

HYVÄKSYTTY TESTAMENTTIVAROJEN KÄYTTÖ IKÄÄNTYNEIDEN KULTTUURI- JA VIRIKETOIMINTA V. 2023

VUOSI	2023
--------------	-------------

PÄIVÄMÄÄRÄ, HALLINTOKUNTA	KOHDERYHMÄ JA TAVOITE	TOIMENPIDE	EUROA
14.12.21 Kunnanhallitus § 274 ja 22.2.22 Kunnanhallitus § 47	Ikääntyneet.	Sähköinen polkuharjoituslaite eli restoraattori lainattavaksi ikääntyneiden kotikuntoutukseen. Restoraattoria voi ikääntynyt lainata Fysio Tervarannasta kotikäyttöön. Fysio Tervarannan kanssa on tehty toistaiseksi voimassa oleva sopimus kahden laitteen lainaustoiminnasta, sisältäen mm. lainausrekisterin ylläpidon, laitteen puhdistuksen, huollon huolehtiminen laitteen myyjätahon kanssa, käytön ohjauksen sekä tarvittaessa kuljetuksen asiakkaille.	Fysio Tervarannan palvelua jatkavan Fysio Sataman kanssa jatketaan sopimusta, jonka hinta on 2 750 euroa/vuosi. Enonkosken kunta maksaa määrää-aikaishuollot arvio n. 250 euroa/vuosi.
20.10.2022 Vapaa-aikalautakunta § 33	Ikääntyneet. Enonkosken seniorit + 60 v., jotka eivät ole vielä olleet aiemmin vastaavassa. Ideana on lisätä sosiaalista, psyykkistä ja fyysistä hyvinvointia lisäämällä senioreiden vuorovaikutusta muiden kanssa ja antamalla heille valmiuksia itsenäiseen liikkumiseen yksilöidyn liikuntasuunnitelman avulla.	Tammi-helmikuu 2023. Liikuntaneuvontapäivät Tanhuvaarassa. Liikuntaneuvontaopiskelijat toteuttavat senioreille alkukartoitustestaukset Tanhuvaarassa ja tekevät heille henkilökohtaiset liikuntasuunnitelmat. Mukaan mahtuu 50 osallistujaa ilmoittautumisjärjestyksessä. Tanhuvaaraan mennään yhteiskuljetuksella, jossa on yhteistä ohjelmaa ja omakustanteinen ruokailu. Tämän jälkeen on liikuntaneuvontaa ja testien tekemistä ja erilaista yhteistä aktiviteettiä, jonka jälkeen palaamme yhteiskyydillä takaisin Enonkoskelle. Perinteisesti tapana on ollut seuraavalla viikolla toteuttaa senioritansseja Enonkosken liikuntatalolla opiskelijoiden vetämänä, ja he samalla ohjeistavat henkilökohtaiset liikuntasuunnitelmat.	Bussikuljetus 500 euroa. Ohjaus Tanhuvaarassa ja Enonkoskella (+matka-kustannukset) 1 200 euroa. Yhteensä 1 700 euroa.

PÄIVÄMÄÄRÄ, HALLINTOKUNTA	KOHDERYHMÄ JA TAVOITE	TOIMENPIDE	EUROA
29.11.2022 Kunnanhallitus § 258	Ikääntyneet. Sosiaalisen kanssakäymisen edistäminen, virkistys, hyvinvoinnin ja yhteisöllisyyden edistäminen.	Koskenhelmen asukkaille järjestetään pitkin vuotta konsertti/esiintyjä/tapahtuma tms. paikan päällä. Asukkaista vain harva pääsee lähtemään talon ulkopuolella järjestettäviin tapahtumiin.	1 400
29.11.2022 Kunnanhallitus § 258	Ikääntyneet. Sosiaalisen kanssakäymisen edistäminen, virkistys, hyvinvoinnin ja yhteisöllisyyden edistäminen.	Kotihoidon asukkaille järjestetään jokin kesäajan tapahtuma ja joulujuhla esimerkiksi vanhustentalojen kerhohuoneella/piha-alueella, jossa ohjelmaa, sisältäen kuljetukset.	1 400
29.11.2022 Kunnanhallitus § 258	Ikääntyneet. Sosiaalisen kanssakäymisen edistäminen, virkistys, hyvinvoinnin ja yhteisöllisyyden edistäminen.	Ikääntyneille kuntalaisille järjestetään vanhus- ja vammaisneuvoston toimesta (mukana myös eri eläkeläisjärjestöt, seurakunta jne.) kaksi isompaa tapahtumaa vuoden aikana esimerkiksi alkukesästä rantakala ja toinen vanhustenviikolla lokakuussa, sisältäen kuljetukset.	4 000
29.11.2022 Kunnanhallitus § 258	Ikääntyneet.	Vuonna 2022 julkaistun ikääntyneiden palveluoppaan päivittäminen ja lähettäminen kaikille yli 65 v. enonkoskelaisille kotiin. Palveluopas tulee päivittää mm. sosiaali- ja terveydenhuollon palvelujen sekä yksityisten palveluntuottajien osalta. Kunta vastaa sisällöntuotannosta, kustannukset painattaminen ja postittaminen.	3 000

PÄIVÄMÄÄRÄ, HALLINTOKUNTA	KOHDERYHMÄ JA TAVOITE	TOIMENPIDE	EUROA
<p>29.11.2022 Kunnanhallitus § 258</p>	<p>Ikääntyneet. Omaishoitajat- ja omaiset ryhmä. Tavoitteena tukea omaishoitajien jaksamista ja antaa vertaistukea toisista hoitajista. Tavoitteena tukea omaishoidettavien arjessa selviytymistä ja minä -pystyvyyttä.</p>	<p>Omaishoitajat ja omaiset ryhmä Ryhmät toteutuvat samanaikaisesti, jolloin omaishoidettavat ja omaiset pääsevät harjoittelemaan yhtä aikaa omissa ryhmissään fysioterapeuttien ohjauksessa. Omaishoitajien jaksamisen tukeminen myös vertaistuen muodossa on tärkeää. Ryhmä sisältää omaishoitajien toiminta- ja liikkumiskykyä tukevia lihasvoima-, liikkuvuus ja tasapainoharjoitteita. Ryhmätuokioissa harjoitetaan fyysisen kunnon lisäksi muistia ja herätellään visuaalisia ja auditiivisia aisteja. Omaishoidettavien ryhmässä tuetaan arjessa selviytymiseen vaadittavia liikunta- ja toimintakyvyn osa-alueita erilaisilla voima-, liikkuvuus- ja koordinaatiokykyä aktivoivilla harjoitteilla. Ryhmämuotoinen toiminta kannustaa myös omatoimiseen aktiivisuuteen. Minä- pystyvyyden tukeminen kannustaa myös omatoimisuuden ylläpitämiseen ja mukava, tuttu ryhmä on tärkeä viikoittainen sosiaalinen tapahtuma, jonne myös uusien ryhmäläisten on helppo tulla. Ryhmä on matalan kynnyksen ryhmä, jonne voi tulla myös omaishoitajat, jotka eivät ole omaishoitaja tuen piirissä. Ryhmät toteutuvat kerran viikossa tammikuu-toukokuu ja syyskuu-joulukuu välillä. Toteutuspaikkana Enonkosken liikuntatalo. Ohjaajina FysioSatama Enonkosken fysioterapeutit.</p>	<p>30 ohjauskertaa/ ryhmä, 55 euroa/kerta, omaishoitajat 30 x 55 euroa = 1 650</p> <p>Omaishoidettavat: 30 x 55 euroa= 1 650</p> <p>Yhteensä 3 300 euroa</p>

PÄIVÄMÄÄRÄ, HALLINTOKUNTA	KOHDERYHMÄ JA TAVOITE	TOIMENPIDE	EUROA
29.11.2022 Kunnanhallitus § 258	Ikääntyneet. Tavoitteena kaatumisten ennaltaehkäisy ja liikkumisen ja kaatumisen pelon hälventäminen.	Varttuneen väen tasapainokoulu. FysioSatama Enonkosken toimitilassa toteutuva varttuneen väen ryhmämuotoinen tasapainokoulu ikääntyneille, joilla haasteita tasapainon kanssa. Ryhmät toteutuvat kahdessa eri tasoryhmässä. Ensimmäisellä kerralla toteutetaan alkutestit kahden fysioterapeutin toimesta, joiden perusteella jaetaan kaksi eri tasoryhmää. Tasapainokoulua on kuusi harjoituskertaa. Näiden jälkeen suoritetaan lopputestaukset. Lopputestausten yhteydessä ryhmäläiset saavat tulokset omasta tasapainon kehittymisestä ja ohjeet kotiharjoitteluun tasapainoharjoittelun aktiiviseksi jatkamiseksi. Alku- ja lopputestauksessa käytetään SPPB-testejä sekä Bergin tasapainotestejä. SPPB- testi soveltuu erikuntoisten iäkkäiden tasapaino- ja kävelyongelmien arviointiin.	Kustannukset sis. kahden taso-ryhmien kustannukset seuraavasti: alkutestit kahdella fysioterapeutilla, kuusi harjoituskertaa yhden fysioterapeutin ohjauksessa, lopputestit kahdella fysioterapeutilla 20 x 55 euroa Yhteensä 1 100 euroa
29.11.2022 Kunnanhallitus § 258	Ikääntyneet. Kuntosaliryhmä on suunnattu ikääntyneille, joilla on toiminta- ja liikuntakykyä rajoittava pitkäaikaissairaus. Ryhmän tavoitteena on vahvistaa lihaskuntoa ja lihasvoimaa. Parantaa toimintakykyä ja motivoida liikkumaan pitkäaikaissairaudesta huolimatta. Ryhmän tavoitteena on toimia ns. starttiryhmänä kuntosalimuotoiseen harjoitteluun.	Kuntosalistartti. Ryhmässä huomioidaan henkilökohtaiset rajoitteet ja erityistarpeet. Ryhmään otetaan maksimissaan 10 henkilöä. Ryhmä on fysioterapeutin ohjaama ryhmä. Ohjaajana: fysioterapeutti Jenni Kinnunen, FysioSatama Enonkoski. Toteutuspaikka: Enonkosken liikuntatalon kuntosali. Toteutus: 10 harjoituskertaa kuntosalilla. Ennen ryhmän aloitusta ryhmäläiset käyvät fysioterapeutin luona yksilöllisellä käynnillä, jossa kartoitetaan ryhmäläisen alkutilanne ja selvitetään liikunta- ja toimintakykyä rajoittavat tekijät esimerkiksi sydämen tahdistin, tekonivel tai pitkäaikaissairaus, joka vaatii erityishuomioita harjoittelussa. Yksilökäynnin pohjalta laaditaan yksilöllinen harjoitusohjelma.	Yksilöllinen alkukartoitus 10 x 55 euroa + 10 ohjattua harjoittelukertaa 10 x 55 euroa, Yhteensä 1 100 euroa

PÄIVÄMÄÄRÄ, HALLINTOKUNTA	KOHDERYHMÄ JA TAVOITE	TOIMENPIDE	EUROA
29.11.2022 Kunnanhallitus § 258	Ikääntyneet.	5 x 20 euron palveluseteli 75 v. täyttäneille ikääntyneille käytettäväksi virikkeelliseen, kulttuuritoimintaan sekä kampaamo- ja kauneushoitopalveluihin enonkoskelaisiin yrityksiin ja yhteisöihin sekä kuljetuspalveluihin em. palveluihin v. 2023 aikana. Palveluntuottajan tulee olla rekisteröitynyt tai rekisteröityä palvelusetelin tuottajaksi.	30 000 euroa
29.11.2022 Kunnanhallitus § 258	Ikääntyneet. Liikkumisturvallisuuden parantaminen ja kaatumistapaturmien ehkäisy.	Vuonna 2023 jaetaan 65 v. täyttävälle enonkoskelaisille liukuesteet kenkiin vuonna 2022 jäljelle jääneistä liukuesteistä.	0 euroa
		YHTEENSÄ	50 000/50 000

Vuonna 2023 käytettävissä 50 000 euroa.

Hyväksytty 29.11.2022 § 258 Kunnanhallitus – myönnetty 50 000 euroa/50 000 euroa.