

Lintulammen asukasyhdistys ry

Latokartanontie 1

90150 Oulu

puh: (08) 336 223

Toimintasuunnitelma 2023



HÖYHTYÄN VÄLKE
VÄLITTÄMISEN KESKUS

Aluetoimikunnan käsittely: 2.3.2023

Vuosikokous: 2.3.2023

Sisällysluettelo

1. Asukasyhdistys asukkaiden kohtaamispaikkana ja vaikutuskanavana	2
2. Höyhtyän Välke-välittämisen keskus	3
2.1 Hyvinvointipiste Höyhtyän Välkkeellä	4
2.2 Välkkeen toiminta	4
2.3 Lounaskahvila	5
3. Ikäihmisten toiminta	6
3.1 Osallisuuslähete	6
4. Lasten, nuorten ja lapsiperheiden toiminta	8
5. Markkinointi ja viestintä	9
6. Vapaaehtoistoiminta	9
7. Hankkeet	10
7.1.Lähellä sinua –hanke	10
7.2 Lintulammen koulun iltapäiväkerho	11

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 kaiken ikäisten 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 yli 10 000 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 asukasilloja. Ratamo on yksi kaupungin perustamista monialaisista, viranhaltijoista ja eri toimijoista koostuva alueellinen verkosto, jonka tehtävänä on elämänkaarajatteluun pohjautuva, alueen väestön osallisuuden ja hyvinvoinnin edistäminen.

Lintulammen asukasyhdistys on ollut suunnittelemassa harrastamisen Suomen mallia, nykyistä Harrastusten aarrearkkia Lintulammen koululle. Yhdistyksen työntekijät jalkautuvat Lintulammen koululle ja iltapäiväkerhoihin kyselemään lasten ideoita ja toiveita harrastekerhoista. Annetun palautteen pohjalta kehitetään kerhotoimintaa perusteella.

Aluetoimikunnan alaisuuteen on perustettu yhteistyökumppaneiden kanssa Ikävoimainen Höyhtyä -työryhmä Oulun ikääntymispoliittisen ohjelman jalkauttamiseksi asuinalueella. Tavoitteena on laaja vuorovaikutus alueen ikäihmisten kanssa toimenpideohjelman toteuttamiseksi.

Höyhtyän Välke/Lintulammen asukastupa toimii Oulun kaupungin yhtenä vapaaehtoistoiminnan toimipisteenä. 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 2023 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 työkokeiluihin eri työtehtävissä. Sen lisäksi yhdistys tarjoaa työmahdollisuuksia harjoittelijoille, opiskelijoille, mielenterveys- ja muille kuntoutujille. Työllistämässä tehdään yhteistyötä ELY -keskuksen, Oulun kaupungin työllisyyspalvelujen, TE- toimiston, oppilaitosten ja eri kurssien järjestäjien kanssa.

Kesällä 2023 asukasyhdistys työllistää 12 nuorta kesätyösetelillä erilaisiin tehtäviin mm. ympäristötaideprojektien toteuttajiksi, Välkkeen keittiöapulaisiksi ja lasten päiväleirin apuohjaajiksi.

Marraskuussa 2022 toteutettiin koko henkilöstölle, työkokeilijoille ja kuntouttavassa työtoiminnassa oleville työtyytyväisyyskysely. Esitettyjen kehittämistoimenpiteiden toteutumista seurataan ja tehdyt muutokset kirjataan. Toimintaa ja työn organisointia kehitetään parantamaan henkilöstön työssä jaksamista.

2. Höyhtyän Välke-välittämisen keskus

Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus, STEA tukee Lintulammen asukasyhdistyksen matalankynnyksen toimintaa kohdennetulla toiminta-avustuksella. Vuodelle 2023 avustuksen määrä on 110 250 €. 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.

Toiminnan perustana on tarvelähtöisyys: yksinäisyyden, turvattomuuden ja syrjäytymisen ennaltaehkäiseminen; yhteisöllisyyden ja yhdenvertaisuuden edistäminen; hyvinvointia edistävän monialaisen verkostoyhteistyön kehittäminen.

Välkkeen läheisyyteen rakennetaan lisää senioritaloja. Alueen +65-vuotiaista yksinasuvia on 57 % korostaen vertaistuen ja sosiaalisten kontaktien merkitystä. Alueelle muuttaneita osallistuu vapaaehtoistoimintaan mahdollisuuksiensa mukaan. Ikäihmisten koettu hyvinvointi on heikentynyt. Tukea kaivataan fyysisen terveyteen, harrastuksiin, avun ja palveluiden saantiin, ihmissuhteisiin ja turvallisuuteen (FinSote -20). Kevään 2023 aikana tehdään asukaskyselyt eri ikäryhmille, jonka tavoitteena on arvioida toiminnan vaikuttavuutta koetun hyvinvoinnin näkökulmasta sekä kysely verkostoyhteistyöstä yhteistyökumppaneille.

Lasten koettu hyvinvointi on heikentynyt (Kouluterveyskysely -21). Hyvinvointia edistävät lähellä olevat harraste-, kerho- ja vapaa-aikatoiminnan mahdollisuudet, sekä turvalliset ja välittävät ympäristöt - erityisesti vähävaraisten lasten harrastamisen tukeminen. Mielekäs tekeminen ja verkostoyhteistyö tukevat lasten psykososiaalista hyvinvointia. (Oulun lapsiyst. kunta-nykytila). Pienituloisten perheiden määrä alueella on merkittävä.

Työttömyydellä ja työelämän ulkopuolisuudella on yhteys terveyden ja hyvinvoinnin ongelmiin. Mielenterveysongelmat, heikko toimintakyky, taloushuolet, riippuvuudet ja asumisen ongelmat ovat

haasteita. Usein matala koulutustaso korreloi elämänlaatunsa huonoksi kokemisen kanssa (Hv-kertomus). Voimavarojen ja toimintakyvyn tukeminen ja vahvistaminen on merkityksellistä. 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 nostettu 20 000 käyntikerrasta 30 000 käyntikertaa vuodessa vuodelle 2023.

Ikääntyneiden yksinäisyyden ja turvattomuuden tunteen vähentämisen ja ennaltaehkäisyn 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, kuntouttavaan työtoimintaan ohjaamista sekä monipuolisia työllistymisen mahdollisuuksia.

Lasten ja lapsiperheiden osalta tavoitteena on kohdata 1000 toiminnan kautta. Tapahtumia ja retkiä toteutetaan n. 10-15 vuodessa. Lisäksi on viikoittaisia perheliikunta- ja käsityökerhoja, alakouluikäisten nuokkari, sekä yhteistyökumppanin ohjaama muskari. Kesäisin järjestetään 10 kesäliikuntaryhmää.

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 jatketaan 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 osallistuvilla asukkailla, verkostolle sekä yhteistyökumppaneille. Määrällisestä tilastoinnista mm. osallistujamäärän kirjaamisen ja seurannan suorittaa Välkkeen henkilöstö.

2.1 Hyvinvointipiste Höyhtyän Välkkeellä

Oulun kaupungin hyvinvointipiste on ollut poissa käytöstä kevästä 2020, eikä jatkosta ole tietoa.

2.2 Välkkeen toiminta

Höyhtyän Välke on avoinna arkisin klo 9-15. Lounasta tarjoillaan ma-pe klo 11-13 välisenä aikana. Aukioloaikana kävijöillä on mahdollisuus lounaan ja kahvilapalveluiden ohella maksuttomaan palveluun ja toimintaan. Asiakas voi 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, bingo sekä tietovisa.

Lisäksi tarjolla on luentoja/esittelyjä sekä erilaisia avoimia yhteisöllisiä tapahtumia.

Olenainen 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 monipuolista maksutonta, 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 asiakkaita käyttämään tietotekniikkaa päivittäisessä asioinnissa. 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 käynnistettyjä alueen turvallisuus- ja viihtyvyyskävelyjä jatketaan. Tavoitteena on tehdä niistä pysyvä käytäntö alueelle. Kootaan laajempi verkosto asukkaista, sivistys- ja kulttuuripalveluista, poliisista, kolmannesta sektorista 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:

- Tammikuu: Tonttupolku, Hannun eläinlapset 10.1.
- Helmikuu: Ystävänpäivä 14.2., Laskiaistapahtuma 21.2.
- Maaliskuu: Lasten talvilomaleiri 6. – 10.3., Hiihtokisat 14.3., Vanhustenviikko (Keskustan pt) alk. 28.3.
- Huhtikuu: Pääsiäispolku
- Toukokuu: Äitiänpäivälaulut palvelukodeilla 14.5., Jaettava tiedote 26.5.
- Kesäkuu: Kesäpolku, Lasten Kesäleirit 5.6. – 30.6., Seniorifestarit & Kesäjuhlat 6.6.
- Elokuu: JukuPark Kalajoki -retki 5.8., Turvaa koulutie 10.8., Tour de Kids 10.8., Elotori 16.8., Lintulampikisat 23.8.
- Syyskuu: Syyspolku, Suunnistustapahtuma 6.9.
- Lokakuu: Lasten Syyslomaleiri 23. – 27.10.
- Marraskuu: Lumopolku, Jaettava tiedote 3.11., Vanhustenviikko (Caritas) alk. 6.11., Välke 26 vuotta 7.11., Lintulammen Lumo (Ostarilla 17.11. & Lintulammella 18.11.)
- Joulukuu: Joulupolku, Yksinäisten jouluaateria 16.12., Lasten joulujuhla 17.12., Välkkeen joulupuuro 18.12., Välkkeen joululounas 21.12., Vähävaraisten lapsiperheiden joulukassijako 21.12., Kauneimmat joululaulut 21.12.
 - Joulujuhlat palvelutaloilla: Keskustan pt 12.12., Höyhtyän pt 14.12., Merikotkan pt 15.12., Caritas 20.12.

2.3 Lounaskahvila

Asukasyhdistys ylläpitää Höyhtyän Välkkeen matalan kynnyksen toimintaa tukevaa lounaskahvilaa ja tarjoaa arkipäivisin (ma-pe) klo 11-13 mahdollisuuden syödä terveellistä ja monipuolista kotiruokaa. Työttömille työnhakijoille tarjotaan lounas alennettuun hintaan maanantaisin ja perjantaisin. Lintulammen koulun iltapäiväkerhotoimintaan osallistuville lapsille tuotetaan välipala.

3. Ikäihmisten toiminta

Vuonna 2023 jatketaan Höyhtyän palvelutalossa ikäihmisten käsityöpainotteista viriketoiminnan ohjausta 4 päivänä viikossa 4 tuntia päivässä. Työhön on rekrytoitu osa-aikainen viriketoiminnan ohjaaja.

Jatketaan Kotipesä-toimintaa Mäntylä-Snellmanin päiväkodin tiloissa. 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. Kohtaamispaikkatoiminnan 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 on palkattu osa-aikainen vastuuohjaaja palkkatuella. Hän organisoii toimintaa ja ohjaa osan työajasta ikäihmisten jumppia. Matalan kynnyksen liikuntaryhmät kokoontuvat Höyhtyän, Merikotkan, ja Tuiran palvelukeskuksissa sekä Lintulammentie 15:n senioritalossa.

Toimintaan on palkattu osa-aikainen yhteislauluryhmien ohjaaja, joka kiertää kuudessa toimipisteessä.

Vuonna 2023 lähikuntouttaja -oppisopimusopiskelijat ohjaavat lisäksi liikunta-/ toiminnallisia ryhmiä keskustan palvelutalolla ja Lintulammentien senioritalolla.

Hiirosenkodilla järjestetään yhteinen, perinteinen ohjelmallinen joulujuhla kahvituksineen. Jatketaan joulujuhlia myös Tuiran, Keskustan, Höyhtyän palvelutaloilla sekä Caritas-kodissa. Em. palvelutaloilla järjestetään myös äitienpäiväjuhla, jossa äideille jaetaan ruusut sekä äitienpäiväkortit ja järjestetään pientä ohjelmaa.

3.1 Osallisuuslähete

Osallisuuslähete

- 1 Ikäihmisen yksinäisyys/turvattomuus
- 2 Lääkäri, hoitaja, seniorineuvola kotipalvelutiimi, Aino-neuvonta
- 3 Tietojen luovuttaminen yhdistykselle
Yhteystiedot:
Tuula Hautamäki
p. 044 237 4957
tuula.hautamaki@lintulampi.net
- 4 Yhteydenotto ikäihmiseen yhdistyksen toimesta
- 5 Ryhmiin ohjaus esimerkiksi Mäntylän kotipesä
- 6 Tarvittaessa yhdistyksen työntekijä hakee ikäihmisen kotoa ja ryhmään mennään tutustumaan yhdessä



@hoyhtyan



lintulampi.net



Höyhtyän Välke



044 242 5834

VIIKKO-OHJELMA KEVÄT 2023

Höyhtyän Välke, Latokartanontie 1, Höyhtyän ostoskeskus

Keskiviikkoisin klo 13 Bingo, alk. 4.1.2023

Torstaisin klo 13 Laulukööri, alk. 5.1.2023

Perjantaisin klo 13 Herra Arkiston tietovisa, alk. 3.2.2023

Lintulammentie 15, kerhotila

Maanantaisin klo 13 - 13.45 tasapainoryhmä (Anne) &

klo 14 - 15 Virikerho: musiikki, kuvataide, pelit (Sonja) alk. 9.1.2023

Tiistaisin klo 12.30 - 14 Kädentaidonkerho (Annukka) &

klo 15- 16 yhteislaulua (Jyrki), alk. 10.1.2023

Perjantaisin klo 10 - 11 Jumbpa (Laura), alk. 13.1.2023

Höyhtyän palvelutalo, Hanhitie 15

Maanantaisin klo 9 - 12 Käsityökerho (Annukka) &

klo 13 - 14 Yhteislaulu, mummonkammari (Jyrki), alk. 9.1.2023

Tiistaisin klo 9 - 12 Käsityökerho (Annukka) &

klo 10.30 - 11.30 Tuolijumbpa (Anne), alk. 10.1.2023

Keskiviikkoisin klo 12 - 14 Käsityökerho (Annukka), alk. 11.1.2023

Torstaisin klo 10.30 - 11.30 Tuolijumbpa (Anne) &

klo 12 - 16 Käsityökerho (Annukka), alk. 12.1.2023

Caritas-koti, Kapellimestarinkatu 2

Tiistaisin klo 13 - 14 Yhteislaulu (Jyrki), alk. 10.1.2023

Torstaisin klo 13 - 14 Yhteislaulu (Jyrki), alk. 12.1.2023

Fanni ja Jalmari-koti, Lossikuja 3

Tiistaisin klo 9 - 9.45 Kuntosali (Anne), alk. 10.1.2023

Torstaisin klo 9 - 9.45 Kuntosali (Anne), alk. 12.1.2023

Keskustan palvelutalo, Nummikatu 24

Maanantaisin klo 10 - 11 Ohjattu liikunta (Laura), alk. 9.1.2023

Tiistaisin klo 9-10 ja 10 - 11 Ohjattu kuntosali (Laura), alk. 10.1.2023

Keskiviikkoisin klo 14.30-15.30 Yhteislaulua (Jyrki), alk. 11.1.2023

Torstaisin klo 10 - 11 Liikuntabingo (Sonja), alk. 12.1.2023

Perjantaisin klo 9 - 10 ja 10 - 11 Ohjattu kuntosali (Laura) &

klo 13 - 14 Virikerho: musiikki, kuvataide, pelit (Sonja), alk. 13.1.2023

Merikotkan palvelutalo

Tiistaisin klo 13 - 14 Ohjattu liikunta (Anne), alk. 10.1.2023

Keskiviikkoisin klo 12.30 - 13.30 Yhteislaulu (Jyrki), alk. 11.1.2023

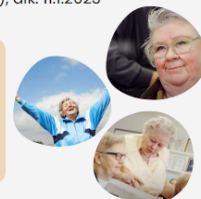
Torstaisin klo 13 - 14 Ohjattu liikunta (Anne), alk. 12.1.2023

Mäntylä-Snellman päiväkoti

Keskiviikkoisin klo 11 - 14 Kotipesä (Anne), alk. 11.1.2023

Ohjaajien yhteystiedot

- Sonja Kujasalo p. 044 578 6657
- Anne Keskitalo p. 044 730 0292
- Annukka Koskela p. 044 243 6780
- Laura Haimi p. 044 978 3214
- Jyrki Kalermo p. 044 730 0299



4. Lasten, nuorten ja lapsiperheiden toiminta

Lapsiperheille uusitaan asukaskysely keväällä 2023, jonka pohjalta kehitetään asukasyhdistyksen monipuolista toimintaa. Lasten ja perheiden musiikki- ja liikuntaharrastusten aktivoimista jatketaan erilaisten kerhojen ja tapahtumien avulla. Asukasyhdistyksen maksuttomat, hyvinvointia tukevat lasten liikunta- ja harrastetoiminnat sekä retket jatkuvat.

Kaupungin tasolla lapsiperheiden hyvinvoinnin kehittämiskohteiksi ovat nousseet maksuttoman tai edullisen harrastustoiminnan saavutettavuus. Yhdistyksen toiminta tukee kehittämiskohteiksi asetettuja tavoitteita. Työllistetään nuoria kesätyösetelillä ja toteutetaan perinteinen taideprojekti.

Toiminta alustavassa toimintakalenterissa:

- **Välkkeen hiihtolomaleiri** viikolla 10
- **Välkkeen kesäleiri** kesäkuussa
 - Ulkoilua, retkiä, mukavaa yhteistä puuhaa, leikkiä, askartelua
- **Välkkeen syyslomaleiri**
- **Liikuntanuokkari** perjantaisin Mäntylän päiväkodilla klo 17–19
- **Muskari Välkehtivät rytmit**
 - Välkkeellä torstaisin klo 10–10.30 Karjasillan seurakunnan vetämänä
- **Alueelle järjestetään eri teemaisia toiminnallisia tehtäväpisteitä**
 - Esimerkiksi tonttupolku, suunnistusreitti jne.
- **Perheliikuntakerhot Mäntylä-Snellman päiväkodilla**
 - Maanantaisin ja torstaisin klo 17.30-19
- **Kesäajan ohjatut perheliikuntakerhot ja perhepuistojumpat Höyhtyän ja Kaukovainion alueilla**

Tapahtumat lapsille ja lapsiperheille:

- Tammikuussa
 - Tonttupolku Lintulammella
 - Ti 10.1. Hannun eläinlapset
- Helmikuussa
 - Ti 21.2. Laskiaistapahtuma
- Maaliskuussa
 - Ti 14.3. Hiihtokisat
- Huhtikuussa
 - Pääsiäispolku Lintulammella
- Kesäkuussa
 - Kesäpolku Lintulammella
 - Ti 6.6. Kesäjuhlat
- Elokuussa
 - La 5.8. JukuPark Kalajoki -retki
 - To 10.8. Turvaa koulutie
 - To 10.8. Tour de Kids -pyöräilytapahtuma
 - Ke 23.8. Lintulampikisat
- Syyskuussa
 - Syyspolku Lintulammella
 - Ke 6.9. Suunnistustapahtuma
- Marraskuussa
 - Lumopolku Lintulammella
 - Pe 17.11. Lintulammen Lumo Höyhtyän Ostarilla
 - La 18.11. Lintulammen Lumo Lintulammen kummulla

- Joulukuussa
 - Joulupolku Lintulammella
 - Ma 18.12. Välkkeen joulupuuro
 - To 21.12. Vähävaraisten lapsiperheiden joulukassien jako

5. Markkinointi ja viestintä

Yhdistyksen markkinointi- ja viestintätapoja ovat omat verkkosivut, Instagram, Facebook, MunOulu-tapahtumakalenteri, erilaiset ilmoitustaulut, lehti-ilmoitukset, tapahtumat ja alueelliset tiedotteet. Vuonna 2023 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, jonka pohjalta jatkamme monikanavaisen markkinoinnin toteuttamista päivittäin. Päivitämme viestintäsuunnitelman keväällä 2023.

- 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 ja asuinalueen 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
- Höyhtyän ja Kaukovainion suuralueiden koteihin jaetaan tiedote toiminnasta kaksi kertaa vuodessa, 26.5.2023 ja 3.11.2023.

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.

Tavoitteena on järjestää Pohjankartanon ja Madetojan musiikkilukion kanssa vapaaehtoistyön kurssi kesäseteli-ikäisille. Vuoden 2023 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 ja jatkuu 31.7.2023 saakka. Hankkeessa pyritään auttamaan asiakkaita yksilöllisesti eteenpäin elämässä. Hankkeen pääasiallinen keino työllistymisen edistämiseksi on osaamisen kehittäminen. Työskentelyssä korostuu erityisesti yksilöllisten, kullekin asiakkaalle räätälöityjen polkujen etsiminen. Toiminnan tavoitteena on kehittää hankkeeseen osallistuvien osaamista niin, että he työllistyvät hankkeeseen osallistumisen jälkeen avoimille työmarkkinoille tai hakeutuvat jatkokoulutukseen.

Hankkeen kohderyhmä

Hankkeen kohderyhmänä tässä hankkeessa ovat ikääntyneet 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, työhönvalmennus sekä palkkatukityö. Kohderyhmään kuuluvia henkilöitä on toimenpiteissä 42–56 henkilöä/vuosi. Vuositasolla oppisopimuksessa tulee olemaan 15 henkilöä/vuosi, liikunnan ja arkiavustamisen -valmentavassa työkokeilussa 5-10 henkilöä/vuosi, työelämään valmentavissa työkokeilujaksoissa 18-22 henkilöä/vuosi, työhönvalmennuksessa n. 5 henkilö/vuosi ja palkkatuella n. 3 henkilöä/vuosi.

Jatkopolut: arvioimme, että 78 % oppisopimuskoulutuksessa olleista ammattiin valmistuneista, 70% palkkatuella olleista ja 60% työkokeilussa olleista työllistyy tai jatkaa koulutukseen kolmen kuukauden kuluttua hankkeesta poistumisen jälkeen.

Toiminnan tavoitteet

- 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 työllistymisnäkyvät ovat erinomaiset
- Kehittää lähikuntouttaja- ja hoiva-avustaja -oppisopimuskoulutusta vastaamaan työelämän tarpeita ja kouluttamaan samalla henkilöitä, joilla on osaamista, jota työelämä tarvitsee jo lähitulevaisuudessa
- Ohjata ja tukea henkilöitä opiskelun sekä työjaksojen aikana
- Tarjota verkostoitumismahdollisuuksia tuleviin mahdollisiin työnantajiin

Kehitettävät palvelut ja toimintamallit

Hankkeessa kehitetään lähikuntouttaja -oppisopimuskoulutusta vastaamaan työelämän tarpeita ikäihmisten kotona asumisen mahdollistamiseksi mahdollisimman pitkään, lähtökohtana ikäihmisten lisääntyvät määrät eläkeiässä ja eliniän odotteen nousu. Lähtökohtana on kotona tehtävä työ, jossa asiakkaan toimintakykyisyys on keskiössä ennalta-ehkäisevästi ja/tai kuntouttavasti. Työskentelyssä hyödynnetään toiminnallisia menetelmiä asiakkaan voimavaroja hyödyntäen. Koulutuksessa hyödynnetään sekä lähihoitajan perustutkinnon osia (Kasvun ja osallisuuden edistäminen, ikääntyneen osallisuuden edistäminen sekä asiakkaan toimintakyvyn voimavarainen edistäminen) että liikuntaneuvojan ammattitutkinnon tutkinnon osaa (Aikuisten liikunnan edistäminen, ikäihmisten erityispiirteet huomioiden). Tarkoituksena on myös kehittää koulutuksen toteuttamista niin, että työpaikkaohjaajat ovat mukana lähiopetuspäivissä lisäten työpaikan ja oppilaitoksen yhteistyötä. Tavoitteenamme on kehittää lähikuntouttaja-oppisopimuskoulutusta niin, että siinä osaaminen muodostaa laajemman kokonaisuuden kuin aikaisemmin hoiva-avustaja -koulutuksissa. Tässä koulutusmallissa vastataan kuntoutuksen osaamistarpeeseen aikuisten liikunnan edistäminen sekä asiakkaan toimintakyvyn voimavara- ja lähtökohtaisen edistämisen tutkinnon osan lisäämisellä koulutukseen. Tämän koulutuksen käyneet lähikuntouttajat voidaan laskea osaksi hoitajamitoitusta myös siinä tapauksessa, jos he sijoittuvat ikäihmisten palveluihin valmistumisensa jälkeen. Oulun seudun ammattiopisto tukee uudenlaisen lähikuntouttaja -koulutuksen pilotointia tavanomaista suuremmalla koulutuskorvauksella.

Hankkeessa jatketaan työhön valmentavien työkokeilujen ”Uusi polku” konseptin kehittämistä saatujen palautteiden perusteella. Tarkoitus on toteuttaa näitä työmarkkinavalmiuksia ja osaamista kehittäviä valmentavia työkokeiluja 4 ryhmää vuoden 2023 aikana. Lisäksi keväällä toteutetaan Liikunnan ja arkiavustamisen -valmentavat työkokeilut omana toimintana. Lisäksi hankkeessa olevien on mahdollista osallistua hygieniapassi -ja EA-koulutuksiin, mielenterveyden EA1 ja EA2- koulutuksiin sekä mahdollisesti joihinkin muihin yksilöllisten osaamistarpeiden mukaisiin koulutuksiin.

Toiminnan arvioidut tulokset ja vaikutukset

Hankkeen tuloksena on lähikuntouttajan työtä ja työelämän tarpeita vastaava koulutus, johon on kehitetty räätälöity 135 osaamispiirteitä sisältävä kokonaisuus, joka vastaa kotihoidon ja palveluyksiköiden henkilöstöresurssien tarpeisiin. Asiakkaan kotona toimintakykyisyyttä tuetaan toiminnallisilla menetelmillä kuntoutuksen sekä osallisuuden edistämisen keinoin.

7.2 Lintulammen koulun iltapäiväkerho

Lintulammen asukasyhdistys ry jatkaa keväällä iltapäivätoimintaa 2023 Oulun kaupungin palveluntuottajana, Lintulammen koululla. Ryhmän toiminnassa on mukana 39 lasta ja ryhmä toimii kahdessa eri paikassa, Oulunsuun koulun väistötilassa luokahuoneessa sekä Höyhtyän Välkkeellä.

Iltapäivätoiminnan ryhmässä työskentelee koulutuksen omaavia työntekijöitä, oppisopimusopiskelijoita, palkkatuella palkattua henkilökuntaa sekä työkokeilijoita. Tällä hetkellä työskentelee vastuunohjaaja, 3 työparia, joista yksi opiskelee oppisopimuksella ja toinen oppisopimustyöntekijä sekä 1 palkkatuettu työntekijä.

Otetaan lapset mukaan suunnittelemaan ja ideoimaan toiminnallisia hetkiä, jotta kaikilla olisi iltapäiväkerhossa mukavia leikkejä ja monipuolista tekemistä. Lapsilta kysellään yhteisten hetkien tekemisiä, liikunta sekä välipala toiveita. Lisäksi viikoittain arvotaan viikon lapsi, jolloin yksi lapsi saa toivoa yhteisen ulko leikin ja välipalan/värityskuvan.

Iltapäiväkerhon postilaatikko tulee olemaan myös seinällä, johon voi laittaa terveisiä, toiveita tai piirustuksia.

Iltapäiväkerhossa tuetaan lasten leikkejä ja kaveritaitoja. Harjoittelemme yhdessä uusia taitoja ja asioita. Korostamme ryhmähenkeä sekä rohkaisemme osallistumaan yhteiseen tekemiseen.

Ystävänpäivän kunniaksi vietämme ystävyysviikkoa, jolloin teemme erilaisia ystävyysliittyviä asioita, tämän kautta tuemme myös kaveritaitoja ja solmimme uusia ystävyksiä. Kannustetaan kaikkia leikkimään kaikkien kanssa.

Kevään aikana askartelemme monipuolisesti erilaisia kädentaitoja hyödyntäen. Lumiukkoja, talvimökkejä, lumihiihtale purkkeja, kevätaskarteluita. Lisäksi vaihtuvat teemat; ystävänpäivä, pääsiäinen ja vappu näkyvät askarteluissa. Hyödynnämme erilaisia kierrätys sekä -luonnonmateriaaleja askarteluissa. Leivomme kuukausittain vaihtuvien teemojen mukaisesti esimerkiksi laskiaispullia, ystävänpäivä leivonnaisia.

Pidämme myös äitienpäivä kahvituksen, johon ovat tervetulleita kaikki perheenjäsenet.

Liikunnassa meillä on kuukausittain vaihtuvat teemat. Tuemme lasten aktiivisuutta ja lasten fyysisiä taitoja. Talvikuukausina harrastamme talviurheilulajeja kuten luistelua ja hiihtoa. Pallopelejä, keuhonhallintaa sekä yleisurheilua myöhemmin keväällä. Päivittäin meillä on ulkona ohjattuna erilaisia yhteisiä leikkejä ja pelejä, joihin lapset pääsevät vaikuttamaan. Lisäksi päivittäin vapaata leikkiä ulkona.

Yhteisillä hetkillä on tietovisoja, bingoa, levyraatia, musiikki jumppaa ja -maalausta sekä pikku leikkejä, jotka tukevat ryhmähenkeä. Mediataitoja harjoittelemme yhteisillä hetkillä pienien videoiden avulla ja niistä yhdessä keskustelemalla. Puhumme myös puhelimen käytöstä ja internetin hyödyistä ja haitoista.

Lapset saavat halutessaan toteuttaa omia esityksiään viikoittain liikuntasalissa tai yhteisillä hetkillä. Tämä tukee lasten mielikuvista ja erilaisissa ryhmässä toimimista.

Satujoogaa kokeilemme keväällä sekä yhteisillä hetkillä luemme kirjoja. Teemme myös sadutuksia.

Retkiä tehdään puistoihin ja lähiympäristöön, retkisuunnitelman mukaisesti. Keväällä käymme paistamassa makkaraa ja teemme laskiaisena mäenlasku retken, eväänä itse leipomat laskiaispullat. Ryhmien kesken toteutetaan yhteisiä tapahtumia, kuten ystävänpäivä tapahtuma salissa ja vappuhulinat.

Teemme myös retken uimahalliin ja kevään lopuksi teemme isomman yhteisen retken kummankin ryhmän kesken johonkin lapsille mieluisaan kohteeseen.

Syksy

Elokuussa iltapäivätoiminta jatkuu todennäköisesti kahtena ryhmänä. Lintulammen koulun remontin vuoksi tulemme jatkamaan väistötiloissa Oulunsuun koululla. Välkkeen ryhmä jatkaa todennäköisesti Välkkeen tiloissa. Syksyn toiminnassa painotamme samoja asioita kuin kevään toimintasuunnitelmassa.

Harjoitteleme alkusyksystä kaveritaitoja ja ryhmäytymistä. Ja sitä, että kaikille löytyisi kaveri ja kaikille olisi mielekästä tekemistä iltapäiväkerhossa. Erilaisia tutustumisleikkejä leikimme myös. Lasten kanssa laadimme iltapäiväkerhon säännöt, jotta kaikilla olisi mukava ja hyvä olla iltapäiväkerhossa.

Alkusyksystä käymme läpi turvallisen liikkumisen sääntöjä ja heijastimen käyttöä liikenteessä.

Teemme retkiä, käymme puistoissa ja metsässä keräämässä luonnonmateriaaleja askarteluihin ja marjoja leivontaan. Ulkoilussa leikitään perinneleikkejä ja harjoitteleme keuhonhallintaa. Yleisurheilua, erilaisia pallopelejä.

Askarteluissa harjoitteleme erilaisia kädentaitoja eri tekniikoita ja materiaaleja hyödyntäen. Syysaskartelut, heijastimen tekoa. Huomioimme myös erilaiset syksyn teemat; pyhäinpäivä, isänpäivä, itsenäisyyspäivä.

Lapsille tarjotaan mahdollisuus rauhoittumiseen ja pieneen lepo hetken yhteisen hetken muodossa. Satuhieronta, sadut, musiikkimaalaus sekä pienet toive leikit. Lisäksi tietovisoja, bingoa, levyraatia ja ajankohtaisia asioita.

Lapset saavat osallistua toiminnan suunnitteluun ja toteutukseen toiveleikein, askarteluihin, liikuntahetkien, välipalatoiveiden, yhteisten hetkien toiveiden muodossa.

Yhteistyö

Koulun kanssa tehtävää hyvää vuorovaikutuksellista yhteistyötä jatketaan ja pidetään tarvittaessa moniammatillisia palavereita.

Vanhempien kanssa jatketaan avointa ja vuorovaikutuksellista yhteistyötä ja heidän mielipiteitänsä ja toiveita huomioidaan toiminnassa. Kannustetaan vanhempia ottamaan yhteyttä matalalla kynnyksellä ja tarjotaan mahdollisuutta vanhempainvartiin. Tarvittaessa hyödynnetään lapset puheeksi menetelmää.

Kuukausitiedote lähetetään vanhemmille kuukausittain, josta selviää tarkemmin tulevan kuukauden ohjelma. Retket sekä muut tapahtumat ilmoitetaan vanhemmille vielä erikseen tiedottamalla.

Mielipide kysely tehdään myös syksyllä, jolloin vanhemmilla on mahdollisuus vaikuttaa toimintaan ja antaa palautetta toiminnasta.

Järjestämme hiihtolomaleirin keväällä, kesäpäiväleirit kesäkuun ajan sekä syyslomaleirin syksyllä, joihin halukkaat 1.-3.-luokkalaiset voivat ilmoittautua.