

Lintulammen asukasyhdistys ry

Latokartanontie 1

90150 Oulu

puh: (08) 336 223

Huomioitavaa! Laadittua toimintasuunnitelmaa vuodelle 2021 tarkennetaan ja uudelleen arvioidaan johtuen koronapandemian seurauksena tulevista toimintarajoituksista.

Toimintasuunnitelma 2021



HÖYHTYÄN VÄLKE

VÄLITTÄMISEN KESKUS

Aluetoimikunnan käsittely: 23.3.2021 klo 17.30

Vuosikokous: 23.3.2021 klo 17.30

Sisällysluettelo

1. Asukasyhdistys asukkaiden kohtaamispaikkana ja vaikutuskanavana	3
2. Höyhtyän Välke-välittämisen keskus	5
2.1 Hyvinvointipiste Höyhtyän Välkkeellä	5
2.2 Välkkeen toiminta	6
2.3 Lounaskahvila	7
3. Ikäihmisten toiminta	7
4. Lasten, nuorten ja lapsiperheiden toiminta	8
5. Markkinointi ja viestintä	9
6. Vapaaehtoistoiminta	10
7. Hankkeet	10
7.1. Lähellä sinua –hanke	10
7.2 Lasten ilo-avoin kerho	12
7.3 Luovasti Liikkuen-hanke	13
8. Kuntouttava työtoiminta	13
8.1. Hyvinvointia Lintulammelta	13
8.2. Kehittävä kuntouttava	13
8.3. Luovasti Lintulammella	14
8.4. Lasten Ilo	14

1. Asukasyhdistys asukkaiden kohtaamispaikkana ja vaikutuskanavana

Lintulammen asukasyhdistyksen tavoitteena on alueen asukkaiden yhteisöllisyyden, hyvinvoinnin ja turvallisuuden edistäminen sekä yleisen viihtyvyyden vahvistaminen yhteistyössä alueen asukkaiden ja toimijoiden kanssa. Yhdistys järjestää monipuolista toimintaa lapsiperheille, työttömille, erityisryhmille ja ikäihmisille sekä toimii asukkaiden tukena kansalaisvaikuttamisessa ja vieden kehitettäviä asioita päätöksentekoon.

Matalankynnyksen kohtaamispaikkana Välkkeen toiminta ja palvelujen tarjonta mahdollistaa kaikenikäisten alueen asukkaiden kohtaamisen, sosiaalisen verkostoitumisen sekä yhteiseen tekemiseen osallistumisen, ennaltaehkäisten näin yksinäisyyttä ja syrjäytymistä sen toiminnalle asetettujen tavoitteiden mukaisesti.

Hyvinvoinnin yhteinen edistämistyö eri toimijoiden kanssa muun muassa hyvinvointitiedon tuottamisessa ja jakamisessa ovat keskeistä asukkaiden ja asiakkaiden palvelujen järjestämisessä. Höyhtyän Välkkeen monikanavaiset viestintä- ja neuvontapalvelut ovat kehittyneet tässä keskeiseksi viestintäkanavaksi alueen asukkaiden, eri toimijoiden sekä viranhaltijoiden ja päätöksenteon välillä.

Tilastojen mukaan Karjasilta-Höyhtyän palvelukeskittymän väkiluku on 10 869 asukasta. Ikääntyneen väestön osuus alueella on korkeampi kuin kaupungissa keskimäärin. Myös vammaispalveluja tarvitsevia ja yksinasuvia on alueella paljon. Lähivuosina lasten, erityisesti 13-18 -vuotiaiden osuus toiminta-alueen väestöstä kasvaa. Alueella on myös runsaasti uudisrakentamista. Alueen erityispiirteet huomioiden yhdistyksen toiminnan tavoitteet ja painopisteet kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin edistämiseksi kuluvalle toimikaudelle vastaavat alueen asukkaiden tarpeisiin.

Lapsiperheiden hyvinvointisuunnitelman pohjalta kehitetään alueellista toimenpideohjelmaa. Toimenpideohjelma lapsiperheiden alueellisten matalan kynnyksen palvelujen kehittämiseksi on laadittu kolmannen sektorin näkökulmasta ja toiminnan kautta tukemaan lasten, nuorten ja lapsiperheiden hyvinvointia. Toiminta on ennaltaehkäisevää ja se täydentää julkisen sektorin toimintaa. Lisäämme myös perheille suunnattua monipuolista toimintaa osallistamalla perheet mukaan toiminnan suunnitteluun.

Asukasyhdistyksen maksuttomat, hyvinvointia tukevat lasten liikunta- ja harrastetoiminnat jatkuvat. Kaupungin tasolla lapsiperheiden hyvinvoinnin kehittämiskohteiksi ovat nousseet maksuttoman tai edullisen harrastustoiminnan saavutettavuus. Yhdistyksen toiminta tukee kehittämiskohteiksi asetettuja tavoitteita. Asukasyhdistys osallistuu kaupungin alueelliseen osallisuuden toimintamallin kehittämistyöhön ja on mukana järjestämässä oman palvelukeskittymä Ratamon aluefoorumeita ja asukasiltoja. Ratamo on yksi kaupungin perustamista monialaisista, viranhaltijoista ja eri toimijoista koostuva alueellinen verkosto, jonka tehtävänä on elämänkaariajatteluun pohjautuva, alueen väestön osallisuuden ja hyvinvoinnin edistäminen.

Lintulammen asukasyhdistys on ollut suunnittelemassa harrastamisen Suomen mallia Lintulammen koululle. Yhdistyksen työntekijöitä jalkautui Lintulammen koululle kyselemään lasten ideoita ja haluja harrastekerhoista.

Saimme koottua monipuolisesti eri liikuntalajeja, askarteluideoita sekä muita harraste ideoita lapsilta. Lisäksi teetimme vanhemmille sähköisen kyselyn kerhojen käytännön toteutuksesta ja ideoista lapsiperhetasolla. Kyselyyn vastasi 115 vanhempaa, josta saimme koottua ja otettua huomioon vanhempien toiveita ja ideoita harrastekerhoista. Näiden kyselyjen pohjalta kerhoja lähdettiin suunnittelemaan ja miettimään käytännön toteutusta. Kerhot ovat käynnissä, ja niissä on käynyt paljon osallistujia. Kerhoista on tullut hyvää palautetta suullisesti ja peukkupalautteella. Huhtikuussa 2021 tehdään toiminnasta välikysely, ja kehitetään toimintaa palautteiden perusteella. Kesäkuussa loppukysely perheille pilotin kokemuksista ja itsearvio toteuttajien kesken sen tuloksista.

Aluetoimikunnan alaisuuteen perustettu vanhus- ja vammaisjärjestöjen ja yhteistyökumppaneiden edustajista koostuva ikäihmisten kehittämisyöryhmä jatkaa 2020 aloitettua toimintansa v. 2021. Lisäksi Tuija Pohjolan 22.2.2021 jättämän valtuustoaloitteen pohjalta Oulun kaupunki on päättänyt käynnistää iivapaaehtoisuuteen perustuvia suuralueiden palvelukeskitymissä olevia pilottiryhmiä Oulu ikääntymispoliittisen ohjelman jalkauttamiseksi. Vastuuhenkilöinä ovat kuntalaisvaikuttamisen koordinaattorit. On tärkeä, että ohjelman toimenpiteet jalkautetaan asuinalueille ja vuorovaikutus kuntalaisten kanssa toteutuu mahdollisimman laajasti. Lintulammen asukasyhdistys toimii aktiivisesti 2021 asian käynnistämisessä ja ryhmien toiminnan edistäjänä yhdessä Oulun kaupungin kanssa.

Höyhtyän Välke/Lintulammen asukastupa toimii Oulun kaupungin yhtenä vapaaehtoistoiminnan toimipisteinä. Asukasyhdistys tekee yhteistyötä muiden asukasyhdistysten, asukastupien sekä eri järjestöjen kanssa. Asukasyhdistys on myös asukkaiden edunvalvontajärjestö osallistuen paikalliseen ja valtakunnalliseen keskusteluun sekä tekemällä esityksiä järjestöjen toimintaedellytysten parantamiseksi.

Lintulammen asukasyhdistys ry on EHYT ry:n jäsenjärjestö. Yhdistysten välinen yhteistyö jatkuu vuoden 2021 aikana esimerkiksi yhteisillä koulutustilaisuuksilla.

Asukasyhdistys pitää yhden sääntömääräisen vuosikokouksen ja aluetoimikunta kokoontuu noin joka toinen kuukausi tai tarvittaessa useammin.

Asukasyhdistys jatkaa palkkatukityöllistämistä, oppisopimuskoulutusta sekä tarjoaa mahdollisuuksia työkokeiluun eri työtehtävissä. Sen lisäksi yhdistys tarjoaa työmahdollisuuksia harjoittelijoille, opiskelijoille, kuntouttavassa työtoiminnassa, mielenterveys- ja muille kuntoutujille sekä yhdyskuntapalvelua suorittaville. Työllistämässä tehdään yhteistyötä ELY -keskuksen, Oulun kaupungin, TE- toimiston, oppilaitosten ja eri kurssien järjestäjien kanssa.

Kesällä 2021 asukasyhdistys työllistää noin 30 nuorta kesätyösetelillä erilaisiin tehtäviin mm. vanhusten ulkoiluttamiseen, ympäristötaideprojektien toteuttajiksi, Välkkeen keittiöapulaisiksi ja lasten päiväleirin apuohjaajiksi.

Syksyllä 2020 koko henkilöstölle, työkokeilijoille ja kuntouttavassa työtoiminnassa oleville suunnatussa työtyytyväisyyskyselyssä esitettyjen toimenpiteiden toteuttamista seurataan ja tehdyt muutokset kirjataan. Toimintaa ja työn organisointia kehitetään parantamaan henkilöstön työssä jaksamista. Yhdistys toteuttaa kaksi työnohjausryhmää 2021: Hanketalon ja Välkkeen ryhmät kokoontuvat n. kerran kuussa. Työnohjaajina Satu Herukka, tt, traumapsykoterapeutti ja Saara Kaattari.

2. Höyhtyän Välke-välittämisen keskus

Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus, STEA tukee Lintulammen asukasyhdistyksen matalankynnyksen toimintaa kohdennetulla toiminta-avustuksella. Vuodelle 2021 avustuksen määrä on 105 000 €. Tuettavan toiminnan painopisteet ovat yksinäisyyden ja syrjäytymisen vähentäminen sekä kohtaamisen, osallisuuden ja toimijuuden lisääminen. Kohderyhminä ovat ikääntyneet, työttömät, eri tavoin syrjäytymisuhassa olevat sekä lapsiperheet yhdistyksen toiminta-alueella.

Alkaneelle toimintakaudelle asetetut määrälliset tavoitteet vastaavat edellisen toimintakauden tavoitteita. Tavoitteena on kohdata 2 000 alueen asukasta sekä yksilöllisesti kohtaamalla, tukemalla tai auttamalla 90% Höyhtyän Välkkeelle tulevista ihmisistä. Kokonaiskävijämäärän tavoite on 20 000 käyntikertaa vuodessa. Ikääntyneiden yksinäisyyden ja turvattomuuden tunteen vähentämisen ja ennaltaehkäisy tavoitteena on kohdata 700 alueen ikäihmistä yhteisötoiminnan keinoin.

Työttömien asukkaiden osallisuuden ja toimijuuden tukeminen asukasyhteisössä on toinen tärkeä tavoite. Toimintakauden tavoitteena on kohdata 300 työelämän ulkopuolella olevaa työtöntä tarjoamalla monipuolista osallisuustoimintaa, kuntouttavaa työtoimintaa sekä monipuolisia työllistymisen mahdollisuuksia. Kuntouttavan työtoiminnan ohjaajien palkoista ja tarvittavista materiaaleista vastaa Oulun kaupungin Työllisyyspalvelut.

Yhdistyksen johdolla toimivaa Höyhtyän Välkettä kehitetään kaikkien asukkaiden olohuoneena. Tavoitteena on lisätä alueen asukkaiden hyvinvointia laaja-alaisesti ja tukea heidän psyykkistä, fyysistä ja sosiaalista toimintakykyään. Toiminnan ja viestinnän kautta kannustamme ja aktivoimme yksinäisiä asukkaita sosiaaliseen kanssakäymiseen, sosiaalisen verkoston luomiseen sekä mahdollisuuksien mukaan myös omaehtoiseen toimintaan.

Työttömille pyritään jatkamaan alennetun lounaan tarjoamista maanantaisin ja perjantaisin. Lounaan avulla kohtaamme työttömiä ja voimme samalla kertoa yhdistyksen tarjoamasta monipuolisesta toiminnasta ja mahdollisuuksista. Höyhtyän Välkkeen tarjoama ympäristö, palvelut ja turvalliset ihmiset auttavat kävijöitä vahvistaen heidän selviytymistään vertaistukea käyttäen.

Toiminnan tuloksellisuuden ja vaikuttavuuden arviointia suoritetaan päivä- ja toimintakohtaisesti sekä määrällisin että laadullisin mittarein. Asetettujen tavoitteiden mittaaminen ja seuranta suoritetaan STEA:n määrittelemien kriteerien mukaisesti. Seuranta toteutetaan mm. sähköisten/paperisten asiakaskyselyjen sekä haastattelujen muodossa toimintaan osallistuville asukkaille, verkostolle sekä yhteistyökumppaneille. Määrällisestä tilastoinnista mm. osallistujamäärän kirjaamisen ja seurannan suorittaa Välkkeen henkilöstö.

2.1 Hyvinvointipiste Höyhtyän Välkkeellä

Oulun kaupungin hyvinvointipistetoiminta tukee Lintulammen asukasyhdistyksen, Höyhtyän Välkkeen matalankynnyksen toimintaa. Välittämisen keskus Välkkeelle voi Kontinkankaan hyvinvointikeskuksen ajanvarauksen kautta varata ajan maksuttomalle, sairaanhoitajan tai terveydenhoitajan vastaanotolle arkipäivisin. Vastaanotolla tehdään myös työttömien ja omaishoitajien terveystarkastuksia. Toimintamallia arvioidaan säännöllisesti. Asukasyhdistys osallistuu aktiivisesti toiminnan kehittämiseen.

Tavoitteena on, että Välkkeen tupatyöntekijät jututtavat hyvinvointipisteessä kävijöitä. Tervehtimisen yhteydessä kysytään kuulumiset, kerrotaan toiminnasta ja palveluista, kysytään asiakkaan toiveista sekä pyydetään mahdollista palautetta. Samalla markkinoidaan asukasyhdistyksen maksutonta jäsenyyttä.

2.2 Välkkeen toiminta

Höyhtyän Välke on avoinna arkisin klo. 8-15. Lounasta tarjoillaan ma-to klo. 11-14 ja pe 11-13 välisenä aikana. Aukioloaikana kävijöillä on mahdollisuus lounaan ja kahvilapalveluiden ohella maksuttomaan palveluun ja toimintaan kuten lukea päivän lehdet, käyttää tietokonetta, saada opastusta ja neuvontaa laitteiden käytössä tai hakemusten täyttämässä, lainata kirjoja sekä osallistua päivän aikana järjestettyihin tilaisuuksiin/viriketoimintaan esim. laulukööri, tietovisa, luennot/esittelyt sekä erilaiset avoimet yhteisölliset tapahtumat. Olennainen osa matalan kynnyksen toimintaa on tarjota myös avoin ilmapiiri ystävien ja uusien ihmisten tapaamiseen, vertaistukeen sekä sosiaaliseen vuorovaikutukseen.

Lintulammen asukasyhdistyksen viriketoiminnan tavoitteena on aktivoida alueen kaikenikäisiä asukkaita tarjoamalla monimuotoista osallistavaa toimintaa mm. viikoittain toteutettavat bingo, (yhteis-)laulukööri ja erilaiset keskustelu-, kirjoitus-, näytelmä-, kädentaito-, jooga- ja liikuntakerhot sekä tietovisa kaksi krt/kk. Viikoittaiseen toimintaan osallistuvat ovat lähes poikkeuksetta ikäihmisiä. Herra Arkiston tietovisa on kaikkien ikäryhmien sekä sosiaalisen taustan ja tulotason ylittävää, yhteisöllistä toimintaa.

Opastusta netin, älypuhelimien tai tabletin käytöstä sitä tarvitseville asiakkaille jatketaan sekä päivittäisessä toiminnassa että eri tapahtumien yhteydessä. Toiminnan tavoitteena on rohkaista asukkaita käyttämään tietotekniikkaa päivittäisessä asiointissa. Kävijöiden käytössä on myös kaksi verkkoyhteyksillä varustettua asiakastietokonetta sekä tulostin. Koneiden käyttö on asiakkaille maksutonta. Asiakaskoneet palvelevat erityisesti työttömiä, vähävaraisia sekä ikäihmisiä. Opastajina toimivat osaavat asukastuvan työntekijät.

2021 käynnistetään alueen turvallisuus- ja viihtyvyyskävelyt. Tavoitteena on tehdä niistä pysyvä käytäntö alueelle. Maaliskuussa kävelyt toteutetaan Korona-rajoitusten vuoksi pienellä kutsuporukalla. Touko-kesäkuussa kootaan laajempi verkosto asukkaista, sikusta, poliisi, kolmas sektori jne. Kävelyjen tarkoituksena on löytää mahdollisia turvallisuuteen ja viihtyvyyteen liittyviä kehittämiskohtia, joita pyritään parantamaan yhdessä kaupungin ja muiden toimijoiden kanssa.

Asukasyhdistys järjestää jo perinteisiksi muodostuneet vuosittaiset tapahtumat, jotka toteutetaan yhdessä vapaaehtoistoimijoiden sekä osin yhteistyökumppaneiden kanssa.

Tapahtumat alustavassa toimintakalenterissa:

- Maaliskuu: EU-ruokakassien jakelu vko 12.
- Toukokuu: Villiyrtti-luento, Unelmien liikuntapäivä, Henkilökunnan virkistyspäivä, Siivouspäivä.
- Kesäkuu: Lintulammen kesäjuhlat ja Seniorifestarit.
- Heinäkuu: Retki Hailuotoon, Arjesta Lammelaan -kehitysvammaisten leiri.
- Elokuu: Koko perheen retki JukuPark/kesäteatteri, Turvaa lasten koulutie, Elotori, Lintulampikisat.
- Syyskuu: Luontoretki.
- Lokakuu: Vie vanhus ulos -päivä, Vanhusten viikolla vko 43
- Marraskuu: Hyvinvointiviikko, vko. 48 Välittämisen viikko, Retki Joulumaahan.
- Joulukuu: Vammaisasiakkaiden pikkujoulu, Puurojuhla, Hirosen joulujuhla, Kauneimmat joululaulut, Yksinäisten ja vähävaraisten jouluaateria, Lapsiperheiden joulujuhla, Välkkeen joululounas.

2.3 Lounaskahvila

Asukasyhdistys ylläpitää Höyhtyän Välkkeen matalan kynnyksen toimintaa tukevaa lounaskahvilaa ja tarjoaa arkipäivisin (ma-pe) mahdollisuuden syödä terveellistä ja monipuolista kotiruokaa. Työttömille työnhakijoille tarjotaan lounas alennettuun hintaan maanantaisin ja perjantaisin. Avoimeen iltapäiväkerhotoimintaan osallistuville lapsille tarjotaan joko lämmin ateria tai välipala alennettuun hintaan.

3. Ikäihmisten toiminta

Ikäihmisten Lauantaikerhon toiminta jatkuu Välkkeellä. Kaikille avoin kerho kokoontuu kahvittelemiseen ja viriketoiminnan merkeissä alustavasti joka toinen lauantai. Toiminnan sisältö laaditaan osallistujien toiveiden mukaisesti. Asiakastytyväisyyttä ja toiminnan sisältöä kehitetään mm. kyselyjen avulla. Viriketoimintaa ohjaavat asukasyhdistyksen työntekijät sekä vapaaehtoiset.

2021 käynnistetään Höyhtyän palvelutalossa ikäihmisten käsityöpainotteinen viriketoiminnan ohjaus 5 päivänä viikossa 4 tuntia päivässä. Ryhmä käynnistyy, kun Korona-rajoitukset sallivat sen. Työhön on rekrytoitu joulukuussa 2020 50 % työajalla viriketoiminnan ohjaaja osatyökykyisen palkkatuella.

Käynnistetään Kotipesä-toiminta Mäntylä-Snellmanin päiväkodin tiloissa, kun Korona-rajoitukset antavat siihen mahdollisuuden. Kotipesä-toiminnan tavoitteena on tarjota alueen ikäihmisille mahdollisuutta tavata toisiaan olohuone -tyyppisessä matalan kynnyksen vapaamuotoisessa toiminnassa, jonne on helppo tulla ja jossa osallistujat suunnittelevat toiminnan sisällön yhdessä työntekijöiden kanssa. Toiminnan keskeisin kohderyhmä ovat yli 80-vuotiaat kotona asuvat ikäihmiset, joilla on vähän sosiaalisia kontakteja ja joiden mielialaa ja toimintakykyä yksinäisyys laskee. Mäntylän ikäihmiset voisivat tulla jalkaisin ja/tai saatettuna kotipesälle, jotta kynnys lähteä toimintaan olisi mahdollisimman pieni. Kohderyhmän löytämisessä ja toiminnasta tiedottamisessa hyödynnetään ikäihmisten alueellisia verkostoja. Olohuonetoiminnan työskentelyssä korostuvat toimintakykyä tukevat toiminnalliset ja osallistujien kokemusmaailmaan linkittyvät osallistavat menetelmät eri aihealueiden käsittelyssä ja yhdessä tekemisessä. Toiminta nivotaan kiinteästi yhteen Höyhtyä Välkkeellä toteutettavaan Stea-rahoitteiseen toimintaan, jossa toteutetaan sekä sukupolvia yhdistäviä yhteisötapahtumia, että erityisesti ikääntyneille suunnattua ryhmätoimintaa, kuten ikäihmisten lauantaikerho, bingo, laulukööri, tapahtumista seniorifestarit, retket ja yhteiset kulttuuritapahtumiin osallistumiset. Toimiminen samassa kiinteistössä Mäntylä-Snellmanin päiväkodin kanssa mahdollistaa myönteisen sukupolvien kohtaamisen ja yhdessä tekemisen arjessa ja juhlassa. Mäntylän Kotipesän ydin on, että on paikka, jossa jokainen voi olla oma itsensä ja tulee kohdatuksi arvokkaana yksilönä, jonka ääni kuuluu yhdessä tekemisessä.

Toimintaan palkataan palkkatuella 70 % vastuuhjaaja osatyökykyisen palkkatuen avulla. Hän organisoi toimintaa ja ohjaa osan työajasta ikäihmisten jumppia.

2021 liikuntaneuvoja-oppisopimusopiskelijat ohjaavat yhteensä kymmenen (10) erilaista liikuntaryhmää eri ikäisille ihmisille. Matalan kynnyksen liikuntaryhmät kokoontuvat Höyhtyän ja Merikotkan palvelukeskuksissa ja Tuiran palvelukeskus, palvelukoti Matriitissa, Maikkulan monitoimitalossa sekä Palolaitoksen liikuntasalissa.

Kuntouttavassa työtoiminnassa olevat ulkoiluttavat, käyvät kauppa-asioilla sekä tekevät pihatöitä alueen vanhuksille. Apu on maksutonta. Kuntouttavan työtoiminnan ohjaajien palkan maksaa Oulun kaupungin työllisyyspalvelut. Tavoitteena on auttaa noin 50-60 alueen vanhusta, joista kertyy noin 1 200 avustamiskertaa.

Hiirosen palvelukodilla järjestetään Hiirosenkodin sekä palvelukoti Merikotkan asukkaille yhteinen, perinteinen ohjelmallinen joulujuhla kahvituksineen.

Koronavirus-pandemian seurauksena on lähinnä ikäihmisille uutena auttamisen muotona Lintulammen asukasyhdistys käynnistänyt kotiapupalvelun, jota jatketaan 2021 tarpeen mukaan. Toiminta kattaa turvallisen kauppa- ja apteekkiasioinnin asiakkaan puolesta kotiinkuljetuksineen. Kotiapupalvelusta on tiedotettu alueen asukkaille kotitalouksiin, taloyhtiöiden ym. ilmoitustauluille jaetuilla ilmoituksilla sekä sähköisesti Välkkeen nettisivujen, somen ja verkostojen kautta. Palveluntarvitsijat soittavat Välkkeen palvelunumeroon, kertovat tilanteestaan ja siitä mitä tarvitsevat. Elintarvikkeet ja asiakkaan reseptilääkkeet toimitetaan keskitetysti sopimukset tehneiden kauppiaiden ja apteekkarin kanssa kuukausilaskutusperusteisesti. Välkkeellä ei käsitellä asiakkaan rahaa.

Eu-ruokakassien jakelu 2 x vuodessa jatkuu 2021. Myös muita ruoka-apumuotoja käynnistetään tarvittaessa.

4. Lasten, nuorten ja lapsiperheiden toiminta

Lapsiperheiden osalta toiminnan painopisteenä on 2019 kevään asukaskyselyn pohjalta noussut arjen tukeminen asukasyhdistyksen monipuolisen toiminnan kautta. Lasten ja perheiden musiikki- ja liikuntaharrastusten aktivoimista jatketaan erilaisten kerhojen ja tapahtumien avulla. Asukasyhdistyksen maksuttomat, hyvinvointia tukevat lasten liikunta- ja harrastetoiminnat jatkuvat. Kaupungin tasolla lapsiperheiden hyvinvoinnin kehittämiskohteiksi ovat nousseet maksuttoman tai edullisen harrastustoiminnan saavutettavuus. Yhdistyksen toiminta tukee kehittämiskohteiksi asetettuja tavoitteita.

Toiminta alustavassa toimintakalenterissa:

- **Perhekahvila Välkkeellä**
 - perjantaisin klo 10-11
- **Välkkeen hiihtolomaleiri** viikolla 10
- **Välkkeen kesäleiri** kesäkuussa
 - Ulkoilua, retkiä, mukavaa yhteistä puuhaa, leikkiä, askartelua
- **Välkkeen syyslomaleiri**
- **Nuokkari** perjantaisin Mäntylän päiväkodilla klo 17–19
- **Muskarit**
 - Välkkeellä maanantaisin klo 10–10.30
 - Karjasillan kirjastolla tiistaisin klo 12–12.30
- **Alueelle järjestetään eri teemaisia toiminnallisia tehtäväpisteitä**
 - Esimerkiksi pakkasukot, tonttupolku, suunnistusreitti jne.
- **Perheliikuntakerhot Mäntylä-Snellman päiväkodilla**
 - Maanantaisin ja torstaisin klo 17.30-19

- Lasten ja nuorten höntsäliikuntakerhot alueen alakouluikäisille Lintulammen ja Kaukovainion koulujen oppilaille.
- Kesäajan ohjatut perheliikuntakerhot, perhepuistojummat Sorsapuistossa sekä lajikokeilut Mäntylän ja Karjasillan urheilukentillä (viikoilla 23 – 32).

Tapahtumat lapsille ja lapsiperheille:

- Saamenpäivän polku Lintulammella
- Koko perheen kesäjuhla kesäkuussa
- Turvaa koulutie 16.8.2021
- Lintulampikisat elokuu
- Tour de kids elokuu
- Koko perheen retki JukuPark:iin
- Koko perheen suunnistustapahtuma
- Lapsiperheiden joulujuhla
- Perheille järjestetään retkiä lähialueen luontokeskuksiin ym.

5. Markkinointi ja viestintä

Yhdistyksen markkinointi- ja viestintätapoja ovat omat verkkosivut, Instagram, Facebook, MunOulu-tapahtumakalenteri, erilaiset ilmoitustaulut, lehti-ilmoitukset, tapahtumat ja alueelliset tiedotteet. Vuonna 2021 tavoitteena on toiminnan näkyvyyden ja tunnettavuuden parantaminen laadukkaiden kuvien ja videoiden keinoin. Tavoitteena on myös rakentaa viestintämalli, jolla voimme kohdata asiakkaat kaikissa tilanteissa yhteisen mallin mukaisesti. Olemme tehneet markkinointisuunnitelman sekä markkinointiohjeistuksen, jonka pohjalta jatkamme monikanavaisen markkinoinnin toteuttamista päivittäin. Päivitämme viestintäsuunnitelman keväällä 2021.

- Toteutamme asiallista, laadukasta ja ytimekästä markkinointia ja viestintää lintulampi.net -verkkosivuilla, Instagramissa ja Facebookissa viikoittain
- Yhdistyksen tapahtumat lisätään myös Oulun kaupungin MunOulu-tapahtumakalenteriin
- Tiedottaminen tapahtuu pääasiassa Välkkeen Facebook-sivuilla, Instagramissa ja verkkosivuilla sekä Välkkeen ulko-ovessa ja sisätiloissa paperitiedotteina
- Osallistumme mahdollisuuksien mukaan erilaisille messuille sekä tapahtumiin, joissa voimme esitellä toimintaa
- Lisäämme videomateriaalia yhdistyksen YouTube kanavalle. Videomateriaalia kuvataan Lintulammen asukasyhdistyksen järjestämistä tapahtumista, viikoittaisista harrastetoiminnoista ja päivittäisestä tupatoiminnasta.

6. Vapaaehtoistoiminta

Höyhtyän Välke toimii vapaaehtoistoiminnan alueellisena toimipisteenä. Välke toimii kohtaamispaikkana, jonne sekä avuntarvitsijat ja apua tarjoavat voivat ilmoittautua. Uusia ja vanhoja vapaaehtoisia pyydetään

avuksi Välkkeen toimintaan. Välkkeen vapaaehtoistyö on osa asukasyhdistyksen ”arkityötä”, joka osaltaan mahdollistaa Välkkeen monipuolisen palvelun tarjonnan sekä tapahtumia ja retkiä alueen asukkaille.

Vuoden 2021 aikana on tarkoitus kannustaa myös kesäsetelillä työllistyviä nuoria jatkamaan vapaaehtoistyössä. Toiminta voi olla esim. avustamista vanhusten kerhoissa ja päivätoiminnoissa palvelutaloissa ja laitoksissa. Asukasyhdistyksen hallituksen, aluetoimikunnan jäsenet toimivat aktiivisesti vapaaehtoistyössä.

7. Hankkeet

7.1.Lähellä sinua –hanke

Hanke on TE-toimiston projektituella toteutettu hanke, joka käynnistyi 1.8.2020. Hankkeessa pyritään auttamaan asiakkaita yksilöllisesti eteenpäin elämässä. Hankkeen pääasiallinen keino työllistymisen edistämiseksi on osaamisen kehittäminen. Työskentelyssä korostuu erityisesti yksilöllisten, kullekin asiakkaalle räätälöityjen polkujen etsiminen.

Hankkeen kohderyhmä

Hankkeen kohderyhmänä tässä hankkeessa ovat kääntyneet pitkäaikaistyöttömät asiakkaat (yli 50-vuotiaat yhdenjaksoisesti yli vuoden työttömänä olleet sekä vähintään 12 kk viimeisten 16 kk :n aikana työttömänä olleet), muut pitkäaikaistyöttömät sekä työttömät alle 30-vuotiaat nuoret, osatyökykyiset ja maahanmuuttajat

Kohderyhmään kuuluvien määrä eri toimenpiteissä

Hankkeen työllistämistoimenpiteitä ovat oppisopimuskoulutus, työkokeilu ja valmentava työkokeilu sekä palkkatukityö.

Kohderyhmään kuuluvia henkilöitä on toimenpiteissä 124–143 henkilöä/vuosi

Vuositasolla oppisopimuksessa tulee olemaan 64–73 henkilöä/vuosi, ammattialoille valmentavissa avustamisen ja liikunnan perusteet kurseilla tulee olemaan 40–50 henkilöä/vuosi, muussa työkokeilussa n. 10 henkilöä/vuosi ja palkkatuella n. 10 henkilöä/vuosi.

Toiminnan tavoitteet

Toiminnan tavoitteena on kehittää hankkeeseen osallistuvien osaamista niin, että he työllistyvät hankkeeseen osallistumisen jälkeen avoimille työmarkkinoille tai hakeutuvat jatkokoulutukseen.

- Turvata ammatilliseen koulutukseen pääsy ikääntyneille pitkäaikaistyöttömille, muille pitkäaikaistyöttömille, alle 30 –vuotiaille nuorille ja maahanmuuttajille ja osatyökykyisille sekä näin katkaista työttömyys ja luoda mahdollisuudet pysyviin työsuhteisiin oppisopimuskoulutuksen, lyhytkoulutusten ja palkkatukijaksojen ja työkokeilujaksojen aikaisen työhönvalmennuksen avulla.
- Tarjota ammatilliseen tutkintoon johtava koulutus oppisopimuksella sellaiselle alalle, jossa työllistymisnäkymät ovat erinomaiset

- Kehittää lähiavustaja- ja liikuntaneuvojakoulutusta vastaamaan työelämän tarpeita ja kouluttamaan samalla henkilöitä, joilla on osaamista, jota työelämä tarvitsee
- Ohjata ja tukea henkilöitä opiskelun sekä työjaksojen aikana
- Tarjota verkostoitumismahdollisuuksia tuleviin mahdollisiin työnantajiin
- Pilotoida ikäihmisten kotikuntoutuksen mallia ja kehittää yhdessä Oulun seudun ammattiopiston kanssa liikuntaneuvojan ammattitutkintoa vastaamaan ikäihmisten kotikuntoutuksen tarpeita.

Kehitettävät palvelut ja toimintamallit

Hankkeessa kehitetään lähiavustajakoulutusta ja liikuntaneuvojakoulutusta vastaamaan työelämän tarpeita. Lähiavustajakoulutukseen suunnitellaan räätälöity paikallinen tutkinnon osa. Tutkinnon suunnittelussa on yrityskumppaneina ovat Onni Hoiva Oy, Pohjola Avustus Ry ja Vetrea Oy. Tutkinnonosaan suunnitellaan yhdessä ammattitaitovaatimukset ja kriteerit yrityskumppaneiden, oppilaitoksen (OSAO) ja Lähellä sinua-hankkeen yhteistyönä. Lähtökohtana on kotona tehtävä työ, jossa asiakkaan toimintakykyisyys on keskiössä. Työskentelyssä hyödynnetään toiminnallisia menetelmiä asiakkaan voimavaroja hyödyntäen. Pitkän aikavälin tavoitteena on, että tutkinnon osa hyväksytään opetushallitukselle sisällytettäväksi sosiaali- ja terveysalan tutkinnon perusteisiin. Tarkoituksena on myös kehittää koulutuksen toteuttamista niin, että työpaikkaohjaajat ovat mukana lähiopetuspäivissä. Tämä lisää työpaikan ja oppilaitoksen yhteistyötä ja näin voidaan toteuttaa osaamisen vaihtamista ja kehittämistä puolin ja toisin.

Hanke parantaa asiakkaiden työmarkkinavalmiuksia ja kehittää heidän osaamistaan kouluttamalla heitä oppisopimuksella ammatteihin, joissa työllisyysnäkyvät ovat hyvät. Työmarkkinavalmiuksia ja osaamista kehitetään myös lyhytkoulutuksilla, kuten valmentavat työkokeilut, joita ovat esimerkiksi Uusi polku-valmennus ja avustamistyön ja liikunnan perusteet-kurssi. Lisäksi hankkeessa olevien on mahdollista osallistua hygieniapassi -ja EA-koulutuksiin, mielenterveyden EA1 ja EA 2- koulutuksiin sekä mahdollisesti joihinkin muihin yksilöllisten osaamistarpeiden mukaisiin koulutuksiin kuten esimerkiksi ergonomiakorttikoulutukseen.

Toiminnan arvioidut tulokset ja vaikutukset

Arvioimme, että 90% oppisopimuskoulutuksessa olleista ammattiin valmistuneista, 80% palkkatuella olleista, 80% työkokeilussa olleista työllistyy tai jatkaa koulutukseen kolmen kuukauden kuluttua hankkeesta poistumisen jälkeen.

Hankkeen tuloksena on lähiavustajan työtä ja työelämän tarpeita vastaava koulutus, johon on kehitetty räätälöity tutkinnon osa kotona tehtävään työhön, jossa asiakkaan toimintakykyisyyttä tuetaan toiminnallisilla menetelmillä sekä lisätty tutkinnon osia jotka tuovat lisää kuntoutuksen sekä osallisuuden edistämisen osaamista.

Olemme kehittäneet yhdessä Oulun seudun ammattiopiston kanssa liikuntaneuvojan ammattitutkinnon vastaamaan ikäihmisten kotikuntoutuksen tarpeita. Kotihoidon ja fysioterapeuttien rinnalle on tuotu uusi ammattiryhmä ikäihmisten kotona kuntouttamiseen.

Hankkeen tuotteena on luotu koulutuspaketti ”Avustamisen ja liikkumisen perusteet”-kurssi, joka antaa perusvalmiudet avustamistyöhön ja antaa työvälineitä liikkumisen ja liikuttamisen käytöstä asiakastyössä. Kurssi sopii alasta kiinnostuneille, jotka haluavat tietää alan työtehtävistä ja koulutusmahdollisuuksista.

Kuntouttava liikunta

Lähellä sinua –hankkeessa jatkamme vuoden 2021 aikana kuntouttavaa liikuntaa kesäkuun loppuun asti Oulun kaupungin kanssa tekemämme sopimuksen mukaisesti. Yhteistyö perustuu kumppanuuteen Oulun kaupungin vanhustyön sekä hyvinvointikeskusten kanssa. Asiakkaat ovat pääsääntöisesti yli 65-vuotiaita ilman säännöllistä kotihoitoa olevia, kotikuntoutuksen jakson jälkeen kuntouttavaan liikuntaan tulevia. Heille tehdään ehkäisevä kotikäynti yhteistyössä kaupungin vanhustyön sosiaalityöntekijän kanssa. Hyvinvointikeskusten terapeutit ja sairaanhoitajat arvioivat kuntouttavan liikunnan tarpeen ja ohjaavat ikäihmiset kuntouttavaan liikuntaan liikuntaneuvoja-oppisopimustyöntekijöillemme.

Liikuntaneuvoja -oppisopimustyöntekijöistä neljä valmistuu maaliskuun 2021 lopussa ja loput 10 valmistuvat kesäkuun lopussa 2021. Jatkamme korona-ajasta huolimatta kotona annettavaa kuntouttavaa liikuntaa, mutta ikäihmisten matalan kynnyksen ryhmäliikunnat ovat tauolla alkuvuodesta lähtien siihen asti, kun saamme tiedon siitä, että voimme turvallisesti jatkaa ryhmiä.

Jatkamme ikäihmisten etäjumppaa Videovisiti -sovelluksella Lintulammen asukasyhdistyksen hanketalon tiloissa maanantaisin ja perjantaisin. Samoin jatkamme joulukuussa aloittamaamme liikuntaneuvoja-oppisopimustyöntekijöiden työssä oppimista kotihoidon tiimeissä kahtena päivänä viikossa kahden kuukauden ajan. Kaikki saavat kokemusta kotihoidon tiimeissä toimimisesta ja näkevät mahdollisen tulevan työelämän realiteetit ikäihmisten parissa toimimisesta siellä.

Tavoitteena on edelleen ikäihmisten kotona asumisen mahdollistaminen ja siellä asumisen jatkuminen mahdollisimman pitkään, toimintakyvyn ylläpitäminen ja edistyminen (lihaskuntoa vahvistamalla ja tasapainoa harjoittamalla kotona jumppaamalla, ulkoilemalla tai mahdollisesti kuntosalilla), sosiaalisen kanssakäymisen edistyminen ryhmissä sekä ikäihmisten elämän hallinnan edistyminen ja voimaantuminen.

Kuntouttavan liikunnan toiminnan jatkuminen riippuu siitä, saammeko Oulun kaupungin kanssa uuden kumppanuussopimuksen uuden lähiavustajaoppisopimusryhmän alkamiseksi. Tämä ryhmä jatkaisi kuntouttavan liikunnan toimintaa Oulun kaupungin hyvinvointikeskuksen kotikuntoutuksen ja kotihoidon kanssa yhteistyössä kesäkuun alusta 2021, jotta alkavat lähiavustajaoppisopimustyöntekijät pääsevät perehtymään kesäkuun lopussa valmistumassa olevien kanssa kuntouttavan liikunnan toimintaan. Tavoitteenamme on kehittää lähiavustajakoulutusta niin, että siinä osaaminen muodostaa laajemman kokonaisuuden kuin aikaisemmin. Tässä koulutusmallissa vastataan kuntoutuksen osaamistarpeeseen aikuisten liikunnan edistäminen sekä ikääntyvien osallisuuden edistämisen tutkinnon osan lisäämisellä koulutukseen. Tämän koulutuksen käyneet lähiavustajat voidaan laskea osaksi hoitajamitoitusta myös siinä tapauksessa, jos he sijoittuvat ikäihmisten palveluihin valmistumisensa jälkeen. Oulun seudun ammattiopisto tukee uudenlaisen lähiavustajakoulutuksen pilotointia tavanomaista suuremmalla koulutuskorvauksella.

7. 2 Lasten Ilo-avoin kerhotoiminta

Toiminnan tarkoituksena on tarjota avointa iltapäiväkerhoa alueen 1.-3.-luokkalaisille lapsille. Toiminnan kohderyhmän lapset ovat pääsääntöisesti kaupungin iltapäiväkerhotoiminnan ulkopuolelle jääneitä 2.-3.-luokkalaisia, jotka tarvitsevat koulupäivän jälkeistä tuettua toimintaa. Kerhon toimintaa järjestetään arkipäivisin klo 12-17. Kerhossa toteutetaan taidetta, liikuntaa, retkiä, pelejä ja leikkejä. Kerhossa tehdään myös monipuolisesti eri askarteluja vuodenaikoihin, teemoihin ja pyhäpäiviin liittyen ja samalla myös

lisätään suomen kulttuurin tietoutta. Lasten kanssa hyödynnetään alueellisia ulkoilupaikkoja, mm. Lintulammen ympäristöä. Lapsille tarjotaan joka päivä lämmin ruoka, 3€/annos. Toiminnassa tuetaan lasten sosiaalisia, sekä kaveritaitoja ja vahvistetaan lasten omaa identiteettiä turvallisten ohjaajien seurassa. Kerho tukee myös alueen kiusaamis vapaata kulttuuria ja noudattaa tasavertaista periaatetta. Perheelle kuluja tulee 5 € /lapsi/kausi vakuutusmaksuja ja välipala/ruoka 3 €/pv halutessaan. Kerhotoiminnassa tarvittavien materiaalien osalta Lintulammen koulu sekä muut yhteistyökumppanit ovat lahjoittaneet materiaalia. Kerhotoiminnan palkkakuluihin saadaan palkkatukea, kuntalisää ja koulutuskorvauksia sekä omavastuihin tukea työllisyyspalveluista ja sikusta toukokuun 2021 loppuun. Tämän jälkeiseen toiminnan järjestämiseen ja juurruttamiseen tehdään erillinen suunnitelma kevään aikana.

7.3 Luovasti liikkuen! -hanke

OKM:n seuratoiminnan kehittämistuella toimiva Luovasti liikkuen! -hanke alkoi kesäkuussa 2020. Hankkeen tavoitteina on perustaa uusia perheliikuntaryhmiä, lisätä lasten iltapäivätoiminnan yhteydessä tapahtuvaa liikuntaa tukien kokonaiskoulupäivän tavoitetta sekä perustaa uusia liikuntaryhmiä.

Kerhot jatkuvat normaalisti toukokuun loppuun asti. Elokuussa aloitetaan Move!-mittauksilla Lintulammen koululla, ja tavoitteena on myös tehdä 1.-luokkalaisten Move!-mittaukset (ns. EsiMove!). Mittausharjoitteet kehitetään 1.-luokkalaisille sopivaksi, ja pääsääntöisesti mittauksissa havainnoidaan 1.-luokkalaisten motorisia toimia.

Syksyllä tavoitteena on jatkaa Move!-kerhoja uusille 7.-luokkalaisille, jotka ovat olleet kerhoissa 6.-luokalla. 7.-luokkalaisten kerhot järjestetään Teuvo Pakkalan koululla yhteistyössä Oulun kaupungin liikuntapalveluiden (nuorten Action-liikunta) kanssa.

Hankkeen liikuntaryhmät:

- Liikuntaryhmä esikouluikäisille (Allinpuiston päiväkot)
- Liikuntaryhmä esikouluikäisillä (Mäntylä-Snellman päiväkot)
- Liikuntakerho Lasten ilo -kerhotoiminnan lapsille (8-11 v.)
- Palloilukerho 1.3.-luokkalaisille
- Move it! -liikuntakerho 5.-luokkalaisille
- Move it! -liikuntakerho 6.-luokkalaisille
- Move it! -liikuntakerho 7.-luokkalaisille (alkaa elokuussa 2021)
- Perheliikuntaryhmä kaksi kertaa viikossa

8. Kuntouttava työtoiminta

Vuonna 2015 yhdellä ryhmällä alkanutta kuntouttavaa työtoimintaa jatketaan vuonna 2021 neljällä (4) erisältöisellä kuntouttavan työtoiminnan ryhmällä: Hyvinvointia Lintulammelta, Kehittävä kuntouttava, Luovasti Lintulammella ja Lasten ilo. Kussakin ryhmässä tavoitteellinen ryhmäkoko on 8 -12 työtoimijaa. Toimintaa järjestetään ma-pe jokaisena arkipäivänä, keskimäärin 4 tuntia/kuntoutettava/osallistumispäivä.

8.1. Hyvinvointia Lintulammelta

Hyvinvointia Lintulammelta -ryhmän osallistujat avustavat ohjaajansa johdolla alueen vanhuksia talvisin lumitöissä ja kesäisin pihanhoidossa, kauppa- ja apteekkiasioissa, ulkoiluttavat alueella asuvia yksinäisiä ja

Höyhtyän palvelukeskuksen vanhuksia, käyvät vanhusten kodeissa juttelemassa heidän kanssaan sekä antavat maahanmuuttajille siivousopastusta. Kuntoutettavat osallistuvat myös työtoimintapaikalla, Höyhtyän Välkkeellä, pienimuotoisiin avustustehtäviin, mm. siivoukseen, keittiöapuun, jne.

Keväällä aloitamme taas roskien keräilyn meidän alueiltamme (Höyhty, Etu- ja Taka Nokela, Lintula, Mäntylä, Karjasilta ja Kaukovainio), kaupungilta saamme roskapihdit lainaan.

8.2. Kehittävä kuntouttava

Kehittävä kuntouttava -ryhmän toiminta alkoi syyskuussa 2018, jatkuen tavoitesuunnitelman mukaisesti kolmena päivänä viikossa keväällä 2019. Syksyllä 2019 mukaan tuli neljäs toimintapäivä, joka on edelleen mukana vuonna 2021. Asiakkaat ovat mukana kukin 1-3 päivänä viikossa. Toiminnan tavoitteena on luonto- ja arkiliikunnan ohjaamisella ehkäistä osallistujien työttömyyden kielteisiä vaikutuksia toimintakykyyn, ja kehittää osallistujien luonto- ja arkiliikunnan kokemuksia sekä sosiaalista toimintakykyä. Osallistujat pääsevät tuntemaan oman lähialueensa liikkumisen mahdollisuudet, ja saavat sitä kautta helposti koostetun säännöllisen liikuntarytmin. Tavoitteena on kuntoutusjakson aikana saada kannustavan ohjauksen avulla vakiinnutettua osallistujien elämän- ja arjenhallintaa, johon kuuluvat liikunta, ravitsemus ja unirythmi. Tärkeää on myös liikunnallisen elämäntavan tukeminen, ja yhdessä sosiaali-ohjaajien kanssa tapahtuva auttaminen työllistymiseen tähtäävän jatkopolun suunnittelussa. Toiminta tarjoaa riittävästi aikaa osallistujien kuulemiseen ja rakentamaan yhdessä kullekin tavoitteen mukaisen, terveyttä ja työkykyä edistävän aktivointisuunnitelman.

Ryhmän käytännön toiminta sisältää paljon luonnossa liikkumista, sekä luonnon vuodenaikojen tuomien muutosten tarkkailua. Retkeilemme luontopoluilla ja metsissä, jossa opimme tunnistamaan kasveja, lintuja ja eläimiä, sekä saatamme pysähtyä nuotiolle nauttimaan kahvia/teetä ja syömään omia eväitämme. Opettelemme retkillä erätaitoja ryhmän kanssa, ja sitä miten luontoretki suunnitellaan ja toteutetaan turvallisesti. Osallistumme myös Birdlife:n tunnista 100 lintulajia vuodessa -haasteeseen. Ulkona harrastamme myös eri liikuntalajeja kuten jalkapalloa, lippupalloa, ultimatea, frisbeegolfia ja pihapelejä.

Talviaikaan ja huonon sään sattuessa meillä on mahdollisuus käyttää Oulun kaupungin tarjoamia liikuntapaikkoja liikunnalliseen toimintaan ja Välkkeen tiloja ryhmän muihin toimintoihin. Haemme normaalisti sisäliikuntavuoroa Ouluhalliin tulevalle keväälle ja syksylle Oulun kaupungin liikuntatoimen kautta. Keskiviikkoisin liikumme siellä yhdessä muiden kuntouttavien ryhmien kanssa, vaihtoehtoina mm. kuntosali, sähly, jalkapallo ja sulkapallo. Tulemme myös järjestämään pieniä lajikokeiluja, ja tekemään vierailuja esimerkiksi museoihin, luontokeskuksiin, sekä oppilaitoksiin.

Kaikki Lintulammen asukasyhdistyksen neljä kuntouttavan ryhmää toimivat yhteistyössä keskenään, ja mahdollisuuksien mukaan saatamme myös esim. pelata tai retkeillä porukalla. Tavoitteena on myös vuonna 2021 päästä yhteisille isommille retkille, ja viettää aikaa yhdessä. Kevään ja kesän aikana Kehittävä kuntouttava -ryhmä pitää myös muutamia avoimia päiviä, jolloin normaaliin toimintaan toivotetaan tervetulleeksi myös asiakkaiden ohjaajat. Näin ohjaajat pääsevät näkemään ryhmän konkreettista toimintaa arjessa, ja myös viettämään aikaa asiakkaiden kanssa.

Kaikissa ryhmissä on mahdollisuus saada myös opastusta sähköisten palvelujen käytössä, ja tämä tulee tarpeelliseksi erityisesti Oukatypan käyttöä otossa keväällä 2021.

Syksyn 2020 aikana Kehittävä kuntouttava sekä Lasten ilo ryhmien ohjaajat ovat myös aloittaneet Ppshp:n elintapaohjauksen verkkokoulutuksen, josta saa pätevyyden toimia elintapaohjaajana. Kummankin ohjaajan koulutustausta ja kokemus on koulutukseen sopiva ja voimme näin ollen alkaa järjestämään

elintapaohjausta myös talon sisäisesti aiheina mm. ravitsemus, liikunta ja uni. Yksilö- ja ryhmäohjaus suunnitellaan tarpeen mukaan toiminnallisilla keinoin, kuntouttavien toiveita kuunnellen.

8.3. Luovasti Lintulammella

Luovasti Lintulammella -ryhmässä herätellään osallistujien luovuutta ja kokonaisvaltaista hyvinvointia. Osallistajat toteuttavat erilaisia kädentaidon tehtäviä kestävän kehityksen hengessä. Toimintaa järjestetään viitenä päivänä neljä tuntia per päivä. Toimintapaikkana Välke ja Höyhtyän palvelukeskuksen käsityötila.

8.4. Lasten Ilo

Lasten Ilo -kuntouttavan ryhmä jatkaa Välkkeellä avoimessa kerhossa samalla tavalla kuin aiempina vuotena. Tavoitteena on kuntoutettavien asiakkaiden määrän kasvattaminen ainakin kuuteen (6) asiakkaaseen. Kuntouttavassa ryhmässä on toiminnan aikana ollut keskimäärin kolme asiakasta kerrallaan. Kuntoutettavan asiakkaat osallistuvat myös vuoden aikana järjestettäviin lasten päiväleireihin kuntouttavan ohjaajan johdolla. Lasten iloa ryhmän toimintaan kehitetään vuoden aikana monipuolisemmaksi osallistumalla myös muihin lapsille suunnattuihin kerhoihin (liikunta, askartelu ja taide). Kuntouttava ryhmä myös tulee osallistumaan yhdessä muiden asukasyhdistyksen kuntouttavien ryhmien kanssa retkille, tapahtumiin ja kuukauden aikana järjestettäviin liikuntahetkiin. Tavoitteena on myös alkaa tarjoamaan kaikille kuntouttavan ryhmän asiakkaille elintapaohjausta, mikä tukee arjen jaksamista, sekä kokonaisvaltaista hyvinvointia. Elintapaohjauksessa yhteistyötä kanssamme tekevät oulun kaupungin liikuntapalvelut, sekä työllisyyspalvelut.

Syksyn 2020 aikana Kehittävä kuntouttava sekä Lasten ilo ryhmien ohjaajat ovat myös aloittaneet Ppshp:n elintapaohjauksen verkkokoulutuksen, josta saa pätevyyden toimia elintapaohjaajana. Kummankin ohjaajan koulutustausta ja kokemus on koulutukseen sopiva ja voimme näin ollen alkaa järjestämään elintapaohjausta myös talon sisäisesti aiheina mm. ravitsemus, liikunta ja uni. Yksilö- ja ryhmäohjaus suunnitellaan tarpeen mukaan toiminnallisilla keinoin, kuntouttavien toiveita kuunnellen.