuolisesti kuten tässä hankkeessa.

4) Vanhustyön ammattilaiset tarvitsevat uudenlaisia menetelmiä

Tutkimustulokset ja käytännön kokemukset ovat osoittaneet, että taiteen ja kulttuurin lisääminen vanhustyön menetelmiin monipuolistaa sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten mahdollisuuksia kohdata ikäihminen kokonaisvaltaisesti ja edistää yksilöllisemmän hoidon toteutumista. Esimerkiksi:

- asiakkaan sosiokulttuurisen taustan kartoittaminen hoito- ja palvelusuunnitelman yhteydessä:
 - vahvistaa työntekijän ymmärrystä asiakkaasta muuna kuin ainoastaan hoitotyön kohteena,
 - vahvistaa työntekijän ymmärrystä asiakkaan tarpeista, toiveista ja näkökulmasta (asiakaslähtöisempi työote),
 - työntekijän empatiakyky kasvaa (työntekijä pystyy tunnistamaan asiakkaan tarpeet ja toiveet vahvemmin myös tunnetasolla),
 - työntekijän ymmärrys ja keinot siitä, miten asiakasta voidaan rauhoittaa, aktivoida jne. monipuolistuvat.
- vanhustyön ammattilaiset saavat taiteesta uudenlaisia työvälineitä arjen töistä selvitäkseen:
 - musiikki ja taidekuvat voivat toimia uudenlaisena kommunikation välineenä työntekijän ja asiakkaan välillä,
 - musiikin jne. avulla voidaan aktivoida tai rauhoittaa asiakkaita,
 - tanssin ja piirtämisen avulla voidaan tukea asiakkaan oikeutta itseilmaisuuksiin ja näin ollen vahvistaa hänen itsetuntoaan.

Helsingissä on viime vuosina keskitytty analysoimaan ja kokeilemaan käytännössä, miten erityisesti ympärivuorokautisen hoitoon voidaan juurruttaa taidelähtöisiä menetelmiä, sekä mikä on tämän merkitys ja vaikuttavuus vanhustyön ammattilaisten kannalta. Tässä yhteydessä on myös pohdittu ja analysoitu vanhustyöhön liittyviä laadun,



19.9.2014

asiantuntijuuden ja ammatti-identiteetin käsitteitä.

EU-rahoitteisessa Osaattori-hankeessa (2011–2013, www.osaattori.fi) vanhustyön ammattilaisia koulutettiin käyttämään taidelähtöisiä menetelmiä oman työnsä arjessa. Havaittiin, että henkilökunta tarvitsee niin teoreettista kuin käytännön opetusta taiteen moninaista mahdollisuuksista ja merkityksistä osana ihmisten hyvinvointia. Hankkeen koulutuksissa tärkeänä lähtökohtana oli antaa työntekijöille omakohtainen kokemus siitä, kuinka esimerkiksi musiikin ja kuvataiteen avulla voidaan parantaa hyvinvointia ja kohottaa itsetuntoa. Työpajoissa henkilökuntaa myös aktivoitiin kehittämään itse uudenlaisia taidelähtöisiä työvälineitä omaan arkeensa.

Osaattori-hankkeen aikana kehitetyt koulutukset on sittemmin otettu osaksi Helsingin sosiaali- ja terveysviraston henkilökunnan virallista koulutuskalenteria.

Kestävää hyvinvointia ikäihmisille -hankkeen Helsingin osahankkeessa tärkeässä osassa on kotona asuvien ikäihmisten kanssa työskentelevien sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten täydennyskoulutus. Tässä kehitystyössä yhtenä lähtökohtana toimivat edellä mainitut Osaattori-hankkeessa kehitetyt täydennyskoulutukset. Helsingin osahankkeessa kyseisiä koulutuksia onkin tarkoitus kehittää eteenpäin erityisesti kotihoidon työntekijöiden arkea ja tarpeita ajatellen. Lisäksi tavoitteena on kehittää ja kokeilla myös ihan uudenlaista koulutusta siitä, miten henkilökuntaa innostetaan ajattelemaan, toimimaan ja suunnittelemaan luovemmin. Helsingin kulttuurikeskuksen ja sosiaali- ja terveysviraston yhteisen vanhustyön kulttuurisuunnittelijan mukaan vastaavanlaista koulutusta ei ole koskaan järjestetty kotihoidon työntekijöille.

Helsingin sosiaali- ja terveysviraston kaakkoisen kotihoidon työntekijöille (alue toimii hankkeessa ns. pilottialueena) järjestettiin kaksi alustavaa työpajaa keväällä ja kesällä 2014, jossa heitä koulutettiin ja innostettiin käyttämään taidekuvakortteja työnsä arjessa. Työpajat järjestettiin, jotta saataisiin jo hankkeen suunnitteluvaiheessa tarkempaa tietoa hankkeeseen sisältyvien täydennyskoulutusten tarpeellisuudesta, haasteista ja kipupisteistä. Työpajat onnistuivat erinomaisesti: Työntekijät kokivat, että tämänkaltaiselle täydennyskoulutukselle on suuri tarve.

5) Vanhustyön ammattilaisten tarvitsevat uudenlaisia menetelmiä työhyvinvoinnin vahvistamiseen

Samalla kun vanhusväestön osuus kasvaa voimakkaasti ja erilaisten vanhushpalveluiden tarvitsevia on yhä enemmän, osaavaa henkilökuntaa on



19.9.2014

haasteellista rekrytoida vanhustyön pariin. Monesti työtä pidetään niin fyysisesti kuin henkisesti raskaana. Kunta 10 -selvityksen (2012) mukaan suomalainen hoitohenkilöstö voi huonosti: Kahdeksan prosenttia hoitohenkilöstöstä kärsii voimakkaasta työuupumuksesta. Lisäksi vanhustenhoidosta puhutaan mediassa usein negatiiviseen sävyyn, mikä vaikuttaa osaltaan myös työn houkuttelevuuteen.

Ongelmana on myös se, että sosiaali- ja terveysalan työtä kuormittavia tekijöitä sekä mahdollisia ratkaisumalleja analysoidaan usein liian kapea-alaisesti. Esimerkiksi kotihoidossa yhden merkittävän haasteen työntekijän arkeen tuo se, että toimintakenttä on moniulotteinen ja alati muuttuva. Lisäksi monet työntekijät toimivat arjessa yksin vailla mahdollisuutta säännöllisesti jakaa ja keskustella kuormittavista asioista esimiehen tai kollegoiden kanssa. Muuttuva ympäristö ja yllättävät tilanteet vaativat työntekijöiltä ennen kaikkea luovuutta, luovia päätöksiä, luovaa ratkaisuntekokykyä ja improvisaatiotaitoja. Tällä hetkellä sosiaali- ja terveysalan koulutuksessa ei kuitenkaan kiinnitetä näihin seikkoihin lähes lainkaan huomiota.

Uusille työn menetelmille ja määrittämisille sekä asenteiden muutoksille on selkeä tarve. Innovatiivinen taiteen ja kulttuurin käyttö on yksi vaihtoehto toisenlaiselle kehitykselle. Monet tutkimukset ja käytännön kokemukset (esimerkiksi Helsingin kaupungin vanhuspalveluyksiköissä viime vuosien aikana toteutetut, EU-rahoitteiset Osaattori-hanke (2011–2013) ja TAIKA-hanke (2008–2013)) ovatkin todistaneet, että taiteen ja kulttuurin lisääntynyt läsnäolo parantaa myös sosiaali- ja terveysalan työntekijöiden työhyvinvointia ja työssäviihtyvyyttä. Tutkimukset ja käytännön kokemukset ovat osoittaneet, että:

- sisällyttämällä taidelähtöisiä menetelmiä osaksi vanhustyötä voidaan löytää uusia välineitä työn helpottamiseksi. Esimerkiksi musiikin käyttö Parkinson-potilaiden kanssa on tuottanut merkittävää tulosta: Musiikki aktivoi aivojen terveitä osia niin, että esimerkiksi Parkinson-potilaan liikkuminen paikasta toiseen helpottuu. Toisaalta musiikki voi myös toimijana rauhoittajana eli vähentää Parkinson-potilaan kokemaa tärinää ja ahdistusta.
- henkilökunta voi taidelähtöisten menetelmien avulla tukea asiakkaan voimavaroja ja aktiivisuutta, jonka kotihoidon henkilökunta kokee usein palkitsevimmaksi asiaksi heidän työssään. Nykyiset työmenetelmät ovat monien henkilökunnan edustajien mielestä liian sairauskeskeisiä. Keskittymällä pelkästään *sairaanhoitoon* asiakkaan kokonaiskuva jää henkilökunnalle myös usein hyvin pirstaleiseksi ja kapeaksi. (Engström & Niemelä et al., 2009)



19.9.2014

- luovat menetelmät tuovat uudenlaista mielekkyyttä työhön sekä lisäävän kotihoidon työn kiinnostavuutta; helpottaa jatkossa rekrytointia.

Kestävää hyvinvointia ikäihmisille -hankkeen Helsingin osuudessa vahvistetaan täydennyskoulutusten kautta kotona asuevien ikäihmisten kanssa työskentelevien sosiaali- ja terveystieteiden henkilökunnan ymmärrystä omasta luovuudesta sekä kyvystä ajatella, suunnitella ja toimiva luovasti. Näin heille annetaan uusia luovia välineitä toimia muuttuvassa ja moniulotteisessa työympäristössä.

6. Omaiset ja omaishoitajat

Tällä hetkellä keskustellaan lisääntyvässä määrin omaisten roolista vanhustyön tukena ja täydentäjänä. Keskeistä tälle keskustelulle on se, että nähdään, että kaikilla tulee olla vastuu siitä, että nyt ja jatkossa pystymme turvaamaan arvokkaan elämän ikääntyneille.

Helsingin sosiaali- ja terveystieteiden henkilökunnan mukaan omaiset usein hämmentyvät ja vieraantuvat esimerkiksi muistisairauteen sairastuneesta omaisesta, koska kommunikatio omaisen kanssa ei onnistu enää perinteisin keinoin. Sen lisäksi, että omaiset tarvitsevat tietoa vanhuudesta ja siihen liittyvistä sairauksista, he tarvitsevat myös vaihtoehtoisia – kuten taidelähtöisiä – välineitä ikääntyneen ihmisen kohtaamiseen, vuorovaikutukseen, tukemiseen ja aktivointiin.

Vähenevät julkiset resurssit ovat tuoneet uudenlaista painetta omaishoidon kehittämiseen ja lisäämiseen. Keskeisessä osassa tässä keskustelussa on antaa ja kehittää uudenlaisia tukipalveluita omaishoitajille ja heidän perheilleen. Jo nyt esimerkiksi erilaisissa tutkimuksissa ja hankkeissa on todettu taidelähtöisten menetelmien tuovan niin uutta sisältöä omaishoitoperheen arkeen kuin tukevan omaishoitajien omaa hyvinvointia ja jaksamista (esim. Ikäinstituutti: Läheisestä omaishoitajaksi -hanke).

Helsingin osahankkeessa erilaisten työpajojen ja koulutuksellisten tilaisuuksien kautta tarjotaan ikäihmisten omaisille ja omaishoitajille uutta tietoa taiteen ja kulttuurin hyvinvointivaikutuksista. Lisäksi tavoitteena antaa heille uudenlaisia taidelähtöisiä menetelmiä ikääntyneen kohtaamiseen, vuorovaikutukseen ja toimijuuden tukemiseen. Lisäksi hankkeessa analysoidaan ja mallinnetaan vapaaehtoistoiminnan, esim. kulttuurikaveritoiminnan, jatkokehittämistä paremmin omaishoitajien arjen tueksi.



19.9.2014



Kuvat: Niklas Sandström, 2010.



19.9.2014

6. Hankkeen juurruttaminen, hyvien käytäntöjen hyödyntäminen ja levittäminen

Helsinki: Hankkeen juurruttaminen osaksi perustoimintoja on huomioitu jo hankkeen suunnitteluvaiheessa. Kotihoidon henkilökunnan ja esimiestason edustajia on laajasti osallistunut hankkeen pääsisältöjen kehitysvaiheeseen: Päätaavoitteet vastaavat juuri niihin seikkoihin, joihin kotihoidon ammattilaiset kaipaavat vastauksia. Suurin osa hankkeessa mukana olevasta henkilökunnasta on myös kaupungin vakituisia työntekijöitä. Tällöin henkilökunnan hankkeen kautta saama uusi osaaminen ja tieto jäävät työyhteisöön myös hankkeen päätyttyä.

Kestävää hyvinvointia ikäihmisille -hankkeen muut kunnat: Helsingin osahankkeessa kehitetyt uudenlaiset toimintamallit ja koulutukset ovat kaikkien Kestävää hyvinvointia ikäihmisille -hankkeen kuntien ”kopioitavissa”. Hankkeen tuloksista tiedotetaan laajasti muun muassa hankkeen yhteistyökokouksissa. Lisäksi alustavasti on keskusteltu erityisestä tiedotuskierroksesta niiden kuntien työntekijöille, jotka ovat kiinnostuneita tämänkaltaisesta toiminnasta.

Muut toimijat ja kunnat: Helsingin osahankkeen tuloksista tullaan luonnollisesti tiedottamaan koko Kestävää hyvinvointia ikäihmisille -hankkeen tiedotusväylien ja tilaisuuksien yhteydessä.

Lisäksi hankkeen tuloksista tullaan tiedottamaan Helsingin kulttuurikeskuksen, sosiaali- ja terveysviraston ja Lasipalatsin Mediakeskuksen tiedotusväylien kautta.

Helsingin kulttuurikeskuksen ja sosiaali- ja terveysviraston yhteinen kulttuurisuunnittelija on perustanut kulttuurisen vanhustyön toimijoiden verkoston, johon kuuluu lähes 600 jäsentä. Yksi tärkeä osa kyseisen verkoston toimintaa ovat sähköiset uutiskirjeet, joissa hankkeesta tullaan tiedottamaan laajasti.

Virastojen yhteinen kulttuurisuunnittelija on tällä hetkellä perustamassa muiden alan merkittävien toimijoiden kanssa kansallista ja kansainvälistä verkostoa kulttuurisen vanhustyön asiantuntijoille. Kansalliseen verkostoon kuuluu tällä hetkellä 15 eri kunnan edustajaa. Myös näissä verkostoissa tullaan välittämään tietoa hankkeen tuloksista.



19.9.2014

7. Budjetti

Ks. lisää budjetti -liite.

Helsingin osahankkeen kokonaisbudjetti on 170 000 euroa, josta omavastuuosuus on 25 % eli 42 500 €. HUOM! Helsingin osahankkeen omavastuuosuus haetaan Helsingin kaupungin sisäisestä Innovaatorahastosta lokakuussa 2014.

Projektiin palkataan seuraavat henkilöt:

1 x Projektikoordinaattori, 100 %, (alustava suunnitelma) lokakuu 2015 – kesäkuu 2017.

2 x Taidepedagogi, 80 %, (alustava suunnitelma) á 9 kk vuonna 2016.



19.9.2014

8. Hankkeeseen liittyvät muut projektit

1) Helsingin kulttuurikeskus: Kulttuurikaveri-pilotti

- Kulttuurikaveri-toiminta on uudenlaista vapaaehtoistyötä. Siinä vapaaehtoiset kulttuurikaverit lähtevät seuraksi tai vertaisoppaiksi näyttelyihin, esityksiin, konsertteihin jne. Kulttuurikaveritoiminnan kohteina ovat erityisesti kotona asuvat helsinkiläiset vanhukset ja maahanmuuttajat. Toiminnassa on mukana 14 kulttuuriorganisaatiota. Kulttuurikaveritoiminnan tavoitteena on lisätä kulttuuripalveluiden saavutettavuutta, rohkaista ja aktivoida uusia käyttäjiä osallistumaan ja hyödyntämään olemassa olevia kulttuuripalveluita sekä lisätä vuorovaikutusta palveluiden tarjoajien ja kansalaisten välillä. Toiminta vahvistaa myös sukupolvien välistä vuorovaikutusta ja yhteisöllisyyttä. <http://www.hel.fi/hki/Kulke/fi/Taidekasvatus/Kulttuurikaverit>

2) Helsingin kulttuurikeskus: Helsingin malli

- Helsingin mallin perusideana on sitouttaa julkista tukea nauttivat kulttuurilaitokset ja taiteilijaryhmät lähiyhteisöjensä kehittämiseen. Keskiössä ovat olleet ”haasteelliset kaupunginosat” sekä sosiaaliryhmät, jotka ovat jääneet kulttuuripalveluiden katveeseen. Helsingin malli (työnimi) on taidelaitosten, -ryhmien ja taiteilijoiden sekä asukkaiden yhteistä kulttuuritoimintaa, jonka tavoitteena on monipuolistaa ja tasapainottaa kaupunginosien taide- ja kulttuuritarjontaa.

3) Helsingin sosiaali- ja terveystieteiden keskus: Liikkumissopimus-malli

- Liikkumissopimus tarkoittaa ikääntyneen arkiliikkumisen suunnitelmallista tukemista kotihoitokäyntien aikana. Kotikäynnillä asiakkaalle tarjotaan tukea kotona toimimiseen ja liikkumiseen. Samalla vähennetään ylimääräistä asiakkaan puolesta tekemistä sekä ohjataan ja rohkaistaan säännölliseen liikkumiskyvyn harjoittamiseen. Liikkumisen suunnittelussa on keskeistä asiakkaan omien tarpeiden ja mieltymysten tunnistaminen. Arkiliikkumisen tukemisen tavoitteena on parantaa lihasvoimaa, tasapainoa ja toimintakykyä. [http://www.hel.fi/wps/wcm/connect/959b60804a154486a329e7b546fc4d01/LiikkumissopimusA3+\(2\).pdf?MOD=AJPERES&CACHEID=959b60804a154486a329e7b546fc4d01](http://www.hel.fi/wps/wcm/connect/959b60804a154486a329e7b546fc4d01/LiikkumissopimusA3+(2).pdf?MOD=AJPERES&CACHEID=959b60804a154486a329e7b546fc4d01)



19.9.2014

4) Helsingin sosiaali- ja terveystieteiden Gerometro

- Vuonna 2014 perustettu GeroMetro on pääkaupunkiseudun kuntien (Helsinki, Espoo, Vantaa, Kauniainen) yhteinen kehittämisverkosto. Tavoitteena on yhdistää vanhustyöhön erilaista sosiaali- ja terveydenhuollon osaamista, kehittämistä ja tutkimusta. Ks. lisää:

http://www.socca.fi/kehittaminen/vanhustyö_gerometro/tieto_a_gerometrosta

5) Metropolia Amk:n Hankassa -projekti:

- Kehitetään erityisryhmien tarpeisiin sopivia soittimia ja aktiivointivälineitä sekä testataan niiden käyttökelpoisuutta. Tavoitteena on luoda soittimia, jotka mahdollistavat osallistumisen yhteiseen musisointiin myös henkilöille, joille se nykyisillä, käytössä olevilla soittimilla on hankalaa tai jopa mahdotonta. Soittaminen ja esteetön äänen tuottaminen voi toimia luovan ilmaisun lisäksi myös kuntoutuksen välineenä.

<https://wiki.metropolia.fi/display/hankassa/Home>

6) Ikäinstituutti: Läheisestä omaishoitajaksi -hanke:

- Läheisestä omaishoitajaksi -tutkimus- ja kehittämishankkeessa (2012–2014) keskitytään ilman omaishoidon tukea läheistään hoitavien iäkkäiden ihmisten elämäntilanteisiin. Ilman omaishoidon tukea läheistään hoitavia iäkkäitä ihmisiä on paljon, mutta heistä vielä on vähän tietoa. Omaishoitotilanne voi kehittyä hitaasti ja huomaamatta tai syntyä äkillisesti ja odottamatta. Hankkeessa tuodaan esille omaishoitajien omia kokemuksia ja otetaan heidät mukaan tukimuotojen kehittämiseen. Hankkeeseen on sisällytetty taidelähtöisten työpajojen pitämistä omaishoitajille. Tavoitteena on ollut tukea heidän hyvinvointiaan taiteen ja kulttuurin keinoin.

<http://www.ikainstituutti.fi/tutkimus+ja+kehittaminen/laheisesta+omaishoitajaksi/>



19.9.2014

Hankesuunnitelmassa käytetyt tutkimukset:

(2013): *Make my day: the impact of Creative Careing in older people's care homes*. Suffolk Artlink. <http://www.suffolkartlink.org.uk/creative-carers.htm>.

Engström, Yrjö & Niemelä, Anna-Liisa & Nummijoki, Jaana & Nyman, Juha (toim.) (2009): *Lupaava kotihoito. Uusia malleja vanhustyöhön*.

IBM (2010): *Capitalizing on Complexity. Insights from the global Chief Executive Officer Study*. IBM Global Business Services.

Ihanus, Susanna (2013): *Kulttuuripartio-toimintamalli loppuraportti*.

Liikanen, Hanna-Liisa (2010): *Taiteesta ja kulttuurista hyvinvointia: Ehdotus toimintaohjelmaksi 2010–2014*. Opetusministeriö, kulttuuri-, liikunta- ja nuorisopolitiikan osasto.

Lehko, Tuike (2013): *Taidetta tunteen vuoksi. Tarinoina taiteen ja vanhustyön kohtaamisista*. Osaattori-hankkeen julkaisu.

Leppisaari, Katri (toim.) (2013): *Tahtoa, toimintaa ja teoriaa – Kulttuurinen vanhustyö nyt ja tulevaisuudessa*. Osaattori-hankkeen julkaisu.

Malmivirta, Helena & Kivelä, Suvi (toim.) (2014): *Taiteesta ja kulttuurista avaimia aivoterveysteen. Palvelumallien kehittämistä kansalaislähtöisesti*. Turun ammattikorkeakoulun oppimateriaaleja 69.

Nummijoki, J. (2009) "Toiminta- ja liikkumiskyky porttina vanhusten toimijuuteen". Teoksessa: Engeström, Y., Niemelä A-L., Nummijoki, J. & Nyman, J. (2009). *Lupaava kotihoito - Uusia toimintamalleja vanhustyöhön*.

Rantala, Päivi & Jansson, Satu-Mari (toim.) (2013): *Taiteesta toiseen. Taidelähtöisten menetelmien vaikutuksia*. Taika-hankkeen julkaisu. Lapin yliopisto.

Rönkä, Anu-Liisa et al. (toim.) (2011): *Taide käy työssä: Taidelähtöisiä menetelmiä työyhteisöissä*. Taika-hankkeen julkaisu. Lahden ammattikorkeakoulu.

Tähti, Taru & Kaartokallio, Heidi & Pitkänen, Marita (2014): *Kulttuurikuntouttajat. Raportti hankkeesta ja pilottikoulutuksesta*.